

# JAHRESPROGRAMM

Oktober 2018 - Juni 2019

ORT DER KREATIVEN RUHE

## BILDUNGSHAUS GREISINGHOF: OFFEN FÜR IHRE VERANSTALTUNG



Unser Bildungshaus steht nicht nur den TeilnehmerInnen unseres Bildungsangebotes offen. Wir bieten Ihnen den idealen Rahmen für Ihre Seminare, Veranstaltungen, Klausuren, Kultur- und Pilgererlebnisse.

In der Atmosphäre kreativer Ruhe und einer feinen Küche finden die TeilnehmerInnen beste Voraussetzungen zum Gelingen der Veranstaltung.

Das Bildungshaus Greisinghof bietet an:

moderne und kommunikative Seminar- und Meditationsräume verschiedener Größe mit multifunktionaler Infrastruktur, 38 Zimmer (24 Einbettzimmer, 14 Zweibettzimmer, alle mit Dusche/WC), WLAN, großzügige Aufenthaltsräume, Kellerstüberl und viel Grün für Aktivitäten im Freien.

Wir haben für Sie drei Rundwege markiert. Sie durchwandern die schönsten Abschnitte unserer Umgebung mit bäuerlich geprägter Wiesen- und Ackerlandschaft, Wäldern und „aussichtreichen“ Höhenwegen. Der idyllische Wasserweg führt ein Stück entlang der Waldaist. Die Gehzeit liegt jeweils bei zwei Stunden.

Unsere großzügige Gartenanlage und der Bibelgarten Greisinghof üben ganzjährig einen besonderen Reiz auf unsere Gäste aus und werden zur Entspannung und zum Rückzug in den Seminarpausen sehr geschätzt.

Wir laden Sie herzlich ein, bei uns Gast zu sein. Gerne senden wir Ihnen unser ausführliches Informationsmaterial zu. Auch im Internet finden Sie uns unter [www.greisinghof.at](http://www.greisinghof.at)!



4284 Tragwein • Mistlberg 20  
Tel. 0 72 63 / 86 011 • Fax 0 72 63 / 86 011-3  
E-Mail: [bildungshaus@greisinghof.at](mailto:bildungshaus@greisinghof.at)  
[www.greisinghof.at](http://www.greisinghof.at)

## EDITORIAL

Liebe Freundinnen und Freunde unseres Bildungshauses!

Mit der heurigen Ausgabe unseres Jahresprogrammes möchten wir Sie über Veränderungen im Verein des Bildungshauses Greisinghof informieren und auch auf administrative Notwendigkeiten eingehen.

Mit Jahreswechsel wurde gemäß den Vereinsstatuten die Neubestellung unseres Vereinsvorstandes erforderlich. Durch das Ausscheiden von Bischofsvikar Willi Vieböck aus dem Vorstandsgremium wurde seitens der Diözese Linz Hr. Bischofsvikar Dr. Johann Hintermaier in den Vorstand berufen. Wir danken Herrn Bischofsvikar Willi Vieböck für seinen Weitblick, sein Engagement und seine Arbeit für unser Bildungshaus. Herrn Bischofsvikar Dr. Johann Hintermaier danken wir für die Bereitschaft mitzudenken, mitzuarbeiten und Verantwortung für den Greisinghof zu übernehmen.

Mit Mai 2018 ist die Datenschutzgrund-

verordnung in Kraft getreten. Dies stellt uns als Einrichtung, die Kursprogramme versendet, vor Aufgaben, die wir sehr ernst nehmen.

Sie erhalten dieses vorliegende Kursprogramm, weil Sie in der Vergangenheit an einem Seminar in unserem Bildungshaus teilgenommen haben. Gemäß Datenschutzgrundverordnung bräuchten wir von Ihnen persönlich die ausdrückliche Zustimmung, dass wir auch weiterhin unser Kursprogramm an Sie senden dürfen. Um den Aufwand für viele treue Gäste gering zu halten, ersuchen wir jene Empfänger unseres Kursprogrammes, welche dieses nicht mehr haben möchten, uns dies mitzuteilen, damit wir sie aus unserer Versanddatei streichen. Wir hoffen, dass wir mit dieser Vorgehensweise auch Ihre Interessen gewahrt haben.

Ihr Greisinghof Bildungshaus-Team  
Mag. Berthold Tauber  
*Bildungshausleiter*  
Mag. Hans Eidenberger SM  
*Geistlicher Assistent*

**LEITUNG:**

P. Mag. Hans Eidenberger SM,  
Ingrid Penner, Referentin im Bibelwerk Linz

**KURSBEITRAG:**

EUR 190,-  
für alle 4 Wochenenden  
EUR 60,- für 1 Wochenende (Einzelwochenenden nur in Rücksprache möglich)

**TERMINE:**

jeweils Samstag, 09:00 bis  
Sonntag, 12:30

1. Modul: 29. 09. - 30. 09. 2018
2. Modul: 10. 11. - 11. 11. 2018
3. Modul: 26. 01. - 27. 01. 2019
4. Modul: 30. 03. - 31. 03. 2019

**BILDUNGSGUTSCHEIN €20,-**

**Muster**

DER KATHOLISCHEN KIRCHE IN OBERÖSTERREICH

K 1809/3a

## DIE BIBEL ZUM BLÜHEN BRINGEN

Grundkurs Bibel – Altes Testament 2

Der „Grundkurs Bibel“ will lebendige Zugänge zur Ur-Kunde unseres christlichen Glaubens eröffnen und Freude und Neugier an der Bibel wecken. Ein gutes Basiswissen und das persönliche Erleben im Umgang mit der Heilsbotschaft Gottes stärken das Vertrauen in die eigene Kompetenz beim Bibellesen.

Das gemeinsame Fragen und Suchen sowie der Austausch von eigenen Erfahrungen finden in einer gleichbleibenden Gruppe statt. So kann eine Weggemeinschaft im Glauben wachsen.

Das vermittelte biblische Wissen wird erfahrbar gemacht und vertieft durch kreative, meditative und liturgische Elemente mit dem Ziel, den Menschen in seiner Ganzheit anzusprechen.

Gastseminar

Meditationskurs

## AUS UNSERER MITTE LEBEN

Schritte zu einem achtsameren Leben und zum Jesusgebet

Viele Menschen sehnen sich nach mehr Stille und sind auf der Suche nach einer einfachen Gebetsweise, in der es keine Worte braucht.

An acht Treffen werden wir uns darin üben, unsere Wahrnehmung immer mehr von außen nach innen zu lenken.

Die Stille wird uns öffnen für das, was uns zutiefst betrifft, hier und jetzt.

Die Ausrichtung auf Gott gibt Halt, befreit vom „Allesmachen-Müssen“.

Gestärkt von unseren inneren Quellen können wir achtsamer in unserem Alltag leben.

**LEITUNG: / ANMELDUNG:**

Mag. Gerhard Lehrner, ArbeitnehmerInnen- und Krankenhauseel-sorger,  
Meditationsbegleiter  
Marianne Lehrner, Lehrerin, Meditationsbegleiterin  
07236/8790 oder 0664/9172526  
m.lehrner@eduhi.at  
gerhard.lehrner@a1.net

**KURSBEITRAG:**

EUR 50,-

**TERMINE:**

Infoabend: 27. 9. 2018, 19.30 Uhr  
8 Treffen im Block –  
jeweils Donnerstag, 19.30 - 21.00  
11. und 19. Oktober 2018  
08. und 22. November 2018  
06. und 20. Dezember 2018  
10. und 24. Jänner 2019

**LEITUNG:**

Dr. Martin Spinka

**KOSTEN:**

Gesamtpaket mit Übernachtung und Vollpension ab EUR 564,-

**TERMIN:**

Sonntag, 07. 10. 2018, 17:00  
bis  
Donnerstag, 11. 10. 2018, 14:00

**INFORMATION UND ANMELDUNG:**

Tourismusverband Mühlviertler Kernland  
Waaggasse 6  
4240 Freistadt  
Telefon: +43 7942 75700  
Mail: kernland@oberoesterreich.at  
Web: www.regionfreistadt.at

K 1809/4

## WALDLUFTBADE-SPEZIAL

mit „Forest Doc“

Die Suche nach Entspannung bringt dich auf den Rückzug in die Einsamkeit. Einen neuen Platz dafür bietet Mühlviertler Waldluftbade: Eintauchen in die heilsame Atmosphäre unseres Waldes. Erforscht und erprobt.

Dr. Martin Spinka ist Wahlarzt für Allgemeinmedizin mit dem Spezialgebiet Naturheilkunde, Experte TEM und HRV und Studienleiter der „WLB-Studie Mühlviertel“. Seine Behandlungsmethoden sind geprägt von einer Kombination aus schulmedizinischen und komplementären Elementen.

