



## +BHS *Haus der Stille*

### **Fastenzeit | Ein Weg in die Stille** *Mit dem Herzen beten*

Wir leben in einer sehr schnell-lebigen Zeit. Geben wir unserer Sehnsucht eine Chance. Halten wir inne und Lauschen wir – was kommt auf mich zu – im gegenwärtigen Augenblick?

#### **Einfaches Beten**

Viele Menschen suchen Wege zu sich selber, zur eigenen Mitte, zu Gott, zur Erfahrung Gottes im eigenen Herzen. Dazu gibt es verschiedene Wege. Gemeinsam ist diesen Wegen, dass es ein einfaches Beten ist, nicht mit vielen Worten. Es ist vielmehr ein Einüben in das Sitzen in der Stille, in die Aufmerksamkeit für die Bewegung des Atems – und so in das kontemplative Beten, das Verweilen in der Gegenwart Gottes.

#### **Das Herzensgebet**

Bei 5 Treffen ist die Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen und in die Stille zu finden auf dem Weg des Herzensgebetes. Das Herzensgebet ist ein kontemplativer Weg aus der Tradition des Christentums. Das Ziel ist nicht eine andere Welt, sondern das „Da-Sein“ in der Welt. Das „Gebet des Schweigens“ ist ein Übungsweg für den Alltag. Ich lade Sie ein, diesen Weg kennen zu lernen, zu vertiefen und Schritte der Einübung in diesen Weg gemeinsam zu gehen.

**Anmeldung** erwünscht bis 10. Februar

**Kosten** € 10,- für 5 Abende

**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](mailto: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..*

*Die Treffen bauen inhaltlich aufeinander auf – eine feste Gruppe ermöglicht hier einen guten Rahmen. Kommen Sie in bequemer Kleidung, bringen Sie warme Socken mit und vor allem die Bereitschaft für eine neue Erfahrung.*

*Die Sehnsucht ist der Anfang von allem ... Naily Sachs*