

# Anmeldung

Ich melde mich an zum Kurs

## Stimme des dichts

Freitag, 14. Dezember bis  
Montag, 17. Dezember 2018

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ: \_\_\_\_\_

Ort: \_\_\_\_\_

Tel: \_\_\_\_\_

Fax: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Alter:  
(freiwillig) \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Der Kurs beginnt am Freitag mit dem Abendessen um 18.30 Uhr und endet am Montag mit dem Mittagessen.

### Kosten

**Kurskosten:** CHF 331,- \*  
zuzüglich Kosten für Unterkunft und Verpflegung

(\*entspricht rd. 293,- €; Wechselkurs Stand August 2017; es gilt der Wechselkurs zum Zahlungszeitpunkt)

Zimmerbuchung bitte je nach gewünschter Kategorie bei der Anmeldung zum Kurs vornehmen.



**KLOSTER RICKENBACH**

vereinfachen • vertiefen • versöhnen

Dominikusweg 3  
CH-6221 Rickenbach / LU  
Tel.: +41 (0) 41 932 12 00  
info@kloster-rickenbach.ch  
www.kloster-rickenbach.ch

# 2018

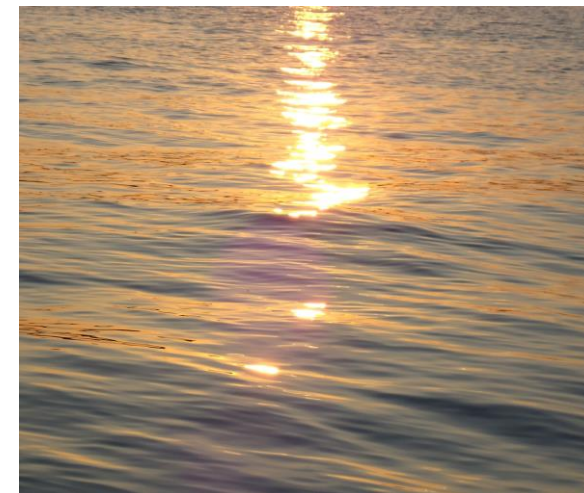
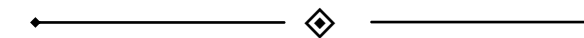


Foto: © Steffi Schmid

## Stimme des dichts



Stimme & Klang - Körperarbeit -  
Entspannung

14. -17. Dezember 2018

# Stimme des Lichts

---

Wir wollen uns auf eine Reise zu dem heilen Raum in uns selbst begeben, an den Ort wo Ruhe und Frieden herrschen, und unser inneres Licht zum Strahlen bringen.

Die Arbeit mit der Stimme in all ihren Farben und Facetten sowie den heilenden Klängen wird uns dabei Mittel und Hilfe sein. Sowohl durch leise meditative, als auch durch laute und expressive Stimmübungen wollen wir die fließende und schwingende Kraft in uns aktivieren und vereinigen. Körperübungen werden uns dabei helfen, Spannungen und Blockaden loszulassen. Der Umfang unserer Stimme wird sich dadurch erweitern und der Klang wird strahlender. Unsere Kraftzentren werden aktiviert und wir finden zu den Wurzeln unseres Klages und somit zu uns selbst zurück.

Durch einfache Entspannungs- und Meditationsübungen in Stille und Bewegung können sich unsere inneren Sinne entfalten und unsere Wahrnehmung wird sich verbessern. Wir finden in unsere Mitte zurück und sind von neuem mit der in uns verborgenen Kraftquelle verbunden – Vertrauen, Dankbarkeit und Freude entfalten sich!

Das Seminar bietet eine wunderbare Gelegenheit, sich auf die geweihte Nacht und die Geburt des Lichtes in uns vorzubereiten.

## Mittel:

---

Stimmarbeit, Bewegungs-, Entspannungs- und Meditationsübungen, Gesang & Gebet

## Mitzubringen sind:

---

Bequeme Kleidung, warme Socken, falls erwünscht

Meditationskissen (Schemelchen sind vorhanden) und falls vorhanden  
Weihnachtsliederbüchlein

## Kursleitung

---

Steffi Schmid  
(Lehrerin für Stimmarbeit, Körper- und Energiearbeit und Meditation, Lehrerin der Selbstkraftquelle-Methode, Ergosom-Praktikerin und -Ausbilderin)

*lobt ihn mit dem Schall der Hörner.*

*lobt ihn mit Harfe und Zither.*

*lobt ihn mit Pauken und Tanz.*

*lobt ihn mit Flöten und Saitenspiel.*

*lobt ihn mit hellen Zimbeln.*

*lobt ihn mit klingenden Stimmen.*

*Alles, was atmet, lobe den Herrn!*

*Halleluja!*

Psalm 150