

# echo der stille

**Wir garantieren dir  
einen Stuhl  
einen Tisch  
ein Bett  
einen Raum der Stille**

**Wir können und wollen  
nicht ausschließen  
dass **Gott**  
dein Zimmernachbar wird**

(Wilhelm Bruners)

**Inhalt:** Auszeit zur Selbstvergewisserung  
Pilgergedanken  
Aktuelles aus unserer Gemeinschaft  
Wie geht es unseren Flüchtlingen?  
Finanzübersicht 2017  
Kursübersicht Juni - September

## Liebe Freundin, lieber Freund!



Jesus nimmt sich eine „Auszeit“, um wieder zu sich selber zu finden, um sich im Gebet wieder mit Gott, seinem Vater, zu verbinden.

Und er kommt zu so etwas, das wir heute „Selbstvergewisserung“ nennen. Er sucht nicht nur Erholung, sondern er vergewissert sich seiner Sendung.

*P. Sascha  
Heinze*

*Wir garantieren dir,  
einen Stuhl,  
einen Tisch,  
ein Bett  
einen Raum der Stille!*

*Wir können und wollen nicht  
ausschließen, dass Gott dein  
Zimmernachbar wird!*

Wieder steht ein Sommer vor der Tür! Die meisten Menschen nehmen sich hauptsächlich im Sommer Zeit für ihren Urlaub, bedingt durch die Schulferien. Ich konnte schon in den letzten 3 Wochen ganz von meinem Alltag weg - Urlaub machen. Auch wenn ich meine Arbeit sehr gerne mache und sie sich mit dem verbindet, was ich leben möchte, ist es mir wieder bewusst geworden, wie wichtig es ist, wieder aufzubrechen und ganz anderes als im Alltag zu tun. Von meinem „Pilgern“ erzähle ich auf Seite 9.

P. Sascha hat vor einigen Wochen – angeregt durch das Evangelium, über das Thema Auszeit gepredigt (S. 7). Die Sehnsucht nach einer Aus-

zeit lässt ja auch viele Menschen zu uns kommen. Was uns sonst noch beschäftigt bzw. wie wir versuchen, unser Leben immer wieder ein wenig anders zu gestalten, kannst du im Inneren lesen: das Ostertreffen mal ganz anders – mit der Clownin, unsere Flüchtlinge, unsere Angebote,... Auch unsere Sanierung geht weiter: Das Dach im Gästetrakt wird im Herbst erneuert werden, Ende Juni beginnen wir mit dem Fußboden im Speisesaal und Ausbesserungen in anderen Zimmern, wobei uns heuer auch der Bauorden hilft! Ein großes DANKE möchte ich an dieser Stelle wieder an alle aussprechen, die uns immer wieder unterstützen. Nur durch die vielseitigen Hilfen können wir es schaffen, hier diesen guten Ort für unsere Gäste und uns zu gestalten. Herzlichen Dank euch allen!!! Und BITE hilft uns weiterhin!

Für die Arbeitswoche Anfang Juli haben sich wieder einige Leute gemeldet, die uns helfen, dass wir weiter unser Haus und den Garten

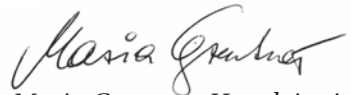
in Schuss bringen können und so manche Arbeiten machen können, die wir übers Jahr nicht schaffen. Geplant sind auch einige Verbesserungen in den Gästezimmern – einige Matratzen werden ausgetauscht, Zimmer ausgemalt..., dann steht von unserer Seite her nichts mehr im Weg, dass der Text vom Titelblatt für alle Gäste und natürlich auch für uns wahr werden könnte! Ja, es ist nicht leicht, sich wirklich die Zeit zu nehmen, um einfach ganz da zu sein. Aber wir dürfen immer wieder üben und uns gegenseitig darin unterstützen, dass es immer besser gelingt. Unser Garten bekommt auch - wie wir schon im Herbst berichtet

haben, neu gestaltete Plätze dazu. Manfred und Natalie sind gerade eifrig dabei, Kräuterbeete anzulegen, und weitere Bienen haben bald am Rande des Geländes einen neuen Wohnplatz bei uns - und werden uns köstlichen Honig schenken.

So möchte ich euch wieder ganz herzlich einladen kürzere oder längere Zeit mit uns und bei uns zu verbringen. Vielleicht spricht dich auch wieder ein Kurs an.

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen, oder Kennenlernen,

im Namen der ganzen Gemeinschaft



Maria Gretnner, Hausleiterin

Streif  
an Gott  
alles  
Überflüssige  
ab.

Staune!

*Wilhelm  
Bruners*

## Das aktuelle Buch

### "Und was hat das mit mir zu tun?"

In Zusammenhang mit der Frage des neu aufkommenden Antisemitismus habe ich das Buch von Sacha Batthyany "Und was hat das mit mir zu tun?" gelesen. Sacha Batthyany spürt immer wieder, dass in seiner Familie etwas verschwiegen wird. Zufällig stößt er auf ein schreckliches Geheimnis. Hat das Verbrechen seiner Großtante 1945 in Rechnitz, wo in der Nacht, während im Schloß gefeiert wird, 180 Juden erschossen wurden, mit ihm etwas zu tun?

Sacha Batthyany zeigt, dass Geschichte nicht nur Vergangenheit, sondern auch Gegenwart ist. ( 1Live, WDR)

Nominiert für den Schweizer Buchpreis und den Österreichischen Buchpreis 2016, das Buch kann einfühlsam in eine tiefere Reflexion über das eigene Leben führen. "Ein großer Essay über die Gegenwart der Vergangenheit" (Der Spiegel)

Exemplare dieses Buches sind jetzt bei uns auch erhältlich.

*Colette Brun*

## Gästerückmeldungen

### Mein steirischer Herbst

Meine Zeit im Haus der Stille liegt nun schon etwas zurück, aber in meiner Erinnerung und in meinem Herzen ist sie noch sehr lebendig. Ich bin Ordensfrau und war gerade in einer Umbruchs- und Übergangssituation und bekam sozusagen eine kleine Auszeit geschenkt. Das Haus der Stille entdeckten wir durch die Homepage im Internet, die ich so ansprechend fand, dass ich ganz kurzentschlossen den Kontakt herstellte. Und so brach ich dann am 20.09.2017 zu meinem, wie ich es nenne, ganz persönlichen steirischen Herbst auf, der bis zum 10.11.2017 dauerte.

Um es kurz zu machen, die Wochen im Haus der Stille waren das Beste, was mir zu dieser Zeit passieren konnte. Wenn ich aber genauer beschreiben soll, was es konkret war, das mir so gut getan hat, weiß ich gar nicht, womit in anfangen soll. Da war zuerst einmal die Atmosphäre der Ruhe und Stille. Man findet in dem Haus und seiner Umgebung viele Oasen, die zum Verweilen und zur inneren Einkehr einladen, sei es

die einfach aber sehr ansprechend gestaltete Kapelle, der Garten der Stille mit seiner Gebetslaube, Meditationsräume und vieles anderes. Mich persönlich hat zum Beispiel auch die Kapelle im Haus Emmaus sehr angesprochen.

Einen besonderen Raum nehmen hier auch der Markusweg und der Ermutigungsweg ein, die man begleitet, aber auch alleine begehen kann. Ich war dort fast täglich unterwegs. Das alles ist eingebettet in eine atemberaubend schöne Landschaft, die schon die Anreise zu einem besonderen Erlebnis machte. Der Herbst in dieser Gegend ist ja durch die Mischwälder und Kürbisfelder, die man dort findet, besonders farbenfroh. Aber ich denke, auch zu anderen Jahreszeiten bietet die Natur eine perfekte Ergänzung zum Haus der Stille. Auch findet man im, am und ums Haus vieles an Kunst und besonders gestalteten Elementen, was mich persönlich sehr beeindruckt hat. Man kann im Haus der Stille die Einsamkeit suchen, ist aber andererseits nicht allein, wenn man



jemanden braucht. So wurde ich in Einzelgesprächen gut begleitet und konnte auch aus vielen guten Gesprächen mit Mitgliedern der

Hausgemeinschaft und anderen Gästen manches für mich gewinnen. Das alles macht das Haus der Stille zusammen mit der Einfachheit und der freundlichen und familiären Atmosphäre, die dort herrscht, zu einem Ort, an dem die Seele durchatmen kann.

Was hat mir sonst noch gutgetan? Der Ort ist durch die franziskanische Spiritualität geprägt. Für mich als Benediktinerin war das zwar anders, als das, was ich in meiner Gemeinschaft lebe, aber auch wieder nicht so fremd, dass ich nichts damit anfangen hätte können. Die Liturgie war zwar anders und für mich ungewohnt, aber durchaus anregend

und für mich stimmig. Was meine Priorin und mich schon vor dem Aufenthalt beeindruckt hat, war das interessante Kursangebot. Besonders im kreativen Bereich gibt es da viele Möglichkeiten. Ich habe mir dann auch einen Kurs gegönnt, der Filzen und Biografiearbeit gekoppelt hat und ich war davon wirklich begeistert. Auf keinen Fall möchte ich übrigens die hervorragende Küche unerwähnt lassen. Das Essen war wirklich fantastisch gut.

Fazit: Vergelt's Gott für alles, und wenn es irgendwie geht, komme ich wieder!

*Sr. Magdalena*

## Aufenthaltsgutscheine

- „Zeit für die Seele“ für sieben Tage  
Preis: € 230,- statt € 277,-
- „Verwöhne dich selbst“ für fünf Tage  
Preis: € 165,- statt € 199,-
- „Einmal durchatmen“  
(verlängertes Wochenende)  
Preis: € 69,- statt € 82,-
- „Zwei Tage für mich“ (unter der Woche)  
Preis: € 65,- statt € 82,-



## Wähle das Leben

*P. Karl Maderner vom Haus der Stille  
im Gespräch mit Thomas Pöll*

Wenn man ihn kennt, hört man ihn reden – und wenn man ihn nicht kennt, kommt da ein charismatischer, bodenständiger Mensch zum Vorschein, der in jeder Zeile authentisch ist.

