



+BHS *Haus der Stille*

Gönn dir Stille *Ein Wochenende ohne Handy*

Lass alles los. Du musst nichts leisten, nichts erreichen. Lebe hier und jetzt.

Gegenwärtig sein ist heute wohl eines der schwierigsten Dinge – obwohl wir alle ganz offensichtlich in der Gegenwart leben. Oft aber haben wir keine Zeit, um wirklich da zu sein: Wir erledigen fünf Dinge gleichzeitig und merken es gar nicht. Dabei bräuchten wir das bewusste Wahrnehmen, um wirklich gegenwärtig zu sein.

So gönne dir ein Wochenende in einfachem Lebensstil und mit Übungseinheiten, die in eine behutsame innere Wahrnehmung führen wollen. Wir üben uns ein in das einfache, offene Dasein in der Gegenwart. Wir versuchen uns aufmerksam, achtsam und staunend auf die eigene Realität und auf die Realität Gottes einzulassen. Angeleitete Übungen führen zur Wahrnehmung des Atems und münden ein in das Gebet der Einfachheit, das „Herzensgebet“.

Gruppe maximal 4 Personen

Termin nach Vereinbarung

Ort Haus der Stille | Am Kirchriegl 1, 2853 Bad Schönau

Kontakt Sr. Gabriele Hofer (*Barmherzige Schwester vom heiligen Vinzenz von Paul*)
E sr.gabriele@bhs.at | T +43 2646-27159 | M +43 664 6218723

Sr. Gabriele ist seit 1999 unterwegs auf dem spirituellen Weg der Einfachheit und Achtsamkeit: auf dem „Grieser Weg“ von Franz Jalics..