

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

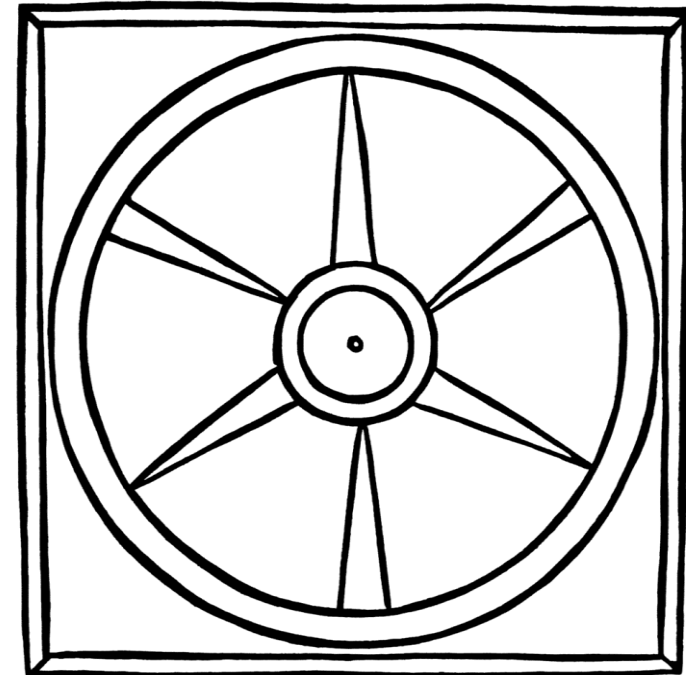
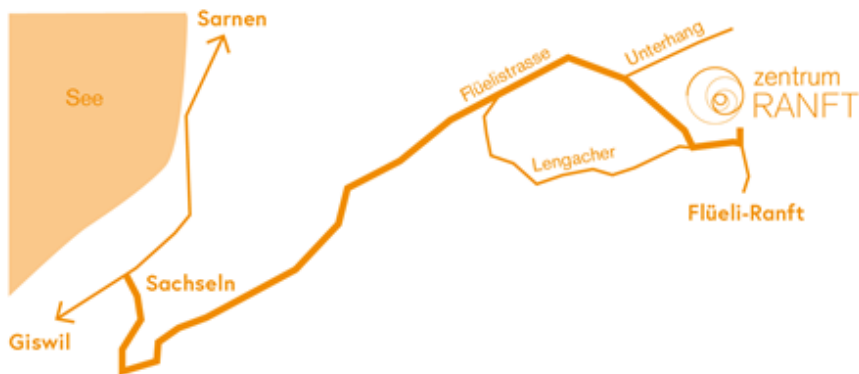
Wo finden Sie uns?

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).



13.-15. Juni 2025

Am Tor zur dritten Lebensphase Ganzheitliche Standortbestimmung

Lukas Niederberger

Kursprogramm

Freitag, 13. Juni 2025

Ab 14.00 Uhr	Zimmerbezug und Check-in
18.30 Uhr	Abendessen
19.45 Uhr	Kurseinführung

Samstag, 14. Juni 2025

07.45 Uhr	Meditation
08.15 Uhr	Frühstück
09.00 Uhr	Kursarbeit
12.15-13.00 Uhr	Mittagessen
15.00 Uhr	Kursarbeit, Besuch im Ranft
18.30 Uhr	Abendessen
19.45 Uhr	Kursarbeit

Sonntag, 15. Juni 2025

07.45 Uhr	Meditation
08.15 Uhr	Frühstück
09.00 Uhr	Kursarbeit
12.15-13.00 Uhr	Mittagessen
anschliessend	Abreise

Kursleiter



Lukas Niederberger

Spiritueller Begleiter und Ritualgestalter. Ehemaliger Leiter Bildungszentrum Lassalle-Haus (1995-2008), Redaktor der Zeitschrift "aufbruch" (2008-2013) und der Schweizerischen Gemeinnützigen Gesellschaft SGG (2013-2022). Autor der Bücher "Kleine Bet-Lektüre" (Topos Grünewald 2014) und "Rituale. Dem Tag, dem Jahr, dem Leben Struktur geben" (Patmos 2020).

Kursbeschreibung

Inhalt

Niklaus von Flüe stand mit seinen damals 50 Jahren am Tor zum dritten Lebensabschnitt. Nach Jahrzehnten harter Arbeit begab er sich auf die Suche nach der stimmigen Gestaltung der nächsten Lebensphase. Im 21. Jahrhundert beginnt der Übergang zur dritten Lebensphase je nach Biographie zwischen 55 und 70 Jahren. Im Blick zurück lasse ich Freude und Dankbarkeit zu und suche nach einem versöhnten Umgang mit Enttäuschungen, Brüchen und Unerfülltem. Im Blick auf eine sinnerfüllte nächste Lebensphase prüfe ich meine Ziele und Werte, Interessen und Träume. Und die aktuelle Situation nehme ich bewusst als Brachzeit wahr, in der noch weitgehend unsichtbar etwas Neues am Entstehen und Wachsen ist. Mit den vermittelten Werkzeugen kann ich künftig meinen Standort selbst bestimmen.

Das Wochenende beinhaltet thematische Impulse, Einzelarbeit, Austausch zu zweit, gemeinsame Meditation sowie die Möglichkeit zum Begleitgespräch mit der Kursleitung.

Kurskosten

CHF 250.00 exkl. Kost und Logis

Anmeldung

Kursanmeldung, Zimmerreservation und Verpflegung an zentrumRANFT, 041 660 58 58 oder per Email an info@zentrumranft.ch.

Weitere Kurse mit Lukas Niederberger

- 06.-08.12.2024
Vom Getriebensein zur engagierten Gelassenheit
Mit Bruder Klaus zum ruhenden Pol im Rad finden
- 11.-13.04.2025
Vom Leisten zum Leben
Wie können und wollen wir in unserem Leben der Spiritualität, der Sinnfindung, der Genügsamkeit und Langsamkeit mehr Raum schenken