„Wenn man die Interviews zu lesen beginnt, kann man nicht aufhören. Diese Mischung aus tiefem Glauben und herzhaftem Alltag – das ist bezwingend!“

**€ 14,80**

## Auszeit zur Selbstvergewisserung

*Predigt von P. Sascha zum Evangelium des 5. Sonntags im Jahreskreis (B).*

*Am Abend, als die Sonne untergegangen war, brachte man alle Kranken und Besessenen zu Jesus. Die ganze Stadt war vor der Haustür versammelt, und er heilte viele, die an allen möglichen Krankheiten litten, und trieb viele Dämonen aus... In aller Frühe, als es noch dunkel war, stand er auf und ging an einen einsamen Ort, um zu beten. Simon und seine Begleiter eilten ihm nach, und als sie ihn fanden, sagten sie zu ihm: Alle suchen dich. Er antwortete: Laßt uns anderswohin gehen, in die benachbarten Dörfer, damit ich auch dort predige; denn dazu bin ich gekommen. (Mk 1, 32,38)*

Viele von uns sind eingespannt in verschiedene Aufgaben. Diese fordern meist unsere ganz Aufmerksamkeit.

Da ist einmal der Beruf, der sich für jeden anders gestaltet. Manche nehmen lange Fahrtwege auf sich, um zu ihrer Arbeit zu kommen. Andere können ihre Arbeit flexibel gestalten.

Aber auch das Kümern um Kinder, oder um Angehörige, die zu Hause betreut werden, ist Arbeit, die viel Kraft und Geduld fordert. Oft nehmen wir diesen Arbeitsablauf als das „Drehen eines Karussells“ wahr, von dem wir nicht abspringen können. „Ich muss meine Arbeit leisten“, „ich muss täglich zur Arbeit fahren“, „ich muss für die Familie sorgen“. Dies sind Sätze, die uns in diesem Karussell weiter fahren lassen.

Mancher wünscht sich da eine

Pause, eine Auszeit, oder dass ihm die Organisation des zu Leistenden besser gelingen möge. Wir hören dann oft gute Ratschläge, die uns aber meist nur mäßig weiterhelfen. Manchmal kommen wir aus diesem Rad der Beanspruchung nicht heraus, bis uns unser Körper und unsere Psyche Zeichen senden, die uns dann zu einer Auszeit zwingen.

Auch ich möchte hier keine Ratschläge geben.

Ich möchte uns ermutigen, wahrzunehmen, was wir spüren, was wir in uns wahrnehmen. Was wir erahnen, was uns gut tun würde. Und vielleicht kommen uns dann ja Ideen, was wir in unser Leben „einbauen“ können, damit wir wieder mehr Zufriedenheit, mehr Kraft spüren können.

Jesus gönnt sich eine Pause, als er merkt, dass viele Menschen zu ihm kommen. Er geht an einen einsamen Ort um zu beten. Jesus nimmt sich diese „Auszeit“, um wieder zu sich selber zu finden, um sich im Gebet wieder mit Gott, seinem Vater, zu verbinden. Und er kommt zu so etwas, das wir heute „Selbstvergewisserung“ nennen. Er sucht nicht nur Erholung, sondern er vergewissert sich seiner Sendung.

Er nimmt Abstand zu seinem Alltag. In diesem Abstand gelingt es ihm, sich mit seiner Sendung zu verbinden, sich dieser wieder bewusst zu werden, um dann zu entscheiden, wie es für ihn weitergeht.

Oft sehe ich hier in der Kapelle Menschen sitzen. Oft kommen Menschen hierher in unser Haus, um zur Ruhe zu kommen. Manchmal kommen Menschen zum Gespräch, um ihre Gedanken, ihre Gefühle, ihre Ziele ein wenig zu ordnen. Ich weiß, wie schwierig es manchmal ist, sich überhaupt die Möglichkeit vorzustellen, dass ich mir eine solche Zeit nehmen kann.

Ein erster guter Schritt kann es schon sein, wenn ich mir eine Zeit am Tag für mich reserviere. Wenn die Kinder in der Schule sind, wenn die zu pflegende Mutter Mittagschlaf macht, wenn ich abends von der Arbeit komme: 15 Minuten meditieren, 20 Minuten im Wald spazieren gehen, 30 Minuten Yoga, eine Runde joggen oder mit dem Rad fahren, ein Buch lesen. Den Kopf frei bekommen, dass meine Gedanken sich wieder neu ordnen können. Jesus hat sich solche Zeiten des Rückzugs regelmäßig genommen, um wieder in Verbindung zu kommen mit sich selbst, mit Gott. Denn das ist das Ziel jeder Auszeit, jeder Pause: Zeit zu haben, um mich wieder „mit mir“ zu verbinden, wieder mit mir, mit meinen Gefühlen, mit meinen Sehnsüchten in Kontakt zu kommen. Dann bin ich auch in Kontakt mit Gott.

Hier gibt es kein Rezept, hier kann jede und jeder von uns für sich selber schauen, was für sie, was für

ihn möglich ist. Aber es gibt leider keinen anderen Weg, um zu innerer Kraft, zu innerer Klarheit, zu innerer Zufriedenheit zu kommen, als den Weg; wieder mit mir in Kontakt zu kommen, mich wieder mit mir, mit Gott zu verbinden.

Um aus dieser Verbindung Klarheit, Kraft und die Gewissheit zu bekommen, was in meinem Leben als nächstes dran ist.

- Hier hilft der Rückzug in die Stille,
- hier helfen Körperübungen, wie Yoga und Qigong,
- hier hilft das Üben der Achtsamkeit in den alltäglichen Dingen
- hier hilft das Gehen auf einem Pilgerweg,
- hier hilft die sportliche Betätigung,
- hier hilft das Gespräch mit einem Seelsorger oder einem Therapeuten,
- hier hilft die Arbeit mit veränderten Bewusstseinszuständen,
- hier hilft ein Wochenende mit Schreiben oder Tanzen.

Manchmal hilft es auch, nur im Atem zu bleiben, um ganz bei sich sein zu können.

Jede und jeder ist eingeladen bei sich selbst zu schauen, was ihr oder ihm gut tun und helfen würde, damit wir wieder kraftvoll und selbstvergewissert unseren Weg gehen können.

*P. Sascha Heinze sac*

## Wenn ich gehe, geht's mir gut

### Pilgergedanken auf dem Franziskusweg

Wenn ich nun diese Worte schreibe, bin ich gerade wieder pilgernd auf dem Franziskusweg unterwegs, dieses Mal in den Bergen Umbriens. Eine Sehnsucht lässt mich immer wieder aufbrechen. Dieses Aufbrechen und Gehen macht etwas mit mir. Es ergibt sich wie von selbst, dass ich mein Leben überdenke und nachspüre, was losgelassen werden möchte und wonach ich mich neu ausrichten möchte. Was ich schon als verarbeitet oder abgeschlossen glaubte, kommt in anderer Form wieder und ordnet sich neu. Zu Beginn war das Gehen dieses Mal sehr mühsam - wegen meiner Müdigkeit. Aber das Durchhalten und Weitergehen hat mich auch dieses Mal wieder etwas ganz Besonderes spüren lassen, was ich sonst in diesem Ausmaß nicht erfahren habe, wenn ich diese besonderen Orte mit dem Auto besucht habe. Ich denke, dass dies mit der Reduktion der Geschwindigkeit zu tun hat, auch mit der Reduktion an Ballast: was nehme ich mit, was kann ich tragen, was brauche ich wirklich auf dem

Weg? Es stellt sich ein Gefühl ein, das ich kaum beschreiben kann. Ein Gefühl der Dankbarkeit und Gelassenheit. Dankbar in dieser schönen Natur gehen zu können, gelassen zu sein, darauf zu vertrauen, dass wir den Weg finden - wenn nicht den geplanten Weg, dann zumindest einen anderen, der uns auch ans tägliche Ziel bringt. Die Gewissheit zu spüren, dass wir einen Hinweis bekommen, wo unser Weg weitergeht, und dass wir geführt sind. Und jedes Mal machen wir ganz besondere Erfahrungen, dass Menschen uns so selbstverständlich helfen, wenn wir etwas brauchen. Sei es ein Glas Wasser, einen Zuspruch, einen Hinweis auf die Richtung oder eine andere Hilfe, damit wir weiterkommen - Wir sind dieses Mal zu viert unterwegs. Zu zweit hatten wir an einem Tag entschieden, nur einen Teil der Tagesetappe zu gehen und dann mit dem Bus zu fahren, da uns der vorangegangene Tag mehr gefordert hatte, als wir dachten. Wir warten also auf der Landstraße fast eine Stunde auf den Bus. In dieser Zeit bringt uns eine Frau Wasser zur Erfrischung. Auch ein Mann, den wir bei der Arbeit auf seinem Balkon schon längere Zeit beobachtet





hatten, spricht uns an - er geht dann wieder. Als der Bus nach längerer Zeit noch immer nicht kommt, gehen wir doch zu Fuß weiter, hoffend auf eine Lösung. Plötzlich kommt ein Auto, hält an, der Mann von vorher lädt uns ein einzusteigen und bringt uns zur Unterkunft. Wir sind einfach nur dankbar! Solche und ähnliche Erfahrungen machen wir immer wieder. Ist es vielleicht, weil wir achtsamer und offener sind? Geschehen diese Dinge auch in unserem Alltag? Spannend, dass sich auch der Mann über unsere Freude sichtbar freute und auch er durch sein Helfen beschenkt wurde! Und auch wir haben gerne die Hilfe angenommen, wo wir doch sonst so gerne alles selbst im Griff haben möchten. Jeden Tag lesen oder erzählen wir uns eine Geschichte von Franziskus. Wenn uns der Inhalt des Textes tagsüber beim Gehen begleitet, kann uns so manches aus unserem Leben dazu einfallen.

