



echo der stille



Fürchtet euch nicht

Advent

im Haus der Stille

FREUDE, die leise wächst **Adventmarkt und Konzert** **am 14.12.2025**

Bläserquartett der Steirischen Blas



Foto: Andrea Draxler

- 11:30** **Franziskusgottesdienst**
- 12:30** **Adventmarkt mit Kinderstation**
- 16:30** **Benefizkonzert und Offenes Adventsingens
anschließend Benefizbuffet**



Liebe Leserin, lieber Leser, liebe Freund:innen unseres Hauses!

"Abschluss und Aufbruch" – unter diesem Motto laden wir seit Jahren ein, den Übergang in ein neues Jahr bewusst mit uns zu verbringen und zu gestalten. Marlies schlägt dir in ihrem Impuls (S. 11) ein kleines Ritual für diesen Jahresübergang vor. Auch wir dürfen wieder voll Dankbarkeit zurückschauen und voll gespannter Hoffnung und Zuversicht auf das vorausblicken, was erst langsam Kontur anzunehmen beginnt.



HANS
WALTERSDORFER
Theologischer
Mitarbeiter

Für uns ist das v.a. der geplante große Innenumbau. Nach Jahren der äußeren Sanierungen (Fassade, Dächer, Zugangsbereich ...) gilt es nun, das Haus auch im Inneren so zu gestalten, dass es einerseits den zeitgemäßen Erwartungen aktueller und künftiger Gäste, den bauvorschriftlichen Anforderungen an einen Gäste- und Kursbetrieb und einem ökonomischen Arbeiten im Haus entspricht, andererseits aber auch dem Geist der Einfachheit und dem Grundanliegen der Stille, kurz: der DNA unseres Hauses treu bleibt. Die Spannung zwischen dem Wünschenswerten und dem Machbaren wird uns dabei begleiten und uns das ganze nächste Jahr beschäftigen. Philipp und Klaus stellen dir die ersten großen Grundlinien vor (S. 6.).

Eine Erfahrung, die ich in den vielen Jahren meiner Mitarbeit immer wieder machen durfte, zeigt sich auch jetzt: Es werden uns im richtigen Augenblick die richtigen Leute geschenkt, um das Haus der Stille gut weiterzuführen. Neben unserem neuen wirtschaftlichen Leiter Philipp Friesenbichler haben wir nun mit Gerald Domenek auch einen neuen Küchenchef gefunden (S. 4). Andere, die uns im Hintergrund oder aktuell bei unserem Bauvorhaben unterstützen, stellen wir dir im "echo der stille" sukzessive vor. Hilf auch du mit, dass dieses Haus unser gemeinsames Haus der Stille bleibt!

Zwei Waagschalen

Heute wird gewogen:
Alle Freude des Jahres
in die eine Schale.
Alles Schwere des Jahres
in die andere Schale.
Was wog mehr dieses Jahr?

Meinen Sorgen Frieden!
Meiner Freude Zukunft!

So schließe ich
heut Nacht meine Augen
und lächle lauthals
ins neue Jahr hinein.

Marlies Prettenthaler-Heckel

Frieden dir und deinen Lieben - nicht nur zur Weihnachtszeit,
sondern auch auf deinem Weg durch das kommende Jahr!

Menschen

im Haus der Stille

WILLKOMMEN



Gerald Domeneck

Meine Name ist Gerald, ich bin gebürtiger Grazer und 35 Jahre jung. Ich habe das Akademische Gymnasium besucht und danach eine Kochlehre im Romantik Parkhotel Graz gemacht. Anschließend war ich mehrere Jahre auf Saison in Tirol und in verschiedenen Betrieben der Steiermark tätig. Am Haus der Stille gefiel mir von Anfang an der Ansatz, sehr gut mit regionalen und zum Teil selbst angebaute Produkten kochen zu können. Ich lege großen Wert darauf, Zutaten bewusst auszuwählen und respektvoll zu verarbeiten, um ihren natürlichen Geschmack bestmöglich zur Geltung zu bringen. In meiner Freizeit betätige ich mich gerne sportlich und gehe auch aufgrund meines Berufes sehr gerne in den unterschiedlichsten Küchen essen.

Mir war es nach einigen stressigen Jahren wichtig, mehr Zeit für meine Familie haben zu können und da freue ich mich meine Erfahrungen und meinen Qualitätsanspruch in dieses kleine Team im Haus der Stille einbringen zu können.

WIR SIND...



die Arbeitsgruppe von alpha nova im Haus der Stille
#halten das Haus sauber #mittendrin #lebendig #kunterbunt

#positive vibes

Patrick #der Mann in der Gruppe und Mentoring #Wetterfrosch #immer da

Bettina #freundlich #mache gerne Späße #sorgfältig und genau

Lisa #höflich #wissensdurstig #hilfsbereit

Lena #kontaktfreudig #bin gerne in der Küche #sportlich

Jasmin #seit September in der Gruppe #kreativ und kommunikativ #fleißig

Anna #Marshall und Sky-Mama #“ganz

gut“ #arbeite gerne hier...

#Begleitung ...**Verena...****Mario...****Michaela...****Ingrid...****Eveline...****Jenny**

Die Stille gebiert den Seelenklang

Das Licht der Welt erblickte ich im Jahr 1965 im stillen, kleinen Bergdorf Pack. Hineingeboren in eine Großfamilie kam ich mit 10 Jahren ins Internat des „Fürstbischöflichen Knabenseminars“. Gemeinsam mit Freunden musste ich aufgrund von Disziplinarverstößen und Überforderung unserer Betreuungspersonen die Schule nach 4 Jahren verlassen. Vieles zerbrach, meine Sehnsucht nach Verbundenheit mit der Natur und geliebten Menschen blieb.

Nach der Matura an der Handelsakademie war ich Zivildienler beim Roten Kreuz und begann 1984 mein Studium in Graz. Nach Abschluss des Studiums heiratete ich meine Frau Barbara. Die nächsten Jahre arbeitete ich als Bildungsaktivist, Kommunikationsarbeiter, Redakteur, Lehrer und Generalsekretär der österreichischen Bildungsallianz sowie als Leiter der Verwaltungsakademie der Stadt Graz und wurde Vater von drei Kindern.

Seit über 26 Jahren bin ich nun in der Holding Graz tätig, derzeit als Spartenbereichsleiter für Kund:innenmanagement und Vertrieb und Geschäftsführer der Zentral-Wasserversorgung Hochschwab Süd. Mitglied im Kuratorium des „Universalmuseum Joanneum“; Obmann des Vereins der Freunde des „Johann-Joseph-Fux Konservatoriums“ sowie Vorstandsmitglied im „Bund sozialdemokratischer AkademikerInnen“

Ende der 1980er Jahre war ich erstmals Gast im Haus der Stille, welches ich zusammen mit meiner Frau und unseren Kindern auch in den folgenden Jahren unregelmäßig besuchte. 2019 feierten wir im Haus der Stille Silberne Hochzeit.

Nun bin ich die zweite Vorstandsperiode als Schriftführer bzw. stellvertretender Obmann für das Haus der Stille tätig. Gerne bringe ich mein Wissen und meine Erfahrungen in den Bereichen Projektmanagement, Organisationsentwicklung und Betriebswirtschaft für die Weiterentwicklung des Hauses der Stille ein. Jährlich leiste ich 100 – 200 Stunden ehrenamtliche Arbeit mit dem Ziel, die Verbundenheit der Weggemeinschaft zu fördern und die zukunftsbeständige Weiterentwicklung unseres Hauses der Stille zu unterstützen.



Foto: privat

Klaus Zausinger
*Stellvertretender
Vorsitzender und
Schriftführer im
Verein Haus der
Stille und Leiter des
Bauausschusses*

In den laufenden Ausgaben des "echo der stille" stellen wir dir die Menschen vor, die oft im Hintergrund stehen, aber große Verantwortung für unser Haus übernommen haben: die Mitglieder unseres Vereinsvorstandes.

Klaus Zausinger



Innensanierung – Generalsanierung 2.0

Haus der Stille - Ein großer Schritt in die Zukunft

Die Zeit darf in diesem Haus nicht stehen bleiben. Diese Worte kennen viele – sie wurden von der Oberin der Redemptoristinnen 1979 bei der Übergabe des Hauses gesprochen, und dabei wurde die alte Klosteruhr noch einmal aufgezogen.

Mit Ende April 2026 wird das Haus der Stille seine Pforten für einige Monate schließen – nicht, um stillzustehen, sondern um sich für die kommenden Jahrzehnte neu aufzustellen. So wird nach der äußeren Generalsanierung 2016 bis 2019 nun der Innenbereich zeitgemäß erneuert. Die Kapelle bleibt auch während der Umbauzeit benutzbar – ein Ort der Stille mitten im Wandel.

Vorbereitende Schritte

Ab 26. Mai 2026 beginnt der lang vorbereitete Umbau, der sowohl praktische Verbesserungen als auch neue räumliche Möglichkeiten bringen wird.

Bis Mitte November 2025 erfolg-

te eine erste Planungsphase für die notwendige Einreichung. Im Bauausschuss, im Vorstand und im Hausteam wurden die Pläne vorgestellt und gemeinsam erarbeitet. Dieser Schritt mit den ersten Kostenschätzungen ist ein wichtiger Meilenstein auf dem Weg zu den Einreichplänen bei den zuständigen Behörden. Die nächsten Schritte sind die verschiedenen Behördenwege, die Detailplanungen und schließlich die Ausschreibung der Bauteile.

