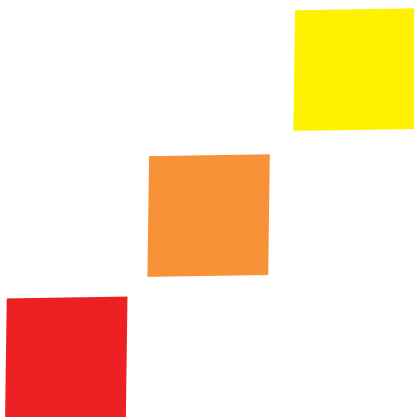


charisma

JÄNNER-AUGUST

2012
bildung & training



charisma **kbw**

katholisches
bildungswerk
diözese st.pölten



In unserer Zeit wird den Menschen viel zugemutet: Jeder ist seines Glückes Schmied, heißt es sprichwörtlich. So wird jede und jeder in die Verantwortung genommen für das Gelingen ihres/seines Lebens. Gleichzeitig werden die Ansprüche an das, was dieses Gelingen ausmacht, dauernd erhöht. Kein Wunder, dass es manchen zu viel wird und Burnout plötzlich ein großes Thema ist in unserer Gesellschaft.

In dieser Situation sind charisma – Seminare Angebote der Hoffnung. Sie ermöglichen Weiterentwicklung, verändern den Blick und öffnen neue Spielräume. Sie können wie eine Schutzimpfung wirken gegen den Druck der Erwartungen – der eigenen wie der an uns herangetragenen. Ob beim Fasten oder beim Singen, beim Pilgern oder beim Meditieren, es geht um die Erfahrung erlöster Lebendigkeit in unserer unerlösten Welt.

Herzlich
Ihr

Dr. Erwin Lasslesberger
Leiter charisma Bildung und Training

**Wohin du auch gehst,
geh mit deinem ganzen Herzen.**

(Konfuzius)

◆◆◆ Inhaltsverzeichnis

Wichtige Hinweise für Sie	2
Anmeldekarte	19/20
Kess - KursleiterIn werden	3
Humor geht ins Ohr	4
Wie Sie mit Humor und Kreativität besser reden und mehr bewirken können	
Singen leicht gemacht	5
Spüre deinen Körper und du findest deine Stimme	
Ich bin Abraham, ich bin Miriam, ich bin Petrus ... Wer bin ich?	6
Menschen der Bibel kennen lernen und dabei sich selber ein Stück näher kommen	
Wirkungsvoll schreiben	7
Wie man Texte schreibt, die ankommen	
Fasten mit Leib und Seele	8
Gemeinsam Fasten mit mehreren Treffen in der Gruppe	
Im Team zum Ziel	9
Sitzungen und Teambesprechungen erfolgreich moderieren und gestalten	
Mit Konflikten konstruktiv umgehen	10
Grundkurs Kirchenführung	11
Kirchenräume erleben und vermitteln	
Weg des Buches	12
Am Pilgerweg von Ebensee nach Hallstatt	
Thomas Bernhard - Weg	13
Lehren - Leiten - Lernen	14
Selbsterfahrung und Weiterbildung für ReferentInnen	
Wanderexerziten	15
Zen-Sesshin	16
Für AnfängerInnen und Geübte	
Ausbildung zur Begleitung von Exerziten im Alltag	17

Anmeldung

Bitte melden Sie sich schriftlich und verbindlich an. Die Anmeldekarte befindet sich am Ende des Programmheftes oder im Internet unter www.kbw-charisma.at

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Rechtzeitig vor Seminarbeginn erhalten Sie eine Anmeldebestätigung und einen Zahlschein.

Auf Wunsch übernehmen wir für Sie die Zimmerreservierung.

Teilnahmebeitrag

30 % Ermäßigung bekommen BildungswerkleiterInnen, MitarbeiterInnen und ReferentInnen. In besonderen sozialen Situationen ist auf Anfrage eine Reduzierung des Kursbeitrags möglich.

Nicht im Preis inbegriffen sind die Kosten für Aufenthalt und Nächtigung. Diese sind gesondert am Aufenthaltsort zu entrichten.