Stell dein Leben in den Wind  
 Wenn dir der Wein des Lachens ausgegangen  
 und du den Tränen nahe bist  
 wenn des Lebens Frische und Freude  
 dich verlassen haben,  
 dann stell dein Leben in den Wind!  
 Verlass den starren Punkt und werde Weg.  
 Lass zurück, was dich schon lange müde macht.  
 Geh, auch wenn du gar nicht weißt,  
 wie du einst ankommen wirst an deinem Ziel.  
 Werde zum Pilger,  
 der nach dem Weg erst fragen muss,  
 der die Sprache meist gar nicht kennt,  
 für den die Karten oft nicht stimmen.  
 Der Weg, die Landschaft und auch das Erleben-  
 all das gleicht, was in dir ist.  
 Mit jedem Schritt lässt du Belastendes zurück  
 und nimmst Neues an.

*Rudolf Bischof*  
 aus: „Stell dein Leben in den Wind“

Manchmal könnten wir ganz von Gedanken leer werden, einfach nur sein, wahrnehmen und über so viel Schönheit staunen. Am Abend setzen wir uns dann zusammen und schauen auf den Tag zurück. Oft fallen uns auch Bibelstellen zu den Themen ein, die uns gerade beschäftigen. Und da entdecke ich Neues, was ich so noch nicht gesehen habe. Ich empfinde diese gemeinsame Zeit als großes Geschenk. Es wird mir immer wieder klar, dass ich nur im gemeinsamen Gehen, hier auf dem Franziskusweg, und auf meinem alltäglichen Lebensweg weiterkomme. Klar wird mir wieder, dass ich den Abstand vom Alltag brauche, damit ich diese Erfahrungen machen kann, die ich dann wiederum für meinen Alltag mitnehmen kann. Jeden Tag darf ich die Erfahrung machen, wie reich ich beschenkt bin, was ich noch üben soll, worauf ich mich weiter einlassen möchte.

Worauf mich manche Ängste hinweisen könnten, was mir gut tut und wonach ich mich wieder einmal neu ausrichten möchte. Morgen legen wir einen Rasttag in der Romita, einer ganz einfachen und wunderschönen Einsiedelei ein. Da können wir die ganze Woche nochmals an uns vorüberziehen lassen. Ich bin schon sehr gespannt darauf. Ich bin mir sicher, dass ich wieder ein Stück von all den Pilgererfahrungen in meinen Alltag einbringen und üben kann, und auch noch genügend übrig bleibt, was ich beim nächsten Mal neu erfahren kann.

*Maria Grentner*

## Aktuelles, kurz berichtet

---

### Nachwuchs

---

**Anja Maria**, die Tochter von Sabine Sander und ihrem Mann Reindard, erblickte am 21. April 2018 das Licht der Welt.

Liebe Sabine, lieber Reinhard,  
wir wünschen euch mit diesem kleinen Sonnenschein alles erdenklich Gute für eine gemeinsame Zukunft!




---

### Garten der Stille

---

Tanja Shahidi und Manfred Kamper holten am Donnerstag, dem 5. April, vom Naturschutzbund zur Verfügung gestellte Wildblumen beim ORF Steiermark Zentrum in Graz.



Mit der „Aktion Wildblumen – Blühende und Summende Steiermark“ setzen wir ein schönes, gemeinsames Zeichen für die Vielfalt in unserer Umgebung.

Auch die Belegung unseres Gartens mit Kräuterbeeten nimmt langsam Gestalt an.

---

### SpiriNight

---

Bereits zum vierten Mal war die Regionale SpiriNight der Katholischen Jugend im Haus der Stille zu Gast. Ein Meer aus Kerzen gestaltete das Fußballfeld vom Haus der Stille zum Lichterlabyrinth. Doch dieser meditative Anblick verbirgt noch viel mehr. Ein sonst so stiller Ruheort wurde für zwei Abende sehr lebendig! Rund 360 junge Firmlinge und ihre BegleiterInnen trafen sich am 23. und 24. März 2018 zur regionalen SpiriNight. 22 abwechslungsreiche Workshops und Stationen boten den Jugendlichen einen vielfältigen und bunten Zugang rund um das Thema Firmung.



## Ostern: Perspektivenwechsel

Ganz dabei zu sein, ohne unterbrechenden Alltag, bei der Vorbereitung und Feier der Liturgie der Heiligen Drei Tage – so könnte man die Motivation der Teilnehmer am Ostertreffen im Haus der Stille zusammenfassen. Einige kommen schon seit vielen Jahren, andere versuchen es erstmals, Ostern ein wenig anders zu feiern.



Einen ungewöhnlichen Blick auf Ostern boten in diesem Jahr auch die Impulse von Clownin Gwendolin Grübel (Constanze Moritz).

„Perspektivenwechsel“ (Fußwaschung), „Scheitern“ (Tod) und „Überraschung“ (Auferstehung) waren die Tagesthemen, die zunächst von der Clownin Gwendolin präsentiert und dann von der Erwachsenenbildnerin Constanze in Gesprächsrunden vertieft wurden. Der Clown nimmt uns mit, weil er noch ungeschickter ist und grandioser scheitert als wir.

Jesus nimmt uns mit, weil er unser Menschsein getragen hat bis in den Tod und nicht vorzeitig aus dem Leiden ausgestiegen ist, hieß es in einem Text zum Karfreitag. Was lag da näher, als dass die Person, die den TeilnehmerInnen als Clownin nahe gekommen war, in der Passionserzählung der Karfreitagliturgie auch die Person von Jesus verkörperte? Ungeschminkt und authentisch.

Auf diesem tiefensten Hintergrund konnte umso freudiger der Jubel der Osternacht erklingen, begleitet von zahlreichen Instrumenten und vielen Liedern.

Einen musikalischen Ausklang fand auch der Karfreitag mit einem meditativen Konzert des in neuer Besetzung spielenden Duos „Violarra“. Hans Palier (Gitarre) und Daniela Hölbling (Violine), als Nachfolgerin von Helfried Fister, boten einen Querschnitt an getragenen Stücken vom Barock bis in die Neuzeit, die in Johann Sebastian Bachs Choral „O Haupt voll Blut und Wunden“ mündeten.

*Hans Waltersdorfer*



## „Würfeln wäre richtiger“

### Wie geht es unseren Flüchtlingen?

Oft werde ich gefragt, wie es „unseren Flüchtlingen“ geht. Auf der Zunge liegt mir schon bereits: ja, eigentlich gut. Allerdings weiß ich sofort, dass es nicht stimmt. Sie haben nur gut gelernt „heute zu leben“, freundlich zu sein, und oft sagen sie, „anderen Menschen geht es schlechter.“

Zwei warten schon fast zwei Jahre auf ein Interview, haben inzwischen den Hauptschulabschluss geschafft, und fangen gerade mit großer Freude eine Ausbildung als Altenpflegefachassistenten an, ein Mangelberuf. Da beide noch nicht 25 Jahre alt sind, ist es noch möglich. Sie wissen aber selber, dass eine gelungene Integration nicht (mehr) einen Vorteil bei der Entscheidung der Asylbehörden bringt. „Würfeln wäre richtiger“ bei den Asylentscheidungen, titelt der „Kurier“ auf der Chronikseite am 14. April 2018. Leider scheint es die Wirklichkeit zu spiegeln.

---

#### Afghanistan

---

Im „Kurier“ vom 25. April wird über die Abschiebung eines jungen Afghanen berichtet. Ein junger Polizist, aus der verfolgten Minderheit der Hazara, von den Taliban mehrmals bedroht und festgenommen. Die Flucht gelingt ihm. Im Dezember 2015 kommt er nach Österreich. Ein „sehr reifer, besonnener, ruhiger Mann.“ Deutschkurse bis Niveau B1, Pflichtschulabschluss, Erste Hilfe- Kurs, Arbeit in der Gemeinde, spricht gut Englisch, überall enga-

giert, immer wieder als Übersetzer gebeten, in der Gemeinde bekannt und betreut und unterstützt von engagierten Österreicherinnen, jetzt enttäuscht und traurig: „Wir haben ein friedliches Miteinander im Ort geschaffen. Es war alles umsonst.“ „Ich habe Gott und die Welt in Bewegung gesetzt, um die Abschiebung noch abzuwenden“. Er wird abgeschoben. Zuerst bleibt er einige Tage im Schubhaftzentrum der Rossauer Lände. Dort kann er fünf Minuten pro Tag telefonieren. Zwei Besuchstage in der Woche. Gespräch durch die Glastür. In Kabul angekommen, telefoniert er: die Stadt ist ihm fremd, die Leute misstrauen einander, alles sei neu und ungewohnt für ihn. Was er machen soll, weiß er nicht, keinen Job in Aussicht, kein Geld, weiß nicht, wie lange er es noch durchhalten kann. Er will so schnell wie möglich wieder raus aus dem Land, er hat immer noch Angst, verfolgt zu werden. „Wenn ich nicht von hier wegkomme, werde ich die nächsten Monate nicht überleben.“ Vier Tage später, am 22. April werden 60 Menschen bei einem Anschlag in Kabul getötet. Er meldet, dass er noch lebt, die Bombe war in seiner Nähe. Afghanistan ein sicheres Land? 2017 seien bei Anschlägen und Gefechten 3438 Zivilisten getötet und 7015 verletzt worden... Kabul sei in den Jahren 2016, 2017 zur zweitgefährlichsten Region im Land geworden... 40 Prozent aller Afghanen laut UN-Amt für die Koordinierung humanitärer Angelegenheiten (Ocha) seien von Ernährungsunsi-

cherheit betroffen..., so ein Bericht von Aurvasi Patel, der Vizechefin des UNHCR in Afghanistan. (Standard 15. März 2018, S.17)

Abdul Ghafoor betreibt in Kabul seit 2013 eine Organisation, die Menschen, die aus europäischen Ländern abgeschoben wurden, hilft. „Die meisten schauen, dass sie das Land so schnell wie möglich wieder verlassen. Sie haben im Wesentlichen auch keine andere Möglichkeit. Die Abschiebungen aus Europa machen keinen Sinn. Sie sollten gestoppt werden. Es war noch nie so gefährlich. Afghanistan war noch nie so unsicher. Zusätzlich hat der IS an Boden gewonnen. Dieser schreckt auch nicht davor zurück, zum Beispiel Schulen anzugreifen.“

