



...18.Newsletter...18.Newsletter...18.Newsletter...

***„The highest form of intelligence
is to observe yourself
without judgement.“***

Krishnamurti

Liebe Freunde und Interessierte

uns absichtslos und vorurteilslos zu betrachten ist nicht einfach. Wir alle wissen das.

Und vorurteilslos anderen Menschen und irgendwelchen Gegebenheiten auf dieser Erde zu begegnen und zu bleiben ist auch nicht einfach.

Zuviel läuft einfach in die falsche Richtung, oder? Armut und Krieg in der ganzen Welt; Missgunst, Neid, Umweltverschmutzung, Terrorangst und, und, und. Die Liste kann beliebig fortgesetzt werden, ihr wisst das alles. Und dasselbe

in unserem eigenen Leben: zu dick, zu dünn, schmerzende Knie, steifer Rücken, der falsche Partner, die falsche Partnerin, kein Partner, zu wenig Geld, unbefriedigende berufliche Tätigkeit, mieser Chef, zu wenig Ferien, zu viele Mails, zu viel Spam, langsamer Computer, kaputte Kaffeemaschine, ungeputzte Wohnung, unerledigte Steuererklärung vom letzten Jahr, nerviger, lauter Nachbar, konstant zu viele Rechnungen, innere Leere, Unlust, Erschöpfung, fehlender Sinn ... und, und, und. Liste auch hier individuell beliebig fortsetzbar.

Nur: nützt es, wenn wir uns nerven ob all dem? Macht es irgendeinen Umstand dadurch besser?

Sind all unsere inneren und äusseren Probleme gelöst, wenn wir uns selber innerlich wegen diesem oder jenem anklagen und verurteilen? Fühlen wir uns besser?

Wo würde es denn hinführen, wenn ich all das nicht tun würde?

Wenn ich all meine Ungereimtheiten und Makel einfach belassen würde wie sie sind und sie einfach nur anschau als das was sie sind, Sumpfgebiete und Canyons und hohe Berge und Wüsten und Seen und Meere und Wolken und Wälder und Bäche und andere Landschaften auf der Oberfläche meines Erdenlebens, und sagen würde: OK, jetzt belasse ich das einfach mal und kämpfe nicht mehr, sondern geniesse einfach die Vielfältigkeit meines Seins...

Ja! WO WÜRDE DAS HINFÜHREN???

Es würde uns in die Liebe führen.

Ich möchte Euch gern auf einige Veranstaltungen aufmerksam machen:

Klang und Meditation

bei den Benediktinern

Am 2. Februar fand zum ersten Mal der Kurs „Klang und Meditation“ bei den Benediktinern in Fischingen/TG statt.

Es war ein voller Erfolg. Erfolg in dem Sinne, dass die TeilnehmerInnen nachhaltig tiefe Erfahrungen machen durften. Bilder zu diesem Kurs könnt ihr hier betrachten:

<http://www.benediktiner-stille.ch/zazen-sitzen-in-der-stille/klang-und-meditation-bei-den-benediktinern/>

Es hat sich bestätigt: die Kombination von Klangschalen-Massage und stiller Meditation ist seeeeehr kraftvoll und ein seehr tiefgehender Genuss.

Für den **nächsten Kurs am 2. März** sind **nur noch ganz wenige Plätze frei**. Sputet euch wenn ihr Interesse habt. Der Link mit der Anmeldemöglichkeit ist derselbe Link, den ich oben für die Bilder angegeben habe.

Weitere Kurstage sind dann erst wieder am 5. Oktober und am 9. November. Dort sind noch einige Plätze frei.

Indianische Flöte Einführungs-/Spielkurs



Der erste Indianerflötenkurs vom 25.Mai ist bereits ausgebucht. Ich habe nun einen weiteren Kurs angesetzt am

Samstag 1.Juni 2013

12.00 bis ca. 17.00 Uhr

Weitere Daten auf Anfrage.
Nähere **Infos** auf meiner Webseite

<http://samuel-staffelbach.ch/Indianerfloeten-Seminare.html>

Ein PDF ist beigelegt. Ihr könnt das auch gerne an Interessierte weiterleiten...

Gratis – Schnupperabend Klangmassage



!!! Es sind noch einige Plätze frei !!!

Klang ist mehr als blosse Schönheit, mehr als Unterhaltung! Klang war in allen grossen, alten Hochkulturen Medizin und Therapeutikum.

Tibetische Klangschaalen auf den Körper gelegt ist eine einfach zu erlernende Möglichkeit, sich dieser wunderbaren Heilkraft zu öffnen. Sie erleben und erfahren an diesem Abend am eigenen Leib und an der eigenen Seele die wohltuende Heilkraft des Klangs von tibetischen

Klangschalen. Die sensationell entspannenden und regenerierenden Vibrationen dieser jahrtausendealten rituellen Klangkörper auf dem eigenen Körper berühren jedermann und jedefrau. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

Freitag, 22. Februar 2013, 19.00 bis ca. 21.30 Uhr

**Yogagemeinschaft Luzern, Hirschengraben 13a,
6003 Luzern**

<http://luzern-yoga.ch/index.php?/infos/seminare-und-workshops/>

**Zu Fuss 5 min vom Bahnhof Luzern, links vom Café TimeOut im
Innenhof**



Info und Anmeldung (bis Mittwoch 20. Febr. 2013):

Samuel Staffelbach, Schmiedgasse 46, 6370 Stans, info@samuel-staffelbach.ch, 041 610 03 07, 077 403 31 52

Und für alle die, die es wirklich wissen wollen ...

...und wissen werden...

