



Retreats Achtsamkeit & Kontemplation

mit Sr. Huberta Rohrmoser & Steve Heitzer in Grünau/Almtal

In Zeiten großer Krisen sind die Menschen wieder auf der Suche nach einer tragfähigen Spiritualität. Wir brauchen Werkzeuge und bewährte Formen, Zeiten und Orte, um „täglich dem Heiligen zu begegnen“ (White Eagle vom Volk der Hopi). Viele Menschen finden heute in Meditation und Achtsamkeitspraxis eine zeitgemäße spirituelle Praxis. Zugleich entdecken viele auch den Schatz christlicher Meditation im stillen „kontemplativen“ Gebet (wieder).

In diesen Retreats folgen wir dem Gebets- und Meditationsweg, den Franz Jalics inspiriert von der christlichen Mystik entwickelt hat, und bleiben im Dialog mit moderner Weisheitslehre und Lebenskunst. Wir greifen zurück auf die Botschaft Jesu, und öffnen uns zugleich für Impulse zeitgenössischer Lehrer:innen.

Für Anfänger:innen und Geübte in Achtsamkeitspraxis, Meditation und kontemplativem Gebet. Voraussetzung: Bereitschaft zum Schweigen.

Leitung:

Dipl.Päd. Sr. **Huberta Rohrmoser**: Marienschwester vom Karmel, Exerzitienleiterin, Meditationslehrerin. sr.rohrmoser@wincom.at

Mag. **Steve Heitzer**: Theologe, Pädagoge Achtsamkeitslehrer, Autor. www.steveheitzer.at



Kleine Zwischenzeit

27. Feber – 1. März 2022

So 16 Uhr – Di 9 Uhr

Frühlings-Retreat *

30. März – 2. April

Kleine Zwischenzeit

3. Juli 16 Uhr – 5. Juli, 9 Uhr

Herbst-Retreat * 22.-27. Sept 22 (Kurzvariante bis 25. Sept)

Beginn „Retreats“ 18 Uhr. Ende 13 Uhr

* mit **Maria Rafetseder** (Monochord, Psalter, Klangschalen etc.): „Töne und Klänge am Abend vertiefen und lassen vielleicht diesen heiligen stillen Raum in uns erahnen. Manchmal tut sich eine besondere Atmosphäre auf und ein bisschen "Himmel" ist spürbar.“



Kleine Zwischenzeit

13.-15. November 2022

So 16 – Di 9 Uhr

Ort und Anmeldung:

Marienheim, Fischereckstr.

23, 4645 Grünau Tel +43

(0)7616-8258 oder +43

(0)680 55 35 804 marienheim@marienschwestern.at

Kurs-Kosten exkl. Vollpension: „Zwischenzeit“: EUR 100,-,

Frühlings-Retreat und Kurzvariante Herbst-Retreat: EUR 200.

Herbst-Retreat 5 Tage: EUR 250,-. Ermäßigung auf Anfrage.