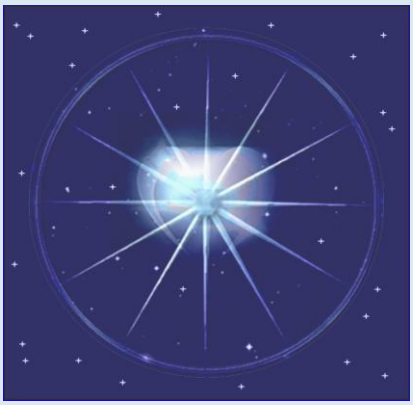


Spirit in ONE

Tessiner Bergdorf pur!

Geheilte Tage des Erinnert-seins
(Retreat-Tage der Stille, längere Variante Oktober)

Lieber Erinnerter, liebe Erinnerte

Geheilt sein ist dann, wenn ich als meine Lebendigkeit erinnert bin. Jene Lebendigkeit, welche sich als alle Dinge zeigt. Jene Lebendigkeit, welche ich selbst bin. Alle Dinge kommen und gehen, sind schnell vorbei. Doch sie sind Lebendigkeit, welche ich bin. Die nie vergeht! Ein Empfinden stets das zu Hause zu sein. Nichts ist passiert! Grosses Glück!

So gelebt ist auch das Tessiner Bergdorf ganz pur. Im Erkennen seiner Lebendigkeit geht auch mein Ich in seiner Lebendigkeit auf. Sanft wird es aufgenommen. Schläft ein. Welch schönes Wunder!

Wann?

Samstag, 2. Oktober 2027 Mittag bis Samstag, 9. Oktober 2027 Vormittag

Wo?



Wir dürfen dich in unserem 2022 renovierten **Walserhaus in CH-6746 Calonico im Nord-Tessin** begrüssen. Calonico ist in gut 2 Stunden von Zug, Luzern und Zürich mit dem ÖV und in 1 ½ Stunden mit dem Privatauto zu erreichen. Calonico ist einer der drei Hauptkraftorte der Südschweiz und beeindruckt auch schweizweit. Die Lebendigkeit zeigt sich mit bis zu 65'000 Bovis (Rigi 22'000 Bovis). Das Haus verfügt über 6 Doppelzimmer und kann abhängig von der Bettenbelegung neben uns dementsprechend zwischen 5 und 10 Gäste aufnehmen. Im Dachgeschoss findet sich der geräumige und heimelige Meditationsraum und im EG ein Aufenthaltsraum mit Cheminéeofen sowie offener grosser Küche. Unter https://www.spirit-in-one.ch/standorte/ finden sich einige Fotos.

Wie finde ich den Ort?

Auto: Auf der Autobahn A2 bis zur Autobahnausfahrt Faido fahren und die Autobahn dort verlassen. Danach rechts Richtung Lavorgo abbiegen. Nach ca. 5 Minuten erreicht man den Bahnhof von Lavorgo. Gleich danach links Richtung Calonico abbiegen. Dieser Strasse folgt man 5 km bergauf bis zum Dorfeingang von Calonico. Das Haus hat folgende Adresse: Al Ri 16. Eingangs Dorf bei der Entsorgungsstelle gibt es viele Parkplätze (beim Haus selbst nur 2). Um bei einer Anfahrt aus dem Norden via Gotthard **dem Stau vor dem Strassentunnel in Göschenen auszuweichen,** empfehlen wir entweder eine Fahrt über den Pass oder das Auto in Erstfeld auf dem Park-and-Ride Parkplatz beim Bahnhof stehen zu lassen (sehr günstige Parkmöglichkeit) und die Reise mit ÖV fortzusetzen (siehe unten). Calonico ist ab Erstfeld in gut einer Stunde erreichbar.

ÖV: Mit der Eisenbahn gelangt man nach Lavorgo. Danach mit dem gelben Postauto Nr. 124 (angeschrieben mit «Sobrio») nach «Calonico Paese» fahren. Dort geht man etwas zurück zum Dorfeingang und findet an der Adresse «Al Ri 16» das Haus. Selbstverständlich holen wir die Gäste bei Bedarf auch in Lavorgo ab (etwas eingeschränkter Postautobetrieb).

Treffpunkt?

Wir gehen gleich zu Beginn am Samstagmittag gemeinsam zum Einkaufen. Vor diesem Einkauf essen wir gemeinsam in einem Restaurant zu Mittag. Der entsprechende **Treffpunkt wird mit den Teilnehmenden je nach Anreise nach erfolgter Anmeldung abgesprochen**.