Der Mai 2026 steht dann ganz im Zeichen des großen Räumens: Möbel wollen sorgfältig zwischengelagert, Geschirr, Geräte und Materialien sortiert und gesichert werden. Es wird eine **Arbeitswoche XL** geben – bitte getragen von euren vielen helfenden Händen, die mit anpacken, damit das Haus frei geräumt ist für die anstehenden Bauarbeiten (nähere Infos folgen im nächsten Echo).

ARBEITEN UND INNEHALTEN XL » 22

Beginn der Bauarbeiten

Im Sommer 2026 starten die **zentralen Bauarbeiten**. Ein Schwerpunkt liegt auf den **Zimmern**, von denen 14 neu **mit eigenen Nasszellen** ausgestattet werden. Auch die **Küche** wird umfassend erneuert und so gestaltet, dass sie den Anforderungen eines zeitgemäßen Betriebes für Kurse und Seminare gerecht wird.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist die **Zwischendecke zwischen dem Franziskus-Saal und dem Meditationsraum** im ersten Stock – sie soll verbessert werden, um die Raumakustik und Nutzbarkeit zu optimieren. Darüber hinaus werden die **Seminarräume** Franziskus und Klara adaptiert und an heutige technische und funktionale Standards angepasst.

Nach Maßgabe der vorhandenen Mittel sollen auch Innenräume wie der **Eingangs- und Empfangsbereich** neugestaltet werden. Die konkrete Kostenhöhe der Generalsanierung im Innenbereich wird sich allerdings erst im April 2026 zeigen, wenn die Ausschreibungen abgeschlossen sind und die tatsächlichen Baupreise feststehen.

Bis zum nächsten Echo wird es voraussichtlich mehr Klarheit über den tatsächlichen Bauumfang und die Gesamtkosten geben. Was wir schon wissen: Auch die Küche wird fix Teil des Projekts sein (» 32).

Wenn viele tragen...

Der Umbau ist ein großes gemeinsames Projekt – **getragen vom Verein**, seinen Mitgliedern, **vielen Freundinnen und Freunden des Hauses** sowie von der **Diözese Graz-Seckau** mit der Finanzkammerdirektion und dem Finanzkammerdirektor Martin Halmer sowie der Bauabteilung mit Josef Niederl. Besonderer Dank gilt Thomas Guggenbichler als Projektverantwortlichem der Diözese sowie Christine Konrad und Karin Grabner-Trummer von grabner | konrad architekttinnen, die das Projekt planerisch begleiten.

Bei aller baulichen Erneuerung bleibt das, was das Haus im Innersten trägt, unverändert: die Stille. Sie ist und bleibt der Markenkern und das Herz dieses Ortes – als Raum für Spiritualität und Begegnung mit sich selbst, mit anderen und mit Gott. Auch in Zukunft wird die Stille spürbar bleiben – in neuen Räumen, die das Alte ehren und dem Neuen Raum geben.

Wenn alles nach Plan verläuft, dürfen wir uns bereits am **22. Dezember 2026** auf die **feierliche Wiedereröffnung** des Hauses freuen – und darauf, gemeinsam neu einzutreten in einen Ort, der Vertrautes bewahrt und Neues möglich macht.

*Philipp Friesenbicher
Klaus Zausinger*

Spendenkonto Haus der Stille

IBAN: AT49 3817 0000 0101 2459

Verwendungszweck: Umbau Haus der Stille

Danke für deine Verbundenheit und Großzügigkeit!



Fürchtet euch nicht

Wenn ein Kind geboren wird, steht die Welt für einen Moment still. Niemand weiß, was dieses neue Leben an Überraschendem in die Welt bringt. In der Schwangerschaft gibt es Höhenpunkte und Tiefpunkte, Vorfreude und manchmal große Ängste. Wie gut, wenn es da eine weise Großmutter gibt, die Ruhe und Sicherheit ausstrahlt, oder einen Freund, der ermutigt und vertraut, dass schon alles gut wird.

Das Christus-Kind in der Krippe ist auch so ein Überraschungsangebot, ein Geschenk an die Welt. Hirten werden aus dem Schlaf gerissen durch eine übernatürliche Lichterscheinung. Gleichzeitig die beruhigende Botschaft: "Fürchtet euch nicht! Ich verkünde euch eine große Freude. Heute ist euch der Retter geboren, Christus der Herr,

der Sohn Gottes!" – so die großmütterliche Stimme aus dem himmlischen OFF.

Auf welchen Boden trifft diese Botschaft heuer im Haus der Stille? Sie trifft uns in einer Zeit der Veränderung, des Aufbruchs und Neuwerdens. Auch das Bild der Schwangerschaft passt: Seit gut neun Monaten wissen wir, dass die Notwendigkeit, das Haus durch eine Generalsanierung des Innenbereichs zukunftsfit zu machen, fruchtbar wird.

Viel Ermutigung von unseren Gästen ist da und immer das Gefühl: Wir sind geführt. Dennoch begegnen wir auch vielen Ängsten: „Übernehmen wir uns nicht mit diesem großen Projekt? Verliert das Haus der Stille seine Seele?“, oder: „Bitte macht das Haus

der Stille nicht kaputt! Wir brauchen kein Hotel, wir wollen unser Haus der Stille so wie es ist!“

Hier hilft uns diese Botschaft der Engel: „Fürchtet euch nicht!“ Wir, die wir als Hausleitung und Vorstand dieses Projekt steuern, sind uns der Verantwortung bewusst, die STILLE als unser Alleinstellungsmerkmal zu schützen und das Raumkonzept dem inhaltlichen Konzept anzupassen. Mit viel Gespür haben sich auch unsere beiden Architektinnen diesem Ziel verschrieben, so zu gestalten, dass für persönlichen Rückzug, Meditation und Exerzitien bestmögliche Bedingungen geschaffen werden. Niemand spricht von einem Hotel, wir sprechen vom Haus der Stille, das wir erhalten wollen. Um die Stille zu bewahren und

gleichzeitig durch eine höhere Auslastung wirtschaftlich zu überleben, wollen wir bestimmte Zeiten im Jahr ganz für die Stille reservieren, in anderen ist dann Zeit für Kurse, Klausuren und Feiern.

Es ist schön zu merken, wie viele Menschen sich mit uns Gedanken machen und Vorschläge bringen.

Danke dafür! Besonders hilft uns in dieser Zeit euer Vertrauen und das Zutrauen, dass wir mit dem kostbaren Schatz dieses Hauses achtsam umgehen und die nötige Anpassung für alle bestmöglich umsetzen werden. Also nehmen wir es uns gemeinsam zu Herzen: „Fürchtet euch nicht! Ich verkünde euch eine große Freude!“

Marlies Prettenthaler-Heckel

WORKATION UND CO-WORKING IM HAUS DER STILLE

Einsam beim Arbeiten oder müde vom immer gleichen Umfeld? Hast du Lust auf einen ruhigen aber lebendigen Ort der inspiriert? Bist du auf der Suche nach einem flexiblen Co-Working Platz? Ob für einen Tag oder länger – gestalte deine individuelle Workation im Haus der Stille.

Aktuell:

Buche flexibel dein eigenes Zimmer mit Schreibtisch (8.30 Uhr bis 15.30 Uhr) und nutze das vielseitige Angebot unseres Hauses: tägliche Meditations- und Gebetszeiten, gemütliche Gemeinschaftsräume, den Garten der Stille und vieles mehr.

inklusive vegetarischem Mittagessen ab € 35,- pro Tag
optional Frühstück € 8,- / Abendessen € 10,-

Du willst länger bleiben? Unsere Gästezimmer laden zum Verweilen ein. Melde dich bitte vorab an unter: info@haus-der-stille.at
Komm an, atme durch und lass dich inspirieren.

Wir freuen uns auf dich – dein Haus der Stille Team.

Dank, Abschied und Übergabe

Beim Gottesdienst am 5. Oktober 2025 übergab **Natalie Kamper** ihre Verantwortung für den wirtschaftlichen Bereich im Haus der Stille, die sie in schwierigen Umbruchszeiten übernommen hatte, offiziell an unseren neuen wirtschaftlichen Leiter **Philipp Friesenbichler**. In einer Auszeit sucht Natalie nun nach einer beruflichen Orientierung.

Liebe Natalie, auch an dieser Stelle noch einmal ein großes DANKE für deinen verantwortungsvollen Einsatz in der Leitung des Hauses der Stille!

Danken durften wir bei dieser Feier auch **Klara Schöttel** für ihren knapp zweijährigen Dienst in unserer Küche.



Ebenfalls im Rahmen eines Gottesdienstes, den P. Sascha Heinze am 28. September mit uns feierte, hat **Horst Strasser** seine langjährige Aufgabe als

Meditationsleiter bei vielen unserer Zen-Kurse beendet.

Über die Jahre hat Horst viele Facetten seines reichen Erfahrungsschatzes in das Haus der Stille eingebracht. Als Kursleiter von „Zen und Sensemähen“, als Initiator des Mietbeet-Projekts, als Biobauer mit unzähligen Arbeiten im Garten der Stille – und nicht zuletzt durch sein offenes Wesen im Gespräch mit den Menschen – hat er das Haus und das Team nachhaltig bereichert.