Teilnahmebestätigungen

Sie erhalten für jede besuchte Veranstaltung eine detaillierte Teilnahmebestätigung.

Storno und Änderungen

Die Stornobedingungen sollen das finanzielle Risiko zwischen uns und unseren TeilnehmerInnen in fairer Weise regeln. Bis eine Woche vor Seminarbeginn fällt keine Stornogebühr an. Bei Stornierung innerhalb von einer Woche vor Seminarbeginn verrechnen wir 50 % des Teilnahmebeitrags, bei Nichtteilnahme ohne Ersatz 100 %. Stornierungen müssen im Charisma-Sekretariat schriftlich erfolgen. Unsere Veranstaltungen sind langfristig geplant. Kommt es zu Änderungen des Programms, werden Sie von uns benachrichtigt.

Veranstalter

charisma Bildung & Training, Katholisches Bildungswerk der Diözese St. Pölten

A-3100 St. Pölten, Klostersgasse 16

02742 / 324 2 352, Fax 02742 / 324 2 383

charisma@kirche.at, www.kbw-charisma.at

Impressum

Medieninhaber, Herausgeber und Redaktionsanschrift: Katholisches Bildungswerk St. Pölten,

A-3100 St. Pölten, Klostersgasse 16, 02742 / 32 42 352;

Druck- und Verlagsort: P.b.b. A-3100 St. Pölten, Redaktion: Dr. Erwin Lasslesberger

Erscheinungsweise: zweimal jährlich

Kess

Christof Horst

Diplom-Theologe, Diplom-Pädagoge, Eheberater, Leitung Kess-erziehen

Regine Hain

Ehe-, Familien- und Lebensberaterin, Dipl. Religionspädagogin, Kommunikationstrainerin, Mitautorin von Kess-erziehen

Termine

- ◆ 11. - 12. Jänner
- ◆ 7. - 8. März
- ◆ 28. - 29. März

Ort

Bildungshaus St. Hippolyt, St. Pölten

Beitrag

€ 570,- für drei Module
€ 380,- für zwei Module (für bereits zertifizierte Kess-ReferentInnen)
€ 40,- Kursmaterial (einmalig)

Info und Anmeldung

02742 / 324 2352
charisma@kirche.at

Mitveranstalter

Bildungshaus St. Hippolyt, St. Pölten

Kess – KursleiterIn werden

„Kess-erziehen“ ist ein Elternkurs für Erziehende von Kindern von 2-12 Jahren.

Die KursleiterInnen –Ausbildung

Die Ausbildung für die Leitung des Elternkurses „Kess-erziehen“ umfasst drei Ausbildungseinheiten. Die erfolgreiche Teilnahme an der gesamten Kursreihe wird mit einem Zertifikat bescheinigt, das zur Durchführung des Elternkurses berechtigt. Bereits zertifizierte TrainerInnen des Moduls „Kess. Staunen.Fragen.Gott entdecken“ benötigen lediglich die ersten beiden Ausbildungsböcke.

Der Elternkurs „Kess-erziehen“

In fünf Einheiten werden Eltern neue Wege in der Erziehung eröffnet.

Unter dem Kürzel „Kess“ (= kooperativ, ermutigend, sozial, situationsorientiert) lernen Eltern, wie sie

- die Verhaltensweisen ihrer Kinder besser verstehen und angemessen reagieren,
- das Erziehungsklima durch „Edelsteinmomente“ verbessern,
- Grenzen setzen, den Kindern Selbstständigkeit zumuten und Mitsprache einräumen,
- Konflikte als Entwicklungs-Chance begreifen und nutzen,
- „Oasen“ für sich selbst schaffen.



Reingard Gschaider
zertifizierte MET- Beraterin®;
Schauspielausbildung am
Max-Reinhardt-Seminar in
Wien, Studium der Körper-
sprache bei Samy Molcho;
Spiraldynamik®-Ausbildung,
Studium der Gewaltfreien
Kommunikation (GFK) bei
Marshall Rosenberg
www.carisma-training.de

Termin

Fr 20. Jänner, 16 - 21 Uhr
Sa 21. Jänner 9 - 16 Uhr

Ort

BildungsZentrum St. Benedikt,
Seitenstetten

Beitrag

€ 100,-

Veranstalter / Anmeldung

BildungsZentrum St. Benedikt
Promenade 13,
3353 Seitenstetten
07477 / 428 85-0
bildungszentrum@st-benedikt.at

Humor geht ins Ohr!