**Leistungen**

Therapeutische Angebote Waldluftbade  
Kräuterworkshop  
Verkostung regionaler Produkte  
Waldluftbade-Rucksack und Waldluftbade-Fibel  
Wanderkompendium bestehend aus Wanderkarte, Kraftplatzverzeichnis und Tourenvorschlägen.

Gastseminar

## SPRECHEN UND HÖREN VON HERZEN!

Redekreis für Männer

Eine Jahresreise durch die verschiedenen Facetten des Mann-Seins, so könnte man das Angebot des Männerkreises auch verstehen. Beginnend mit einem kurzen Check-In widmen wir uns jeden Abend einem neuen Thema des Mann-Seins wie zum Beispiel Beziehung, Vaterschaft, Spiritualität, Sexualität.

Der Redekreis als eine nicht-hierarchische gewaltfreie Kommunikationsform, die das Hören und Sprechen von Herzen in den Mittelpunkt stellt und die Weisheit aller im Kreis versammelten Männer einlädt, bildet dabei die Basis. So trägt jeder seinen Teil bei, gemeinsames Wachstum im Kreis der Männer zu ermöglichen.

Eine gemeinsame Veranstaltung der KMB und dem Bildungshaus Greisinghof.

Zielgruppe:  
Männer von 25 - 60

**LEITUNG:**

Johannes Ebner,  
Referent für Väterarbeit, Naturbasierter Prozessbegleiter, Auszubildenden in „The Way of Council“

**KOSTEN:**

EUR 5-10,- nach pers. Ermessen,

**TERMIN:**

Jeden 2. Montag im Monat 19.30 – 21.30,  
beginnend mit 8. Oktober 2018,  
Ende 8. Juli 2019,  
Ankommen zwischen 19.15 und 19.30 möglich!

**INFORMATION UND ANMELDUNG:**

KMB-Büro, 0732/7610-3461, kmb@dioezese-linz.at,

**LEITUNG:**

Mag. Bettina Bergmair,  
Integrative Tanzpädagogin,  
Alexandertechniklehrerin,  
Theologin, Authentic Movement  
Begleiterin, Leibarbeit

**KURSBEITRAG:**

EUR 130,-

**TERMIN:**

Freitag, 12. 10. 2018, 18:00  
bis  
Sonntag, 14. 10. 2018, 12:00

K 1810/5

**LAUDATO SI**

Lobet Gott mit Sonne, Wind, Wasser und  
allem was lebt!  
Tanzimprovisation mit bewusster Körperarbeit

Inspiziert vom Sonnengesang des heiligen Franz von Assisi  
wollen wir Gott loben und preisen im freien Tanzen und in  
Atem- und Bewegungsmeditationen.

Im Tanzen spüren wir unsere Lebendigkeit und kommen in  
Beziehung mit unserem Atem, uns selbst und dem schöp-  
ferischen Geist Gottes.

Tanzend begegnen wir einander in unterschiedlichen Be-  
wegungsqualitäten von Erde, Wasser, Luft und Feuer.

Bewusste Körperarbeit nach F.M. Alexander hilft uns spielerisch  
unsere Bewegungsmöglichkeiten zu entdecken. Ihre Prinzipi-  
en „Wahrnehmen – Innehalten – Neuausrichten“ unterstützen  
uns dabei, unser Potential zu entfalten.

K 1810/3

**WANDEREXERZITIEN  
PILGER(N) MIT HERZENSHINTERGRUND**

Diese Wanderexerzitien dienen dazu, persönlich-exis-  
tentiellen Fragen nachzugehen. Wir alle bringen ja ei-  
nen gewissen Hintergrund als Erdenpilger mit – auch  
einen Migrationshintergrund im weitesten Sinne. Ha-  
ben wir als Erdenpilger nicht alle einen segensvollen  
Herzenshintergrund?

Auf dem Lebensweg werden sich auch Ur-Fragen (in  
den Weg) stellen: Woher komme ich? Wohin gehe ich?  
Was ist der Mensch? Wer bin ich (dann)?

Da wir uns als Christen in der Nach-Folge verstehen,  
können wir darauf vertrauen, dass uns einer voraus-  
gegangen ist: Jesus, der Himmels-Auswanderer, der  
Gottes-Migrant; ausgewandert aus dem Herzen Gottes,  
um der Erde seine Himmelswege zu schenken. Mit ihm  
beginnt der Himmel einzuwandern - hinein in die Her-  
zenslandschaft der Menschheit.

**LEITUNG:**

P Mag. Hans Eidenberger SM

**KURSBEITRAG:**

EUR 45,-

**TERMIN:**

Montag, 15. 10. 2018, 16:00  
bis  
Donnerstag, 18. 10. 2018, 13:00

**LEITUNG:**

Jörg Fuhrmann MSc,  
DGKP, Trauerbegleiter

**KURSBEITRAG:**

EUR 80,-

**TERMIN:**

Samstag, 13. 10. 2018, 09:00  
bis  
Sonntag, 14. 10. 2018, 16:00

K 1810/2

**KOFFER FÜR DIE LETZTE REISE**  
Erlebnisworkshop - eine Selbsterfahrung

Wir alle sind Reisende und irgendwann beginnt unsere letzte  
Reise nach diesem irdischen Leben. Was danach kommt und  
uns erwartet, auf das gibt es viele und doch keine Antworten. In  
diesem Workshop wollen wir uns mit unserer letzten Reise aus-  
einandersetzen und unseren „Koffer fürs Jenseits“ packen. Was  
nehmen Sie auf diese letzte Reise mit, vor allem wenn jedem  
von uns nur ein Koffer zur Verfügung steht? Wie wird unser Kof-  
fer aussehen?

Durch die Auseinandersetzung mit der eigenen Endlichkeit  
und dem Ende des irdischen Lebens wollen wir uns Lebens-  
fragen nähern und auch den Sinn des Lebens hinterfragen. Vor  
allem geht es jedoch darum, in Berührung zu kommen mit den  
persönlichen Werten und dem eigenen Lebensbild.

Was hält uns am Leben? Welche Erinnerungen an das Leben  
sind uns wichtig? Was und wer hat uns geprägt und zu dem  
Menschen gemacht, der wir heute sind? Lassen Sie sich ein auf  
diese einzigartige Lebenserfahrung und interessante Reise. Ein  
Impulsvortrag und Rollenspiele bereichern diesen Workshop.

K 1810/6

**WEGE DURCH DIE TRAUER**

eine Trauerwanderung und Selbsterfahrung

Menschen werden immer wieder von Schicksalsschlä-  
gen getroffen: von Unglücksfällen, dem Verlust geliebter  
Menschen, Gesundheit, Arbeit und Besitz, Suizid, von un-  
erwarteten Nachrichten und Diagnosen, von Verletzung  
und Kränkungen. Das alles muss verarbeitet werden, damit  
Neuorientierung im Leben möglich werden kann.  
Trauer ist Teil unseres Lebens. Bei einer geführten Wande-  
rung wollen wir der Trauer begegnen, Wege durch die Trau-  
er finden und Perspektiven entdecken.

**LEITUNG:**

Jörg Fuhrmann MSc  
DGKP, Sterbe- und Trauerbegleiter

**KURSBEITRAG:**

EUR 50,-

**TERMINE:**

Samstag, 20. 10. 2018, 09:00 - 17:00  
Samstag, 06. 04. 2019, 09:00 - 17:00

**LEITUNG:**

Raffael Boriés, Schweiz  
Meditationsleiter,  
Sterbebegleiter, Autor

**KURSBEITRAG:**

EUR 160,-

**TERMIN:**

Donnerstag, 25. 10. 2018, 16:00  
bis  
Sonntag, 28. 10. 2018, 13:00

K 1810/4

**DIE LETZTEN DINGE DES LEBENS****Eine Selbsterfahrung**

Wir sind alle Reisende. Irgendwann neigt unsere Lebensreise auf Erden sich dem Ende zu, dann sollte auch die Weiterreise in das lichtere geistige Leben vorbereitet sein. Für uns Menschen kann es wichtig sein, grundsätzliche und praktische Fragen angeschaut zu haben, die nicht nur uns selbst, sondern auch Angehörigen in einer herausfordernden Zeit eine Hilfe sind. Die Auseinandersetzung mit der eigenen irdischen Endlichkeit wird ein wesentliches Thema in diesem Workshop sein.

Ebenso: Der Sinn des Lebens / Was lassen wir zurück, was nehmen wir mit / Wie können wir den Angehörigen eine Hilfe sein; durch eine entsprechende Auseinandersetzung und Vorbereitung mit dem Thema unserer Endlichkeit auf Erden

**LEITUNG:**

Veronika Santer  
Lebens- u. Sozialberaterin, Theologin, Integrative Tanzpädagogin,  
Meditationsleiterin

**KURSBEITRAG:**

EUR 90,-

**TERMIN:**

Freitag, 26. 10. 2018, 10:00  
bis  
Sonntag, 28. 10. 2018, 17:00

K 1810/7

**KRÄNKUNGEN HEILEN UND FRIEDEN FINDEN****Kraft des Verzeihens**

Wir alle kennen Situationen, Begegnungen, aus denen wir gekränkt, verletzt, wütend und / oder beschämt hervorgehen. Wie aber mit jemandem in Frieden kommen, wo vielleicht schon beim Denken an die Person all der Ärger ... wieder hochkommt? Und: Kränkungen haben sehr selten mit Schuld zu tun!

