



...19.Newsletter...19.Newsletter...19.Newsletter...

„Let the things fall into place“

Liebe Freunde und Interessierte

Ist das nicht ein wunderbar entspannender Gedanke?
Einfach die Dinge an ihren rechtmässigen Platz fallen zu lassen? Einfach die Hände zu öffnen und die Steine dorthin fallen zu lassen wo sie natürlicherweise hingehören? Ohne Anstrengung und Stress, ohne Arbeit, ohne Visualisation etc.?

Wie viel Zeit verwenden wir darauf und fragen uns selber, warum gewisse Dinge uns zustossen oder warum gewisse Dinge anderen zustossen. Manchmal mobilisieren wir alles in unserer Macht Stehende, dass etwas Bestimmtes passiert und es passiert doch nicht und dann sind wir frustriert. Wir verwenden tonnenweise Energie darauf, gewisse Dinge festzuhalten. Äussere und innere Dinge. Die Arbeit, die uns Kraft und Auskommen gibt, aber uns immer mehr kalt lässt oder uns sogar anödet, die Partnerschaft, die von meinem

Freundes- und Verwandtenkreis so bewundert wird, aber bei der vielleicht eine grundlegende Veränderung anstehen würde, die Wohnsituation, die günstig und zentral ist, aber die mir nicht diese Oase der Ruhe und der Regeneration bietet, die ich eigentlich benötigte etc., etc.

Aber es können auch innere Bilder und Konzepte sein, an denen wir uns festhalten. Feste Vorstellungen von Erfolg im Beruf, fixe Programme einer gut funktionierenden Partnerschaft oder wie mein „Zukünftiger“ sein sollte, klar festgelegte Konzepte wie genau das gewünschte Haus sein und was es kosten sollte etc. Jeder hat eigene Beispiele aus seinem Leben.

Aber diese Mechanismen laufen auch auf grösserer Ebene ab. Die Politiker weltweit versuchen mit den immer gleichen und alten Ideen (die noch nie wirklich funktionierten) und tausend neuen Gesetzen die kommenden epochalen Veränderungen koste es was wolle hinauszuzögern, das Grosskapital versucht mit allen legalen und illegalen Mitteln so viel Kohle vor der grossen Umwandlung zu machen wie nur möglich, egal wie viele menschliche oder mitweltschädigende Kollateralschäden anfallen. Und die Zentralbanken rund um den Globus drucken Geld wie die Wahnsinnigen, um die Dinge am Laufen zu halten, um ein bisschen Zeit zu gewinnen (wofür?) ohne sich Gedanken zu machen was das für Konsequenzen für uns „Kleinen“ und unsere Kinder hat.

Natürlich, nicht alles muss verändert werden, vieles ist schon harmonisch an seinem rechten Platz...

Trotzdem glaube ich, dass es unzählige Möglichkeiten in unserem persönlichen und im globalen Umfeld gibt, die schweren Steine aus unseren klammernden Händen zu entlassen, sie fallen zu lassen und einfach zu vertrauen, dass sie auf einem harmonischen, für mich aber im Moment

noch nicht vorhersehbaren Platz zum Liegen kommen. Ich bin überzeugt, es gibt einen intelligenten und liebevollen, natürlichen oder göttlichen Plan für alles und für jeden. Und alles kommt früher oder später sowieso so wie es kommen soll. Dagegen ankämpfen ist zwecklos. Wieso also sich nicht gleich heute Alles diesem allem innewohnenden Plan anvertrauen?

Wenn wir in innerer Demut, Bescheidenheit und Harmonie unserem Leben innen und aussen begegnen, kommt diese natürliche Ordnung schneller.

Früher oder später wird für jeden von uns der göttliche Plan sichtbar aktiv! Für jeden von uns gibt's diesen Ort, wo er glücklich leben kann, für jeden von uns gibt's diese „Arbeit“, wo er sich kreativ und leidenschaftlich entfalten kann, für jeden von uns gibt's diesen Partner, der unser Herz zum Singen bringt. Und für jeden von uns gibt's diese natürliche, gewaltlose, harmonische und logische innere Entwicklung hin zur Meisterschaft, ohne dass wir uns sorgen müssten darum.

