



**...17.Newsletter...17.Newsletter...17.Newsletter**

...

***„Mein Bewusstsein ist***

***Mein Bewusstsein ist***

***Mein Bewusstsein***

***Ich Bin der Hüter meines Bewusstseins!“***

Liebe Freunde und Interessierte

Wir leben in einer Zeit der Umbrüche, seien es persönliche oder globale. Wir alle spüren das. Wenn ich mit Menschen spreche erfahren das viele ähnlich, zuweilen als sehr schmerzhaft, zuweilen aber auch als sehr befreiend. Und viele meinen, dass die Umbrüche noch deftiger werden. Ob sie auch schmerzhafter werden, lassen wir mal offen. Aus der Geschichte müssten wir sagen: Der Mensch lernt nur durch Schmerzen und Leiden, oder anders ausgedrückt; nur wenn uns das Messer an den Hals gesetzt wird, sind wir bereit, etwas zu ändern. Das gilt sowohl für unseren persönlichen Wachstumsprozess als auch für nationale und globale Bereiche.

Aber müssen wir denn immer den gleichen Modus „Lernen durch Leiden“ beibehalten? Könnten wir nicht auch einen neuen Modus, eine neue „Software“ in uns installieren, z.B. „Lernen durch Freude und Glück“ .

Wir alle haben schon 100-fach in unserem Leben erfahren und gespürt, was uns wirklich gut tut, Freude macht und freier macht und was uns wirklich nicht gut tut und uns einengt, jeder auf seine eigene Art. Nehmen wir es wahr? Nehmen wir uns ernst?

Dem Leben ist es wahrscheinlich egal, was für einen Modus wir wählen, das Leben geht seinen Weg und führt uns so oder so ans Ziel eines glücklichen Seins, aber für uns selber macht es einen sehr grossen Unterschied wie wir die offenbar anstehenden inneren und äusseren Umbrüche durchleben.

Dabei geht es um die innere Haltung, Wertung und Wahrnehmung für uns selber, unser Denken und Fühlen und für die Welt „da draussen“.

Immer mehr werden wir uns deshalb bewusst, dass es darum geht, Verantwortung für unser Bewusstsein, unser Denken und Fühlen, unsere Wahrnehmung zu übernehmen, völlig egal was andere über uns denken, fühlen und sagen, völlig egal, was die Zeitungen und News-Portale uns als „Breaking News“ verkaufen wollen und scheinbar so eminent wichtig ist.

Was passiert in uns, wenn wir uns aufregen, weil Assad in Syrien sein Volk bombardiert oder die Aufständischen ein Massaker anrichten, wenn wir uns nerven, weil die Israelis den Palästinenser völkerrechtswidrig wieder mehr Boden wegnehmen oder ihre Olivenbäume ausreissen, wenn unsere Wut hochkommt, weil der Nachbar wieder so unmöglich sein Auto vor die Einfahrt stellen muss, dass wir kaum noch raus können obwohl wir es ihm doch schon 1000 Mal gesagt haben, wenn unser Partner schon wieder... etc., etc. ? Was passiert in uns? Was richten wir damit in unserem Innenleben an?

Niemand kommt dann und kümmert sich um die Aufregung, das Nerven oder die Wut, die in unserem Bewusstsein modern. Wir alleine haben uns entschieden, all dies in unser Bewusstsein reinzulassen und wir alleine müssen damit „fertig“ werden.

WIR sind Hüter unseres Bewusstseins, WIR entscheiden, was wir in unser Bewusstsein, unser Denken und Fühlen und Wahrnehmen hineinlassen und WIR sind es auch, die mit allem, was da drinnen in uns ist, umgehen müssen. Und so ist diese Erkenntnis, dass wir alleine für unser Bewusstsein verantwortlich sind einerseits ein bisschen erschreckend, andererseits aber auch eine Riesen-Chance: WIR können entscheiden, ob wir aus unserem Bewusstsein, aus unserem Leben ein Paradies machen oder eine Hölle, WIR alleine entscheiden das.

