



**BILDUNGSCHAUS
ST. MICHAEL**

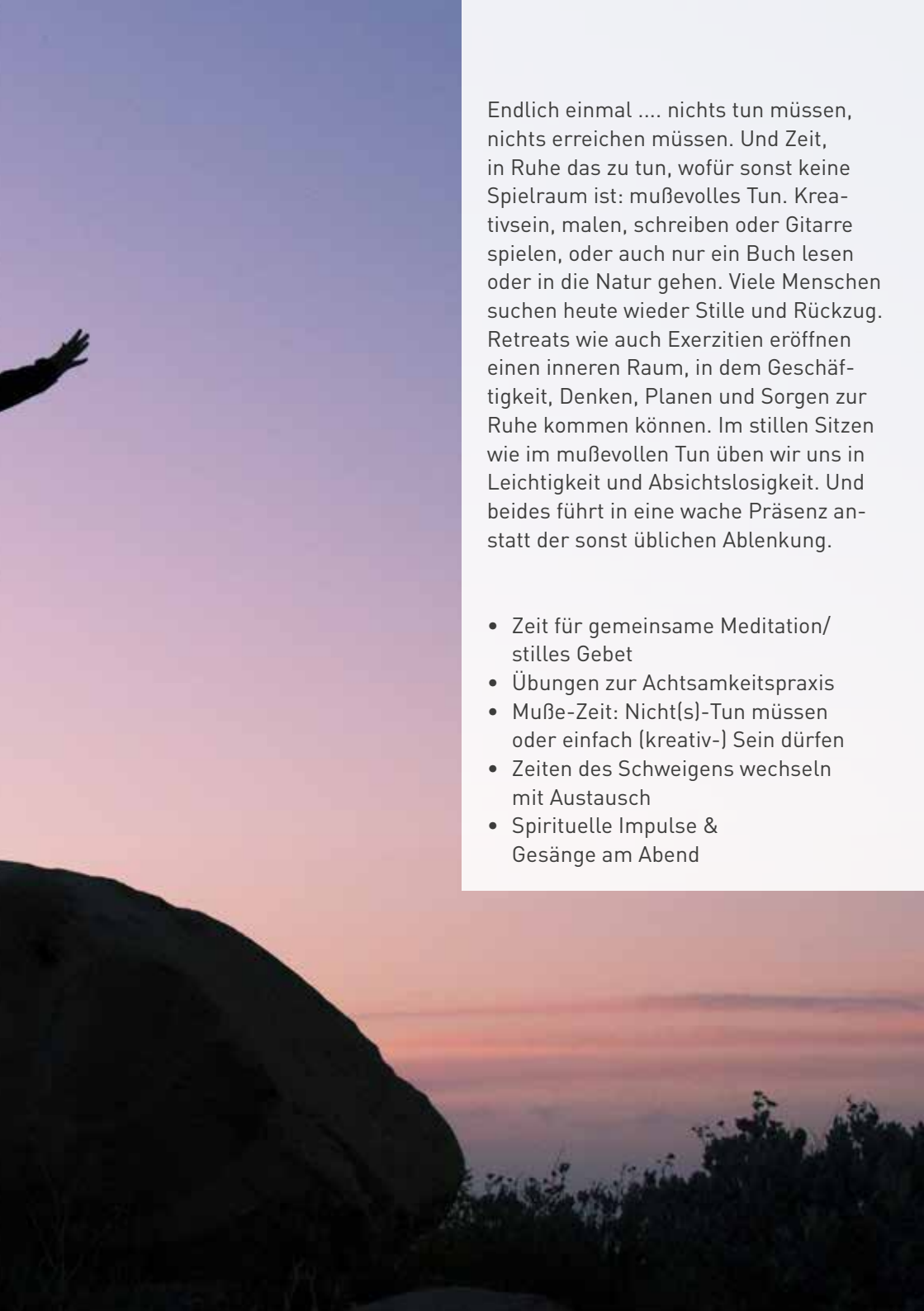
DIÖZESE
INNSBRUCK



Geschmack des Lebens

AUS-ZEIT FÜR MUSSE, STILLE UND BE-SINNUNG





Endlich einmal nichts tun müssen, nichts erreichen müssen. Und Zeit, in Ruhe das zu tun, wofür sonst keine Spielraum ist: mußvolles Tun. Kreativsein, malen, schreiben oder Gitarre spielen, oder auch nur ein Buch lesen oder in die Natur gehen. Viele Menschen suchen heute wieder Stille und Rückzug. Retreats wie auch Exerzitien eröffnen einen inneren Raum, in dem Geschäftigkeit, Denken, Planen und Sorgen zur Ruhe kommen können. Im stillen Sitzen wie im mußvollen Tun üben wir uns in Leichtigkeit und Absichtslosigkeit. Und beides führt in eine wache Präsenz anstatt der sonst üblichen Ablenkung.

- Zeit für gemeinsame Meditation/ stilles Gebet
- Übungen zur Achtsamkeitspraxis
- Muße-Zeit: Nicht(s)-Tun müssen oder einfach (kreativ-) Sein dürfen
- Zeiten des Schweigens wechseln mit Austausch
- Spirituelle Impulse & Gesänge am Abend

Termin:

Samstag, 13. Juli 2019 16.00 Uhr

Mittwoch, 17. Juli 2019 13.00 Uhr


Kosten:

Kursbeitrag: € 245,00

VP im EZ: € 306,00

VP im DZ: € 274,00

Auf Anfrage ist eine günstigere Unterkunft im Haus Canisius möglich. Bitte wenden Sie sich an die Rezeption.

Anmeldeschluss: 01.07.2019**Referent:**

Mag. Steve Heitzer
mit Cordat Herzensbildung,
Theologe und Pädagoge,
Achtsamkeitslehrer,
www.cordat.org

Anmeldung und Information:

Diözese Innsbruck
Bildungshaus St. Michael
Schöfens 12
6143 Pfons/Matrei am Brenner
T. +43 5273 6236
st.michael@dibk.at

Stornobedingungen: Ihre Anmeldung/Reservierung ist verbindlich. Wir bitten Sie um eine schriftliche Stornierung. Melden Sie sich vor dem Anmeldeschluss ab fallen keine Stornogebühren an. Bei einer Stornierung ab dem Anmeldeschluss stellen wir 90% des gesamten Arrangementpreises (Kursbeitrag und Übernachtung / Verpflegung) in Rechnung.