---

### **Hanya und Mohammed**

---

Im Heft vom November hatte ich das erste Interview von Hanya und ihrem Vater Mohammed angekündigt. Mit Hanya konnten wir uns freuen: Sie ist anerkannter Flüchtling nach der Genfer Konvention, darf in Österreich bleiben und ihren Traum, Matura und Elektrotechnik an der Abendschule BULME, weiter vorbereiten. Allerdings hat gleichzeitig ihr Vater einen Negativ-Bescheid bekommen. So ist Hanyas Freude sehr getrübt, und sie macht sich viele Sorgen. Sollte sie wieder von dem einzigen Mitglied ihrer Familie, das mit ihr den ganzen Weg aus Afghanistan geschafft hat, getrennt werden? Zwar ist sie gerade 18 geworden, heißt das aber, dass sie ihre Eltern und Geschwister nicht mehr „braucht“ und „vergessen“ soll? Seitdem ich in Österreich lebe, höre ich andauernd, wie hoch der Wert der Familie ist

und sein soll. Nur für Inländer? Die Mutter und drei jüngere Geschwister sind auf der Flucht gefangen und zurück geschickt worden. Lange fanden Hanya und Mohammed keine Spur von ihnen. Dazu ist Mohammed vollkommen „integriert“ in unserer Gemeinschaft und damit in Österreich. Er könnte sofort bei uns eine Arbeit bekommen, und zwar im „Mangelberuf“, da seine Leidenschaft die Küche ist. Dafür zeigt er sich auch außerordentlich begabt. Er wäre bereit, eine Lehre als Koch zu machen. Deutsch versteht und spricht er auf dem Niveau B1. Das Küchenteam wäre sehr traurig, den verlässlichsten und begabtesten Mithelfer zu verlieren und träumt davon, aus ihm einen regelrechten „Mitarbeiter“ zu machen.

Zwar wurden im vorigen Jahr 42,5% der Bescheide in zweiter Instanz von der Bundesverwaltungsgericht aufgehoben. Aber wie lange müssen die beiden noch auf einen jedenfalls unsicheren positiven Ausgang warten? Oft dauert es eineinhalb Jahre.

---

### **Asylverschärfung**

---

Und wer die Nachrichten jeden Tag liest oder hört, weiß, wie die Situation der Flüchtlinge immer enger wird. Das Thema ist seit dem Herbst nur noch „Asylverschärfung“.

Dabei sagt in einem Interview Asylrechtsanwalt Georg Bürstmayr: „Es ist Unsinn, dass alle Flüchtlinge zu uns wollen. Nach Europa kommen gerade einmal zwei Prozent der Flüchtlinge weltweit... Es ist ja nicht so, dass ein Großteil der Flüchtlinge herkommt, weil sie sich mehr Geld versprechen. Was sie suchen, ist

Sicherheit... Dort, wo es Perspektive gibt, enden die Fluchtbewegungen. Wenn man aber in Europa sagt, wir haben große Probleme mit unseren Banken, da müssen wir Milliarden hineinpumpen, haben aber leider die Millionen nicht, um vor Ort Notspitäler einzurichten - damit bekämpfen wir Fluchtursachen nicht, sondern fördern sie“. (Standard 26.9.2017, S.7).

Alle aktuellen Sparmaßnahmen gegen die Integration der Flüchtlinge, die großteils seit Monaten, wenn nicht Jahren, in Österreich sind, bewirken eine gefährliche Situation: u.a. separate Deutschklassen, dafür weniger integrationsfördernde Deutschkurse, AMS Verkürzungen, wesentliche Kürzung der Mindestsicherung für anerkannte Flüchtlinge (wobei 70% der Familien, die in der Steiermark Mindestsicherung benötigen, aus Österreich kommen: Standard 30.Jänner 2018, S.11). Bis ein Zahnarzt oder eine Ärztin aus Syrien als solche in Österreich anerkannt wird und arbeiten kann, muß er/sie die Sprache perfekt beherrschen und zusätzliche Fachprüfungen ablegen, da nie eine Ausbildung vollständig anerkannt wird. In Wien allein ist das möglich und scheinbar gut organisiert. Es braucht aber Zeit!

Ghettos organisieren und Menschen ausgrenzen, ihnen und ihren Kindern keine Zukunft eröffnen, ihre Fähigkeiten und kulturellen Reichtum ignorieren, führt zum Kriegszustand und nicht zum Frieden.

Dazu kommen Panikmacherei und Lügen betreffs Kriminalität – wobei: Drogenverkäufer werden gerade deswegen gefördert, weil die Flüchtlinge

monate- und sogar jahrelang keine regelmäßige Arbeit machen dürfen.

Eine sehr problematische Entscheidung ist der praktische Stopp der Unterbringung in privaten oder in kleinen, gut organisierten Quartieren. Davon sind wir selber betroffen. Schon lange sind bei uns drei von sieben Plätzen frei.

In großen Quartieren ist die Gefahr der Kriminalisierung natürlich höher. „Die meisten Straftaten sind Diebstähle, Körperverletzungen und Verstöße gegen das Suchtmittelgesetz.“ Außerdem ist es bewiesen, dass viele von diesen Angriffen gerade gegen andere Flüchtlinge in überfüllten Quartieren sind. Wer hundert junge Österreicher oder andere Europäer unter solchen Bedingungen - keine Beschäftigung, sehr wenig Geld und keine Perspektive - zusammen unterbringt, würde auch nichts anderes bewirken.

In seiner Botschaft zum Weltfriedenstag 2018 sagte Papst Franziskus: „Wenn die Regierenden mit Besonnenheit vorgehen, sind sie imstande, praktische Maßnahmen zu ergreifen, um aufzunehmen, zu fördern, zu schützen und zu integrieren.“ Und weiter: „Alle, die - vielleicht zu politischen Zwecken - Angst gegenüber Migrant\*innen schüren, säen Gewalt, Rassismus und Fremdenfeindlichkeit, anstatt Frieden zu bauen.“ „Mitgefühl, Weitsicht und Mut“ sind gefordert. Und zum Schluss: „Viele in der Geschichte haben an den Traum von einer Welt des Friedens geglaubt und wie viele haben Zeugnis dafür abgelegt, dass es sich dabei nicht um eine unrealisierbare Utopie handelt.“

*Colette Brun*

## Dank und Bitte



Dass wir Geräte und Autos vorzeitig ausmustern, kann man uns nicht nachsagen. (Manche/r kann sich vielleicht noch an unsere ersten Autos erinnern: ein ausrangiertes Feuerwehrauto und unsere „Klosterschaukel“.) Aber der Zahn der Zeit nagt - auch an unserem Punto. Definitives Urteil unseres Mechanikers: es gibt im Herbst kein Pickerl mehr, das Auto darf nur mehr als „Geländeauto“ (im Gelände vom Haus der Stille) verwendet werden.

**Wenn du uns also ein Auto spenden oder günstig verkaufen kannst, das uns noch einige Jahre dienen kann, wäre uns sehr geholfen.**

Auch unser alter **Backofen** war überfällig. Als wir im Frühjahr noch überlegt haben, wie wir einen neuen finanzieren könnten, ist das einer Freundin unseres Hauses zu Ohren gekommen, die uns spontan € 8.000,- für den neuen Backofen gespendet hat - sehr zur Freude unseres Küchenteams und unserer Gäste. Ein großes DANKE!



Auch mit **Lebensmittelspenden** und auf noch viele andere Weisen kannst du uns unterstützen.

### **Aktionswoche „Komm, hilf mit!“** *gemeinsam arbeiten, essen, beten, reden*

**Von 1. - 8. Juli** suchen wir viele HelferInnen für Arbeiten, die wir über das Jahr nicht schaffen. Wichtig ist uns auch, dass wir den gewohnten Tagesrhythmus (Arbeit & Gebet) einhalten.

- Fenster putzen
- Fenster/Türen streichen
- Vorhänge abnehmen, waschen und wieder aufhängen
- Zimmer ausmalen
- Sessel überziehen, schleifen, lackieren
- anfallende Reparaturen, Tischlerarbeiten, Installationen ...
- im Garten die Wege herrichten, Unkraut jäten
- und vieles mehr ...

*Kostenlose Unterbringung in Einzelzimmern!*

# Finanzübersicht 2017

	<u>31.12.2016</u>	<u>31.12.2017</u>
<b>Einnahmen/Erlöse</b>	<b>679.401,75</b>	<b>690.423,58</b>
Erlöse aus Kursbetrieb	148.243,75	183.463,33
Erlöse aus Gästebetrieb	95.854,88	85.169,26
Erlöse aus Handelswaren (Verkauf)	67.034,19	69.692,50
Erlöse aus Fahrten und Reisen	24.222,25	33.761,00
Mitgliedsbeiträge	20.220,00	18.840,00
Spenden	205.412,41	206.990,71
Subventionen	30.684,70	30.508,31
Erlöse aus Sozialprojekten	43.847,06	41.165,18
Sonstige Erlöse	43.882,51	20.833,29
<b>Ausgaben/Aufwände</b>	<b>702.929,93</b>	<b>739.096,83</b>
Aufwand Handelswaren (Liederbücher, Behelfe)	24.092,62	16.745,71
Aufwand für Küche, Haushalt	56.682,10	65.948,17
Personalkosten	327.253,51	357.554,85
Raumkosten	43.856,37	43.826,25
Instandhaltung Gebäude	3.956,51	2.716,39
Instandhaltung Ausstattung	32.671,84	23.712,02
Abschreibungen Gebäude und Ausstattung	43.343,26	51.363,58
Aufwand für Fahrten und Reisen	22.823,40	31.432,77
Aufwand Sozialprojekte	51.151,00	40.210,51
Aufwand Kurs- und Gästebetrieb	44.252,09	46.932,93
Verwaltungskosten	12.340,25	13.688,01
Werbung und Porto	32.105,29	34.242,68
Sonstige Aufwände	8.401,69	10.722,96
<b>Gewinn/Verlust</b>	<b>-23.528,18</b>	<b>-48.673,25</b>
<b>Offene Schulden</b>	<b>222.737,36</b>	<b>294.999,02</b>
Offene Privatdarlehen	143.639,82	140.716,82
Bankdarlehen	37.843,44	100.547,96
Weitere Verbindlichkeiten, offene Rechnungen	41.254,10	53.734,24

*Nähere Details lassen wir dir bei Interesse auf Anfrage gerne zukommen.*

## **Meditationspöster**

Größe: 30 cm Durchmesser,

Füllung: Dinkelspelzen

Stoff: Leinen- Baumwollgradl v. d. Webfabrik  
in Haslach/Oberrösterreich

**Borte von Frauen in Albanien gewebt**

**mit oder ohne Borte erhältlich**

**€ 25,00 / € 45,00**





## Unsere finanzielle Situation

Nebenstehend dürfen wir dir wieder unsere Finanzübersicht über das abgelaufene Jahr mit dem Vergleich gegenüber den Zahlen des Vorjahres präsentieren.