Gewisse Dinge finden so für immer ihren rechtmässigen Platz, für den sie seit jeher geschaffen wurden, für andere Dinge heisst das dann aber, sie fördern mich und dadurch auch das Weltganze eine gewisse Zeit, sie lassen mich glücklich wachsen daran, bis der Stein wieder eine Stufe tiefer rollt an den nächsten Platz, wo er eine Zeit lang liegen bleibt und sich die Welt aus einer anderen Perspektive anschaut... bis er schliesslich Stück für Stück zerfällt (das äussere „Ich“...) und aufgeht im Meer des All-Einen. Und wer hat das besser ausgedrückt als Hermann Hesse in seinem unsagbar schönen Gedicht „Stufen“:

Stufen

*Wie jede Blüte welkt und jede Jugend
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.
Es muß das Herz bei jedem Lebensrufe
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern
In andre, neue Bindungen zu geben.
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben*

*Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,
An keinem wie an einer Heimat hängen,
Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,
Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.
Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise
Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen,
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
Mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.*

*Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
Uns neuen Räumen jung entgegenschenden,
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden ...
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!*

Hermann Hesse

Übrigens. Es gibt ein Tondokument auf Youtube, wo Hermann Hesse sein Gedicht selber rezitiert! Hier könnt ihr es hören:

<http://www.youtube.com/watch?v=LaACP5GMUg>

Ich möchte Euch gern auf einige Veranstaltungen aufmerksam machen:

Neu !

Klangmassage- Anwender-Gruppe



In dieser einmal alle zwei Monate stattfindenden Abend-Gruppe geben wir uns paarweise eine vollständige Ganzkörper-Massage mit tibetischen Klangschalen. So wie wir es im Einführungskurs gelernt haben. Das alleine ist schon einen Besuch wert, denn viele, die den Kurs besucht haben, haben zuhause oder in Ihrem Umfeld keine oder zu wenig Möglichkeit, das Gelernte anzuwenden, sei es eine Massage zu geben aber vor allem auch eine Massage zu bekommen!

Durch das gegenseitige Geben und Nehmen einer 50-minütigen Klang-Massage machen wir uns selber und unserem Gegenüber ein wunderbares Geschenk. Jene die den Einführungskurs besucht haben wissen, dass auch das Geben einer Massage ein wunderbar entspannendes Erlebnis sein kann.

Durch dieses Geben und Nehmen an diesem Abend bekommen wir Erfahrung im Umgang mit dem Ablauf der Klang-Massage, mit der Handhabung der Schalen, und lernen in achtsamer Weise Verantwortung für uns und unser Gegenüber in einem geschützten Rahmen zu übernehmen. Alle sind somit am Lernen und dürfen auch „Fehler“ oder anders ausgedrückt Erfahrungen machen.

Die entspannende, zentrierende und vitalisierende Kraft einer fast einstündigen Klang-Massage kann nicht hoch genug eingeschätzt werden.

Zusätzlich werden Entwicklungs- und Heilprozesse in Gang gesetzt, von denen wir noch nicht einmal wissen, dass sie auf uns warten. Diese sind nicht planbar und ereignen sich gemäss dem individuellen göttlichen Plan jedes Einzelnen.

Zusätzlich zu den gegenseitigen Massagen vermittele ich jeden Abend ein weiterbildendes Element der Klangschalen-Massage.