DANKE auch dir, lieber Horst!



Programm

JEDEN MITTWOCH
16 – 18.30

ACHTSAMKEIT UND MEDITATION

„Im Angesicht
Gottes meinem
Leben Raum geben“

EINMAL MONATLICH
MITTWOCH,
19.00 - 21.00

OFFENER TANZABEND

14. Jänner | 25.
Februar | 25.
März | 22. April

EINMAL MONATLICH
FREITAG, 19.30

FRANZISKANISCHES TAIZÉGEBET

EINMAL MONATLICH
2. SONNTAG, 11.30

FRANZISKUS- GOTTESDIENST



DEZEMBER

- 12. – 14. **PRAXISWOCHENENDE MEDITATION » 12**
- 14. **ADVENT IM HAUS DER STILLE » 12**
- 15. **FEUERKREIS » 12**
- 18. – 21. **KONTEMPLATIVES GEBET » 12**
- 19. – 21. **YOGA » 12**
- 27. – 1.1. **ABSCHLUSS UND AUFBRUCH » 13**

JÄNNER

- 2. – 5. **STILLE TAGE IN GEMEINSCHAFT » 13**
- 4. – 6. **KUNDALINI-YOGA » 13**
- 5. – 10. **PRAXISTAGE MEDITATION » 13**
- 9. – 11. **WÖRTER FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE » 14**
- 12. – 13. **BIBLIOLOG GRUNDKURS (TEIL 1) » 14**
- 14. – 18. **IKONENMALEREI » 14**
- 23. – 25. **HUMORVOLL, LEICHT... MIT DEM CLOWN » 15**
- 26. – 27. **BIBLIOLOG GRUNDKURS (TEIL 2) » 15**
- 30. – 1.2. **FREUDE AN DER BEWEGUNG » 15**

FEBRUAR

- 2. – 7. **FELDENKRAIS-RETREAT » 15**
- 2. – 6. **MALENDE EINKERTAGE » 16**
- 6. – 8. **TANZ ALS GEBET » 16**
- 13. – 15. **WEG IN DIE MITTE DES HERZENS » 16**
- 16. – 18. **WERKTAGE MIT BIBLISCHEN FIGUREN » 17**
- 20. – 22. **AUF DER SUCHE NACH SINN » 17**
- 23. – 27. **ARBEITEN UND INNEHALTEN » 17**
- 22. – 29.3. **KLIMAFASTEN » 17**
- 23. – 27. **STUDIEREN UND AUSZEIT » 18**
- 27. – 1.3. **BIBEL TANZ WOCHEN WENDE » 18**

MÄRZ

- 6. – 8. **QI GONG » 18**
- 9. – 11. **MEDITATIVES GESTALTEN MIT PFLANZEN » 19**
- 19. **BIBLIODRAMA-SCHNUPPERNACHMITTAG » 19**
- 27. – 29. **FELDENKRAIS UND SPIRITUALITÄT » 19**
- 27. – 29. **ZEN-MEDITATION – EINFÜHRUNGSWOCHENENDE » 20**

APRIL

- 1. – 5. **OSTERTREFFEN » 20**
- 9. – 12. **REGIONALE ENTWICKLUNGSTAGE SPIRITUALITÄT » 20**
- 13. – 17. **URLAUBSTAGE FÜR PRIESTER » 20**
- 16. – 19. **QIGONG UND ZEN-MEDITATION » 21**
- 17. – 19. **FRAUENKRAFT-SEMINAR » 21**
- 24. – 26. **STILLE TAGE MIT DEM LABYRINTH » 21**
- 24. – 26. **PRAXISWOCHENENDE MEDITATION » 22**
- 27. – 29. **GEMEINSAM GEISTLICH LEBEN » 22**

- 4.5. – 8.5. **ARBEITEN UND INNEHALTEN XL » 22**

FR 12. 12., 18.00 –
SO 14. 12., 14.00



Helmut Renger

KURSBEITRAG € 50,-
zuzüglich Vollpension

SO 14. 12.

MO 15. 12.,
19.00 – 22.00

Phil Wilfonger

KOSTEN
freiwillige Spenden
(Empfehlung: € 10,- bis 15,-)

DO 18. 12., 18.00 –
SO 21. 12., 14.00



Brigitte Proksch

KURSBEITRAG € 80,-
zuzüglich Vollpension

FR 19. 12., 18.00 –
SO 21. 12., 14.00



Parvati Daniela Macheiner

KURSBEITRAG € 140,-
zuzüglich Vollpension

MEDITATION IN ANLEHNUNG AN ZEN

PRAXISWOCHENENDE FÜR GEÜBTE

Das gemeinsame Üben kann dabei helfen, tief in die eigene Übung einzutauchen; es kann sich ein die Übung tragendes Feld entwickeln. Dafür ist es notwendig, dass sich jede und jeder Einzelne so gut es geht immer wieder in den Augenblick des Übens zurückholt. Dementsprechend wird die durchgängige Anwesenheit bei allen Meditationszeiten und das durchgängige Schweigen vorausgesetzt.

ADVENT IM HAUS DER STILLE

MUSIK, MARKT UND MITEINANDER **DETAILS » Seite 2**

FEUERKREIS GEMEINSCHAFT UND NATUR ERLEBEN

Lagerfeuerabend für junge Erwachsene (18 - 36 Jahre)
Lagerfeuer unter freiem Himmel (bei Regen im Haus am Kamin) | gemeinsames Musizieren & Singen | Redekreise & achtsames Miteinander | Naturverbindung & ein wunderschöner Garten | Raum für Stille & Sein

Hausführung für alle, die zum ersten Mal da sind: 18.00 Uhr

KONTEMPLATIVES GEBET AUS CHRISTLICHEN WURZELN

KURZEXERZITIEN

Einübung in schweigendes ganzheitliches Beten – mit Leib und Seele – aus den Quellen der christlichen Mystik – ein Weg in die eigene Tiefe – einüben von Achtsamkeit und Gelassenheit. Möglichkeit zu einem oder mehreren Begleitsprachen. Gemeinsame und individuelle Zeiten der Übung.

YOGA

LICHT – LIEBE – INNERER FRIEDEN

Die Zeit kurz vor Weihnachten nutzen, um in die Ruhe und Stille einzukehren. Dich erwarten schöne gemeinsame Stunden, in denen wir sanftes, achtsames und bewusstes Yoga sowie Yin Yoga praktizieren, um deinen physischen Körper zu nähren.

Mit Pranayamas (Atemübungen) reinigen wir deine Nadis (Energiekanäle). In Dhyana (Meditation) zentrierst du deinen Geist, um deine Seele mit innerem Frieden zu erfüllen.

Das Seminar wird hauptsächlich im Mauna Yoga (Spirituelles Schweigen) stattfinden.

ABSCHLUSS & AUFBRUCH

GEMEINSAME TAGE ZUM JAHRESWECHSEL

Wenn du die letzten Tage des Jahres bewusst und in Stille verbringen möchtest, sei im Haus der Stille herzlich willkommen. Du hast die Möglichkeit, ganz in der Stille zu sein, oder die Gemeinschaft mit anderen zu suchen. In der „Stillen Morgenpost“ bekommst du tägliche Impulse für einen persönlichen Jahresrückblick, zum Thema Dankbarkeit und Vertrauen, Neuausrichtung und Entscheidung. Es gibt das Angebot eines persönlichen Begleitgesprächs, einfache kreative Angebote sowie Körperübungen und natürlich die Gebetszeiten im Haus.

SA 27. 12., 18.00 –
DO 1. 1., 14.00



Marlies Prettenthaler-Heckel, Johann Hogrefe, Haus der Stille-Team

KURSBEITRAG € 150,-
(Solidaritätsbeitrag: € 250,-)
VOLLPENSION € 300,-
(inkl. Neujahrsbuffet)

STILLE TAGE IN GEMEINSCHAFT

Ein begleitetes Wochenende mit Impulsen, Zeiten der Stille, gemeinsamem Gebet, Zeit zum Genießen der Natur – ein Geschenk nur für dich.

FR 2. 1., 18.00 –
MO 5. 1., 14.00

Martina Patenge

KURSBEITRAG
Mindestbeitrag € 45,-
zuzüglich Vollpension

MIT YOGA ZU VITALITÄT UND INNERER RUHE

KUNDALINI-YOGA - FÜR KÖRPER-SEELE-GEIST

Der Jahresbeginn lädt ein, innezuhalten und sich neu auszurichten. Der Schwerpunkt unserer Yogatage in der dunkleren und kalten Jahreszeit ist die Stärkung des Immunsystems. Fließende und sanfte Übungen aus dem Kundalini Yoga, bewusster Atem, Entspannung, Meditation und Mantras wirken beruhigend auf das Nervensystem und heilend auf Körper, Geist und Seele.

Die Kursteilnahme ist unabhängig vom Alter und evtl. körperlichen Einschränkungen.

SO 4. 1., 18.00 –
DI 6. 1., 14.00



Petra Vogel-Kern

KURSBEITRAG € 150,-
zuzüglich Vollpension

MEDITATION IN ANLEHNUNG AN ZEN

PRAXISTAGE FÜR GEÜBTE

Der Kurs möchte Menschen ansprechen, die sich selbständig in intensiver Meditation und Stille üben möchten.