### **Ein großes Danke an alle, die uns auch im vergangenen Jahr mit ihren Spenden unterstützt haben.**

Wir sind sehr dankbar, dass die Spenden in den letzten Jahren relativ konstant sind. Allerdings brauchen wir einen Teil dieser Spenden auch für unsere derzeitige dreijährige Generalsanierung, die über ein eigenes Konto abgewickelt wird und in unserem regulären Jahresbudget nicht aufscheint.

Das hohe Plus bei den **Kurseinnahmen** verdanken wir vor allem zwei Großgruppen im Lauf des Jahres und einer steigenden Nachfrage von Gastgruppen, die sich in unserem Haus wohlfühlen.

Die steigenden **Personalkosten** bereiten uns Sorge. Sie hängen einerseits damit zusammen, dass wir im Blick auf gute Übergänge in den einzelnen Bereichen neue Leute anstellen müssen, damit andere gut in die Pension „hinübergleiten“ können (derzeit Hedi). Andererseits steigen die Lohnkosten permanent, obwohl wir versuchen, das Gesamtstundenmaß aller Anstellungen bei den derzeitigen ca. 310 Stunden zu

halten (das sind immerhin um 100 weniger als z. B. im Jahr 2004).

Mit der Erneuerung des Daches auf dem Haupttrakt konnten wir im letzten Jahr auch einen deutlich sichtbaren Schritt im Rahmen unserer **Generalsanierung** setzen. Die Erneuerung von elektrischen Leitungen und Heizungssteuerung bleibt ja unseren Gästen eher verborgen, war aber auch sehr aufwändig und kostspielig.

In diesem Jahr ist das Dach des gartenseitigen „Privattraktes“ fällig (ein Dachflächenfenster ist schon undicht), sowie der Fußboden des Speisesaals. Wir freuen uns, dass wir bei diesen Arbeiten auch Unterstützung durch den Bauorden bekommen.

Die finanzielle Unterstützung durch das Land Steiermark, die Marktgemeinde Heiligenkreuz am Waasen und die Diözese Graz-Seckau hilft uns sehr, unser Haus von der Gebäudesubstanz her gut für unser Jubiläum „40 Jahre Haus der Stille“ im nächsten Jahr vorzubereiten.

Wir bitten dich weiterhin um deine Mithilfe, denn die öffentlichen Förderungen hängen auch davon ab, wieviel wir an „Eigenleistung“ aufbringen können.

*Wolfgang Stock  
Maria Grentner*

### **Spendenkonto Haus der Stille**

Empfänger: Verein Haus der Stille, 8081 Heiligenkreuz a. W. Friedensplatz 1  
IBAN: AT49 3817 0000 0101 2459 | BIC: RZSTAT2G170

## Juni

---

1. - 3.	Sich frei machen - Vergeben anders	S. 19
2.	Gemeinsam tönen und singen	S. 19
2. - 3.	Ikebana	S. 19
8. - 10.	Bibliodrama meets Aufstellungsarbeit	S. 19
11. - 13.	stille.foto.tage	S. 20
15. - 17.	Labyrinth - Der Weg zu dir selbst	S. 20
16. - 17.	Vom Engel begleitet	S. 20
18. - 22.	Mit Achtsamkeit zu innerer Ruhe...	S. 21
20.	Offener Tanzabend	S. 21
22. - 24.	Praxiswochenende ZEN	S. 21
27. - 1.7.	Be-sinnen durch Bewusstheit und Bewegung	S. 21
29. - 1.7.	Besuch bei Biblischen Frauen	S. 22

## Juli

---

1. - 8.	Aktionswoche „Komm, hilf mit!“	S. 22
10. - 15.	Ikonenmalerei	S. 22
13. - 15.	Mit Wurzeln und Flügeln...	S. 22
14. - 18.	Pilgern nach Mariazell	S. 23
18.	Pilgertottesdienst in Mariazell	S. 23
16. - 21.	Sommermalwoche	S. 23
16. - 22.	Einzelexerziten	S. 24
18.	Offener Tanzabend	S. 24
22. - 27.	Einführung Meditation	S. 24
27. - 29.	Lebens-Muster	S. 24
29. - 3.8.	Meditation	S. 25

## August

---

3. - 5.	Klänge für die Seele	S. 25
3. - 5.	Fühl dich wohl in deinem Körper	S. 26
5. - 11.	Schnitzexerziten für Männer	S. 26
6. - 10.	Ikebana im Sommer	S. 26
14. - 19.	SommerTanzTage	S. 27
15. - 19.	Yoga-Sommertage	S. 27
20. - 26.	Eine bunte Woche mit der Bibel	S. 27
22.	Offener Tanzabend	S. 28
23. - 31.	Einzelexerziten	S. 28
26. - 1.9.	Carceri-ZEIT - Tage der Achtsamkeit	S. 28
31. - 2.9.	Resonanz	S. 29

## September

---

12.	Offener Tanzabend	S. 29
14. - 16.	Praxiswochenende ZEN	S. 29
17. - 21.	Mit Achtsamkeit zu innerer Ruhe...	S. 29
22. - 23.	Ich tanze vor Freude	S. 30
28. - 30.	Partnermassage - Grundkurs	S. 30
28. - 30.	Das Herz öffnen	S. 30

## Juni 2018

### Sich frei machen

*Vergeben anders*

Offene, unversöhnte Erlebnisse aus der eigenen Lebensgeschichte können enorme Energien binden. Die Wünsche und Erwartungen von damals, die nicht erfüllt wurden, tragen wir meist

unverändert in uns und halten so die Kränkung, Verletzung, Frustration aufrecht. Zu vergeben heißt, auf diese unerfüllten Wünsche und Erwartungen aus der Vergangenheit zu verzichten. In diesem Workshop arbeiten wir mit einem einfachen und erstaunlich wirksamen Ritual des Vergehens.

Beginn: Fr, 01.06. 17.00 Uhr  
Ende: So, 03.06. 14.00 Uhr  
Leitung: Aron Saltiel  
Kursbeitrag: € 120,- bis € 200,-

### „Gemeinsam tönen und singen“

Mit Körper- und Stimmübungen pflegen wir die Freude am Tönen und gemeinsamen Singen. Musikalische Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Die Abende können auch einzeln besucht werden.

Beginn: Sa, 02.06.  
 19.30 bis 21.00 Uhr  
Leitung: Aron Saltiel  
Kursbeitrag: freiwillige Spende

### Meditatives Gestalten mit Pflanzen

*Ikebana*

Wenn der Frühling vor der Tür steht, lade ich ein zu IKEBANA - einem meditativen Tun. Geht mit mir einige Schritte auf dem BLUMENWEG. Lasst uns staunen über Gottes Schöpfung. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, wohl aber die Bereitschaft, sich für einige Stunden in Stille darauf einzulassen.

Beginn: Sa, 02.06. 11.00 Uhr  
Ende: So, 03.06. 15.00 Uhr  
Leitung: Hildegund Fiausch &  
 Renate Kaiblinger  
Kursbeitrag: € 30,- inkl. Blumen

*Bitte zeitgerecht anmelden, weil noch nähere Hinweise zugeschickt werden.*

### Bibliodrama meets Aufstellungsarbeit

*Sehnsucht - Anhaftungen - Interreligiöse Spurensuche*

Sehnsucht: sich radikal ausstrecken nach vorn (Phil. 3,13f), sich mit der ganzen Schöpfung ängstigen und sehnen (Römer 8). Sehnsucht (sauq) ist auch eine Grundbewegung in der islamischen Mystik - bis zum Einswerden und Verlöschen. Sehnsucht kann in unermessliche

Ferne entführen, unermesslich frei, aber auch krank machen. Im Kurs begeben wir uns auf die Spurensuche nach spirituellen und therapeutischen „Lösungen“.

Beginn: Fr, 08.06. 15.00 Uhr  
Ende: So, 10.06. 14.00 Uhr  
Leitung: Gerhard Marcel Martin  
 & Siegfried Essen  
Kursbeitrag: € 230,-

## 10.06.: Franziskusgottesdienst

Sonntag, 11.30 Uhr, anschließend Agape

### stille.foto.tage

- eintauchen in die Stille, das Licht und die Farben der Jahreszeit
- achtsam werden für die Zeichen des aufblühenden, wachsenden Lebens in der Natur
- einführende Impulse zur Bildgestaltung und zum Fotografieren in der Natur
- teilweise allein, teilweise gemeinsam unterwegs sein (und fotografieren) auf den Wegen der Umgebung
- Erfahrungsaustausch und Bildbesprechung in der Gruppe
- Gebetszeiten und Gottesdienste mit der Hausgemeinschaft

Beginn: **Mo, 11.06. 18.00 Uhr**  
Ende: **Mi, 13.06. 14.00 Uhr**  
Leitung: **Hans Waltersdorfer**  
Kursbeitrag: **€ 42,-**

### LABYRINTH – Der Weg zu dir selbst

Das Labyrinth ist ein „sich-auf-den-Weg-machen“, eine Innenschau halten. Aufbruch in das Unbekannte - frei sein - ein Neubeginn. Den eigenen Weg gehen, die eigene Lebensgeschwindigkeit finden. Das Erlebte während der Labyrinthbegehung

kann im Nachhinein mit Ton und Farben zum Ausdruck gebracht werden. Male und forme dein Seelen-Stimmungsbild! Zusätzlich werden Gruppen- und Einzelgespräche angeboten, um Lösungsansätze für den eigenen Weg zu finden.