*Wie Sie mit Humor und Kreativität besser
reden und mehr bewirken können*

Gemeinsames Lachen stellt im Handumdrehen
Beziehung her. Bauen Sie deshalb Ihre Humorfä-
higkeit aus und lernen Sie, mit „Witz“ im Doppel-
sinn des Wortes zu sprechen.

Ihr Nutzen

Sie werden erleben, wie Ihre Kreativität spürbar
zunimmt, wie sie charismatischer auftreten und in
vielen Redesituationen mehr bewirken.

Inhalte

- In Richtung Humor hört besser das Ohr: Wie Sie
es schaffen, dass Ihnen Ihre ZuhörerInnen an
den Lippen hängen
- Humor als Führungshilfe; Lachen bricht alle
Widerstände
- Schräg: frische Blickwinkel für überraschende
Ideen. So kreieren Sie Ihre Pointen selbst.
- Finden Sie das Lustig? Wie Sie Humorfähigkeit
aufbauen
- Ideen finden und strukturieren: Kreativitäts-
techniken nutzen, um Vorlesungen und Reden
gekonnt vorzubereiten
- Spontan begeistern: Bildhaft sprechen – die
Gleichnismethode



**Mag. Martina
Steffl-Holzbauer**

Gesangspädagogin an der
Universität für Musik und
darstellende Kunst in Wien;
Referentin für Stimmbildung,
internationale solistische Kon-
zerttätigkeit als Sängerin
<http://www.martinasteffl.at>

Termin

Fr 17. Februar, 16 - 21 Uhr
Sa 18. Februar, 9 - 17 Uhr

Ort

Bildungshaus St. Hippolyt,
St. Pölten

Beitrag

€ 125,-

Info und Anmeldung

02742 / 324 2 352
charisma@kirche.at

Mitveranstalter

Bildungshaus St. Hippolyt

Singen leicht gemacht

*Spüre deinen Körper und du findest deine
Stimme*

Der Atem ist Energie. Die Stimme ist hörbar gemach-
ter Atem. Schöpfe sie aus, entdecke sie, bring sie zur
Entfaltung!

Ihr Nutzen

- Sie tun Ihrer Stimme etwas Gutes.
- Sie kommen länger mit Ihrer Luft aus.
- Sie singen und sprechen lauter und kräftiger.
- Sie erreichen leichter Höhen und Tiefen.

Vorgehen

Entspannungs- und Lockerungsübungen, Arbeit mit
Atem, Körperhaltung und Aussprache sowie andere
hilfreiche Tipps und Tricks zur Stimmbildung und
Stimmerhaltung. Gemeinsames Singen (keine Angst:
niemand muss alleine singen) und: Jeder/jede kann
singen ...

TeilnehmerInnenkreis

Alle, die gerne singen oder damit beginnen wollen,
ChorsängerInnen, LehrerInnen, KindergärtnerInnen
und jene, die ihre Stimme viel brauchen.



Elfriede Monihart

Religionspädagogin, ausgebildete Pastoralassistentin, gestaltpädagogische Ausbildung bei Prof. Dr. Albert Höfer, Begleiterin der diözesanen Bibelausstellung

Termin

Sa 25. Februar, 9 - 17 Uhr

Ort

Bildungshaus St. Hippolyt,
St. Pölten

Beitrag

€ 45,--

Info und Anmeldung

02742 / 324 2 352
charisma@kirche.at

Mitveranstalter

Bildungshaus St. Hippolyt

**Ich bin Abraham, ich bin Miriam,
ich bin Petrus ... Wer bin ich?**

*Menschen der Bibel kennen lernen und dabei
sich selber ein Stück näher kommen*

Absicht

- biblischen Menschen mit ihren Licht- und Schattenseiten begegnen
- biblische Menschen als zeitlose Herausforderung entdecken
- Hoffnung, Herausforderung und Beistand in den biblischen Erzählungen als Ruf für uns hören
- sich selbst besser kennen lernen

Vorgehen

- ganzheitlich-kreativer - gestaltpädagogischer Zugang
- Bibliolog, Bibliodrama
- biblische Kreistänze
- Gespräche und Austausch
- Zeit für mich

TeilnehmerInnenkreis

Alle, die Interesse an der Bibel haben und offen sind, sich mit Körper, Geist und Seele darauf einzulassen.