Wie kann Verzeihen gelingen? Welche Schritte sind auf dem Weg zur Aussöhnung, zu innerem Frieden notwendig und hilfreich? Und welche Stolpersteine gibt es? Welche Rolle spielen unsere Gefühle dabei?

Psychische Stabilität wird vorausgesetzt!

K 1810/8

**AUFERSTEHEN INS LEBEN****Vom Wunder der Auferstehung einer Frau**

Die Lähmung, das Schweigen und stilles Leiden sind oft Merkmale der Frauen. Symbolisch ist dies ein Rückzug in Krankheit oder Tod. Was aber, wenn Frau aufsteht und diese Starre durchbricht? Im Neuen Testament wird die Jüngerin Tabita zum Leben erweckt. Mit ihrer Geschichte spüren wir den Polen der Lähmung und der Auferstehungsfreude einer tüchtigen Frau nach. Im Erleben und im gegenseitigen Bestärken gewinnen wir Kraft fürs aufrechte Leben.

K 1811/1

**ALLTAGSTAUGLICHE LIEBE BRINGT FREUDE IN DIE BEZIEHUNG****Exerzitien für Paare**

Mit „Amoris laetitia“ – „Freude der Liebe“, betitelt Papst Franziskus seine Einladung und Ermutigung, den Alltag als Paar zu gestalten und gemeinsam unterwegs zu sein, hin zur Fülle des Lebens.

Diese Tage der geistlichen Übungen (Exerzitien) sind eine Möglichkeit, als Paar gemeinsam inne zu halten, die Beziehung zu überdenken und an der frohen Botschaft des menschenfreundlichen Gottes neu auszurichten. Dabei werden die Dynamiken der Liebe, die Kostbarkeit der geliebten Treue, persönliche und gemeinsame Gewohnheiten, sowie Rituale im Horizont des christlichen Glaubens betrachtet. Alltagstaugliche Formen einer Kultur des Miteinanders können ebenso Ergebnisse sein wie realistische Vereinbarungen für die Zukunft.

**LEITUNG:**

Mag. Theol. Angelika Gassner  
Leiterin des Referats für Spiritualität und Exerzitien, Seelsorgeamt der Erzdiözese Salzburg, Buchautorin

**KURSBEITRAG:**

EUR 80,-

**TERMIN:**

Freitag, 26. 10. 2018, 16:00  
bis  
Samstag, 27. 10. 2018, 17:00

**LEITUNG:**

Mag. Franz Harant  
Beziehungs-, Ehe- und Familien-seelsorger der Diözese Linz  
Dipl. Ehe-, Familien- und Lebensberater im Zentrum BEZIEHUNG-LEBEN.AT

**KURSBEITRAG:**

EUR 130,- pro Paar

**TERMIN:**

Freitag, 02. 11. 2018, 16:00  
bis  
Sonntag, 04. 11. 2018 13:00

für 6 bis max. 10 Paare



**LEITUNG:**

Peter Alexander Thomaset  
Seminarleiter, Lebens- und Sozial-  
berater;  
Henry Fritz Kirchner  
Seminarleiter, Coach und Berater

**7-TEILIGE SEMINARREIHE****TERMINE:**

02. - 04.11. 2018; 14. - 16. 12. 2018;  
19. - 21. 01. 2019; 15. - 17. 02. 2019;  
23. - 25. 03. 2019;  
Seminarort in Tirol:  
26. - 28. 04. 2019;  
29. 05. - 01. 06. 2019  
Beginn: jeweils 18:00 (ausgen. Modul 3)

**INFORMATION / ANMELDUNG:**

P.A. Thomaset; +43 (0) 676 6026867  
beratungszentrum@aon.at;  
H.F. Kirchner; +49 (0) 151 58100489;  
henry@wegdermaenner.org

Gastseminar

**DER WEG DER MÄNNER**

... und ihr „Wilder Gott“

Orientierung, Identität, Selbstbewusstsein, Heilung, Rei-  
fung, Entwicklung für Männer, Väter, Partner, Mentoren

Ein Übungsweg spiritueller Initiation

Wach auf!  
Lebe bewusst langsamer!  
Lebe mit weniger unnötigem Ballast!  
Lebe in barfußiger Einfachheit!  
Lebe regelmäßig das Alleinsein!  
Lebe in Dankbarkeit!  
Lebe bewusstes Atmen!  
Lebe achtsam!  
Lebe das Weitergehen!  
Lebe dienende Praxis!  
Lebe mit Gott! Lebe in Gott!

... initiiere dich mit Kraft, Stärke, Mut und Freiheit!

K 1811/3a

**TANZEND UND SINGEND ZUR  
QUELLE DES FRIEDENS IN UNS**

„Auch wenn es schwierig sein mag, den Weltfrieden durch  
innere Wandlung des einzelnen Menschen herbeizuführen  
– es ist der einzige Weg!“ Dalai Lama

Mit Friedenstänzen aus verschiedenen Kulturen, durch  
die Worte des Aramäischen Jesus, mit gesungenen  
und in Bewegung gebrachten Mantren aus den großen  
Weltreligionen begeben wir uns auf diesen Weg des  
Herzens.

Wir tauchen ein in die innere Weisheit und Liebe, die  
allen Religionen gemeinsam ist und stärken unser Ver-  
ständnis und unsere Toleranz gegenüber den verschie-  
denen spirituellen Traditionen.

„Tanzt, esst und betet miteinander!“ war das Friedens-  
motto von Samuel L. Lewis, dem Vater der „Universellen  
Friedenstänze“. In diesem Sinne sind die Teilnehmer/  
innen eingeladen, auch das Frühstück und/oder das  
Mittagessen gemeinsam zu genießen.

**LEITUNG:**

Mag.a Sarah Gertraud Emmer,  
Tanzleiterin, Dipl. Feldenkrais-  
und Bones for Life- Lehrerin.

**KURSBEITRAG:**

EUR 33,-

**TERMIN:**

Sonntag, 04. 11. 2018, 10:00 bis  
13:00

**LEITUNG:**

Mag. (FH) Hannelore Kleiß  
Kräuterpädagogin, Autorin,  
Erwachsenenbildnerin, Naturbot-  
schafterin, Leiterin von Jahreskreis-  
festen  
Nähere Infos zur Referentin:  
<http://www.kraeuter-coaching.at>

**KURSBEITRAG:**

EUR 40,-

**TERMIN:**

Samstag, 03. 11. 2018,  
09:00 bis 15:00

K 1811/2

**RÄUCHERN ZU HEILIGEN ZEITEN**

Rituale im Jahreskreis

Dieser Workshop macht Lust, die Natur mit neuen, wa-  
chen Sinnen wahrzunehmen. Wir entdecken heimische  
Räucherpflanzen im Bibelgarten und in der näheren  
Umgebung. Das Räuchern ist eine Möglichkeit, uns mit  
der Heilkraft dieser Pflanzen zu verbinden und zugleich  
dem Alltag zu entfliehen und ruhig zu werden. Der alte  
Brauch des Ausräucherns von Räumen wird vor allem  
zur Zeit der Raunächte rund um Weihnachten bei uns  
noch vielerorts gelebt. Die Autorin regt mit dem Work-  
shop und ihrem gleichnamigen Buch an, die „heiligen  
Zeiten“ im Jahreskreis wieder bewusster zu feiern und  
sich mit dem heilsamen Rhythmus der Natur zu verbind-  
en. In alten Traditionen und in der eigenen christlichen  
Kultur lässt sich dafür viel Hilfreiches und Inspirierendes  
finden. Ein entspannender Tag voller Lebensfreude.

K 1811/4a 4b

**VERSTEHST DU, WAS DU LIEST?**

Biblische Lektorenfortbildung zu den  
Adventlesungen – Lesejahr C

Lektor/inn/endienst ist ein wichtiger Verkündigungsdienst. Um  
die Texte gut verkündigen zu können, ist es notwendig, sie zu  
verstehen. Einer der am häufigsten vorkommenden Prophe-  
ten in liturgischen Lesungstexten aus dem Alten Testament  
ist Jesaja. An zwei Abenden wollen wir uns den liturgischen  
Texten dieses Propheten, die besonders in der liturgischen  
Leseordnung der Adventzeit vorgesehen sind, widmen: den  
Propheten kennenlernen, die Lesungstexte näher betrachten  
und ihre Aussageabsicht verstehen. Dabei sind vor allem eige-  
ne Fragen willkommen.