Meditation im Sitzen (12x25min) und Gehen | Impulse auf dem Weg | durchgängiges Schweigen | Möglichkeit zum Einzelgespräch | Übungen zum Körpergewahrsein | Teilnahme an den Gottesdiensten möglich

VORAUSSETZUNGEN: Vorerfahrung in intensiver Sitzmeditation (unterschiedlicher spiritueller Traditionen); Bereitschaft, sich eigenverantwortlich auf die Übung einzulassen; durchgängige Teilnahme an allen Tagen

MO 5. 1., 18.00 –
SA 10. 1., 10.00



Reinhard Mendler, Helmut Renger

KURSBEITRAG € 200,-
zuzüglich Vollpension

FR 9. 1., 18.00 –
SO 11. 1., 14.00



Doris Lind

KURSBEITRAG € 190,-
zuzüglich Vollpension

WÖRTER FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE

ENTFALTE DIE KRAFT DEINER SPRACHE

Worte wirken Wunder. Bei diesem Schreib-Retreat erfährst du, was ein einzelnes Wort bei dir bewirken kann – beispielsweise dein Herz öffnen, Berge versetzen, deine Vorhaben stärken und dir helfen, Ziele zu erreichen. Ein einzelnes Wort kann aber auch das Gegenteil: beispielsweise Sorgenwolken erzeugen, dich schwächen oder den Wert deiner Botschaften mindern. Du möchtest etwas bewegen? Beginne bei deinen Worten.

Beim Schreib-Retreat erhältst du viel Inspiration und einfach umzusetzende Tipps für deine Kommunikation.

Wir arbeiten analog - mit Papier und Stift. Nimm bitte genug Schreibmaterial mit.

MO 12. 1., 9.00 –
DI 13. 1., 18.00



Johanna Raml-Schiller

KURSBEITRAG € 280,-
(für beide Termine)
zuzüglich Vollpension

BIBLIOLOG GRUNDKURS (TEIL 1)

WEIL JEDE UND JEDER ETWAS ZU SAGEN HAT

Im Bibliolog gelingt es faszinierend rasch, in Bibeltexte einzutauchen und sich von ihnen bewegen und berühren zu lassen. Die Teilnehmenden (in Schule, Gemeinde, Erwachsenenbildung, Gottesdienst) versetzen sich in Gedanken in biblische Personen und sprechen aus dieser Rolle heraus. Überraschende Sichtweisen auf den Text, Verknüpfungen mit dem eigenen Leben und der Reichtum der Bibel tun sich auf.

Einen Bibliolog zu leiten, erfordert Kenntnisse der Methodik und bestimmte Fähigkeiten wie Einfühlungsvermögen und empathisches Zuhören. Diese Kompetenzen werden in der Ausbildung erlernt und eingeübt. Absolvent:innen des Grundkurses sind befähigt, selbst mit dieser Methode zu arbeiten.

VORAUSSETZUNGEN: Beide Teile des Kurses müssen durchgehend besucht werden.

MI 14. 1., 14.00 –
SO 18. 1., 14.00

**Silva Bozinova
Vesna Deskoska**

KURSBEITRAG € 150,-
zuzüglich Vollpension

MATERIAL CA. € 70,-
pro Ikone

IKONENMALEREI

FÜR ANFÄNGER:INNEN UND FORTGESCHRITTENE

Die Ikone ist die Heilige Schrift in Farben dargestellt, ein heiliges Buch, geschrieben mit Pinsel und Farbe. Abseits der Hektik und Geschäftigkeit wollen wir versuchen, eine Atmosphäre der Vertiefung und Identifikation mit der mehr als 1500 Jahre alten Tradition der Ikonenmalerei zu schaffen.

Die Ikone ist wundervoll, wenn sie den Menschen zum Gebet ruft und man die geistige Kraft spürt, die von ihr ausgeht.

Ikonesegnung am Sonntag im Rahmen des Gottesdienstes

DIE BIBEL FÜR MICH ENTDECKEN (2)

FR 16.1. – SO 18.1.

Geschlossene Gruppe

HUMORVOLL, LEICHT UND LEBENSFROH

VOM CLOWN FÜRS LEBEN LERNEN

Im Alltag gibt es immer wieder Situationen, die Kraft kosten und uns herausfordern. An diesem Wochenende stellen wir die Dinge mal auf den Kopf, probieren neue Blickwinkel aus, entdecken den Clown in uns und lassen uns davon inspirieren: achtsam im Hier und Jetzt ankommen, spielerisch auf den Alltag schauen, auf kreative Weise neue Handlungsmöglichkeiten erforschen.

Methoden aus Clownerie und Coaching, Körper- und Achtsamkeitsübungen, Reflexion und Austausch, Impulse zu Humor und Clownerie unterstützen uns dabei, wieder mehr Humor und Leichtigkeit im Alltag zu finden.

FR 23. 1., 18.00 –
SO 25. 1., 14.00



Constanze Moritz

KURSBEITRAG € 140,-
zuzüglich Vollpension

(Wer eine eigene rote Nase mitbringt, braucht keine Materialkosten von € 3,- zu zahlen)

BIBLIOLOG GRUNDKURS (TEIL 2)

DETAILS » Seite 14

MO 26.1. – DI 27.1.

FREUDE AN DER BEWEGUNG

KREIS- UND GRUPPENTÄNZE

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

- Kreistänze, Gruppentänze, Meditative Tänze
- Körper- und Wahrnehmungsübungen
- freies Tanzen

FR 30. 1., 15.00 –
SO 1. 2., 14.00

Hedi Mislik

KURSBEITRAG € 70,-
zuzüglich Vollpension

FELDENKRAIS® RETREAT

Du möchtest ganz in dich eintauchen? Du willst deine Antworten selbst finden und in Verbindung kommen mit deinem wahren Sein? Schenke dir diese Woche in Schweigen, Meditation und vertiefenden Feldenkrais®-Einheiten!

Diese Zeit der Ruhe, Stille und Einkehr lässt dich zu dir kommen und bei dir ankommen. Die begleitenden Feldenkrais®-Einheiten unterstützen und vertiefen deinen Prozess: Damit sprichst du nicht nur Geist und Seele an, sondern gehst auch ganz bewusst deinen Erfahrungs-, Entfaltungs- und Vertiefungsweg über den Körper.

Das was ist, kann angenommen und integriert werden und neue Bereiche und Anteile deines Seins bekommen Raum um sich zu entfalten.

MO 2. 2., 15.00 –
SA 7. 2., 14.00



Ralf Eggartner

KURSBEITRAG € 590,-
zuzüglich Vollpension

MO 2. 2., 18.00 –
FR 6. 2., 14.00



Alois Neuhold

KURSBEITRAG € 170,-
zuzüglich Vollpension

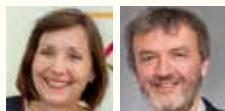
FR 6. 2., 17.00 –
SO 8. 2., 14.00



Barbara Koren

KURSBEITRAG € 100,-
zuzüglich Vollpension

FR 13. 2., 17.00 –
SO 15. 2., 14.00



**Edith Haidacher,
Eduard Baumann**

KURSBEITRAG € 150,-
zuzüglich Vollpension

"GOTT PFLANZTE EINEN GARTEN..." (GEN 2,8)

MALENDE EINKEHRTAGE

In diesem Kurs gehen wir erschließend und malend drei Urgeschichten der hebräischen Bibel nach. Wir werden sie als elementare Menschheitserzählungen, als aktuelle, zeitgemäße Geschichten und Erhellungen fürs eigene Leben entdecken und dabei auch einige Fehlinterpretationen dieser Texte wegräumen.

MITZUBRINGEN Eigenes Mal- und Zeichenmaterial. Bitte alles selbst mitbringen!

VORAUSSETZUNGEN Normale seelische Stabilität; keine Malkenntnisse notwendig. Interesse und Offenheit für das Thema genügen. Ein leichtes, meditatives Malen, das Freude macht, wird gepflegt.

TANZ ALS GEBET BETEN MIT LEIB UND SEELE

„Tanz als Gebet“ ist die Einladung, mit einfachen Kreistänzen um eine Christusikone Schritt für Schritt in die Gegenwart zu kommen, um Gott begegnen zu können, dem ICH BIN DA. Das GEMEINSAME Auf-dem-Weg-Sein um diese und zu dieser Mitte ist dabei eine wertvolle Bereicherung.

Der Schwerpunkt liegt nicht auf dem Erlernen von Tanzschritten und Tänzten, sondern auf dem Berührtwerden von der göttlichen Gegenwart.

Schweigen während der Tanzeinheiten und in den Pausen

WEG IN DIE MITTE DES HERZENS

CHRISTLICHE MEDITATION

In diesen Schweigetagen wollen wir uns in das „Herzensgebet“ einüben, einen sehr alten Übungsweg in der Tradition der christlichen Spiritualität. Er wurde schon im 3./4. Jh. von den Wüstenvätern und -müttern gepflegt. Diesen Weg vermitteln wir in der Tradition von Franz-Xaver Jans-Scheidegger – Begründer der Via Cordis (viacordis.net), einem Verein zur Förderung der christlichen Kontemplation in Europa. Es geht dabei um einen persönlichen Weg in die Kraftquellen des Herzens, wo wir ein Stück Heilung, Versöhnung und Frieden berühren, den unsere Erde und unsere Zeit so dringend brauchen.