Sonja Planitzer

Redakteurin bei NÖN Landeszeitung und „Kirche bunt“; langjährige Korrespondentin der NÖN bei der EU in Brüssel, Vortragende an der NÖ Journalistenakademie

Termin

Sa 3. März, 9 bis 12.30 Uhr

Ort

BildungsZentrum St. Benedikt, Seitenstetten

Beitrag

€ 39,--

Info und Anmeldung

02742 / 324 2 352
charisma@kirche.at

Mitveranstalter

BildungsZentrum St. Benedikt

Wirkungsvoll schreiben

Wie man Texte schreibt, die ankommen

Dieses Seminar vermittelt, worauf es beim Schreiben von Pressetexten, Artikeln für Pfarrblatt und Homepage und Veranstaltungankündigungen ankommt.

Inhalt

- Die Grundregeln des journalistischen Schreibens
- Gliederung und Aufbau von Texten
- Tipps, die Texte verständlicher machen
- Formulieren von Aussendungen, Pressetexten
- Was muss ich beachten, wenn ich Texte an Redaktionen schicke?
- Wie arbeiten Journalisten?
- “Good und best practice-Beispiele” aus der Praxis
- Formulieren von Beiträgen und Reportagen für das Pfarrblatt

TeilnehmerInnenkreis

Das Seminar richtet sich primär an ehrenamtliche MitarbeiterInnen in den Pfarren, die Texte verfassen - für das Bildungswerk, das Pfarrblatt, die Homepage, die Lokalzeitung, usw.



Marianne Schindlecker, MSc
Integrative Supervisorin,
Lebens- und Sozialberaterin,
Erwachsenenbildnerin und
Fastenleiterin.
www.mschindlecker.at

Einführungsabend
Di 28. Februar, 19 Uhr

Weitere Treffen
Fr 9. März, Mo 12. März,
Mi 14. März, u. Fr 16. März,
jeweils 19 Uhr

Ort
Bildungshaus St. Hippolyt,
St. Pölten

Beitrag
€ 110,-

Info und Anmeldung
02742 / 324 2 352
charisma@kirche.at

Mitveranstalter
Bildungshaus St. Hippolyt

Fasten mit Leib und Seele

Gemeinsam fasten mit mehreren Treffen in der Gruppe

Nutzen

Fasten ist ein ganzheitliches Geschehen, das Körper, Geist und Seele gleichermaßen erfasst. Wer schon einmal gefastet hat, kennt das angenehme Gefühl der inneren Leichtigkeit, die geistige Klarheit und Beweglichkeit, die mit dem Fasten einhergeht.

Vorgehen

Gemeinsam fasten und darüber reden vertieft die Wirkung. Erleichternd wirken auch angeleitete Körperübungen, Meditation und Bewegung in der Natur. Der Vorteil der Fastengruppe ist, dass Sie Ihren alltäglichen Verpflichtungen nachgehen können. Sie fasten in Eigenverantwortung und unter fachlicher Anleitung.

Voraussetzungen

Voraussetzung für das Fasten ist Gesundheit. Wenn Sie Zweifel haben oder Medikamente einnehmen, bitte vorher ärztlich abklären.

Im Preis inbegriffen sind fünf Treffen, umfangreiche Unterlagen, individuell dosiertes Glaubersalz. Die Teilnahme am Einführungsabend ist kostenlos und dient zur Abklärung von Fragen und zur definitiven Anmeldung.