**LEITUNG:**

Ingrid Penner, Bibelwerk Linz

**TERMINE:**

Montag 05. 11. 2018  
und  
Montag 19. 11. 2018  
jeweils von 19:00 bis 21:30

**KURSBEITRAG:**

Ein Abend je EUR 7,-  
beide Abende EUR 12,-

**LEITUNG:**

Jörg Fuhrmann MSc  
DGKP, Sterbe- und Trauerbegleiter

**KURSBEITRAG:**

EUR 55,-

**TERMINE:**

Samstag, 17. 11. 2018, 09:00 - 16:00

K 1811/5

**LETZTE HILFE****Gut vorbereitet sein**

Was geschieht beim Sterbeprozess eines Menschen und wann beginnt das Sterben? Was muss ich als nahestehender Mensch, Partner und Angehöriger beachten? Was kann und sollte im Vorfeld organisiert werden?

Dieser Kurzworkshop soll Wissen vermitteln, bestehende Ängste vermindern und Fragen beantworten. In einer ruhigen Atmosphäre und unkomplizierten Sprache möchten wir gemeinsam über Sterben, Tod, Trauer und Abschied reden. Wir reden über die „letzte Zeit des Lebens“, wie diese gut gestaltet werden kann, Abschiede gelebt werden, und wie es gelingen kann, das Sterben anzunehmen, sowie um die Normalität des Sterbens!

Wie ein Erste Hilfe Kurs soll dieser Letzte Hilfe Kurs Wissen zur humanen Hilfe und Mitmenschlichkeit in schwierigen Situationen vermitteln.

Der Kurs beinhaltet 4 Themenbereiche:

- Sterben annehmen und zulassen
- Entscheidungen treffen und Organisation
- Multidimensionale Aspekte
- Abschied gestalten und nehmen

K 1811/6

**(M)EINE WOCHE FÜR MEINE GESUNDHEIT**

Gesundheit ist eines unserer höchsten Güter, die es gilt zu hüten. Es ist nicht selbstverständlich, gesund zu sein, gerade in Zeiten wo die schädigenden Einflüsse mehr werden und die Art und Weise der stressauslösenden Faktoren immer schwieriger zu erkennen sind.

Diese Woche für meine Gesundheit soll die Möglichkeit zur Reflexion zu folgenden Fragen bieten:

- Was hält mich gesund?
- Was löst in mir Stress aus?
- Wo kann ich mit einfachen Mitteln etwas korrigieren?

Das Ziel der Auseinandersetzung mit diesem Thema ist eine bewusste Lebensstilveränderung, wo diese nötig ist. Themenschwerpunkte: Ernährung, Bewegung, Ganzheitsmedizin TEM mit Dr. Martin Spinka, psychische Gesundheit.

**LEITUNG:**

Mag. Berthold Tauber

**BEGLEITUNG:**

Veronika Santer,  
Lebens- u. Sozialberaterin

**KURSBEITRAG:**

EUR 410,-  
Unterkunft im Einzelzimmer in  
Vollpension EUR 300,-

**TERMIN:**

Sonntag, 18. 11. 2018, 16:00  
bis  
Freitag, 23. 11. 2018, 13:00

**verbindliche Anmeldung bis 15.  
Oktober 2018 erforderlich.**

K 1811/7

**SCHLAFEN WIE EIN MURMELTIER  
FELDENKRAIS FÜR EINEN ERHOLSAMEN  
SCHLAF**

Guter Schlaf ist lebenswichtige Quelle von Wohlbefinden, Lebenskraft und Gesundheit, unsere Körperzellen regenerieren sich – den Seinen gibt's der Herr im Schlaf...  
In diesem Seminar wenden wir uns vor allem der Entspannung der Augen zu und ihrer Rolle für unser gesamtes Nervensystem. Kommen die Augen zur Ruh, kommt der Mensch zur Ruh.

Wir erforschen die Zusammenhänge zwischen Augen – Nacken – Rücken und all unseren Bewegungen und bringen sie in eine harmonische Beziehung. Das Verschwinden von Schmerzen ist oft die natürliche Folge. Elemente aus der Sounder Sleep-Methode ergänzen den Seminar-Inhalt.

Auch in Meditationen beruhigen wir das innere Gedankenkarussell und Bach-, Baum- und Blütentänze sind uns liebevolle Begleiter auf dem Weg in die innere Stille.

Elemente aus der Sounder Sleep-Methode ergänzen den Seminar-Inhalt.

Auch in Meditationen beruhigen wir das innere Gedankenkarussell und Bach-, Baum- und Blütentänze sind uns liebevolle Begleiter auf dem Weg in die innere Stille.

K 1811/8

**AUTHENTIC MOVEMENT****Vertiefungsseminar**

Authentic Movement ist ein achtsamer Übungsweg hin zu mir selbst, zu meinem Gegenüber, zur Gruppe und zu allem, was ist.

Ohne Musik, im Lauschen auf innere Impulse bewege ich mich und werde bewegt. In einem Raum von wohlwollender Präsenz werde ich gesehen von einer äußeren Zeugin und entwickle meine Kompetenz, mich selbst zu bezeugen in meinem Tun, Denken, Fühlen und Wahrnehmen - sowohl in der Praxis von Authentic Movement als auch im täglichen Leben.

Diese zwei Übungstage sind gedacht für Menschen, die Authentic Movement bereits kennengelernt haben. Wir werden diese Praxis in einer Kleingruppe mit ca. 6 TeilnehmerInnen weitergehend erfahren.

**LEITUNG:**

Sarah Gertraud Emmer, Mag.a phil.,  
Dipl. Feldenkrais- und Bones for Life  
– Lehrerin, Tanzleiterin.

**KURSBEITRAG:**

EUR 150,-

**TERMIN:**

Freitag, 23. 11. 2018, 18:00  
(Beginn mit Abendessen) bis  
Sonntag, 25. 11. 2018, 12:00

**LEITUNG:**

Dagmar O'Leary  
Authentic Movement, Leibarbeit,  
Zazen, Shiatsu

**KURSBEITRAG:**

EUR 90,-

**TERMIN:**

Samstag, 24. 11. 2018, 10:00  
bis  
Sonntag, 25. 11. 2018, 13:00

**LEITUNG:**

P. Mag. Hans Eidenberger SM

**KURSBEITRAG:**

EUR 35,-

**TERMIN:**

Samstag, 01. 12. 2018, 09:00  
bis  
Sonntag, 02. 12. 2018, 12:00

K 1812/1

## Advent-Meditation IM ATEMHAUS DER MENSCH- WERDUNG

Die Menschwerdung Gottes ist das weihnachtliche Geschenk! Es wird durch den Hl. Geist im Menschen gewirkt. Dieser heilige Atem Gottes soll in diesen stillen Tagen in unserem Lebenshaus vermenschlichend spürbar werden.

Die kontemplative Form dieser Tage wird uns helfen, frei und offen für Gottes Ankunft in unserem Menschsein zu sein.

**LEITUNG:**

Maria Punz,  
Schreibgruppenleiterin  
(Poesie- und Bibliothherapie),  
Gestaltpädagogin

**KURSBEITRAG:**

EUR 45,-

**TERMIN:**

Samstag, 01. 12. 2018, 16:00  
bis  
Sonntag, 02. 12. 2018, 16:00

**BEGRENZTE TEILNEHMERZAHL:**

max. 12 Personen

K 1812/2

## ANKOMMEN IM WORT Eine adventliche Schreibwerkstatt

Wir werden an diesem Tag das Schreiben als Achtsamkeitsübung uns selbst gegenüber (neu) entdecken und uns so den eigenen inneren Ressourcen öffnen. Von meditativen, literarischen und kreativen Impulsen lassen wir uns in den Schreibprozess führen um so das Flüstern unserer Herzstimme ins Bewusstsein und ihre „Botschaft“ auf Papier zu bringen.

Unser Austausch in der Gruppe geschieht in einer Haltung von achtsamer, wertschätzender Präsenz.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

**LEITUNG:**

emer. Bischofsvikar Franz Haidinger

**TERMIN:**

Sonntag 02. 12. 2018, 16:00  
bis  
Mittwoch 05. 12. 2018, 13:00

**KURSBEITRAG:**

EUR 65,-

**BILDUNGSGUTSCHEIN €20,-****Muster**

DER KATHOLISCHEN KIRCHE IN OBERÖSTERREICH

K 1812/4

## LICHTER – STILLE – ANKOMMEN EINSTÜCKRUHE IM SCHEIN DER KERZEN

Tanzwochenende im Advent

Advent ist für viele von uns mit dem Sehnen nach etwas mehr Ruhe und Stille verbunden – vielleicht auch deswegen, weil unser Alltag in diesen Wochen oft recht hektisch ist. Und es tut gut, wenn wir sie dann finden im Schein einer Kerze, im Tanzen der Schneeflocken, im Duft von Reisig ... Dieses Wochenende will Sie einladen, der Ruhe Raum zu geben und unseren Blick auf das Licht in der dunklen Zeit zu richten – auf neue Hoffnung, neue Visionen, Zuversicht, die in uns neu Raum gewinnen wollen - ein bewusster Weg durch den Advent.