Machen wir uns gemeinsam auf die Reise, um uns selbst und dem Gegenüber zu begegnen.

Beginn: **Fr, 15.06. 18.00 Uhr**  
Ende: **So, 17.06. 14.00 Uhr**  
Leitung: **Florian Heumayer**  
Kursbeitrag: **€ 75,-**

### Vom Engel begleitet

*Meditation der großen Engelgestalten der Bibel*

Wir nähern uns der Engelsegestalt, wie sie in der Bibel in verschiedenen Ausdrucksformen und Erscheinungsweisen aufscheint: sie stehen in der Anschauung Gottes; sie werden als Vermittler zwischen Himmel und Erde, als Bote Gottes, als Deuter von Visionen und Ereignissen erfahren. Im Besonderen beschäftigen wir uns mit der Tobit-Erzählung. Sie zeigt, wie der Mensch vom Engel begleitet, Gefahren und Angst überwinden und zum Urvertrauen finden kann. Der Engel Raphael wird uns als Menschenfreund und hilfreichen Lebensbegleiter vorgestellt.

Die Annäherung an den Engel kann in uns das Vertrauen in Gottes liebender Nähe und die Zuversicht in den eigenen Lebensweg stärken.

**geänderte  
Beginnzeit!**

Beginn: **Sa, 16.06. 14.00 Uhr**  
Ende: **So, 17.06. 16.00 Uhr**  
Leitung: **Karl Furrer**  
Kursbeitrag: **€ 45,-**

## Mit Achtsamkeit zu innerer Ruhe und Gelassenheit

*Leben in Achtsamkeit*

Achtsamkeitsübungen, wie Körperwahrnehmung, Meditation im Sitzen, Liegen, Gehen oder Stehen, die Aufmerksamkeit auf den Atemrhythmus helfen Anspannung und innere Unruhe zu lösen. Wir aktivieren die Sinne, um die Fülle des Lebens wahrzunehmen. Du lernst auf deinen Gedankenfluss zu achten und innerlich loszulassen, um aus belastenden Denkschleifen und Emotionsmustern auszusteigen. Die Achtsamkeitsmeditation führt dich ins Hier und Jetzt.

*Der Kurs findet je nach Wetter auch im Freien statt.*

Weiterer Termin: 17. - 21. September 2018

Beginn: Mo, 18.06. 18.00 Uhr  
Ende: Fr, 22.06. 14.00 Uhr  
Leitung: Petra Vogel-Kern  
Kursbeitrag: € 195,-

### 20.06.: Offener Tanzabend - Kreis- und Gruppentänze

Mittwoch, 19 - 21 Uhr - keine Anmeldung notwendig

Leitung: Hedi Mislik Kursbeitrag: freiwillige Spende

## Meditation in Anlehnung an Zen

*Praxiswochenende für Geübte*

- Sitzmeditation bis 12x25 Minuten
- Schweigen während des ganzen Wochenendes
- Möglichkeit zur Teilnahme an der Liturgie im Haus der Stille
- kurze Texte zur Übung

Beginn: Fr, 22.06. 18.00 Uhr  
Ende: So, 24.06. 14.00 Uhr  
Leitung: Horst Strasser  
Kursbeitrag: freies Dana

#### Voraussetzungen:

Teilnahme an Zen Sesshins oder Einführungskursen bei Othmar Franthal oder Übungswochen beim Ehepaar Krebs, sonst bitte Rücksprache mit den Kursleitern.

Weitere Termine: 14.-16. September, 19.-21. Oktober, 14.-16. Dezember 2018

## „Be-sinnen durch Bewusstheit und Bewegung“

*Feldenkrais und Meditation*

Feldenkrais-Methode und Meditation verbinden sich zu einer ganzheitlichen und heilsamen Bewegung. In diesem systemisch-integrativen Lernprozess entwickeln wir ein neues Selbst-Bewusstsein, eine bereichernde Körperwahrnehmung und eine feine Bewegungsneuorganisation. Mit der Wahrnehmung all unserer Sinne öffnet sich das Tor in die eigene innere Welt. Die meditative Sinnesarbeit gewährt Einblick in die Wunderwelt der eigenen Herzensdimensionen.

Beginn: Mi, 27.06. 15.00 Uhr  
Ende: So, 01.07. 14.00 Uhr  
Leitung: Hrvoje Vitturi  
Kursbeitrag: € 160,- bis € 200,-

## Besuch bei Biblischen Frauen

In der Bibel finden sich viele Lebensskizzen sehr unterschiedlicher Frauen. Die Teilnehmerinnen sind eingeladen, eine davon zu wählen und sich in einem kreativen Prozess auf diese Lebensgeschichte einzulassen - diese Frau „zu besuchen“. Aus diesem „Gespräch“ und im Austausch mit anderen Teilnehmerinnen können wir Neues und Bestätigendes für das eigene Leben entdecken und als Stärkung für unseren weiteren Lebensweg mitnehmen. Mitzunehmen: Zum Wohlfühlen nimm etwas „Persönliches“ von dir mit!

Beginn: Fr, 29.06. 18.00 Uhr  
Ende: So, 01.07. 14.00 Uhr  
Leitung: Monika Gith  
Kursbeitrag: € 65,-

Voraussetzungen: Alle Frauen, die sich im Austausch mit anderen Frauen Anregungen fürs eigene Leben schenken lassen wollen.

## Juli 2018

### 01.-08.07.: Aktionswoche „Komm, hilf mit!“

Gemeinsam arbeiten, essen, beten, reden.... nähere Informationen: S. 4

### 08.07.: Franziskusgottesdienst

Sonntag, 11.30 Uhr, anschließend Agape

## Ikonenmalerei für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Warteliste!

Beginn: Di, 10.07. 18.00 Uhr  
Ende: So, 15.07. 14.00 Uhr  
Leitung: Vesna Deskoska & Mag.<sup>a</sup> Silva Bozinova  
Kursbeitrag: € 110,-  
Materialk.: ca. € 60,- pro Ikone

## Mit Wurzeln und Flügeln meinem Leben Richtung geben

Mit „Wurzeln und Flügel“ lässt sich anschaulich beschreiben, was wir für unser Leben benötigen: Wir benötigen Wurzeln, um „mit beiden Beinen“ gut im Leben stehen und bestehen zu können. Die Flügel brauchen wir, um darüber hinaus in Bewegung zu kommen und unser Leben aktiv zu gestalten. Über Gott sagt ein Beter in großer Dankbarkeit: „Du schaffst meinen Schritten weiten Raum...“ (Ps 18,37)

Beginn: Fr, 13.07. 18.00 Uhr  
Ende: So, 15.07. 14.00 Uhr  
Leitung: Klaus Stemmler  
Kursbeitrag: € 80,-

Über Gott sagt ein Beter in großer Dankbarkeit: „Du schaffst meinen Schritten weiten Raum...“ (Ps 18,37)

Als ganzer Mensch mit Kopf, Herz und Hand können wir miteinander fragen und entdecken: • Was ist es, was mich trägt und hält? • Was ist es, was mich beflügelt? • Führst DU mich, Gott, die Wege, die ICH wähle?

## Zu Fuß am alten Pilgerweg vom Haus der Stille nach Mariazell

Vom Süden in den Norden der Steiermark wallen wir durch Hohlwege, wandern wir über Almen, gehen Bäche entlang und erklimmen Berge, mancherorts kehren wir auch ein.

Beginn: Sa, 14.07. 07.00 Uhr  
Ende: Mi, 18.07. ca. 18.00  
Leitung: Natalie & Manfred  
 Kamper  
Kosten: € 220,-

Trittfestigkeit und Ausdauer ist gefordert, bis zu 12 Stunden Gehen (inkl. Pausen!) bei jedem Wetter mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad. Es besteht die Möglichkeit, später am Weg einzusteigen. Der erste Tag ist sehr anstrengend!

*Anmeldung bis 6. Juli*

**Mittwoch 18. Juli 2018**  
**15 Uhr Hl. Messe in der Basilika Mariazell**

Gestaltung: Gemeinschaft vom Haus der Stille  
 Lieder aus unserm Liederbuch „du mit uns 2“

Es ist der Abschluss der Fußwallfahrt. Komm alleine oder mit Freunden mit eigenem Auto nach Mariazell. **Wir laden herzlich ein, mit uns zu feiern!**

## „Schläft ein Lied in allen Dingen ...“

*Eine erholsame und kreative Sommerwoche*

“... und die Welt hebt an zu singen, triffst du nur das Zauberwort“ (Joseph v. Eichendorff). Wir gehen in diesem Kurs malend, lauschend, schreibend dem Klang in allen Dingen nach, den wunderbaren Melodien des Lebens, der Musik in allem Sein. Wir hören diesen Klang in der Natur, im großen Orchester der Schöpfung, im Zauberreich der Farben und des eigenen Malens. Wir hören ihn auch in uns selbst, im eigenen Leben, im dichterischen Wort und in der Stille...

Beginn: Mo, 16.07. 18.00 Uhr  
Ende: Sa, 21.07. 14.00 Uhr  
Leitung: Alois Neuhold  
Kursbeitrag: € 120,-  
Materialk.: € 45,-

Wir können uns von diesem Lied in allen Dingen verzaubern lassen, in diesen universellen Klang einstimmen und mehr in EIN-KLANG kommen mit uns selbst und allem Sein...

*Es sind keine Malkenntnisse notwendig!*

## Du brauchst Gott nur bis zu Dir selbst entgegen zu gehen

Begleitete Einzel-Exerzitien  
im Schweigen  
mit Gemeinschaftselementen

Warteliste!