Dr. Erwin Lasslesberger
Trainer, Dipl. Erwachsenen-
bildner und Coach

Termin

Sa 24. März, 9 - 16 Uhr

Ort

Heidenreichstein, Pfarrsaal

Beitrag

€45,--

Info und Anmeldung

02742 / 324 2 352
charisma@kirche.at

Mitveranstalter

Pastorale Dienste, Bereich
Pfarre und Spiritualität,
Katholische Aktion,
kbw Heidenreichstein

Im Team zum Ziel

Sitzungen und Teambesprechungen erfolgreich moderieren und gestalten

Auch im ehrenamtlichen Bereich sind Aufgaben zu planen, Tätigkeiten zu verteilen, Verantwortlichkeiten und Zuständigkeiten festzulegen. In der Besprechung im Team entsteht die Grundlage für das gemeinsame erfolgreiche Handeln.

Inhalte

Sitzungen leiten und organisieren

- Wie Sitzungen ablaufen
- Zielsetzung
- Vorbereitung und Organisation
- Entscheidungsfindung
- Ergebnissicherung

Moderieren

- Die Rolle als ModeratorIn
- Moderationsmethoden
- Arbeiten in Gruppen und im Plenum
- Einwandbehandlung und Konfliktlösung

TeilnehmerInnenkreis

Alle, die (ehrenamtlich) Besprechungen abhalten, Sitzungen leiten oder in Teams oder Arbeitskreisen mitarbeiten.



Michael Schallaböck
Selbständiger Kommunika-
tions- und Managementtrainer,
Berater und Coach, Salzburg

Termin

Fr 27. April, 17 – 21 Uhr
Sa 28. April, 9 - 17 Uhr

Ort

BildungsZentrum St. Benedikt

Beitrag

€ 195,-

Veranstalter / Anmeldung

BildungsZentrum St. Benedikt
Promenade 13,
3353 Seitenstetten
07477 / 428 85-0
bildungszentrum@st-benedikt.at

Mit Konflikten konstruktiv umgehen

Konflikte werden oft als unangenehm erlebt, gehören aber zum alltäglichen Leben. Sie kosten bisweilen viel Energie und wirken sich sowohl auf das inhaltliche Fortkommen, als auch auf die persönliche Befindlichkeit negativ aus. Was liegt näher, als sich mit diesem Thema auseinanderzusetzen.

In diesem Training lernen Sie Konflikte professioneller zu bewältigen – sowohl inhaltlich, als auch auf der Beziehungsebene.

Wir wollen gemeinsame Lösungswege in einem guten Klima erarbeiten. Zudem ist es Ziel dieser Tage, den Mut zu fördern, Konflikte rechtzeitig und offen anzusprechen.

Inhalte

- Meine Einstellung zu Konflikten
- Konfliktstile
- Das 6-Phasenmodell kooperativer Konfliktbewältigung
- Konfliktgespräche aus der Praxis mit Reflexion und Analyse
- Werkzeuge für die Konfliktbewältigung



Sr. Mag. Ruth Pucher MC
Kunsthistorikerin und katholische Ordensfrau, Restauratorin und Fremdenführerin (www.ordentlich.at)

sowie ausgewählte Referentinnen- und Referenten.

Einstieg

Do 3. Mai, 16 Uhr bis
Sa 5. Mai, 17 Uhr

Kurswoche

Mo 2. Juli, 14 Uhr bis
Fr 6. Juli, 17 Uhr

Abschluss

Fr 21. September, 16 Uhr bis
Sa 22. September, 17 Uhr

Ort

Bildungshaus St. Hippolyt,
St. Pölten

Info und Anmeldung

02742 / 324 2 352
charisma@kirche.at

Mitveranstalter

Bildungshaus St. Hippolyt

Grundkurs Kirchenführung

Kirchenräume erleben und vermitteln

Kirchen sind Zeuginnen des christlichen Glaubens. Jahrhunderte alt oder jüngst entstanden spiegeln sie die Hoffnungen und Ängste, die Gewohnheiten und Kulturen von Menschen, die sich mit Gott und untereinander verbunden wissen. Oft sind Kirchengebäude auch Kunstwerke, Meisterleistungen von Architektur, Bildhauerei und Malerei, Kleinodien in ihrer Ausstattung.