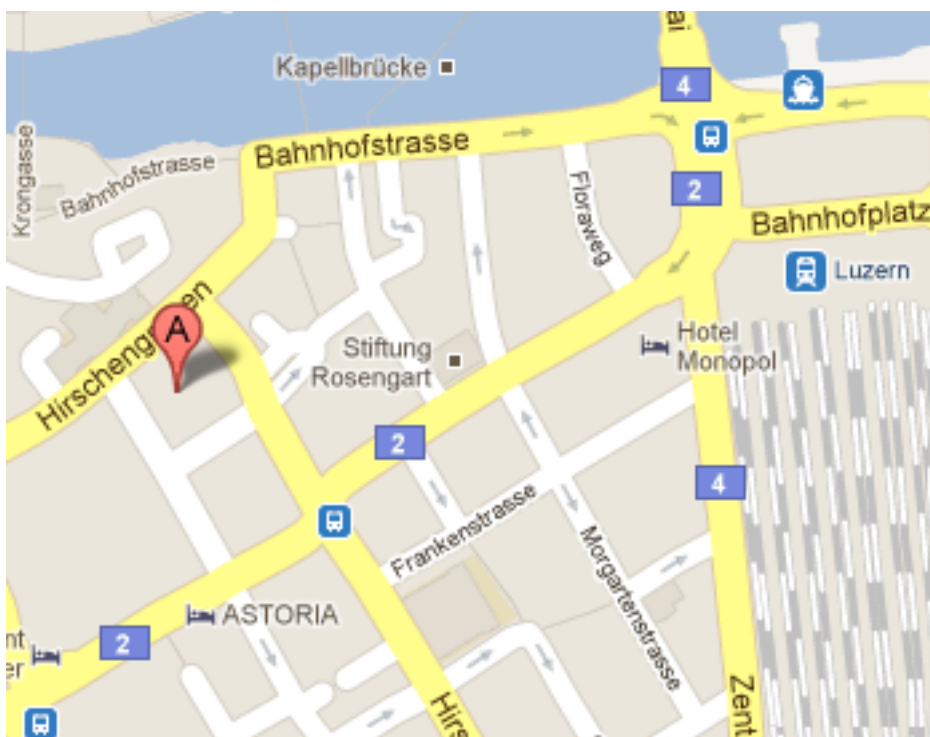
Diese Anwender-Gruppen-Abende sind alle in sich abgeschlossen und können somit einzeln besucht werden.

Kursvoraussetzung: Besuch eines meiner Klangschalen-Massage-Wochenenden oder eines vergleichbaren Kurses. Bitte nehmt eure eigenen Klangschalen mit! Bei Fehlen eines 3-er-Sets kann ich eines mitnehmen. Bitte mit mir absprechen.

Der Abend kostet pro TeilnehmerIn 35 Fr. und wird ab 6 Personen durchgeführt.

Termine für 2013: 7.Juni / 6.September / 1.November, jeweils Freitags von 19.00 bis ca. 21.30 Uhr

Yogagemeinschaft Luzern, Hirschengraben 13a, 6003 Luzern



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

Anmeldung bis spätestens 1 Woche vor dem Abend an mich.

Indianische Flöte Einführungs-/Spielkurs



Der Indianerflötenkurs vom 25.Mai ist ausgebucht. Ich habe nun zwei weitere Kurse angesetzt.

Samstag 1.Juni 2013
Samstag 22.Juni 2013

noch 2 Plätze frei
noch 6 Plätze frei

Beide Kurse finden definitiv statt. Nähere **Infos** auf meiner Webseite

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

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

Klang und Meditation

bei den Benediktinern



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

Auch dieser Tag war wie der erste wunderbar und ausgebucht. Die Kombination von Klangschaalen-Massage und stiller Meditation ist sehr kraftvoll und ein tiefgehender Genuss.

Für die nächsten Kurse am **5.Oktober** und **9.November** sind noch ein paar Plätze frei. Hier der Link zum Kurs bei den Benediktinern mit der Möglichkeit zur Anmeldung.

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

Und hier der Link mit ein paar Worten zum Kurs auf meiner Webseite:

http://samuel-staffelbach.ch/aktuelles_klangtherapie_indianerfloeten_klangschalen-massage_kristall-klangschalen.html

Vorschau: im **2014** veranstalten Br. Daniel Prandini OSB und ich **vertiefende Wochenenden!** Das geht dann definitiv unter die Haut... Die Daten zum Vormerken:

4. - 6.April / 3. - 5.Oktober

Nähere Infos folgen in einem nächsten Newsletter

Und für alle diejenigen, die den Einführungskurs machen möchten ...