Beginn: Mo, 16.07. 18.00 Uhr  
Ende: So, 22.07. 14.00 Uhr  
Leitung: Klaus Stemmler  
Kursbeitrag: € 195,-

## 18.07.: Offener Tanzabend - Kreis- und Gruppentänze

Mittwoch, 19 - 21 Uhr - keine Anmeldung notwendig

Leitung: Hedi Mislik Kursbeitrag: freiwillige Spende

## Einführung in die Übergegenständliche Meditation

Kursbeschreibung:

- 6 x 20 Minuten Meditation täglich (Sitzen im Schweigen)
- 3 x ca. 30 Minuten Leibarbeit zur Vorbereitung und Intensivierung der Meditation
- Impulse zum tieferen Verständnis des Übungsweges
- durchgängiges Schweigen
- Gelegenheit zur Teilnahme an der Eucharistiefeyer

Beginn: So, 22.07. 16.00 Uhr  
Ende: Fr, 27.07. 14.00 Uhr  
Leitung: Johanna & Franz Krebs  
Kursbeitrag: € 60,-

Der Kurs ist geeignet für Anfängerinnen und Anfänger, die auf der Suche nach Stille, nach mehr Gelassenheit im Alltag und innerem Frieden sind.

**Es ist wichtig, am ganzen Kurs vom Anfang bis zum Ende teilzunehmen!**

## Lebens-Muster: Fülle des Sommers

Wochenende mit Filztechniken und Elementen der Biografiearbeit

Das Lebensmuster-Thema schenkt uns ein Sinnbild für das eigene Leben. Textimpulse, Elemente aus der Biografiearbeit, sowie der Prozess des Filzens selbst begleiten uns bei unserem Suchen: Was bedeutet das Versprechen der Fülle für mich?

Beginn: Fr, 27.07. 18.00 Uhr  
Ende: So, 29.07. 14.00 Uhr  
Leitung: Irmgard Moldaschl & Maria Grentner  
Kursbeitrag: € 75,-  
Materialk: € 10,-

Die berausende Fülle der sommerlichen Farben und Düfte aktiviert all unsere Sinne. Diese Fülle will wahrgenommen sein, sie lädt ein, in allen Farben zu schwelgen, das Leben zu genießen und zu gestalten. Es ist gut, dass wir da sind! Wir fangen die Fülle des Sommers in bunten Blüten und Filzbildern ein. Auch Sitzunterlagen können gefilzt werden. Wolle in vielfältigen Farben steht zur Verfügung, dazu Seide und Leinen als Gestaltungsmaterial.

Technik: Nassfilzen - Nunofilzen



## Meditation

Dieser Kurs wendet sich an

- TeilnehmerInnen, die nach der Einführung in die Zen-Meditation den Übungsweg vertiefen möchten.
- Geübte, die die Möglichkeit nützen wollen, durch die Übung in der Gruppe intensiv auf ihrem Weg weiter zu gehen.

Beginn: So, 29.07. 18.00 Uhr  
Ende: Fr, 03.08. 14.00 Uhr  
Leitung: Johanna & Franz Krebs  
Kursbeitrag: € 60,-

### Kursinhalte:

- 9 x 20 Minuten Meditation
- Impulse zum tieferen Verständnis des Übungsweges
- Eutonieübungen und Qi Gong Übungen
- durchgängiges Schweigen
- Gelegenheit zur Teilnahme an der Eucharistiefeier

Voraussetzung: Einführungskurs Kontemplation, gegenstands-lose Meditation oder Teilnahme bei Meditations-Wochenenden in Anlehnung an Zen.

**Es ist wichtig, am ganzen Kurs teilzunehmen!**

## August 2018

### Klänge für die Seele

*Mit Klangschalen, Gong und Monochord zu mehr Ruhe und Entspannung*

Das Wissen um die heil- und erholsame Wirkung von Klängen ist uralte. So nimmt der Klang von Kirchenglocken seit jeher Einfluss auf unser Leben und unsere innere Befindlichkeit. Die obertonreichen Klänge und Schwingungen von Klangschalen, Monochord und Gong unterstützen eine tiefe Entspannung und fördern Ruhe und Stille. Eigene Obertoninstrumente können gerne mitgebracht werden.

Beginn: Fr, 03.08 18.00 Uhr  
Ende: So, 05.08. 14.00 Uhr  
Leitung: Margit Schuller  
Kursbeitrag: € 85,- bis € 110,-

Inhalte: - Experimentieren mit den Klanginstrumenten

- Erleben von Klangreisen
- Kreativer Ausdruck der Erlebnisse und Erfahrungen

Ziele: - Entdecken der Klänge als Kraftquelle

- Tiefenentspannung und Erholung
- Förderung von Lebensfreude und Urvertrauen

Alle Kurstermine, teilweise mit ausführlicheren Informationen auf

**[www.haus-der-stille.at](http://www.haus-der-stille.at)**

**Neu**

## Fühl dich wohl in deinem Körper

*Wohltuende bewusste Körper- und Atemübungen*

Durch geführte Meditations- und Entspannungstechniken soll deine Fähigkeit zur Entspannung verbessert werden. Du erlernst eine tiefere und vollere Atmung, um insgesamt entspannter zu sein und gleichzeitig über mehr Energie zu verfügen.

Erlernen von Techniken, die wirbelsäulen- u. gelenksschonend deinen Alltag erleichtern. Anhand von gelernten Yogaübungen soll ein verbessertes Körpergefühl entstehen.

Beginn: **Fr, 03.08. 18.00 Uhr**  
Ende: **So, 05.08. 14.00 Uhr**  
Leitung: **Sylvia Sodamin**  
Kursbeitrag: **€ 95,-**

## Lies ein Stück Holz

*Schnitzexerziten für Männer*

Die Exerziten laden ein, in Stille und Achtsamkeit das eigene Leben zu betrachten, Gottes Spuren darin zu entdecken und das gemeinsam zu feiern. Durch die Bearbeitung von einem Stück Holz findet der innere Prozess in der äußeren Formgebung Gestalt.

Elemente der Exerziten:

- Durchgehendes Schweigen und Meditation
- tägliches Begleitgespräch und Impulse in der Gruppe
- Arbeit am und mit dem Holz (mit Einführung, Schnitzerfahrung ist keine Voraussetzung)
- Meditation
- Abendliturgie in der Exerziengruppe

*Die psychische Stabilität der Teilnehmer wird vorausgesetzt.*

Beginn: **So, 05.08. 18.00 Uhr**  
Ende: **Sa, 11.08. 14.00 Uhr**  
Leitung: **Susanne Schuster**  
Kursbeitrag: **€ 200,- bis € 380,-**

## Ikebana im Sommer

Blumen bringen Farbe und Freude in unser Leben. Sie preisen Gott, den Schöpfer aller Dinge, in Stille. Im Wechsel der Jahreszeiten wollen wir dem nachspüren. Ikebana ist meditatives Üben des Blumenstellens.

Wir wollen die Schönheit und Eigenart der Pflanzen zur Geltung bringen.

Kurselemente:

- Demonstration der Arrangements und Üben
- Wir wählen in Garten und Wiese mit Bedacht Zweige oder Blumen

Voraussetzungen:

Vorerfahrung ist nicht erforderlich, wohl aber die Bereitschaft, sich für diese Zeit in Stille darauf einzulassen.

Beginn: **Mo, 06.08. 11.00 Uhr**  
Ende: **Fr, 10.08. 15.00 Uhr**  
Leitung: **Hildegund Fiasch & Renate Kaiblinger**  
Kursbeitrag: **€ 65,- inkl. Blumen**

## 11.08.: Franziskusgottesdienst

Sonntag, 11.30 Uhr, anschließend Agape

## Miteinander in Bewegung kommen

*SommerTanzTage*

Tanzen ist eine Liebeserklärung an das Leben und die Schöpfung, deren Teil wir sind...

Kurselemente am Vormittag:

- Kreis- und Gruppentänze
- Haltungs- und andere Übungen
- freies Tanzen

Die Nachmittage sind je nach Witterung frei gestaltet.

Beginn: Di, 14.08. 18.00 Uhr  
Ende: So, 19.08. 14.00 Uhr  
Leitung: Hedi Mislik  
Kursbeitrag: € 75,-

## Seelenfrieden

*Yoga-Sommertage*

**Yoga** ist schlicht und ergreifend. In seiner Klarheit berührt und durchdringt es alle Ebenen des Seins. Der Raum des inneren Friedens wird geöffnet und schafft Verbundenheit mit der göttlichen Kraft. **Asanas**, Körperübungen, kräftigen den Körper und machen ihn geschmeidig. **Pranayama**, Atemübungen, erfrischen den Geist und machen ihn klar und wach. **Meditation** belebt die Seele und bringt Stille in das Herz. **Kriyas**, Reinigungstechniken, lösen Schlacken und befreien von Ballast.

Es werden täglich 3 Stunden Yoga geübt, die restliche Zeit kann individuell gestaltet werden.

*Für AnfängerInnen und mäßig Fortgeschrittene!*

Beginn: Mi, 15.08. 18.00 Uhr  
Ende: So, 19.08. 09.00 Uhr  
Leitung: Melanie Kalcher  
Kursbeitrag: € 180,-

## Eine bunte Woche mit der Bibel *Sommerwoche*

Die Bibel kann man lesen, meditieren, mit allen Sinnen erschließen, mit eigenen Worten fassen, spielen... so wird das Wort lebendig, mischt sich unerwartet in unser Leben ein. Schenk dir ein paar freie Sommertage, wir probieren es gemeinsam!

Beginn: Mo, 20.08. 18.00 Uhr  
Ende: So, 26.08. 14.00 Uhr  
Leitung: Mag.<sup>a</sup> Colette Brun  
Kursbeitrag: € 65,-

• **Stille** • **Impulse und Leibübungen** • **mit Leib und Seele nachspüren**

Die Vormittage dienen der persönlichen und gemeinschaftlichen Auseinandersetzung. Das Zusammenspiel der verschiedenen Elemente wird uns auf dem Weg zur eigenen Mitte begleiten. Die Nachmittage sind je nach Witterung frei gestaltet (Schwimmen, Wandern ...). Ein gemeinsamer Ganztagesausflug ist vorgesehen.