Ziele und Inhalte

Der Kurs vermittelt ein Basiswissen in Kunstgeschichte und Theologie und stellt verschiedene Typen von Kirchenführungen vor. In gemeinsamer Reflexion der Beispiele werden geeignete Methoden der Vermittlung erarbeitet. Praktische Übungen sind ein wichtiger Bestandteil des Kurses. Es kann ein diözesanes Zertifikat erworben werden.

Zielgruppe

Der Kurs richtet sich an alle, die sich für Kunst und Spiritualität interessieren, egal, ob sie bereits jetzt Kirchenführungen anbieten oder das einmal ausprobieren möchten. Hauptamtliche Mitarbeitende in der Pastoral, LehrerInnen verschiedener Fachrichtungen sowie FremdenführerInnen sind herzlich willkommen.



Dr. Stefan Kimeswenger
Studium Wirtschaft, in der Privatindustrie tätig, 2008-2010
Santiago-Pilgerreisen
Pilgerbegleiter-Ausbildung
www.pilgern.at

Termin

Mi 6. Juni, 18 Uhr bis
Sa 9. Juni, ca. 16 Uhr

Treffpunkt

Mi 6. Juni, 18 Uhr
in Ebensee

Beitrag

€ 75,-- exklusive Kosten für
Übernachtung und Verpflegung,
An- und Abreise ist selbst zu organisieren.

Info und Anmeldung

02742 / 324 2352
charisma@kirche.at

Mitveranstalter

BildungsZentrum St. Benedikt

**Anmeldung bis 30. April
erforderlich!**

Weg des Buches

Am Pilgerweg von Ebensee nach Hallstatt

Wir pilgern drei bis fünf Stunden auf den Pfaden der Bibelschmuggler - mit Pausen in der Natur, in Kirchen, Gasthöfen und Cafés. Spirituelle Impulse begleiten uns auf unserem Weg.

Ihr Nutzen

Während des Gehens verändert sich nicht nur der äußere Blick auf den Traunstein, sondern auch der innere Blick.

Geplante Route

Ebensee - Bad Ischl - Bad Goisern- Hallstatt .

Das Pilgern findet bei jedem Wetter statt.



Dr. Stefan Kimeswenger

geb. 1956, Studium Wirtschaft,
in der Privatindustrie tätig,
2008-2010 Santiago-Pilger-
reisen
Pilgerbegleiter-Ausbildung

Termin

So 10. Juni, 9 - ca. 16 Uhr

Treffpunkt

10. Juni, 9 Uhr, Thomas
Bernhard-Haus in Obernathal

Beitrag

€ 25,- inkl. Eintritt ins
Thomas Bernhard-Haus

Info und Anmeldung

02742 / 324 2352
charisma@kirche.at

Mitveranstalter

BildungsZentrum St. Benedikt

**Anmeldung bis 30. April
erforderlich!**

Thomas Bernhard-Weg

Thomas Bernhard, der geliebte und gehasste, umstrittene und bewunderte österreichische Schriftsteller mit Weltgeltung hat sich in zahlreichen Gedichten des Spannungsfeldes zwischen säkularer Kultur und spiritueller Suche angenommen. In den „Neun Psalmen“ in seiner ersten Buchpublikation „Auf der Erde und in der Hölle“ aus dem Jahre 1957 und in seinem zweiten Gedichtband „In hora mortis“ aus dem Jahre 1958 findet dieses Ringen seinen deutlichen Ausdruck.

Es ist geplant, dass wir uns auf dem Weg mit den angebotenen Wegtexten, aber auch mit den psalmenähnlichen frühen Gedichten von Thomas Bernhard's auseinandersetzen und anschließend das Thomas-Bernhard-Haus besuchen.