Oder habt Ihr schon einmal das Experiment gemacht, während 5 Minuten nur an LIEBE zu denken und dann zu schauen, wie es in Euch aussieht...?

Und so wünsche ich uns allen in dieser Weihnachts- und Umbruchszeit, dass wir den Mut und die Kraft finden, wahre Verantwortung für unser Bewusstsein zu übernehmen, damit es sich wirklich lohnt, bewusst zu sein.

***Ich möchte Euch gern auf einige Neuerungen aufmerksam machen:***

# Neue Webseite, neue Email-Adresse!

**Ab sofort gehört meine Webseite [www.klangfarb.ch](http://www.klangfarb.ch) der Vergangenheit an!** Im Verlauf der letzten Jahre hat sich mein Betätigungsfeld sehr stark verändert und so wurde eine Veränderung sowohl des Domain-Namens als auch der Inhalte immer zwingender. Nun ist es soweit! Leute, vergesst [klangfarb.ch](http://klangfarb.ch), **ab sofort findet Ihr alles und noch viel mehr unter**

**[www.samuel-staffelbach.ch](http://www.samuel-staffelbach.ch)**

Jene, die trotzdem [klangfarb.ch](http://klangfarb.ch) eingeben, werden automatisch umgeleitet auf die neue Webseite. Ihr findet darin unter anderem ein eigenes Kapitel „Seminare“ wo meine gesamte Seminartätigkeit benutzerfreundlich und übersichtlich dokumentiert ist, mit allen aktuellen Daten etc.

Des Weiteren findet Ihr einen viel grösseren Verkaufsbereich, wo ihr alles Wichtige zu meinen Instrumenten, die ich selber spiele und auch verkaufe, findet.

Schaut euch um und wenn ihr möchtet, gebt ein Feedback, ich versuche meine Webseite laufend zu verbessern und möglichst benutzerfreundlich zu gestalten.

Folglich könnt Ihr auch **die alte Email-Adresse [samuel.staffelbach@klangfarb.ch](mailto:samuel.staffelbach@klangfarb.ch) löschen. Die neue Email-Adresse lautet:**

**[info@samuel-staffelbach.ch](mailto:info@samuel-staffelbach.ch)**

Ich freue mich sehr, dass das nun endlich geschafft ist. In einem weiteren Schritt werden Musik- und Videobeispiele auf meiner Webseite aufgeschaltet. Das wird nach und nach geschehen.

***So und jetzt kommen wir noch zu ein paar Aktualitäten-News. Ich hoffe, ihr lasst das in Euer Bewusstsein rein... ☺***

**Samstag 15.Dezember 2012 18.30 Uhr**

## **Eine Million Sterne**

**Adventsanlass in und um die Luzerner Hofkirche**

**18.30 bis 21.00 Uhr: Klanggemälde mit Samuel Staffelbach:  
Indianische Flöten, Klangschalen  
Eintritt frei und jederzeit möglich**



# Neuer Kurs



**KLANG UND  
MEDITATION  
IN FISCHINGEN**

[www.benediktiner-stille.ch](http://www.benediktiner-stille.ch)

Ein langgehegter Wunsch geht in Erfüllung. Zusammen mit Br. Daniel Prandini OSB leite ich im kommenden Jahr vier Mal einen Tageskurs, wo wir stille Meditation und Klangschalen-Massage verbinden. Das überwältigende Erlebnis, als ich das erste Mal eine Klangschalen-Massage erhielt, hat mich sofort und immer wieder an das Seins-Gefühl erinnert, das ich ähnlich erleben kann, wenn ich längere Zeit still sitze. Stille Meditation und Klangschalen-Massage waren für mich seit jeher ganz nah verwandte Gebiete, die zum gleichen Ziel führen; in Einklang zu kommen mit sich selber. Und so wollte ich schon immer das eine mit dem anderen in einem Kurs verbinden, damit sich beide Wege gegenseitig befruchten können; eine vertiefte Erfahrung des Klangs in der Klangmassage einerseits, weil durch die vorherige stille Meditation das ganze Wesen auf „Offen“ und „Empfang“ gebracht wird; und eine vertiefte Erfahrung der stillen Sitz-Meditation andererseits, weil durch die vorherige Klangmassage das Verweilen im klangverwöhnten Körper viel einfacher und genussvoller wird.