...Hier kommt der Nächste...

Seminar

Klangschalen-Massage



15. – 17.November 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=231225

Neu !!!

Klangschalen-Massage Fortsetzungskurs!

Der von Einigen von Euch gewünschte Fortsetzungskurs in Klangschalen-Massage kommt! Er wird erstmals im April 2014 stattfinden. Er beinhaltet voraussichtlich folgende Themen:

- Prinzipien und Grundhaltungen in der Klangmassage
- Das Resonanzprinzip als Ansatz der Klangmassage-Arbeit
- Neue Elemente der Klang-Massage
- Arbeit mit dem Fen-Gong
- Aura-Arbeit und Harmonisierungstechniken
- Arbeit mit der Fusschale
- Arbeit mit Wasser

Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kurs ist der Besuch eines meiner Einführungskurse oder eines ähnlichen Kurses.

Der Kurs findet wie immer im Haus „Via Cordis“ im Flüeli-Ranft statt. Erstmals am

11. – 13. April 2014

Das für diejenigen, die dieses Datum sich mal vormerken möchten. Es besteht bereits jetzt die Möglichkeit sich im Via Cordis für diesen Kurs anzumelden obwohl es ja noch ein Jahr geht. Hier der Link:

http://www.viacordis.ch/de/01_kurse/kurse_detail.php?id=233355

Weitere Infos gibt's in einem späteren Newsletter.

Wasser-Klang-Essenzen



Nächster Kurs am

Dienstag, 24. September 2013

Anmeldungen sind für diesen Tag jetzt möglich. 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>

Vorschau Neu!

Im Februar 2014 gibt's auch hier einen **Fortsetzungskurs!** Regina Fürer und ich haben neue, hochinteressante Forschungen gemacht. Wir freuen uns, Euch diese weiterzugeben.

Daten 2014. 18. Februar / 23. September

Wie immer bei der Phytomed (www.phytomed.ch) AG in Burgdorf, wo man sich auch anmelden kann.

Heilgottesdienste u. Heilmeditationen mit Roman Grüter



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

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

Hier die Daten für die **Heilmeditationen in Kriens** bis Ende Jahr:

**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. 2014**

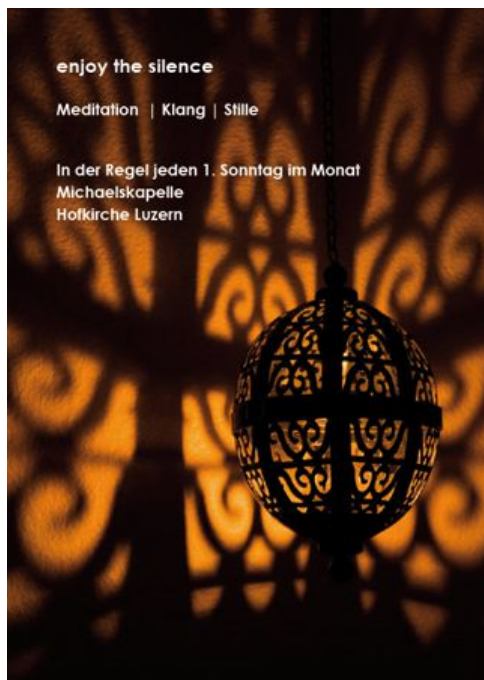
Wie immer auch mit Infos abrufbar auf meiner Homepage,
direkter Link:

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... Das nächste Mal nächsten Sonntag!

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:

5.5./6.10./1.12.

jeweils 19.30 bis 20.30 Uhr

Eintritt frei

So, und was lese ich da bei Albert Schweitzer, dem berühmten Urwaldarzt und Musiker?

"Eventually all things fall into place. Until then, laugh at the confusion, live for the moments, and know EVERYTHING HAPPENS FOR A REASON."

Euer Samuel Staffelbach