Geplante Route

Obernathal - Ohlsdorf - Obernathal

Optimal zum Kombinieren mit
dem „Weg des Buches“



Toni Wimmer, MSc
Sozialpädagoge, Supervisor,
Systemischer Psychotherapeut,
Aufstellungsarbeit, Einzel- und
Paartherapie, Mediation und
Coaching

Termin

So 15. Juli, 18 Uhr bis
Fr 20. Juli, 13 Uhr

Ort

BildungsZentrum St. Benedikt,
Seitenstetten

Beitrag

€ 175,-

Aufenthaltskosten

€ 47,50 für Vollpension im
Einzelzimmer pro Tag

Info und Anmeldung

02742 / 324 2352

charisma@kirche.at

Mitveranstalter

BildungsZentrum St. Benedikt

**Anmeldung bis 21. Mai
erforderlich!**

Lehren - Leiten - Lernen

*Selbsterfahrung und Weiterbildung
für ReferentInnen*

Von früher Kindheit an begegneten wir bewunderten Vorbildern und Furcht erweckenden Schreckensbildern. All diese Menschen prägten unser Verhalten in Leitungssituationen. So passiert es auch, dass „alte Lösungswege“ den aktuellen Anforderungen und den konkreten TeilnehmerInnen nicht mehr gerecht werden.

Ihr Nutzen

Als TrainerIn und GruppenleiterIn können sie durch Reflexion ihrer frühen Erfahrungen und ihres jetzigen Verhaltens ihr Repertoire erweitern und von erschwerenden „alten“ Geschichten entlasten. So gelingt es ihnen, die Menschen, mit denen sie gerade zu tun haben, als einmalig wahrzunehmen und ihren Möglichkeiten und Bedürfnissen gerecht zu werden.

Vorgehen

Die Sommerwoche wird ein erholsamer Mix aus kreativen Methoden der Gestaltpädagogik, Geschichten, Rekonstruktions- und Aufstellungsarbeit. Dazu kommen Spiele, Bewegung und Zeit für sich selbst in der Natur.

Zielgruppe

ReferentInnen der Erwachsenenbildung, LIMA-TrainerInnen, ElternbildnerInnen.



Sr. Maria Illich

Steyler Missionarin, spirituell-therapeutische Begleiterin, Exerzitien- und Bibliodramaleiterin



P. Dr. Rudi Pöhl

Steyler Missionar, Exerzitien- und Bibliodramaleiter, therapeutischer Begleiter

Termin

So 15. Juli, 18 Uhr bis
Fr 20. Juli, 13 Uhr

Ort

BildungsZentrum St. Benedikt,
Seitenstetten

Beitrag

€ 195,-

Aufenthaltskosten s.h. S. 14

Info und Anmeldung

02742 / 324 2352
charisma@kirche.at

**Anmeldung bis 21. Mai
erforderlich!**

Wanderexerzitien

- Wer Freude hat, in die Weite geführt zu werden und Grenzen auszuloten...
- Wer Freude hat, begleitet zu werden und auf dem Weg Gemeinschaft zu erfahren...
- Wer Freude hat, durch Schweigen zum Hören zu kommen...
- Wer spürt, ich brauche Vertiefung auf meinem Weg, um vom Hier und Jetzt in die Zukunft zu schauen
... ist eingeladen zu den Wanderexerzitien

Vorgehen

- Einüben in das Wahrnehmen mit allen Sinnen
- Tägliches, langsames, rhythmisches Gehen von ca. 3-5 Stunden, verbunden mit Wahrnehmungsübungen auf dem Weg. Dabei hat der Exerzitienprozess stets Vorrang.
- Einzelbegleitung mit Kurzgesprächen
- Körpergebet und meditativer Tanz
- Gemeinsame Eucharistiefiern, wenn möglich im Freien

Die Exerzitien finden in größtmöglichem Schweigen statt.

„Wenige Menschen ahnen, was Gott aus ihnen machen würde, wenn sie sich seiner Führung rückhaltlos anvertrauten.“

Ignatius von Loyola



Karl Obermayer

Priester, seit Jahrzehnten Leiter von ZEN-Kursen, Ausbildung bei P. Lassalle und Prof. Nagaya

Termin

Fr 31. August, 18 Uhr bis
Di 4. September, 13 Uhr

Für diejenigen, die nicht solange bleiben wollen, ist die Abreise am Sonntag Mittag möglich

Ort

Exerzitienhaus St. Altmann,
Stift Göttweig

Beitrag

€ 120,--
Aufenthaltskosten € 63,--
für Vollpension pro Tag im Einzelzimmer

Info

02742 / 324 2352
charisma@kirche.at

ZEN-SESSHIN

Für AnfängerInnen und Geübte

Hektik und Leistungsdruck machen uns den natürlichen Bezug zur Umwelt, zu uns selbst und auch zu einem letzten Sein schwer. Deshalb brauchen wir eine Hilfe, um zu uns selbst zu finden. Es gibt viele Wege, die sich anbieten.