Die Schweigezeiten sind bereichert durch Impulse, Leibarbeit, kreatives Gestalten und Gesprächsmöglichkeiten.

WERKTAGE MIT BIBLISCHEN FIGUREN

- manuelles Erarbeiten der Figuren unter Anleitung
- Bibelarbeit mit den Figuren
- Haltungen und Handhabung der Figuren
- gemeinsame Gebetszeiten, Teilnahme an der Hausliturgie

Es können in diesem Kurs gut 2 – 3 Figuren hergestellt werden. Für Menschen, die diesen Kurs zum ersten Mal besuchen, empfehle ich zwei Figuren. Bitte melde deine Figurenwünsche an mich eva.boehm@gmx.at, damit ich alles für die gewünschten Figuren mitbringen kann.

MO 16. 2., 9.00 –
MI 18. 2., 14.00



Eva Böhm

KURSBEITRAG € 140,-
zuzüglich Vollpension

MATERIAL
€ 22,- bis 38,- pro Figur

AUF DER SUCHE NACH SINN

Hast du dich auch schon gefragt „Wofür lebe ich?“ Suchst du gerade den Sinn in deiner momentanen Situation, z.B. weil du einen großen Verlust erleben musstest, du mit deiner Lebenswelt nicht (mehr) klarkommst oder Angst vor der Zukunft hast?

Dieses Wochenende soll eine Auszeit sein, um Sinnperspektiven für das eigene Leben zu finden, die mich antreiben, motivieren, erfüllen, Kraft geben, ein gelingendes Leben zu leben. Neben Grundgedanken aus der Logotherapie nach Viktor E. Frankl sollen praktische Übungen in Form von Meditationen und der Arbeit mit inneren Bildern dazu helfen.

FR 20. 2., 18.00 –
SO 22. 2., 14.00



Klaus Schmidt

KURSBEITRAG € 100,-
zuzüglich Vollpension

 ONLINE UND PRÄSENT

KLIMAFASTEN

Fünf Wochen lang – analog und digital verbunden – sich eine persönliche Challenge zum Wohle des Planeten und der eigenen Gesundheit setzen: Durch persönliches Handeln zu mehr Zuversicht finden!

STARTTERMIN: So 22.2., 11.30 - 17.00 im Haus der Stille
weitere Termine online und gemeinsamer Abschluss in Präsenz

SO 22. 2., 11.30 –
SO 29. 3., 17.00

**Franz Pretenthaler,
Philipp Wilfinger
Marlies Pretenthaler-
Heckel**

KURSBEITRAG € 90,-
inkl. Mittagessen beim
Kick-off

(Solidaritätspreis für
Studierende € 25,-)

ARBEITEN UND INNEHALTEN

GEMEINSAME TAGE IM HAUS DER STILLE

Im gemeinsamen Tun werden wir notwendige Arbeiten durchführen. Im gemeinsamen Gebet halten wir inne.

Bitte melde dich bei Manfred, um abzusprechen, welche Arbeiten in dieser Woche anfallen: manfred@haus-der-stille.at

VORAUSSETZUNGEN: Freude am gemeinsamen Arbeiten. Nehmt bitte Kleidung für jedes Wetter mit.

MO 23. 2., 9.00 –
FR 27. 2., 14.00

**Manfred Kamper
Haus der Stille-Team**

Für deine Mitarbeit erhältst
du freie Kost und Logis.

MO 23. 2., 9.00 –
FR 27. 2., 14.00



Phil Wilfonger

GESAMTKOSTEN € 200,-

(Solltest du dir diesen Beitrag nicht leisten können, nimm bitte mit uns Kontakt auf!)

FR 27.2. – SO 1.3.

FR 27. 2., 18.15 –
SO 1. 3., 14.00



Michaela Pfaffenbichler

KURSBEITRAG € 100,-
zuzüglich Vollpension

FR 6. 3., 18.00 –
SO 8. 3., 14.00



Parvati Daniela Macheiner

KURSBEITRAG € 140,-
zuzüglich Vollpension

STUDIEREN UND AUSZEIT

MIT HIRN UND HAND IN DIE STILLE KOMMEN

Eine Woche für Studierende, die in Ruhe und umgeben von Natur für Prüfungen lernen bzw. an Bachelor-Arbeiten, Master-Arbeiten oder Dissertationen arbeiten wollen.

- geregelter Tagesablauf mit Frühstück, Mittag- u. Abendessen
- Morgenlauf oder Morgenyoga
- gemeinsame Studierzeiten im Co-Working-Space
- wunderschöner Garten mit Obstbäumen, Schafen ...
- einmal täglich Möglichkeit zu Austausch
- handwerkliches Mitarbeiten in Haus, Küche oder Garten
- abends gemütlicher Tagesausklang in Gemeinschaft

DIE BIBEL FÜR MICH ENTDECKEN (3)

Geschlossene Gruppe

BIBEL TANZ WOCHEN WENDE

TANZ-KURZEXERZITIEN

"Bibel getanzt" ist ein Weg,

- der von einem biblischen Text ausgeht
- der durch Bewegung und eine wache Körperpräsenz in die Begegnung mit Gott führt
- auf dem ich Schritt für Schritt erlebe, dass ich bin

Tanz und Gebärde werden heute als spirituelle Wege wieder neu entdeckt. Die Gebärde als Urform der Sprache ist so alt wie die Menschheit, das gleiche gilt für den Tanz.

Tanzend wenden wir uns dem Geheimnis der Hl. Schrift zu und entdecken, was ihre Botschaft für die Einzelnen ganz persönlich ist.

QI GONG

ÜBUNGEN AUS DER 5-ELEMENTE-LEHRE

An diesem Wochenende werden wir tiefer in die Qi Gong Praxis sowie in die Philosophie dieser jahrtausendealten Praxis eintauchen. Du wirst erfahren, wie positiv und nährend sich einfache Qi Gong Übungen auf dein ganzes Körper-Geist-System auswirken können.

Neben der Körperlichen Praxis („Lebenspflege Übungen für zwischendurch“) tauchen wir auch in Nei Gong ein (die Stille Praxis). Das ist der meditative Teil aus der Qigong Praxis, die im Sitzen oder Liegen ausgeübt werden kann.

VORAUSSETZUNGEN Vorerfahrungen in Qi Gong und Schweigen sind wünschenswert, doch nicht erforderlich.

MEDITATIVES GESTALTEN MIT PFLANZEN IN ANLEHNUNG AN IKEBANA

Wenn der Frühling vor der Tür steht, lade ich ein zum meditativen Gestalten in Anlehnung an IKEBANA.

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.

Bitte zeitgerecht anmelden, weil noch nähere Hinweise zugeschickt werden.

MO 9. 3., 14.00 –
MI 11. 3., 15.00



Renate Kaiblinger

KURSBEITRAG € 50,-
zuzüglich Vollpension
MATERIAL € 15,-

WENN DIE BIBEL INS SPIEL KOMMT

BIBLIODRAMA-SCHNUPPERNACHMITTAG

Wir werden uns an diesem Nachmittag gemeinsam in Bewegungen und Prozesse begeben, die es uns ermöglichen, einen biblischen Text und seine Szenen neu zu entdecken.

Anhand von Körperarbeit und unterschiedlichen methodischen Zugängen, werden wir eintauchen in den pluralen Schriftsinn der Bibel. Im gemeinsamen Praktizieren, im Austausch und der Reflexion soll für jede und jeden wahrnehmbar werden, welche biografischen Szenen der Text zum Schwingen bringt und welche Ressourcen er für die einzelnen/den einzelnen, sowie die Gruppe als ganze gegenwärtig bereithält.

Anschl. Möglichkeit, den Gottesdienst im Haus der Stille mitzufeiern

DO 19. 3.,
14.30 – 19.30



Maria Elisabeth Aigner

KURSBEITRAG € 40,-
inkl. Abendessen

ZEIT, UM EINZUTAUCHEN IN DICH SELBST UND DAS GROSSE GANZE

FELDENKRAIS UND SPIRITUALITÄT

„Bewusstheit durch Bewegung“ nannte Moshe Feldenkrais seine Gruppenstunden. Diese Bewusstheit bringt uns in Kontakt mit tiefer liegenden Schichten unseres Selbst. So entsteht der Rahmen, um unsere eigene, ganz individuelle Spiritualität zu erforschen. Diese Spiritualität wird als Fundament unseres Seins erfahrbar und spürbar.

Ablauf: Gruppenstunden, meist am Boden, achtsam und aufmerksam ausgeführte Bewegungen, die angenehm und wohltuend sind. Dazwischen Zeiten der Ruhe und Inspiration.

FR 27. 3., 17.00 –
SO 29. 3., 14.00



Ralf Eggartner

KURSBEITRAG € 150,-
zuzüglich Vollpension

FR 27. 3., 17.00 –
SO 29. 3., 14.00



Johann Scherzer,
Assistenz: Helmut Renger

KURSBEITRAG € 90,-
zuzüglich Vollpension

MI 1.4. – SO 5.4.

