Info

Das zentrumRANFT ist ein Begegnungs- und Seminarhaus oberhalb des Sarnersees mit Sicht auf See und Berge. Es bietet allen Gästen vielseitige Impulse**. In und durch die Stille eine spirituell integrierte und solidarisch ausgerichtete Haltung zu leben, ist unser Ziel.** Achtsamer Umgang mit sich selbst und seinem Umfeld, **Meditationen, Kontemplationsschulungen, Yoga, Kursangebote, Begleitung von Auszeitgästen, Gespräche mit Einzelgästen** – unser Ort der Begegnung findet in einer Atmosphäre der Geborgenheit statt.

Informationen und Angebote unter: www.zentrumranft.ch

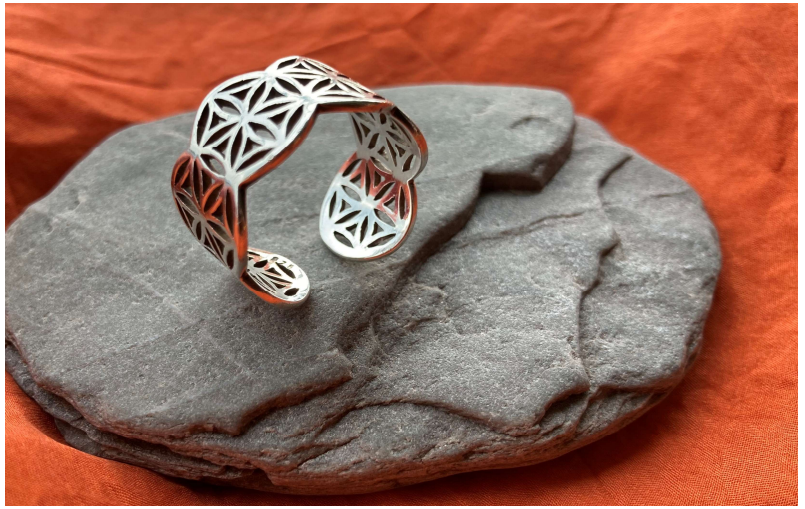
Wo finden Sie uns?

ÖV
Von Sachseln aus mit dem Postauto (Bus Nr. 351) bis zur Haltestelle «Flüeli-Ranft, St. Dorothea».

Auto
Die Liegenschaft zentrumRANFT liegt unmittelbar beim Dorfeingang von Flüeli-Ranft. Begrenzte Anzahl Gästeparkplätze auf dem Areal oder weitere Gratisparkplätze direkt im Dorf Flüeli-Ranft (ca. 4 Gehminuten).

zentrumRANFT, Hubel 2, 6073 Flüeli-Ranft, +41 41 660 58 58, info@zentrumranft.ch

zentrum RANFT
stille
spiritualität
solidarität



16.-18. Mai 2025
14.-16. November 2025

Retreat für Paare

Mit Liebe, Präsenz und Stille vom Ich – zum Du – zum Wir

Edita Blum & Markus Ringeisen

Kursleiterpaar

Edita & Markus

Als Paar sind wir seit dem Jahr 2000 gemeinsam unterwegs, in den ersten Jahren als Patchwork-Familie mit fünf Kindern, inzwischen auch als Grosseltern von mehreren Enkelkindern.
Unsere Beziehung vertieften wir in unserer Anfangszeit in Persönlichkeitstrainings bei Doris Christinger und Peter A. Schröter.
Ein tiefes Verständnis und Erfühlen von uns selbst und unserer Liebe erfuhren und erfahren wir in den „Making Love Retreats“ von Puja Diana und Raja Michael Richardson, an welchen wir regelmässig teilnehmen. Für diese Erfahrungen sind wir aus tiefstem Herzen dankbar. Unsere Liebe im Alltag zu leben und unsere Erfahrungen zu integrieren erleben wir als Geschenk und gleichzeitig immer wieder als Herausforderung.

Edita (Edith Maria) Blum

Psychologin MSc, Psychotherapeutin FSP, Supervisorin, Weiterbildung in Paartherapie, leitende Psychologin und Stellenleiterin eines Kinder- und Jugendpsychiatrischen Ambulatoriums.

Markus Ringeisen

Dipl. Ing. ETH, langjährige Erfahrung mit Männergruppen und in Persönlichkeitsentwicklung, Co-Leitung Mannebüro Luzern von 2012-2016, Zen-Meditation praktizierend.

Kursprogramm

Freitag

ab 14.00 Uhr	Check-In
17.00 Uhr	Begrüssung
17.15 Uhr	Meditation
18.30 Uhr	Abendessen
20.00 Uhr	Abendprogramm

Samstag

07.15 Uhr	Meditation
08.15 Uhr	Frühstück
09.30 Uhr	Morgenprogramm
12.15 Uhr	Mittagessen
13.30 Uhr	Einführung für die Zeit im Paar
14.00 Uhr	Zeit im Paar
17.15 Uhr	Meditation
18.30 Uhr	Abendessen
20.00 Uhr	Abendprogramm

Sonntag

07.15 Uhr	Meditation
08.15 Uhr	Frühstück
09.30 Uhr	Morgenprogramm
12.15 Uhr	Mittagessen, danach individuelle Abreise

Kursbeschrieb

Wenn ich mit mir in Liebe und Frieden bin, dann kann ich auch in liebe- und friedvoller Absicht aufs Du zugehen und so ein Wir in Liebe und Frieden schaffen.

In Körper- und Kommunikationsübungen schauen wir auf das eigene Befinden und erkunden die Befindlichkeit der Partnerin/des Partners:

- Umgang mit Nähe und Distanz
- Vertrauen in die Partnerin/den Partner
- Kommunikation im Paar
- Absichtslosigkeit im Zusammensein
- Integration der gemachten Erfahrungen in den Alltag

Die Übungen und der Austausch finden im Paar statt. Nur wer möchte, kann sich in der Gruppe äussern. Das Wochenende ist so gänzlich der Paarbeziehung gewidmet. Es wird kein gruppendynamischer Prozess angestrebt.
Gleichzeitig geben die Meditationen eine wunderbare Gelegenheit, ganz bei und mit sich zu sein und als Ganzes eine einzigartige Energie im Raum entstehen zu lassen.

Fragen

Bei Fragen zum Retreat erreicht ihr uns unter retreat-paare@bluewin.ch.

Voraussetzungen

Bereitschaft, sich auf einen tiefer gehenden Prozess gemeinsam mit der Partnerin/dem Partner einzulassen. Dies ganz im Sinne von Osho:
«Lernt die Sprache der Liebe, die Sprache des Schweigens. Es ist die Sprache der gemeinsamen Präsenz, die Sprache des Herzens, unserer innersten Wahrheit.»
Der Kurs ersetzt keine psychotherapeutische oder medizinische Behandlung. Die Teilnehmenden tragen die volle Verantwortung für sich selbst und ihr Tun inner- und ausserhalb des Retreats. Die Teilnehmenden verpflichten sich zu einem vertraulichen Umgang in Bezug auf alle Informationen zu den anderen Teilnehmenden.

Kurskosten

CHF 550 pro Paar exkl. Kost und Logis

Anmeldung

Kursanmeldung, Zimmerbuchung und Verpflegung an zentrumRANFT
Bitte erfassen Sie bei der Buchung im Feld "Bemerkung" beide Partnernamen.
041 660 58 58
www.zentrumranft.ch
info@zentrumranft.ch