Ablauf der Woche?

Wir werden am Samstag nach dem Einkauf die Zimmer beziehen und den Einkauf verstauen. Danach geniessen wir ein erstes Mal die Ruhe und gehen gemeinsam in ein typisches Grotto zum Abendessen. Am Sonntag werden wir brunchen, uns organisatorisch absprechen und wo nötig vorkochen. Am Sonntag um 11.15 Uhr steigen wir in die Stille ein.

Bis Freitagmittag gestalten wir die Geheilten Tage des Erinnert-seins in der Stille. Details könnt ihr dem angehängten Tagesplan entnehmen. Die grauen Felder im Plan werden wir gemeinsam am Sonntag absprechen und beschriften. Es gibt täglich Gelegenheiten zu persönlichen Gesprächen.

Am Freitagmittag kehren wir zum Sprechen zurück. Den Rest des Tages gestalten wir mit einem gemeinsamen Ausflug, je nach Wetter, und am Abend mit einem Grottobesuch oder einem gemütlichen Abend bei uns im Garten mit typischer Tessiner Spezialität (nach Absprache aller Teilnehmer).

Am Samstag, den letzten Tag, werden wir im Verlaufe des Morgens nach dem letzten gemeinsamen Frühstück die Heimreise antreten.

Was sollte ich mitbringen?

Bequeme Meditationskleider, Wanderbekleidung für die Gehmeditation in der Natur (auch bei Regen), Sportutensilien (soweit wie benötigt), Toilettenartikel, Schlafanzug. Im Tessin kann es um diese Jahreszeit schön warm sein. Aber wir sind in einem Bergdorf. Deshalb ist auch warme Bekleidung notwendig. Zudem gehen wir zweimal auswärts essen. Badetücher und Bettwäsche müssen nicht mitgebracht werden. Die Lebensmittel werden wir am Samstag nach dem Treffpunkt gemeinsam einkaufen. Wir bitten euch aber spezielle Dinge, welche ihr für eueren Menübeitrag braucht, von zu Hause mitzubringen. Näheres zum Kochen untenstehend. Zur Einstimmung der Meditationen könnt ihr Texte von 1 – 2 Minuten Länge mitbringen.

Kochen?

Das Kochen wird von den Teilnehmenden abwechslungsweise übernommen. So wird jeder Teilnehmende einmal mit Hilfe eines anderen Teilnehmenden kochen. Die Erfahrung zeigt, dass dieses Kochen zu einem starken Gemeinschaftsgefühl beiträgt und von den Teilnehmenden sehr geschätzt wird. Man beschenkt und unterstützt sich so gegenseitig. Die Speisen werden dabei einfach gehalten. Die Details sprechen wir mit den Teilnehmenden nach Eingang der Anmeldungen ab. Und keine Angst: Bei Bedarf helfen wir!

Wieviel?

Fr. 750.— alles inklusive (In diesem Betrag sind sämtliche Kosten enthalten ausgenommen das Mittagessen beim Treffpunkt und Grottobesuche/siehe oben beim Ablauf der Woche.)

Wie bei allen unseren Angeboten sollen finanzielle Fragen nach Möglichkeit nie dazu führen, dass jemand nicht mit dabei sein kann. Bei Bedarf darf man deshalb mit uns reden.

Die Preise sind vergleichsweise günstig. Um diese Preise trotz sehr guter Qualität zu ermöglichen, gelten Reservationen und Anmeldungen definitiv. Bei einer Annullation durch den Teilnehmenden werden die ganzen Seminarkosten fällig. Andernfalls müssten wir Annullationskosten durch höhere Seminarpreise kalkulieren, wodurch Teilnehmende unfairerweise Kosten der Annullierenden bezahlen würden.

Die Angaben für die vorgängige Überweisung werden mit der Teilnahmebestätigung zugestellt.

Wie und bis wann anmelden?

Eine Anmeldung per **E-Mail** mit Namen und Adresse reicht. Da die Nachfrage rege ist, empfehlen wir ein **frühzeitiges Anmelden**.

Weitere Informationen: www.spirit-in-one.ch

Eva und Marco Bühler
Spirit in ONE

Al Ri 16, CH-6746 Calonico

+41 79 273 14 84 (Mobil Eva)
+41 79 418 36 56 (Mobil Marco)

info@spirit-in-one.ch