DO 9. 4., 18.15 –
SO 12. 4., 14.00

Ferdinand Kaineder,
Hermann Miklas, Marlies
Prettenthaler-Heckel,
Bernhard Possert, Sarah
Straßnig, Andreas
Schulz, Birgit Prochazka,
Barbara Buchinger,
Markus Hammer, Regina
Höllerbauer, Susanne
Noffke und weitere

KURSBEITRAG € 190,-
zuzüglich Vollpension

*Einstieg am Freitagmorgen
ist noch möglich.*

MO 13. 4., 18.00 –
FR 17. 4., 14.00

N.N.,
Haus der Stille-Team

BEITRAG € 160,-
zuzüglich Vollpension

ZEN-MEDITATION

EINFÜHRUNGSWOCHENENDE

- Meditation im Schweigen (6x20 min) und Gehmeditation
- Körperübungen
- Einführungen zum Übungsweg und kurze Impulse zur Einstimmung
- persönliche Gesprächsmöglichkeit mit dem Übungsleiter, sonst durchgängiges Schweigen
- Gelegenheit zur Teilnahme an den Gebetszeiten im Haus

VORAUSSETZUNGEN Der Kurs ist für Anfänger:innen geeignet, körperliche und psychische Stabilität vorausgesetzt.

Bereitschaft, sich auf durchgängiges Schweigen und das Üben des "Stillwerdens" einzulassen. Bei Unsicherheit oder Unklarheiten bitte beim Kursleiter melden.

Durchgängige Teilnahme am Wochenende wird erwartet.

OSTERN IM HAUS DER STILLE

Informationen folgen

REGIONALE ENTWICKLUNGSTAGE CHRISTLICHE SPIRITUALITÄT

MIT LEICHTEM GEPÄCK - ACHTSAM UND IM DIALOG AM WEG ZUM INNEREN FRIEDEN

Inmitten wachsender Herausforderungen – ökologisch, gesellschaftlich, kirchlich – spüren viele von uns: Es ist Zeit, neu zu fragen. Wir tragen viel Gepäck mit uns – Dinge, Überzeugungen, Erfahrungen, die einst hilfreich waren, jetzt aber schwer geworden sind. Was davon trägt uns wirklich noch? Was dürfen wir loslassen, um wieder freier atmen zu können? Und was wird dadurch möglich?

Die Entwicklungstage laden ein, innezuhalten, gemeinsam zu entdecken, wie unser Lebensrucksack leichter werden kann – und schließlich aufzubrechen.

HIER BIN ICH MENSCH

URLAUBSTAGE FÜR PRIESTER

Was wir anbieten: Stille, Zeit für sich selbst, Zeit zum Lesen, Wandern, im Garten Sein, Verantwortung loslassen, niemandem etwas schuldig sein, die berufliche Rolle loslassen, Austausch mit Kollegen, für ein paar Tage einfach Mensch sein und Kraft tanken. Gebetszeiten in einfacher Form, Körperübungen und Meditation, Möglichkeit zum Einzelgespräch und Massage (gegen Voranmeldung).

ERINNERE DICH AN DEN ORT DER STILLE IN DIR

QIGONG UND ZEN-MEDITATION

Dieser Kurs bietet die Möglichkeit meditative Qigong-Praxis und Zen-Meditation in der Gemeinschaft kennen zu lernen bzw. zu vertiefen.

- tägliche Morgen- und Abend-Meditation
- Sitzen und Gehen im Schweigen
- Praktizieren von Qigong-Übungen im Yin-Yang-Rhythmus
- meditative Übungen und Impulse zur Lebenspflege in Achtsamkeit
- Zeit für persönliche Gespräche

Der Kurs ist grundsätzlich im Schweigen

DO 16. 4., 17.30 –
SO 19. 4., 14.00



**Ulrike Bernsteiner
MingDe**

KURSBEITRAG € 200,-
zuzüglich Vollpension

FRAUENKRAFT-SEMINAR

BEFREIE DIE WEIBLICHE URKRAFT DEINES SEINS

Vertraust du deiner Intuition, deiner natürlichen Feinspürigkeit, deinem Herzen? Folgst du deinen Träumen und Sehnsüchten? Weißt du, wie vielschichtig und begabt du als Frau bist?

An diesem Wochenende ehren, stärken und feiern wir unsere Weiblichkeit. Durch das Seminar begleiten uns ressourcenorientierte, achtsame und meditative Übungen, kraftvolle Herzenslieder, blockadenlösende Körperübungen, Tänze, Naturerleben und Stille, intuitives Schreiben, heilsame Rituale und die tragende Kraft und Magie des Frauenkreises.

FR 17. 4., 16.00 –
SO 19. 4., 14.00



Romana Ondra

KURSBEITRAG € 230,-
zuzüglich Vollpension

STILLE TAGE - MIT DEM LABYRINTH ZU MIR SELBST FINDEN

Das Labyrinth ist ein altes Zeichen für die äußeren und inneren Wege des Menschen. Die verschlungenen Linien sind Wege der Erkenntnis und Weisheit und Urbild großartiger Geschichten. Das Labyrinth ist immer auch ein Ort der Einkehr. Mit einfachen Stilleübungen, meditativem Gehen, Geschichten und Liedern werden wir den geheimnisvollen Spuren des Labyrinths folgen, und es von verschiedenen Seiten kennen lernen. Dabei lässt sich vielleicht auch eine Frage, eine Antwort, eine Idee, eine Erkenntnis, auf jeden Fall ein meditatives Wochenende finden.

FR 24. 4., 18.00 –
SO 26. 4., 14.00



Gernot Candolini

KURSBEITRAG € 120,-
zuzüglich Vollpension

FR 24. 4., 18.00 –
SO 26. 4., 14.00



**Reinhard Mendler
Petra Wolf**

KURSBEITRAG € 90,-

MO 27. 4., 9.00 –
MI 29. 4., 13.00



**Martina Patenge,
Christopher Maaß**

KURSBEITRAG € 200,-
zuzüglich Vollpension

MEDITATION IN ANLEHNUNG AN ZEN

PRAXISWOCHENENDE FÜR GEÜBTE

Stille, Schweigen und die Kraft des gemeinsamen Meditierens helfen uns, zur Ruhe zu kommen, unser wahres Wesen zu erfahren und in Harmonie mit uns selbst, den anderen und der ganzen Welt zu kommen.

VGL. » Seite 12

GEMEINSAM GEISTLICH LEBEN...

...IN EINER SYNODALEN KIRCHE

Wohin geht die Kirche im 3. Jahrtausend?

Die Welsynode (2021-2024) hat gezeigt, dass die wesentlichste Veränderung hin zu einer synodaleren Kirche darin besteht, uns als geistliche Gemeinschaft zu verstehen, also von Gottes Geist geführt.

Um auch als Gruppe Entscheidungen geistlich treffen zu können, hat sich die Methode des "Synodalen Gesprächs" bewährt, die bei allen Versammlungen im Rahmen der Welsynode angewendet wurde. Diese Grundlagen dieser Methode werden aus der ignatianischen Spiritualität hergeleitet und in Gruppengesprächen eingeübt.

Fortbildung zur Welsynode für Seelsorger:innen, Multiplikator:innen, diözesane Verantwortungsträger:innen und alle Interessierten

FR 1.5. – SO 3.5.

DIE BIBEL FÜR MICH ENTDECKEN (5)

Geschlossene Gruppe

MO 4. 5., 9.00 –
OPEN END

**Manfred Kamper
Haus der Stille-Team**

Für deine Mitarbeit erhältst
du freie Kost und Logis.

ARBEITEN UND INNEHALTEN XL

GEMEINSAME TAGE IM HAUS DER STILLE

Auch beim großen Umräumen und Vorbereiten des Hauses für den Umbau soll das gemeinsame Innehalten in Stille und Gebet nicht zu kurz kommen!

Bitte hilf uns - es gibt genug zu tun für viele!

VGL. » Seite 9

MO 5. 10., 8.00 –
DI 13. 10., 20.00



Hans Waltersdorfer

KOSTEN €1200,-

STILLE.FOTO.REISE

CRETE SENESI UND VAL D'ORCIA – TOSKANA

Die Landschaft, in der Heilige und Künstler geboren wurden, lädt mit ihren weitläufigen sanften Hügeln und ihrem charakteristischen Landschaftsbild zu kleinräumigen Fotowanderungen (6 bis 15 km pro Tag) ein – meditatives Wandern mit der Kamera in einer Landschaft für die Seele.

Abschluss und Aufbruch

Ein Ritual für den Jahresübergang

Bei uns im Haus der Stille nennen wir die Tage von 27. Dezember bis 1. Jänner „Abschluss und Aufbruch“. Komm gerne für diese Zeit zu uns ins Haus. (QR-Code zur Website, siehe unten). Oder du möchtest zuhause mit einem kleinen Ritual den Übergang ins neue Jahr begehen, vielleicht auch gemeinsam mit Freunden oder in der Familie.

Gebet:

*Gott der Zeit und Ewigkeit! Vor dir und dem großen Universum bin ich klein.
Mein Leben - ein Funke vor dir - eine Ewigkeit für mich.
Sei jetzt da, wenn ich die Momente des letzten Jahres wiege.
Schenke deinen liebenden Blick und lass mich die Spuren erkennen,
die du mir in diesem Jahr gelegt hast. Amen.*

Jahresrückblick

Mit dieser liebenden Aufmerksamkeit Gottes können wir nun unser Jahr - Monat für Monat - (mit Kalender oder Handy) durchgehen. Manchen hilft ein großes, leeres Papier, um einzelne Ereignisse, prägende Begegnungen, getroffene Entscheidungen etc. niederzuschreiben. In einem zweiten Blick markiere ich mit hellen Farben das Trostvolle, das mich weiterführt, und mit dunklen Farben das Verwirrende, von dem ich mich lösen möchte.