Tänze, Texte, Gedankenaustausch und Rituale werden uns dabei unterstützen.

K 1812/5

## EIN DANKBARER BLICK ZURÜCK

Jahresrückblick

Ein Jahr mit vielen Ereignissen geht zu Ende – vielleicht ist die Zeit viel zu schnell vergangen ... Da kann uns ein Blick zurück auf die Geschenke, das Gelungene und Schöne nochmals bereichern. Manches kam anders als erwartet oder hat uns auch herausgefordert – im Blick auf diese Momente kann vielleicht auch ein Stück Heilung und Versöhnung geschehen.

An dieser „Schwelle“ zu einem neuen Jahr sind Sie eingeladen, inne zu halten und so manche „Schätze“ dieses Jahres nochmals aufleuchten zu lassen.

Tänze, Texte, Gedankenaustausch, kreative Elemente und Rituale unterstützen uns bei diesem Rückblick.

**LEITUNG:**

Veronika Santer,  
Meditationsleiterin, Theologin,  
Integrative Tanzpädagogin, Lebens-  
und Sozialberaterin

**KURSBEITRAG:**

EUR 60,-

**TERMIN:**

Freitag, 07. 12. 2018, 18:00  
bis  
Sonntag, 09. 12. 2018, 13:00

**LEITUNG:**

Veronika Santer,  
Meditationsleiterin, Theologin,  
Integrative Tanzpädagogin, Lebens-  
und Sozialberaterin

**KURSBEITRAG:**

EUR 60,-

**TERMIN:**

Freitag, 28. 12. 2018, 14:00  
bis  
Sonntag, 30. 12. 2018, 17:00



**LEITUNG:**

Raffael Boriés, Schweiz  
Meditationsleiter,  
Sterbebegleiter

**KURSBEITRAG:**

EUR 160,-

**TERMIN:**

Sonntag, 30. 12. 2018, 16:00  
bis  
Mittwoch, 02. 01. 2019, 13:00

K 1812/6

## VOM CHRISTUSKIND ZUM CHRISTUSLICHT

Jahreswechselfeier

Vor 2000 Jahren hat ein wunderbares Ereignis stattgefunden, ein Geschenk an die Menschheit. Das Licht kam auf die Erde. Es ist ein Angebot der Liebe, des Friedens an alle Menschen, die sich göttliche Vereinigung wünschen. Wir tauchen durch Vorträge und Meditationen in die mystische Bedeutung dieses heiligen Ereignisses ein.

- Vom Ankommen des Lichts in der Adventszeit.
- Die Heilige Nacht - Die Geburt und die Erfahrung des Christuslichts.
- Der Weg des Lichtes der ersten Nacht durch die zwölf heiligen Weihe-Nächte hindurch.

K 1901/2

## DAS NEUE JAHR GUT BEGINNEN

Meditation zu Jahresbeginn  
Raum der Stille . . . Raum der Kraft

Zeit, die wir uns nehmen, ist Zeit, die uns etwas gibt.

E.Ferstl

Der Jahresbeginn bietet eine gute Gelegenheit, mit innerer Achtsamkeit auf mein Leben zu schauen. Vergangenes hinter mir zu lassen und Neues zu begrüßen.

Diese Seminartage laden ein zum Annehmen, Loslassen und Aussöhnen. Im Kontakt mit unserer inneren Quelle erfahren wir Verbundenheit, Liebe und Angenommensein . . . dies lässt uns die Fülle des Lebens erfahren.

Inhalte/Methoden

- Übungen zur körperlichen Entspannung und zu achtsamer Körperwahrnehmung
- Impulse zu Lebensthemen
- Meditation
- Bereitschaft zu schweigen
- Meditativer Tanz

K 1901/3

## SENIORENWOCHE I

„Ich bin bei euch....!“ ( Mt 28,20)

verspricht Jesus, der Auferstandene, uns allen, die wir manchmal verzagt und enttäuscht sind und seinen Beistand suchen. Er ermutigt uns, wo Mutlosigkeit sich breit macht.

Sein „Fürchte dich nicht!“ gilt allen, die sich auf das Abenteuer Glauben einlassen. „Fürchte dich nicht, als Christ durchs Leben zu gehen. Ich bin immer bei dir.“

Die Nachmittage bieten ein reichhaltiges Freizeitprogramm mit Basteln, Tanz, Spielen, Erzählung und Information.

**LEITUNG:**

Gertrude Pallanch,  
Meditationsleiterin,  
Lebensberaterin,  
Krankenseelsorgerin

**KURSBEITRAG:**

EUR 110,-

**TERMIN:**

Donnerstag, 03. 01. 2019, 16:00  
bis  
Samstag, 05. 01. 2019, 12:30

**LEITUNG:**

P. Mag. Hans Eidenberger SM

**KURSBEITRAG:**

kein Kursbeitrag

**TERMIN:**

Mittwoch, 02. 01. 2019, 16:00  
bis  
Freitag, 04. 01. 2019, 12:00

K 1901/1

## MARIANISTISCH LEBEN 2019

Die marianistische Berufung und ihr Zeugnis P. Chaminade hat unterschiedliche Berufungen in der einen Marianistischen Familie zusammengeführt. In dieser charismatischen Familie vertiefen wir unser Marianist-Sein und werden bestärkt und befähigt, für den Traum Jesu Zeugnis abzulegen und marianistische Orte mit Leben zu erfüllen. Wichtige Impulse wird uns dazu auch die Botschaft des Generalkapitels vom Juli 2018 geben.

Dies ist eine Veranstaltung der Marianistischen Familie.

**LEITUNG:**

Siegfried Klein SM

**REFERENT:**

Prälat Kons.Rat Wilhelm Neuwirth

**KURSBEITRAG:**

EUR 50,-

**AUFENTHALTSKOSTEN INKL. VP:**

im Zweibettzimmer Euro 260,-  
im Einbettzimmer Euro 310,-

**TERMIN:**

Sonntag, 13. 01. 2019, 17:00  
bis  
Freitag, 18. 01. 2019, 13:00

**BILDUNGSGUTSCHEIN €20,-**

**Muster**

DER KATHOLISCHEN KIRCHE IN OBERÖSTERREICH

**LEITUNG:**

Veronika Santer,  
Integrative Tanzpädagogin,  
Meditationsleiterin, Lebens- und  
Sozialberaterin, Theologin

**KURSBEITRAG:**

EUR 60,-

**TERMIN:**

Freitag, 01. 02. 2019, 18:00  
bis  
Sonntag, 03. 02. 2019, 13:00

K 1902/1

**IN NEUEM LICHT ERSTRAHLEN**

Tanzwochenende zu Maria Lichtmess

Zu Maria Lichtmess begann in früheren Zeiten ein neues Dienstjahr. Die Ruhezeit des Winters geht zu Ende und wir freuen uns auf das Frühjahr - auf mehr Licht, auf die ersten Frühlingsboten, auf Leben und Lebendigkeit. Sie sind eingeladen, ihren Visionen Raum und Kraft zu geben.

K 1902/3

**SENIORENWOCHE II**

“Sag Ja zu dem, was ist!”

Wer um die Nähe Gottes weiß, der weiß auch, dass er seine Sorgen Gott übergeben und überlassen darf. Bei den Alltagssorgen hängen zu bleiben, das würde Freude verhindern. Gott sorgt! Er antwortet dem, der sich mit all seinen Anliegen vertrauensvoll an ihn wendet, mit Frieden. Biblisch verstandener Friede meint ein Heilsein des ganzen Menschen; Herz und Gedanken sollen in diesem Frieden erfüllt werden, der alles übertrifft, was der Mensch sich vorstellen kann. Die Nachmittage bieten ein reichhaltiges Freizeitprogramm mit Basteln, Tanz, Spielen, Erzählung und Information.