## 22.08.: Offener Tanzabend - Kreis- und Gruppentänze - vgl. S. 21

### Einzelexerziten *mit gemeinsamen Gestaltungselementen*

Exerziten wollen helfen, das eigene Leben vor Gott anzuschauen. Sie bieten Gelegenheit, die Beziehung zu sich selbst, zu Gott und zu den Mitmenschen zu vertiefen. Sie sind auch eine Schule des Betens und ermutigen, der Sehnsucht Raum zu geben.

Beginn: Do, 23.08. 18.00 Uhr  
Ende: Fr., 31.08. 15.30 Uhr  
Leitung: Sr. Evelyne Ender rscj  
Kursbeitrag: € 195,-

#### Tägliche Elemente:

- Impulse zur Schrift- und Lebensbetrachtung
- persönliche Gebetszeiten und durchgehendes Schweigen
- Gespräch mit der Begleiterin
- Leib- und Wahrnehmungsübungen
- Eucharistiefeier und durchgehendes Schweigen

Voraussetzungen: geistige und psychische Stabilität

## Carceri-ZEIT – Tage der Achtsamkeit

Der Kurs verbindet Achtsamkeitsübungen, christliche Meditation und Exerziten. Er bietet einen geistlichen Raum sowohl für Einsteiger wie auch für Erfahrene auf dem Meditations- und Exerzitienweg. Der Kurs findet überwiegend im Schweigen statt. Er orientiert sich an der Regel des Hl. Franziskus für die Einsiedeleien.

Beginn: So, 26.08. 16.00 Uhr  
Ende: Sa, 01.09. 14.00 Uhr  
Leitung: P. Thomas Lemp SAC  
 Sr. M. Judith Harrer,  
 Sr. M. Martha Dirr  
 Sr. M. Veronika Görnert  
Kursbeitrag: n. eigener Einschätzung  
Materialk.: € 10,-

#### Weitere Elemente: Wanderungen

in der Natur, franziskanische Impulse, meditatives Gestalten, Leib-Übungen, stille Zeiten, Eucharistiefeier, 2h leichte Mitarbeit/Tag, Austauschrunde und Möglichkeit zum Einzelgespräch

Voraussetzungen: normale seelische und physische Stabilität

### **ANMELDUNG für alle Kurse:**

**Haus der Stille, A-8081 Heiligenkreuz a.W.**

Tel.: 03135-82625 • Fax: 03135-82625-35

info@haus-der-stille.at • www.haus-der-stille.at (Online-Anmeldung)

Es ist grundsätzlich immer möglich, schon ein, zwei Tage früher zu kommen und auch länger zu bleiben.

## Resonanz

*Ein Schwingen mit der Welt*

In Resonanz sein ist ein in Beziehung sein mit dir und der Welt.

Die Haut ist unser Resonanzorgan. Sie ist Grenze und Kontaktorgan zwischen Innen und Außen, zwischen mir, dir und der Welt. Diese Grenze ist im eigentlichen Sinne eine Membran, die definiert und trennt, gleichzeitig durchlässig ist und verbindet. Über die

Haut weißt du, wer du bist und dieses ‚ich bin‘ ist im ständigen Austausch, im Schwingen mit der Welt. Über den Tanz, die Bewegung und in stiller Wahrnehmung erforschen wir die Intelligenz unserer Haut und wie es sich anfühlt, in Resonanz zu sein.

Beginn: Fr, 31.08. 18.00 Uhr  
Ende: So, 02.09. 14.00 Uhr  
Leitung: Martina Polleros  
Kursbeitrag: € 95,

## September 2018

### 09.09.: Franziskusgottesdienst

Sonntag, 11.30 Uhr, anschließend Agape

### 12.09.: Offener Tanzabend - Kreis- und Gruppentänze - vgl. S. 21

## Meditation in Anlehnung an Zen

*Praxiswochenende für Geübte*

Nähere Infos  
auf Seite 21

Beginn: Fr, 14.09. 18.00 Uhr  
Ende: So, 16.09. 14.00 Uhr  
Leitung: Helmut Renger  
Kursbeitrag: freies Dana

## Mit Achtsamkeit zu innerer Ruhe und Gelassenheit

*Leben in Achtsamkeit*

Nähere  
Infos auf  
Seite 21

Beginn: Mo, 17.09. 8.00 Uhr  
Ende: Fr, 21.09. 14.00 Uhr  
Leitung: Petra Vogel-Kern  
Kursbeitrag: € 195,-

## „Ich tanze vor Freude“

*Kreis- und Gruppentänze*

Sich im eigenen Leib erspüren, den Rhythmus der Musik aufnehmen und miteinander in Bewegung kommen.

Kurselemente:

Kreistänze, Gruppentänze,  
Meditative Tänze, freies Tanzen

Beginn: **Sa, 22.09. 14.30 Uhr**  
Ende: **So, 23.09. 14.00 Uhr**  
Leitung: **Hedi Mislik**  
Kursbeitrag: **€ 35,-**

## „Entdeckt und entfaltet euch neu“

*Partnermassage - Grundkurs*

Nimm dir Zeit, um dein Gegenüber anders wahrzunehmen! Das Ziel dieses Seminars ist, seinen Partner/seine Partnerin auf liebevolle und kreative Weise besser kennenzulernen.

Beginn: **Fr, 28.09. 15.00 Uhr**  
Ende: **So, 30.09. 14.00 Uhr**  
Leitung: **Andreas Faustmann**  
Kursbeitrag: **€ 68,- pro Person**

Mit spielerischer Leichtigkeit erlernst du die Grundlagen sowie einfache Massagegriffe aus verschiedensten Bereichen der manuellen Körperarbeit und wie man sie kraftschonend und effektiv anwendet. Unser Programm besteht hauptsächlich aus Elementen der klassischen Massage, Reflexzonenmassage, Akupressur und Energetik.

Voraussetzungen: Ein Partner/eine Partnerin, Freund/in

## Das Herz öffnen

Wir sind mehr als das, wofür wir uns halten. Wir bestehen auch aus Potenzial, das sich zunehmend verwirklicht. Wir werden das Phänomen Herz erforschen anhand von Fragen wie:

Beginn: **Fr, 28.09. 17.00 Uhr**  
Ende: **So, 30.09. 14.00 Uhr**  
Leitung: **Aron Saltiel**  
Kursbeitrag: **€ 120,- bis € 200,-**

Was ist Herz? Wie bin ich wenn ich mein Herz verschließe, wenn ich es offen und offen halte? Was bedeutet das für meine Beziehungen, mein Leben, den Alltag?

mit Hilfe von Übungen, Gesang, Gesprächen, Körperarbeit und Aufstellungen.

## Vorschau Herbst 2018

### Bibelschule im Alltag 2018/2019

Einführungswochenende: **12.-14.10.2018**, Fr 18.00 Uhr bis So 14.00 Uhr

Weitere Termine, jeweils von Sa, 11.00 Uhr bis So, 14.00 Uhr:

**24.-25.11.2018 , 26.-27.01.2019, 16.-17.03.2019, 27.-28.04.2019, 25.-26.05.2019**

*Prospekt  
beiliegend*

## Pilgern auf den Spuren von Franziskus

Auf unserer Pilger-„Fahrt“ werden wir auf den Spuren von Franziskus, den Bitten des „Vater unser“, und auch unserer eigenen Lebensspur nachgehen. Begleitet werden wir dieses Mal wieder von einem Bus. So können auch

die, die längere Wegstrecken nicht gehen oder das gesamte Gepäck nicht tragen können, je nach ihren Möglichkeiten vielleicht kürzere Strecken mitgehen. Auf unserem Weg durch Umbrien (Toskana, Latium) werden wir nach La Verna, Poggio Bustone, Fonte Colombo, Greccio, Lo Speco und Assisi kommen. An einigen Orten, an denen sich Franziskus in die Stille zurückgezogen hat, haben wir die Möglichkeit, in der Stille bei uns zu sein. An den Abenden nehmen wir uns Zeit zum Rückblick und zum Austausch.

Beginn: So, 07.10. 9.00 Uhr  
Ende: Mi, 17.10. abends  
Leitung: Maria Grentner & Peter Malina  
Kursbeitrag: € 1.100,- Fahrt u.Nächtigung HP

Vorbereitungstreffen: 22. - 23. September 2018, 14.00 bis 14.00 Uhr

## Regelmäßige Angebote

### Wanderungen - „Ich setze meine Schritte achtsam

Tages-Wanderungen rund ums Haus der Stille stehen genauso am Programm wie weiter entfernte Ziele. Termine und Ziele planen wir kurzfristig.

Leitung: Natalie & Manfred Kamper - Wandertelefon: 0664/4732383

### Gemeinsame Begehung des Markusweges jeden Samstag von 05. Mai bis 29. September 2018

Treffpunkt: um 9.00 Uhr Pfarrkirche Heiligenkreuz a. W.

### Einladung zur Meditation

„Meinem Leben Raum geben im Angesicht Gottes“

jeden Mittwoch von 16.00 bis 18.00 Uhr

Aktuelle Termine: siehe Homepage Kalender

Übungsgruppe für erfahrene Meditierende und für Interessierte

### Einladung zur Kontemplation nach Franz Jalics SJ

Einmal im Monat, Freitag von 14.00 bis 17.00 Uhr

Aktuelle Termine: siehe Homepage Kalender

nach den Wegschritten der kontemplativen Exerzitien nach P. Franz Jalics SJ



## Pilgern auf den Spuren von Franziskus

**7. - 17. Oktober 2018**

Leitung: Maria Grentner & Peter Malina  
(nähere Informationen auf S. 31)

**La Verna, Poggio Bustone, Fonte Colombo, Greccio,  
Lo Speco, Assisi, Pieve San Stefano, Sansepolcro**