Seminar

Klangschalen- Massage



12. – 14. April 2013 im Via Cordis

Mehr Infos auf meiner Webseite hier:

<http://samuel-staffelbach.ch/Klangschalen-Massage-Seminare.html>

Anmeldung im Via Cordis hier:

http://viacordis.ch/de/01_kurse/kurse_detail.php?ID=368

Wasser-Klang-Essenzen



Für den Kurs am

Dienstag, 26. Februar 2013

Hat's noch ein paar freie Plätze.

Der nächste Kurs ist dann am

Dienstag, 24. September 2013

Anmeldungen sind auch für diesen Tag bereits jetzt möglich und empfohlen. Und zwar direkt bei der Firma Phytomed AG in Burgdorf. www.phytomed.ch

Mehr Infos direkt auch über diesen Link auf meiner Webseite

<http://samuel-staffelbach.ch/Klangessenzen-Seminare.html>

Heilgottesdienste u. Heilmeditationen mit Roman Grüter



Hier die Daten für die beliebten Heilgottesdienste **im
Bildungshaus Matt Schwarzenberg LU** bis Ende Jahr:

**6. Febr./ 6.März/ 3.Apr./8.Mai/ 12.Juni/ 11.Sept./
16.Okt./ 6.Nov. /11.Dez./ 8.Jan. 2014**

Neue Form der Heilmeditationen in Kriens !!!

Die beliebten Heilmeditationen in Kriens gestalten sich ab sofort in veränderter Form. Fortan wird der STILLE mehr Raum gegeben. Denn in der Stille geschieht ALLES WICHTIGE...

Roman Grüter schreibt dazu:

„Sei still!“ (Ramana Maharshi)

„Ausgehend vom erwähnten Zitat des grossen Weisheitslehrers Ramana Maharshi werden wir (Roman Grüter und ich: Anm. von mir) versuchen, durch Stille,

Musik, Klang, einfachen Texten und Handauflegen tiefgehende und heilende Erfahrungen zu vermitteln. „Ihre wichtigste Aufgabe ist es, zu sein, und nicht, dies oder das zu sein. ‚ich bin, der ich bin‘, das ist die ganze Wahrheit. Die Methode lässt sich in den Worten zusammenfassen ‚Sei still‘. Alles, was notwendig ist, um das Selbst (innerste Wirklichkeit) zu erkennen, ist, still zu sein.“

Ist in diesem Sinn die Stille nicht der Weg zu einer umfassenden Heilung? Für diese Heilmeditation braucht es keine Voraussetzung, nur die Bereitschaft, still zu sein, sich mit ganzem Herzen auf das einzulassen, was im Inneren und in Äusseren an heilender Bewegung und Veränderung geschieht.“

Und hier Daten für diese Heilabende in **Kriens bis Ende Jahr:**

20.Febr. / 13.März/ 20.März/ 17.Apr./ 15.Mai / 29.Mai/ 5.Juni/ 26.Juni/ 18.Sept./ 23.Okt. / 30.Okt./ 13.Nov./ 20.Nov./ 4.Dez./ 18.Dez./ 15.Jan. 2014/ 22.Jan.

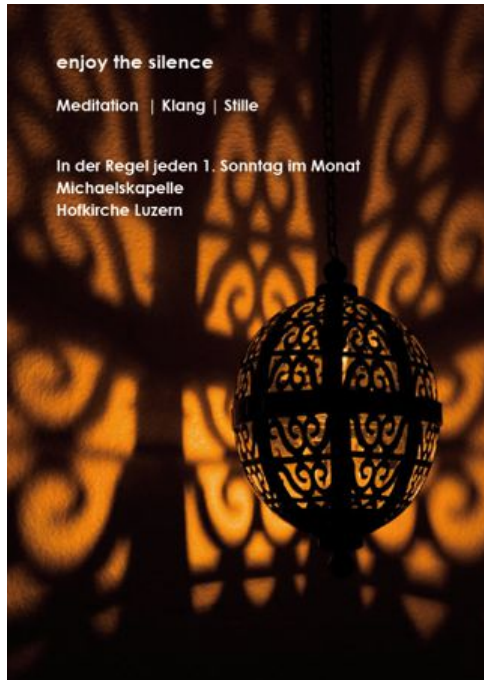
Wie immer auch mit Infos abrufbar auf meiner Homepage, direkter Link:

http://samuel-staffelbach.ch/Veranstaltungen_Roman-Grueter.html

oder über die Homepage von Roman Grüter:

www.roman-grueter.ch

Enjoy the Silence



Eine Stunde der Achtsamkeit...

Geht fortlaufend weiter...

Keine geführte Meditation!
Einfach Stille SEIN und Stille genießen...

Ich freue mich auf jede Besucherin / jeden Besucher, mit der/dem ich zusammen ins Herz der Stille eintauchen darf. Zusammen ist es einfach noch schöner und intensiver!

Das PDF mit den Daten liegt bei.

Ort: Michaelskapelle, Hofkirche. Luzern

Daten 2013:

3.3./5.5./6.10./1.12.

jeweils 19.30 bis 20.30 Uhr

Eintritt frei

Zum Schluss möchte ich ausnahmsweise auf ein Angebot eines Freundes hinweisen. **Daniel Studhalter** leitet im Sommer eine **Kailash-Reise nach Tibet**, der Heimat der Klangschalen. Daniel Studhalters Reise ist vergleichsweise günstig. Ich war schon oft mit Daniel privat unterwegs und kann wirklich sagen; Daniel ist ein hervorragender Reise- (Beg-)leiter, es ist wirklich SEIN Ding.

Beiliegend das PDF zur Reise für diejenigen die sich dafür interessieren.

So, jetzt wünsche ich Euch die Gnade des bedingungslosen Ja's zu Euch selber.

Euer Samuel Staffelbach