**LEITUNG:**

Siegfried Klein SM

**REFERENT:**

emer. Bischofsvikar Franz Haidinger

**KURSBEITRAG:**

EUR 50,-

**AUFENTHALTSKOSTEN INKL. VP:**

im Zweibettzimmer Euro 260,-  
im Einbettzimmer Euro 310,-

**TERMIN:**

Sonntag, 03. 02. 2019, 17:00  
bis  
Freitag, 08. 02. 2019, 13:00

**BILDUNGSGUTSCHEIN €20,-****Muster**

DER KATHOLISCHEN KIRCHE IN OBERÖSTERREICH

**LEITUNG:**

Edith Schmidt, BEd MAS  
Religionspädagogin, Tanzpädagogin,  
tätig in der Erwachsenenbildung

**KURSBEITRAG:**

EUR 70,-

**TERMIN:**

Samstag, 02. 02. 2019, 10:00  
bis  
Sonntag, 03. 02. 2019, 13:00

K 1902/2

**DIE BIBEL BEWEGT**

... am größten ist die Liebe! (1 Kor 13)

Diesem poetischen Text aus dem 1. Korintherbrief über das wahre Wesen der Liebe wollen wir ganzheitlich nachspüren. Wir lassen uns davon berühren und in Bewegung bringen. Musik aus verschiedenen Stilrichtungen unterstützt uns dabei, und so können wir uns dieser bekannten Bibelstelle von unterschiedlichen Seiten nähern. Durch das körperliche Nachspüren und Ausdrücken ist eine sehr intensive und persönliche Auseinandersetzung mit dem Thema möglich und kann das Bibelwort auf ganz neue Weise lebendig werden.

Im Vordergrund stehen Freude und Spaß an Bewegung und Musik, Körpererfahrung, Selbsterfahrung und Erweiterung des Bewegungsrepertoires auf der Grundlage der Bewegungslehre des Tänzers, Tanzpädagogen und Tanztheoretikers Rudolf v. Laban.

Ergänzend können andere kreative Medien verwendet werden. Entspannungsübungen runden das Seminar ab. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

K 1902/4

**DIE AHNFRAUEN JESU ENTDECKEN**

Bibel konkret

Tamar, Rahab, Rut und Batseba – nur wenige ChristInnen kennen diese vier alttestamentlichen Frauen. Die biblischen Texte, die von ihnen erzählen, wurden in der Liturgie nur teilweise aufgegriffen und sind daher bis heute kaum bekannt. Dabei werden ihre Namen unter zahlreichen Männernamen gleich zu Beginn des Neuen Testaments genannt – und das in einem jüdischen Stammbaum, der normalerweise nur auf Männern aufbaut! Wer sich auf die Suche nach diesen Frauen begibt, kann dabei sehr mutige und initiative Frauen entdecken, die die Rollenklischees der damaligen Zeit sprengen. An diesem Wochenende wollen wir diese Frauen näher kennenlernen und uns von folgenden Fragen leiten lassen:

- In welchem Zusammenhang stehen ihre Geschichten?
- Welche Bedeutung kommt diesen Frauen innerhalb der Heilsgeschichte zu?
- Welche Impulse können diese Erzählungen dem Rollenbild der Frau in Kirche und Gesellschaft geben?
- Wozu können diese Frauen uns heute motivieren?

**LEITUNG:**

Ingrid Penner,  
Referentin im Bibelwerk Linz

**KURSBEITRAG:**

EUR 60,-

**TERMIN:**

Samstag, 16. 02. 2019, 09:00  
bis  
Sonntag, 17. 02. 2019, 12:30

**LEITUNG:**

Ingrid Penner,  
Referentin im Bibelwerk Linz

**KURSBEITRAG:**

EUR 140,-

**TERMINE:**

**Modul 1:** Samstag, 02. 03. 2019,  
09:00 bis Sonntag, 03. 03. 2019, 12:30;

**Modul 2:** Samstag, 06. 04. 2019,  
09:00 - 18:00;

**Modul 3:** Sonntag, 28. 04. 2019,  
09:00 - 18:00;

**Modul 4:** Samstag, 15. 06. 2019,  
09:00 bis Sonntag, 16. 06. 2019, 12:30;

verbindliche Anmeldung bis  
30. November 2018

**BILDUNGSGUTSCHEIN €20,-**

**Muster**

DER KATHOLISCHEN KIRCHE IN OBERÖSTERREICH

K 1903/1a

## VOM LEBEN INSPIRIERT

Grundkurs Sakraler Tanz

**Modul 1:** Grundmodul Sakraler Tanz – Leben in Raum und Zeit; Definition, Grundlagen: Handhaltungen, Tanzrichtungen, Grundschnitte; Raumformen, Getanzte Wege.

**Modul 2:** Tänze zur Förderung der Kommunikation  
Was Tänze können (einstimmen, ankommen, meditativ, kommunikativ ....) Welche Tänze passen zu welchen Themen? Auswahl von Tänzen, Choreografie-Änderungen.

**Modul 3:** Bibel und Tanz

Wo kommt Tanz in der Bibel vor? Bei welchen Anlässen wurde getanzt? Tänze zur Vertiefung, als Ausdruck bestimmter biblischer Texte und Themen Ausdruck, Körperbewusstsein.

**Modul 4:** Tanz als Gebet und Einsatz in der Liturgie  
Getanztes Gebet; Taizé-Gesänge getanzt, Gesten, Körperhaltungen. Einsatz von Tänzen in der Liturgie .

**Ziele:**

- Kriterien zur Auswahl von Tänzen erarbeiten („Feeling“ entwickeln)
- Anleiten von Tänzen erlernen und erproben
- Tanz als Form der Spiritualität für sich selbst entdecken

K 1903/2

## VERSTEHST DU, WAS DU LIEST?

Biblische Lektorenfortbildung zu den Osternachtslesungen

Um als Lektorin oder Lektor die Texte gut verkündigen zu können, ist es notwendig, sich selbst zuerst von ihnen treffen zu lassen und sie zu verstehen. Die Lesungen der Osternacht sind für alle drei Lesejahre gleich und bieten mit 7 alttestamentlichen Lesungen einen reichen Schatz, der kaum wahrgenommen wird. Einigen dieser Texte wollen wir an zwei Abenden unsere Zeit schenken: die Texte (neu) kennenlernen, ihre Aussageabsicht am Hintergrund ihrer Entstehungszeit verstehen, ihrer Bedeutung in der Osternacht nachgehen – und vor allem sie zu uns sprechen lassen und ihre Botschaft für uns entdecken, damit wir sie anderen mit Überzeugung weitersagen können.

K 1903/3

## KOFFER FÜR DIE LETZTE REISE

Erlebnisworkshop - eine Selbsterfahrung

Wir alle sind Reisende und irgendwann beginnt unsere letzte Reise nach diesem irdischen Leben. Was danach kommt und uns erwartet, auf das gibt es viele und doch keine Antworten. In diesem Workshop wollen wir uns mit unserer letzten Reise auseinandersetzen, unseren „Koffer fürs Jenseits“ packen. Was nehmen Sie auf diese letzte Reise mit, vor allem wenn jedem von uns nur ein Koffer zur Verfügung steht? Wie wird unser Koffer aussehen? Durch die Auseinandersetzung mit der eigenen Endlichkeit und dem Ende des irdischen Lebens wollen wir uns Lebensfragen nähern und den Sinn des Lebens hinterfragen.

K 1903/4

## „DAS GRÖSSTE ABER IST DIE LIEBE...“

1. KOR. 13.13

Wie setzen wir das im Alltag um?  
Besinnungstage in der Fastenzeit

Glaube, Liebe, Hoffnung sind die drei großen Kennzeichen eines Christen auf Erden. Der Glaube erfasst das, was Gott gesagt hat, die Hoffnung verlangt danach und die Liebe verbindet uns mit der Person, die uns alles schenkt. Glaube und Hoffnung enden, wenn wir im Himmel sind und jene Dinge sehen, an die wir geglaubt und auf die wir gehofft haben. Die Liebe aber bleibt immer.

K 1903/5

## Ehe.wir.heiraten.aktiv

Eintageskurs

Das Kompaktseminar für Paare, die kirchlich heiraten wollen. Im Tagesseminar haben Sie die Möglichkeit, sich einzeln, als Paar, in Kleingruppen und im Plenum (max. 12 Paare) unter kompetenter Anleitung mit folgenden Themen zu befassen:

- Kommunikation (Information, Gefühle, Projekt Ehe)
- Auseinandersetzung mit den Herkunftsfamilien
- Zärtlichkeit, Erotik und Sexualität
- Familie werden: verantwortete Elternschaft
- ziviles Eherecht
- Ehe als Sakrament

**LEITUNG:**

Jörg Fuhrman MSc,  
DGKP, Trauerbegleiter

**KURSBEITRAG:**

EUR 80,-

**TERMIN:**

Samstag, 16. 03. 2019, 09:00  
bis

Sonntag, 17. 03. 2019, 15:00

**LEITUNG:**

Kons.R. P. Wolfgang Heiß OFM  
und sein Team

**KURSBEITRAG:**

EUR 55,-

**TERMIN:**

Sonntag, 24. 03. 2019, 16:00  
bis

Mittwoch, 27. 03. 2019, 12:00

**BILDUNGSGUTSCHEIN €20,-**

**Muster**

DER KATHOLISCHEN KIRCHE IN OBERÖSTERREICH

**KURSBEITRAG:**

EUR 60,- pro Paar

**TERMINE:** jeweils 09:00 - 17:00

Samstag, 30. 03. 2019,

Samstag, 20. 04. 2019,

Samstag, 27. 04. 2019,

Samstag, 22. 06. 2019,

**ANMELDUNG:**

[www.beziehungleben.at](http://www.beziehungleben.at)

Information: Abteilung Ehe

und Familie im Pastoralamt

Telefon: 0732/7610 DW 3511

**LEITUNG:**

Raffael Boriés, Schweiz  
Sterbebegleiter, seelsorgerische  
Lebensberatung, Autor

**KURSBEITRAG:**

EUR 110,-

**TERMIN:**

Freitag, 12. 04. 2019, 16:00  
bis  
Sonntag, 14. 04. 2019, 13:00

K 1904/2

## DIE KRAFT DES VERGEBENS UND VERZEIHENS

Viele Menschen tragen Verletzungen und Leid seit frühesten Kindheit in sich. Das Leben vieler Menschen ist geprägt durch Angst, Schuldgefühle und Scham. Ebenso ist jeder Mensch eingebettet in die Wirkungen und Beeinflussungen des Kollektiven. Diese Erfahrungen bestimmen unser Verhalten. Unser Fühlen, Erleben und Denken wird dadurch bestimmt. Etwas scheint nicht heilen zu können.

