



formfrei

Die Kathedrale von Chartres

Reisen in äussere und innere Räume

30. April – 7. Mai 2023

16. – 23. Juli 2023



Ein Ort starker kosmisch-terrestrischer Energie (Kraftort), ein Hügel, auf dem Druiden jahrhundertlang ihr Wissen weitergaben, eine der bedeutendsten Stätten der Marienverehrung im Mittelalter, Standort einer berühmten Kathedralschule, an der im 11. und 12. Jahrhundert die herausragendsten Gelehrten der damaligen Zeit wirkten, die erste hochgotische Kathedrale Europas, die grösste Unterkirche Frankreichs, ein Heilort für Pilger und Kranke, eine Architektur, die auf dem Goldenen Schnitt und musikalischen Proportionen beruht, und 2500 m² (blaue) Glasfenster, die den Kirchenraum in ein mystisches Licht tauchen – all das ist Chartres!

Notre-Dame de Chartres ist aber noch viel mehr: Ich erlebe diese Kathedrale als eine lebendige, schwingende Wesenheit aus Stein, die erbaut wurde, um mit dem Menschen auf allen Ebenen in Resonanz zu treten. Wer sich aufgerichtet und mit innerer Offenheit diesem unvergleichlichen sakralen Raum „aussetzt“, kann Energie, Klärung, Heilung, Freude und tiefes Glück erfahren.



Wir begeben uns gemeinsam auf eine (Pilger)Reise, jede und jeder auf ihre/seine ganz eigene. Ich begleite euch auf eurem individuellen Weg mit vielfältigen Körper-, Spür-, Imaginations- und Atemübungen sowie kunsthistorischen Führungen um und in der Kathedrale. Das Seminar bietet einen integrativen und erkenntnisorientierten Zugang: Körper, Geist und Seele, Architektur, Kunst- und Kulturgeschichte werden zu einem Ganzen verwoben. So könnt ihr die Kathedrale in all ihren Dimensionen erleben und erfahren.



Ein umfangreiches Skript, in dem ich die Geschichte des Ortes, die Baugeschichte und Architektur der Kirche, sowie geistes- und kulturgeschichtliche Aspekte in Hinsicht auf unser Seminar zusammengetragen habe, schicke ich euch vor der Reise zu. So habt ihr Zeit, euch in Ruhe zu Hause vorzubereiten.

In Chartres selber geht es darum, das Gelesene und alles, was ich euch im Laufe der Woche erzähle und zeige, mit euch selber im Körper und im Herzen zu verbinden, es zu eurem Eigenen zu machen. Z.B.: Wie wirken sich die Proportionen des Kathedralraums auf mein Inneres aus? Wie erlebe ich Innen- und Aussenraum? Wie kann ich die unterirdischen tellurischen Kräfte im Körper aufsteigen und die lichten, kosmischen Energien absteigen lassen? Wie unterstützt mich die Kathedrale in meiner doppelten Beschaffenheit als irdisches und göttliches Wesen? Was haben die Figuren an den Portalen und in den Glasfenstern mit mir zu tun? Wie fühlt es sich an, wie die thronende Maria zu sitzen? Was bringe ich in die Welt? Was lehrt mich das Labyrinth? usw.



Neben dem Seminar gibt es auch die Möglichkeit, den Dachstock und die Krypta zu erkunden (öffentliche Führungen). Im Juli finden zudem Orgelkonzerte statt, und das Labyrinth ist zusätzlich zum Freitag auch am Dienstagabend begehbar. Dafür sind im Juli deutlich mehr Menschen in Chartres als im Mai; die Frühlingswoche ist also etwas ruhiger.

Wo? Wir wohnen in der Hôtellerie Saint Yves, nur wenige Schritte von der Kathedrale entfernt. Die Zimmer sind einfach aber zweckmässig. Jedes Zimmer verfügt über eine moderne Dusche/WC. Fotos und weitere Infos findet ihr auf www.maison-saint-yves.com. Das Frühstück nehmen wir in der Hôtellerie Saint Yves ein, alle anderen Mahlzeiten je nach Lust und Laune in verschiedenen Restaurants und Cafés des malerischen Städtchens. Die regelmässigen Bewegungssequenzen und Austauschrunden finden in der Salle St Etienne II in der Hôtellerie Saint Yves statt.

- Wann? Beginn: So, 30. April bzw. 16. Juli 2023, um 17 h
in der Salle St Etienne II (Erdgeschoss)
Ende: So, 7. Mai bzw. 23. Juli 2023, nach dem Frühstück
- Wer? Dieses Seminar richtet sich an alle, die eine erkenntnisreiche, inspirierende, heil- und erholsame und nicht zuletzt genussreiche Woche an einem ganz besonderen Ort verbringen möchten. Die Gruppengrösse ist auf 8 Teilnehmende beschränkt.
- Wieviel? EZ mit Frühstück und Anteil Saalmiete:
710 Euro für die ganze Woche. [Das sind die Tarife von 2022. Die Preise für 2023 können sich ev. geringfügig erhöhen].
Kurs: Fr. 900.-, inkl. Skript und Führungen.
Hinzu kommen die individuellen Reisekosten und Mahlzeiten.
Wer mit dem Auto anreist, kann gratis vor dem Hotel parkieren.
- Leitung: Dr. Claudia Guggenbühl
Promovierte Mediävistin (franz. Literatur des Mittelalters);
Indologin (MA)
Yogalehrerin mit über 30 Jahren Unterrichtserfahrung
Spiraldynamik® Lizenzpartnerin (Level Advanced)
KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom (Yogatherapie)
Faszien-Coach intendons® (innere Bewegung)
20 Jahre Erfahrung in Continuum Movement
- Anmeldung: info@claudia-guggenbuehl.ch / 044 720 21 32
www.claudia-guggenbuehl.ch