Nun darf es sein: zusammen mit Bruder Daniel, unter dessen Initiative und Führung das Kloster Fischingen einen beispielhaften Meditations-Boom erlebt und vielen Menschen eine Oase der Stille und der Inspiration bietet, darf ich diese eintägigen Kurse anbieten. Ich freue mich sehr! Es sind keine Klangschalen-Massage-Kenntnisse und auch keine Meditations-Kenntnisse/Erfahrungen vonnöten.

Für alle Teilnehmenden stehen genügend Klangschalen zur Auswahl. Es gibt aber auch die Möglichkeit Ihre zukünftige Klangschale zu erwerben.

Ich bin überzeugt, dass das ganz wunderbare und zutiefst erholsame Tage werden, auch für Menschen, die die Klangschalen-Massage bereits kennen. Und auch für Menschen, die schon viel meditiert haben. Jede/jeder bekommt eine geballte Ladung Klangschalen-Massage und jede/jeder bekommt die Möglichkeit, ganz tief ins Herz der Stille zu sich selber zu kommen.

Es kann auch als perfekte Einführung in die Klangmassage genutzt werden!

Das Ganze findet im Benediktiner-Kloster Fischingen im wunderbaren, von Br.Daniel im ZEN-Stil gebauten Meditationsraum statt.

Hier der Link zum Kloster Fischingen, wo man sich auch anmelden kann:

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

Oder den Flyer:

<http://www.benediktiner-stille.ch/flyer-klang-und-meditation/>

Daten 2013:

2.Februar / 2.März / 5.Oktober / 9.November

**Ich freu mich riesig!**

# Indianische Flöte Einführungs-/Spielkurs



Das Jahr (2012) war mein „Indianerflöten-Kurs“-Jahr! 6 Kurse fanden statt und alle waren immer rappellvoll und viele TeilnehmerInnen strahlten.

**Das nächste Datum für einen Indianerflötenkurs ist**

**Samstag 25. Mai 2013**

12.00 bis ca. 17.00 Uhr

Weitere Daten gemäss Anfrage.  
Anmeldungen sind jederzeit möglich. Maximale Teilnehmerzahl pro Samstag max. 12

**Ort:** Seminarhaus „Via Cordis“, Flüeli-Ranft, OW sowie Kollegikirche Sarnen

**Kosten:** 120 Fr.

Nähere **Infos** auf meiner Webseite

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

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

# Klangschalen

Im Moment habe ich wieder eine grosse Auswahl an Klangschalen an Lager. Vor allem habe ich wunderbare Klangschalen mit Buddha- oder Tara-Gravuren. Schon beim blossen Anschauen geht einem das Herz auf! Ein idealeres, nachhaltigeres Weihnachtsgeschenk für sich oder für andere liebe Menschen kann ich mir fast nicht vorstellen! 😊

## Wasser-Klang-Essenzen

Auch im kommenden Jahr mache ich zusammen mit Regina Fürer (inspira.ch) und in Zusammenarbeit mit der Firma Phytomed AG (phytomed.ch) Wasser-Klang-Essenzen-Seminare. Die Daten fürs neue Jahr sind:

**Dienstag, 26.Februar 2013**

**Dienstag, 24.September 2013**

Mehr Infos direkt über diesen Link auf meiner Webseite

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

**Anmeldungen und mehr Infos** direkt bei der Firma Phytomed AG in Burgdorf **[www.phytomed.ch](http://www.phytomed.ch)**.