Vergeben ist eine große spirituelle Übung. Verzeihen ist ein Schlüssel zu uns selbst. Verzeihen ist mehr als Heilen von Beziehungen. Vergebung ist weniger eine psychologische oder psychologisierende Arbeit, sondern es ist eine tiefreligiöse Auseinandersetzung mit unserem Dasein.

Vergeben ist ein Aspekt der gelebten Liebe und somit auch des Heilens. Wenn der Mensch sein spirituelles Herz und die Kraft des Numinosen mit einbezieht, kann er wirklich die Kraft des Verzeihens aus der Hingabe des Herzens erfahren.

K 1904/4

## BASEN – HEILKOST - WANDERWOCHE

In dieser Woche ernähren wir uns basenbetont durch die „Milde Ableitungsdiät“ nach Dr. F.X. Mayr.

Sie entspricht den Bedürfnissen des heutigen gesundheitsbewussten Menschen und enthält biologisch wertvolle Lebensmittel, die frisch zubereitet werden und keine Geschmacksverstärker enthalten.

Die leichte Kost und die günstige Zusammenstellung in Bezug auf den Säure-Basen-Haushalt bewirken eine Entlastung und Regeneration aller Verdauungsorgane und stärken das Immunsystem. Sie führen zu innerer Leichtigkeit, Freiheit und Vitalität.

Diese schonende, reinigende Diät ist keine Dauerkost, schafft aber mit ihren wohltuenden und wohlschmeckenden Mahlzeiten hervorragende Grundlagen für eine gesunde Ernährungsweise. Außerdem ist sie auch der ideale Übergang vom Fasten zur Normalkost.

Bei dieser Therapieform wird besonderer Wert auf die Schulung des Essverhaltens gelegt: Wir nehmen uns Zeit, langsam und gründlich in Ruhe zu essen.

**LEITUNG:**

Andreas Wuchner,  
Heilpraktiker, Meditationsleiter

**KURSBEITRAG INKL. AUFENTHALTS-****KOSTEN:**

EUR 592,- im Einbettzimmer

**TERMIN:**

Sonntag, 28. 04. 2019, 18:00  
bis  
Samstag, 04. 05. 2019, 13:00

Bitte mitbringen: Wanderschuhe,  
Rucksack, Regenschutz, Trinkflasche

Begrenzte Teilnehmerzahl!

**LEITUNG:**

P Mag. Hans Eidenberger SM

**BEGLEITUNG:**

Helga Zerbes

**KURSBEITRAG:**

EUR 45,-

**TERMIN:**

Mittwoch, 17. 04. 2019, 18:00  
bis  
Sonntag, 21. 04. 2019, 11:00

K 1904/3

## OSTERBEGEGNUNG 2019

Be-Deutende Boten Gottes auf dem Weg zum Leben

Am Ende der Versuchungserzählung nach Markus heißt es: „... und die Engel dienten ihm“ (1,13). Welche dienenden Kräfte haben Jesus auf seinem Lebensweg begleitet? Besonders während der dramatischen Leidens- und Ostertage seines Lebens?

Wir werden in diesen Tagen den Spuren der biblischen Engel folgen und uns von ihnen durch diese heiligen Tage zum Erlösungsgeheimnis führen lassen.

An den Vormittagen gehen wir auf die österlichen Inhalte ein; die Nachmittage sind zur freien Verfügung; und abends feiern wir die Liturgie dieser besonderen Kartage. Nach dem Auferstehungsgottesdienst am Sonntag enden wir mit einem großen Oster-Brunch.

K 1905/1

## SCHREIBEND UNTERWEGS

Prozessorientiertes Schreibwochenende

Beflügelt von der Energie des Frühlings machen wir uns auf den Weg ...zu uns selber. Wir lassen uns durch kreative Schreibimpulse inspirieren, spüren schreibend unserem Lebensweg nach und unserer Sehnsucht nach Angeworbenem-/Angenommen-Sein. Vielleicht aber müssen wir erst einmal aufbrechen ...

Bei entsprechender Witterung nutzen wir die herrliche Lage des Bildungshauses für Schreibspaziergänge und schöpfen aus der Natur als Inspirationsquelle.

Eingeladen sind Frauen und Männer, die gerne schreibend „unterwegs“ sind oder es einfach mal ausprobieren möchten. Keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen:

bequeme Schuhe/Kleidung und ev. Rucksack oder Tasche;  
Schreibutensilien werden bereitgestellt.

Einzelne Schreibsequenzen finden im Freien statt.

**LEITUNG:**

Christine Steinböck,  
Schreibpädagogin (BOeS Wien)

**KURSBEITRAG:**

EUR 95,-

**TERMIN:**

Freitag, 03. 05. 2019, 15:00  
bis  
Sonntag, 05. 05. 2019, 13:00

**LEITUNG:**

Veronika Santer,  
Integrative Tanzpädagogin, Meditationsleiterin, Theologin, Lebens- und Sozialberaterin, Cranio-Sacral-Balance, Smovey-Coach

**KURSBEITRAG:**

EUR 55,-

**TERMIN:**

Freitag, 03. 05. 2019, 18:00  
bis  
Sonntag, 05. 05. 2019, 13:00

K 1905/2

**ICH FÜHL MICH WOHL!**

smovey-Wohlfühltag und Vision-Board

Dieses Wochenende ist eine Kombination von anregenden und entspannenden Übungen mit smovey-Ringen und einem Zuwenden zu unseren Visionen – wo wir uns richtig wohl fühlen!

Beim Schwingen der smovey-Ringe entsteht eine Vibration, die über die Handreflexzonen anregend und wohl-tuend auf unseren gesamten Organismus ist. Dabei wird das Immunsystem gestärkt, Stoffwechsel, Durchblutung und Verdauung angeregt, die Entgiftung des Körpers über das Lymphsystem gefördert ...

Daneben wird Ihr persönliches Vision-Board entstehen. Jede/r TeilnehmerIn erhält eine Einzelanwendung.

K 1905/4

**GEDANKEN SIND EINE GROSSMACHT - NUTZE SIE FÜR DICH!**

Seminar für mehr Freude und Zufriedenheit im Alltag

„Ach, es sind doch bloß Gedanken. Ich kann doch denken, was ich will, passiert ja nix“. Sorgen, ängstliche Bilder im Kopf, Ärgergedanken – wirkungslos? Von wegen! Ganz im Gegenteil: Gedanken sind eine Großmacht! Denn das, was wir denken, erzeugt Gefühle in uns – und nicht immer positive. Mit den Gefühlen sind auch Körperreaktionen verbunden. Und unsere Gedanken führen zu dementsprechenden Handlungen und Entscheidungen.

In diesem Seminar erfahren Sie, vor allem durch praxisnahe Beispiele, Geschichten und Übungen, wie Sie Ihre Gedanken für sich selbst nutzen und Sie regelrecht „aufblühen“ können.

- Gedanken verändern das Gehirn – das formbare Gehirn
- Dankbarkeit – der Königsweg zum Glück
- Im Moment leben – die Hingabe ans Hier und Jetzt
- Innerer Dialog – mir selbst ein guter Freund, eine gute Freundin sein

K 1905/5

**Ehe.wir. heiraten.kommunikativ**  
Zweitageskurs

Ein Wochenendseminar bietet die Chance, die wichtigsten Bereiche einer Liebesbeziehung ausführlicher zu besprechen und partnerschaftliches Verhalten zu vertiefen. Die Paare werden entdecken, wie sie die Intimität ihrer Beziehung weiterentwickeln und mit ihrer Verschiedenheit positiv umgehen können.