Vertiefende Fragen

*Was waren die Höhepunkte? Wer war mir nahe, wem war ich nahe?
Was ist mir gut gelungen? Wo gibt es Scherben und Schmerzvolles?
Was habe ich gelernt? Was hat sich verändert?
Wofür bin ich dankbar? Was lasse ich zurück?
Was wünsche ich mir im kommenden Jahr?
Worauf freue ich mich? Was ängstigt mich und wer/was kann mir helfen?
Wo kann ich Gottes Spuren in meinem Leben erkennen?*

...

Euren Sorgen Frieden! Euren Freuden Zukunft! Geht gesegnet ins neue Jahr!

Marlies





Unter den Vertreter:innen der großen steirischen Delegation beim Treffen aller Synodenteams in Rom auch Marlies Prettenthaler-Heckel und Weihbischof Johannes Freitag (li)

Auf der Suche nach dem neuen WIR

Die Gesellschaft hat es verloren. Die Gemeinden haben es verloren. Die Familien haben es verloren. Die Kirchen haben es verloren: Es geht um das WIR.

Zugegeben: ein harter Befund, der zugespitzt formuliert ist und – Gott sei Dank – nicht überall so zutrifft. Individualität ist ein hoher Wert in Erziehung, Zusammenleben, auch im Glauben. Individualisierung hat mit Freiheit zu tun und ist ein Entwicklungsschritt, der sich in unserer Gesellschaft in vielem positiv auswirkt, der aber auch an Grenzen führt, die uns zum Innehalten mahnen: Das WIR geht verloren. Meint: gemeinsame moralische Werte (Meine Freiheit endet dort, wo sie die Freiheit

des anderen gefährdet), gemeinsame Zeiten der Ruhe (Sonntag), ein gemeinsames Rechtsverständnis, etc.

An vielen Orten entstehen nun Bewegungen, die um das Gemeinsame kämpfen, die sich um Solidarität, das Zusammenleben auf unserem Planeten und neue Verbundenheit in religiöser Hinsicht bemühen.

Wir erleben das im Haus der Stille in der Generation der jungen Erwachsenen, die sich auf Stille, digital detox, achtsame Redekreise beim Feuerkreis etc. einlassen. Wir erleben es aber auch im Hinschauen auf eine Bewegung, die in der Katholischen Kirche durch

Papst Franziskus (+) mit der Weltsynode ausgelöst wurde. Syn-hodos heißt übersetzt: gemeinsamer Weg. In einem vierjährigen Prozess vollzieht sich in der Katholischen Kirche derzeit ein gewaltiger Veränderungsprozess hin zu mehr Gemeinsamkeit, zu einem „miteinander Glauben, miteinander Leben und einem miteinander Entscheiden“.

War eine Synode bis vor vier Jahren eine Versammlung von Bischöfen, war diese Synode geöffnet für Vertreter:innen aller Nationen, Geschlechter und Altersgruppen. Das WIR steht im Vordergrund in der Annahme, dass Gott durch jeden Menschen spricht, dass Gott durch die Individuen seinen Willen für die Welt zeigen möchte. Es gilt also, auf ALLE („todos“- Zitat Franziskus) zu hören.

In der Methode des „Synodalen Gesprächs“ erhält jeder Teilnehmende gleich viel Redezeit zu einem Thema, zwischen den Beiträgen ist Stille, damit die Botschaft wirken kann. Wenn alle gesprochen haben folgt eine Resonanzrunde, in der man benennt, was von den anderen bei mir angekommen ist – ohne Bewertung, Lösungsvorschläge oder Erwiderungen. Danach wieder Stille, um zu ordnen, was sich für das Gemeinsame als wichtig zeigt. Erst in der dritten Runde wird diskutiert und um einen nächsten Schritt gerungen. Kommt gerne ins Haus der Stille, um mit euren Teams diese Gesprächsform einzuüben!

Ich durfte von 23.-27. Oktober in Rom beim Treffen aller Synodenteams der Welt mit einer steirischen Dele-

gation teilnehmen und bin erfrischt, erstaunt und zuversichtlich von diesem Treffen zurückgekommen mit der festen Überzeugung: „Sie bewegt sich doch!“ – unsere alte Mutter Kirche! Viel Freude, Aufbruchsstimmung, Offenheit, Interesse an den aktuellen Problemen der Welt und dem Wunsch, genau hier in dieser Welt hilfreich zu wirken.

In Austauschrunden mit asiatischen, amerikanischen und afrikanischen Vertreter:innen übten wir dieses neue Zuhören, spürten weltweite Solidarität, Verständnis, Verbundenheit zwischen Generationen, zwischen Frauen und Männern und allen, zwischen jung, mittel und alt. Ich nehme viel Hoffnung mit, dass alle Religionen ihren Schatz des Vertrauens ins Gute und die Zuversicht ins Leben heute dringlicher als je zuvor einsetzen werden, um die Welt zu retten im Kleinen und im Großen. Ein neues WIR wird wachsen.

Ein neues WIR wächst auch in unserem Haus der Stille. Die Jahre des Umbruchs, der Auflösung der Gemeinschaft und der Unsicherheit über die Zukunft gehen zu Ende. Wir sind auf einem guten Weg, lernen neu aufeinander zu hören, die Vielfalt als Geschenk zu begreifen und gemeinsam die Zukunft in Empfang zu nehmen. Das neue WIR ist am Weg und ihr alle seid herzlich eingeladen, Teil davon zu sein.

Marlies Prettenthaler-Heckel

Barfuß auf der Friedweide

Im ausnahmsweise nicht ganz so ruhigen Haus der Stille haben vom 23. auf den 24. Oktober 27 Schüler:innen und 2 Lehrende der 5A des BRG Petersgasse unter Begleitung von Gerd als Handwerksmeister einen wunderbaren Barfußweg angelegt. Im Zuge der österreichweiten Aktion 72h ohne Kompromiss und unter dem Motto „Pack ma’s an!“ wurde geschaufelt, gesammelt, gesägt und geschraubt.

Bei all der Arbeit durfte aber auch das Soziale nicht zu kurz kommen: Die neu zusammengewürfelte 5A-Klasse, die sich aus 2 unterschiedlichen Klassen des Vorjahres zusammengefunden hat, hat bei einigen gruppendynamischen Aktivitäten an der klasseninternen Kommunikation gearbeitet.

Und auch der Spaß kam nicht zu kurz: Jede kleine Pause wurde für einen

Workout auf der Freizeitwiese genutzt und abends wurde noch etwas länger „nachreflektiert“.

Von der 72h-Organisationscrew und dem diözesanen Jugendseelsorger Lukas Weissensteiner, die uns spontan besucht haben, wurden wir mit Limonaden und Schokolade verwöhnt.

Das kulinarische Highlight waren aber definitiv Chefkoch Gerald's heiß-begehrte Pizzen!

Die Kids waren bei der Aktion mit Begeisterung dabei – gleich am Ende wurde verlautbart, dass es ruhig länger dauern hätte können und sie beim nächsten Mal wieder dabei sein wollen.

Der Barfußweg kann jederzeit von euch „begangen“ werden!

Sebastian Schlöglmann





Unsere Lichter für Belém

Mahnwache zur Weltklimakonferenz COP 30

Am 14.11.2025 versammelten wir uns im Brunnenhof der Grazer Stadtpfarre zu einer stillen Aktion der Verbundenheit mit der über 8000 km entfernten Weltklimakonferenz in Belém (Brasilien). Am Abend nach dem Klimastreik von Fridays for Future (FFF) luden wir Umweltaktive, Schöpfungsbewegte und Passant:innen ein, innezuhalten und die Tragweite der dort geführten Verhandlungen für uns und die Erde wahrzunehmen.

Kerzenlicht, Texte, Stille und Cello-Musik prägten den hoffnungsvollen Abend. Grußworte kamen direkt aus Brasilien, von Bischof Erwin Kräutler, Ökonom Karl Steininger, der Partnerdiözese Bom Jesus da Lapa, der Jugenddelegierten Benedicta, sowie von Paul von FFF Graz. Beim offenen Mikrophon wurden Wünsche, Sorgen und Bitten geteilt.

Viele entzündete Lichter formten den Schriftzug COP30 und sendeten

ein Zeichen an die Delegierten in Belém: „Wir stehen hinter euch und wünschen euch Mut, weitsichtige Entscheidungen für eine lebenswerte, gemeinsame Zukunft zu treffen!“

So wurde die Mahnwache zu einem kraftvollen Moment gelebter Zuversichtskompetenz. Sie erinnerte uns daran, dass jede Stimme zählt und dass wir, über Kontinente hinweg, miteinander verbunden sind. Möge uns dies auch in den kommenden Tagen und Jahren Orientierung geben – beim Einsatz für Klimaschutz und Schöpfungsverantwortung.