# Seminar

# Klangschalen- Massage



**14. – 16. April 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=368](http://viacordis.ch/de/01_kurse/kurse_detail.php?ID=368)**

Der bewährte Kurs, auch wieder im nächsten Frühling...  
Hier ein paar Testimonials aus den bisherigen Kursen:

- Danke für das Wochenende. Es war GÖTTLICH !!!  
C.E. aus L.
- C. und ich haben dein Seminar extrem genossen.  
Speziell C. ist wieder viel mehr geerdet als vorher. Du

hast es geschafft, deine Faszination und Liebe für die Klangschalen auf eine einfühlsame und herzliche Art auf C. und mich sowie (so denke ich) auch auf alle anderen Seminarteilnehmer zu übertragen.  
R.S. aus B.

- Danke dir Samuel für die tiefe Erfahrung. K.B. aus Z.

**...oder lieber zuerst doch sachte  
ausprobieren...?**

## **Gratis – Schnupperabend Klangmassage**



Klang ist mehr als blosse Schönheit, mehr als Unterhaltung!  
Klang war in allen grossen, alten Hochkulturen Medizin und  
Therapeutikum.

Tibetische Klangschalen auf den Körper gelegt ist eine einfach zu  
erlernende Möglichkeit, sich dieser wunderbaren Heilkraft zu  
öffnen. Sie erleben und erfahren an diesem Abend am eigenen  
Leib und an der eigenen Seele die wohltuende Heilkraft des  
Klangs von tibetischen Klangschalen. Die sensationell  
entspannenden und regenerierenden Vibrationen dieser  
jahrtausendealten rituellen Klangkörper auf dem eigenen Körper  
berühren jedermann und jedefrau. Es sind keinerlei  
Vorkenntnisse erforderlich.

**Freitag, 22. Februar 2013, 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**



**Info und Anmeldung (bis Mittwoch 20. Febr. 2013):**

**Samuel Staffelbach, Musiker, dipl. Klang- und Farbtherapeut, Schmiedgasse  
46, 6370 Stans, [www.klangfarb.ch](http://www.klangfarb.ch), 041 610 03 07, 077 403 31 52**

# **Heilgottesdienste u. Heil-Abende mit Roman Grüter**

Hier das letzte Datum für die beliebten Heilgottesdienste **im  
Bildungshaus Matt Schwarzenberg LU** bis Ende Jahr:

**12.12.2012 (!) ☺**

Und hier das letzte Datum für einen Heil-Abend in **Kriens bis  
Ende Jahr:**

**19.12.2012**

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

**[http://samuel-staffelbach.ch/Veranstaltungen\\_Roman-  
Grueter.html](http://samuel-staffelbach.ch/Veranstaltungen_Roman-Grueter.html)**

oder über die Homepage von Roman Grüter:

**[www.roman-grueter.ch](http://www.roman-grueter.ch)**

**Bei beiden Veranstaltungen wird es im neuen Jahr  
Veränderungen geben... Die neuen Infos werdet Ihr über  
einen nächsten Newsletter bekommen oder Ihr könnt  
Euch via die beiden obenstehenden Links selber aktuell  
informieren.**

# Enjoy the Silence

## Eine Stunde der Achtsamkeit...

**Geht auch im nächsten Jahr weiter, hier die Daten fürs kommende Jahr**

Keine geführte Meditation!

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:**

**Samuel Staffelbach alleine: 6.1./3.3./5.5./6.10./1.12.**

Ursula Bründler u. Christine Giger: 3.2 /4.4./2.6./1.9./ 10.11.

**jeweils 19.30 bis 20.30 Uhr**

**Eintritt frei**

*So, und jetzt wünsch ich Euch genussvolles Verweilen in Eurem Bewusstsein... ☺*

**Euer Samuel Staffelbach**