**Themen:**

- Gesprächskultur
- Konfliktregelung
- Gleichwertige Partnerschaft
- Erotik und Sexualität
- Familienplanung
- Rechts- und Wirtschaftsgemeinschaft
- Ehe als Sakrament

**Methoden:**

Anregungen zur Überprüfung der eigenen Einstellungen, Überlegungen und Gespräche der Partner, Erfahrungsaustausch der Paare untereinander und Impulse der Referentin.

**LEITUNG:**

Mag.a Michaela Seidl  
Diplompädagogin, Dipl. Mental-trainerin, Humanenergetikerin,  
Dipl. Hypnosetrainerin

**KURSBEITRAG:**

EUR 84,-

**TERMIN:**

Samstag, 11. 05. 2019, 14:00  
bis  
Sonntag, 12. 05. 2019, 13:00

**LEITUNG:**

Astrid Mahrle,  
Dipl.Päd (VS, R) Gestaltpädagogin,  
Meditationsleiterin, Pilgerbeglei-  
terin, langjährige Traum- und  
Leibarbeit

**KURSBEITRAG:**

EUR 130,-

**TERMIN:**

Freitag, 10. 05. 2019, 18:00  
bis  
Sonntag, 12. 05. 2019, 13:00

Bitte bequeme Kleidung, eventuell auch eigene Decke/Meditationshocker (im Haus vorhanden), gutes Schuhwerk und Kleidung zum Wandern mitbringen!

K 1905/3

**„ HEUTE BESUCHE ICH MICH SELBST...“**

Einladung zu Meditation und Wandern

...mal schaun, ob ich daheim bin!“ (Karl Valentin)

Die Seele ruht,  
der Geist ist klar,  
der Leib entspannt sich!

**Gestaltung:**

- o) Sitzen in Stille
- o) spirituelle Impulse
- o) Wanderungen am Samstag, Sonntag (2-3 Stunden)
- o) Körperwahrnehmungsübungen
- o) persönliche Zeiten der Stille und Erholung
- o) Erfahrungen teilen

Vorkenntnisse in Meditation sind nicht erforderlich - aber auch nicht hinderlich.

**KURSBEITRAG:**

EUR 90,- pro Paar

**TERMIN:**

Samstag, 11. 05. 2019, 09:00  
bis  
Sonntag, 12. 05. 2019, 16:00

**Anmeldung:**

www.beziehungleben.at  
Information: Abteilung Ehe  
und Familie im Pastoralamt  
Telefon: 0732/7610 DW 3511

Zum Gelingen des Seminars ist es wünschenswert, im Haus zu nächtigen.



**LEITUNG:**

Raimund Mauch,  
Musiker, Tri-Energetik-Counsellor,  
Heilpraktiker und Ergotherapeut.  
Alexandra Stockmeyer,  
Journalistin, Gesprächstherapeutin  
HPG, Ausbildung in Klientenzentrierter  
Gesprächsberatung, Shiatsu-  
Praktikerin

**KURSBEITRAG:**

EUR 180,-

**TERMIN:**

Freitag, 25. 05. 2019, 18:00  
(Beginn mit Abendessen) bis  
Sonntag, 26. 05. 2019, 12:30  
(offener Abend am Freitag)

**INFO & ANMELDUNG:**

Regina Weixelbaumer,  
0043(0)699 81588506  
regina.weixelbaumer@gmx.at

**DIE KRAFT DER STIMME**

Damit eine Stimme sich mit Freude frei erheben kann, braucht es Vertrauen in sie. Sie braucht feste Wurzeln im Körper und einen Raum innerer und äußerer Präsenz. Yoga unterstützt genau dies. Das ist die Basis, um seine ureigene Stimme wieder zu entdecken:

Mal laut, mal leise, sehr kraftvoll, dann wieder ganz fein, von hoch bis tief, von feurig bis freudig schön. Und immer mit dem Instrument „Körper“ verbunden, in Bewegung, im Rhythmus.

In diesem Workshop werden wir in traditionelle, teilweise mehrstimmige Lieder und Klänge verschiedener Kulturen eintauchen. Die Melodien sind einfach und wiederholen sich. Mithilfe von einfachen Yogaübungen wird daraus mehr als bloßes Singen.

Inhalte des Workshops:

- Körper-, Atem- und Entspannungsübungen
- Übungen des Vertrauens
- mit Gesang initiiert Tranceprozesse

K 1906/2

**PARTNERSCHAFT IM FLUSS DES LEBENS**

Die Kraft der Veränderung  
Beziehungstage 2019

Das einzig Beständige ist der Wandel. Das Leben bringt stetige Veränderung. Gleichzeitig wünschen wir uns, dass alles so bleibt, wie es ist. Jeder Mensch spürt in sich die Herausforderung, sich selbst weiterzuentwickeln. Diese Entwicklung verläuft manchmal parallel mit dem Liebespartner/der Liebespartnerin, manchmal aber ungleichzeitig. Als Paar zu leben, verlangt unsere Lern- und Entwicklungsbereitschaft.

- Wie können wir die selbstbestimmte persönliche Entwicklung ermöglichen und uns gemeinsam als Paar abstimmen und in Kontakt bleiben?
- Wie können wir auf eine gerechte Verteilung der Ressourcen für die persönliche Entwicklung jedes Partners achten?
- Wie gehen wir mit Leistungsdruck und anderen Anforderungen der Gesellschaft um?
- Wohin möchten wir uns als Paar entwickeln? Was sind unsere Ziele?

**ANREISEMÖGLICHKEITEN**

Der Greisinghof liegt zwischen Pregarten und Tragwein an der Königswiesener Straße B124. Bei Km 8 ist die Kreuzung Schwertberg (Süden) - Greisinghof (Norden).

**MIT DEM PKW:**

A1 Westautobahn über Linz - A7 Mühlkreisautobahn - Ausfahrt „Unterweikersdorf“ - Ortsumfahrung Pregarten - Greisinghof oder Abfahrt A1 St.Valentin - Mauthausen - Schwertberg - Aisttal - Greisinghof.  
GPS: 48°20'10.36"N, 14°34'35.23"E  
oder: 48.336212, 14.576453

**MIT DEM POSTAUTOBUS:**

Linz Hauptbahnhof Richtung Bad Zell bis zur Haltestelle Pfahlmühle/Greisinghof. Fußweg ca. 15 Minuten bis zum Bildungshaus.

**MIT DER BAHN:**

Richtung Linz-Summerau bis Bahnhof Pregarten. Wenn Sie uns mindestens einen Werktag vor Anreise kontaktieren, holen wir Sie gerne gegen eine Gebühr von € 6,- ab.

**ANMELDUNGEN:**

Sie können sich schriftlich, telefonisch (rund um die Uhr auch auf Tonband), per Fax oder mit E-Mail anmelden. Wir betrachten jede Form der Anmeldung als verbindlich. Bitte melden Sie sich frühzeitig an, das erleichtert unsere Planung.



**ANMELDEBESTÄTIGUNG**

Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung, meist mit einem Zahlschein für die Kursgebühr.

Bei zu geringer Teilnehmerzahl wird der Kurs eine Woche vor Beginn abgesagt; die angemeldeten Kursteilnehmer/innen werden unverzüglich informiert.

**TEILNAHMEBESTÄTIGUNG**

Bei Kursen und Seminaren stellen wir nach mindestens 80%iger Anwesenheit eine Teilnahmebestätigung aus.

**KURS- UND AUFENTHALTSKOSTEN**

Aufenthaltskosten inkl. Vollpension, wenn nicht anders angegeben:

Einbettzimmer mit DU/WC/TEL: EUR 62,-  
Doppelzimmer mit DU/WC/TEL: EUR 52,-  
zuzüglich Tourismusabgabe EUR 1,00

Diese Preise sind ermäßigte Preise. Für Gastveranstaltungen gelten andere Tarife. Aufenthaltskosten und Kursbeiträge, die nicht bereits mit Erlagschein eingezahlt wurden, sind bei Ankunft zu begleichen.

**ABMELDUNG / STORNOGEBÜHR**

Falls Sie an einer gebuchten Veranstaltung nicht teilnehmen können, ersuchen wir um sofortige Abmeldung. Bei einer Abmeldung innerhalb von 14 Tagen vor Kursbeginn müssen wir Ihnen den Kursbeitrag verrechnen, es sei denn, Sie vermitteln eine/n Ersatzteilnehmer/in.

**ZERTIFIKAT:**





Impressum:  
Eigentümer, Herausgeber und Verleger: Verein Bildungshaus Greisinghof  
Für den Inhalt verantwortlich: P. Mag. Hans Eidenberger SM, Geistlicher Assistent  
Schriftleitung: Mag. Berthold Tauber, beide Greisinghof, 4284 Tragwein  
Hersteller: Druckerei Haider, 4274 Schönau

Österreichische Post AG  
Sponsoring Post  
Nr.: GZ 02Z033210 S  
Benachrichtigungspostamt  
A-4284 Tragwein