Ein großer Dank geht an Daniela Felber von der Kath. Stadtkirche Graz und Eva Heidlmaier vom Arbeitskreis Nachhaltigkeit der Kath. Aktion Steiermark für die engagierte und harmonische Zusammenarbeit!

Phil Wilfonger

Konzertreihe "Musik der Stille"

Mit gleich zwei stimmungsvollen Konzerten in unserer Franziskuskapelle wurde im Herbst unsere Benefiz-Konzertreihe "Musik der Stille" fortgesetzt.

Das Fest des heiligen Franz von Assisi (**4. Oktober**) und die Tatsache, dass die Entstehung seines Sonnengesangs sich heuer zum 800. Mal jährte, boten den perfekten Anlass für ein **Konzert mit mittelalterlicher Musik vom Ensemble Hrozny-Kügerl** und textlichen **Meditationen zum Sonnengesang von Marlies Prettenthaler-Heckel**. Allein schon das Instrumentarium, das Anna und Christoph aufboten, war sehens- und hörens- und wert: Mit Drehleier, Fidel, Harfe, Dudelsack, und Rahmentrommel wurden mittelalterliche Stücke – darunter ein Lied von Hildegard von Bingen – und eigene Improvisationen intoniert.

Einen sehr breiten musikalischen Bogen spannte das Konzert am **9. November** mit dem **Chor Gospelsium**.

Von Johann Sebastian Bach über Franz Schubert bis zu Cyndi Lauper und Phil Collins spannte sich der musikalische Bogen, gewürzt mit etlichen Gospels, die ja seit der Gründung des Chores zum Stammrepertoire dieser singfreudigen Truppe unter der Leitung von Gabriel Ranz-Hofer gehören.

Mit regelmäßigen Auftritten in der Region hat sich dieser Chor mittlerweile eine große Fangemeinde erworben. So war es auch kein Wunder, dass unsere Kapelle bei diesem Konzert zum Bersten voll war.

Wir freuen uns, dass diese Konzerte mit den anschließenden Benefiz-Bufferets so gut angenommen und damit auch ein kleiner Baustein für unsere kommende Innensanierung werden.

Eine Fortsetzung findet die Reihe mit den Weisenbläsern der "Steirischen Blas" und dem anschließenden offenen Adventsingen am 14. Dezember. » 2

Hans Waltersdorfer



NÄCHSTE TERMINE:

14. DEZEMBER (vgl. S. 2) | **1. FEBRUAR** | **22. MÄRZ** | **12. APRIL**

jeweils 17.00 – 18.15 Uhr

BITTE
UM
EURE
HILFE



SPENDENKONTO
HAUS DER STILLE

Spenden für den
laufenden Betrieb

Empfänger:

Verein Haus der Stille
8081 Heiligenkreuz a. W.
Friedensplatz 1

IBAN:

AT49 3817 0000 0101 2459

BIC: RZSTAT2G170

SOZIALHILFSWERK
HAUS DER STILLE

Spenden ausschließlich für
soziale Zwecke.

Diese sind steuerlich
absetzbar.

Kontowortlaut:

Sozialhilfswerk
Haus der Stille

IBAN:

AT52 3817 0000 0104 3736

BIC: RZSTAT2G170

Damit deine Spende
steuerlich abgesetzt werden
kann, gib bitte unbedingt
vollständig deinen Vor- und
Nachnamen, Geburtsdatum,
Adresse und Telefonnummer
oder E-Mail an.



ZAHLUNGSANWEISUNG
AUFTRAGSBESTÄTIGUNG

EmpfängerIn Name/Firma	Verein Haus der Stille		
IBAN EmpfängerIn	AT493817000001012459		
BIC (SWIFT-Code) der Empfängerbank	RZSTAT2G170		
Betrag	EUR		(Cent)
Zahlungsreferenz			
IBAN KontoinhaberIn/AuftraggeberIn			
Verwendungszweck	Spende für das Haus der Stille 4/2025		

AT

ZAHLUNGSANWEISUNG

EmpfängerIn Name/Firma	Verein Haus der Stille		
IBAN EmpfängerIn	AT 4 9 3 8 1 7 0 0 0 0 1 0 1 2 4 5 9		
BIC (SWIFT-Code) der Empfängerbank	RZSTAT2G170		
Betrag	EUR		(Cent)
Nur zum maschinellen Bedrucken der Zahlungsreferenz			
Verwendungszweck	Spende für das Haus der Stille 4/2025		
IBAN KontoinhaberIn/AuftraggeberIn			
KontoinhaberIn/AuftraggeberIn Name/Firma			

006

Unterschrift ZeichnungsberechtigteR

GOTTESDIENSTE ADVENT – WEIHNACHTEN

an allen Sonntagen, 11.30 Uhr: Wort-Gottes-Feier

Mittwoch, 24.12., **Hl. Abend**, 22.00 Uhr: Wort-Gottes-Feier zur Heiligen Nacht

Donnerstag, 25.12., **Christtag**, 11.30 Uhr: Wort-Gottes-Feier

Freitag, 26.12., Stefanitag: **kein Gottesdienst**

Mittwoch, 31.12., **Silvester**, 19.30 Uhr: Jahresschluss-Gottesdienst

Donnerstag, 1.1., **Neujahr**, 11.30 Uhr: Wort-Gottes-Feier

Dienstag, 6.1., **Erscheinung des Herrn**, 11.30 Uhr: Wort-Gottes-Feier

Verwaiste Instrumente? Wir freuen uns darüber!

Hast du gut erhaltene Instrumente, die wieder öfter erklingen dürfen? Wir suchen für unsere wachsende Community beim Feuerkreis Instrumente, damit Menschen jeden Alters – insbesondere junge Erwachsene – mit Musik und Stille berührt werden können.

Viele unserer Angebote für junge Menschen basieren auf Spenden, daher wird jede Unterstützung dringend gebraucht.

Besonders gesucht werden:

- * Klangspiele für Meditationen
- * Handpan / Hang
- * Rasseln & Shaker
- * Gitarrentaschen
- * Ukulele & Ukulelentaschen
- * Rahmentrommeln / Ritualtrommeln

Wenn du etwas beitragen möchtest, melde dich gerne bei: phil@haus-der-stille.at

ANGEBOTE AUS DEM HAUS DER FRAUEN

Wir freuen uns über die gute Zusammenarbeit mit dem Haus der Frauen und empfehlen einen Blick in das spannende Kursprogramm.



Produkte



aus dem
Haus der Stille

EINE STILLE NACHT

zu Weihnachten Stille schenken mit „**Eine stille Nacht – Gutscheinen**“.

Viele Menschen sehnen sich nach einem Ort der Ruhe. Diesen Wunsch kannst du heuer zu Weihnachten erfüllen: Verschenke eine Stille Nacht und einen Tag im Haus der Stille, Lebensraum für Spiritualität und Begegnung.

Das **Paket zum Preis von € 100,-** enthält drei Mahlzeiten, freien Kaffee/Tee, eine Nächtigung in unseren schlichten, freundlichen Zimmern, freie Teilnahme an hausinternen Meditationen und Gebetszeiten, Nutzung des Gartens der Stille mit Labyrinth, Sonnengesangsweg und Meditationsplattform, Wegbegleiter-Broschüre für Markusweg oder Ermutigungsweg, ein Sackerl hausgemachte Kekse. Auf dem Gutschein befindet sich ein QR-Code, der dich direkt auf unsere Programmseite im Internet führt, wo du dir auch einen passenden Kurs aussuchen kannst. Bitte gib deine Gutscheinnnummer bei der Buchung bekannt.



€ 100,-

IMPRESSUM Medieninhaber, Herausgeber & Redaktion: Haus der Stille, alle: Friedensplatz 1, A-8081 Heiligenkreuz a.W. **Hersteller:** KlampferDruck, St. Ruprecht an der Raab **Verlagsort:** Heiligenkreuz a.W. **Gestaltung & Redaktion:** Hans Waltersdorfer **Fotos** (soweit nicht anders angegeben): Sebastian Schlöglmann, Tanja Shahidi, Marlies Prettenhaler-Heckel, Hans Waltersdorfer

Für eine KÜCHE MIT ZUKUNFT

Das Essen im Haus der Stille war und ist vielen Gäste während ihres Aufenthalts besonders wertvoll – liebevoll zubereitet, mit sorgfältigem Einsatz der Lebensmittel und immer von hoher Qualität. Unsere Küche ist ein Ort des Miteinanders, der Sorgfalt und der Gastfreundschaft.

Damit unsere Mitarbeiter:innen und Kolleg:innen auch in Zukunft qualitativ, den gestiegenen Vorgaben entsprechend und gut ausgestattet arbeiten können, wird die Küche im Zuge des Umbaus erneuert und erweitert.

Die dafür vorgesehenen Kosten betragen rund € **220.000,-**

Wir laden herzlich ein, diesen wichtigen Schritt mitzutragen – damit das gemeinsame Essen auch künftig den Geschmack von Stille, Achtsamkeit und Leben behält.



Haus der Stille – Spendenzweck „Küche“

IBAN: AT49 3817 0000 0101 2459

Jeder Beitrag hilft – von Herzen Danke!



LEBENSRAUM FÜR SPIRITUALITÄT & BEGEGNUNG

Friedensplatz 1, A-8081 Heiligenkreuz a. W.

+43 (0)3135 / 826 25, info@haus-der-stille.at

www.haus-der-stille.at