Ihr Nutzen

Von den echten Wegen ist Zen einer, der auf eine lange Tradition zurückblicken kann und dessen Methode klar und einfach ist. Jeder Mensch, egal welchen Alters, welcher Ausbildung, welcher Weltanschauung, kann ihn gehen. Im meditativen Sitzen kann man sich absichtslos versenken, Hast und Eile des Alltags vergessen und im Schweigen neue Dimensionen entdecken.

Vorgehen

Einüben und Vertiefen von Sitzen und Gehen in Stille und Achtsamkeit. Die wichtigste Praxis ist das Zazen (Sitz-ZEN). Es gibt eine persönliche Aussprachemöglichkeit sowie täglich einen Vortrag und die Feier der Eucharistie als Angebot. Das Seminar wird nach der Methode des Soto-Zen gestaltet.

TeilnehmerInnenkreis

Tage der Einführung bzw. Vertiefung für alle, die an Zen interessiert sind.



**Mag. Gottfried Klima,
Rosina Leidenfrost und
Mag. Maria Zwölfer**

Termine

Informations- und Auswahltag:
Mo 10. September
von 9 - 18 Uhr

Ort

Bildungshaus St. Hippolyt,
St. Pölten

Info, Detailprospekt und Anmeldung

Mag. Maria Zwölfer
3580 Horn, Thurnhofgasse 19,
0676 / 8266 88 192
m.zwoelfer@pfarre-horn.at

Ausbildung zur Begleitung von Exerzitien im Alltag

Ihr Nutzen

- Sie werden auf Gottes Wirken im eigenen Leben und Beten aufmerksamer und können achtsam darauf antworten
- Sie lernen den Exerzitienweg des Hl. Ignatius genauer kennen und einüben
- Sie werden sensibel für den geistlichen Weg anderer Menschen
- Sie wachsen in den Dienst der geistlichen Begleitung innerhalb von Exerzitien im Alltag hinein

TeilnehmerInnenkreis

Menschen, die andere auf dem Weg von Exerzitien im Alltag geistlich begleiten wollen.



Leben Sie Ihr Leben.

Was auch passieren mag –
die Generali ist für Sie da.

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Vorsorge- und Finanzanalyse | <input type="checkbox"/> Rechtsschutz |
| <input type="checkbox"/> Pensionsvorsorge | <input type="checkbox"/> Betriebliche Vorsorge |
| <input type="checkbox"/> Gesundheitsvorsorge | <input type="checkbox"/> Bausparen |
| <input type="checkbox"/> Pflegevorsorge | <input type="checkbox"/> Leasing |
| <input type="checkbox"/> Sicherheit fürs Zuhause | <input type="checkbox"/> Vermögensaufbau |
| <input type="checkbox"/> Kfz-Versicherung | <input type="checkbox"/> Generali Bank |

Ein Finanz- und Risikocheck kostet Sie nichts. Und bringt Ihnen viel.

Nähere Infos: Wolfgang Haidvogel e.h., Direktor im Außendienst
Tel.: (1) 535 10 10 Dw. 15111, Mobil: 0676 333 00 53

Unter den Flügeln des Löwen.





Anmeldekarte

Vor- und Zuname

tagsüber telefonisch erreichbar

Anschrift

E-Mail

Datum und Unterschrift

Bitte übernehmen Sie für mich die Zimmerreservierung:

- Einzelzimmer, Doppelzimmer;
 einschließlich aller Mahlzeiten

- Ich brauche einen barrierefreien Zugang
bzw. Assistenzleistung (Soweit wie möglich wollen wir
Ihren Bedürfnissen nachkommen).

Ja, ich melde mich bei Charisma an:

- Kess - KursleiterIn werden
 Singen leicht gemacht
 Ich bin Abraham, ich bin Miriam, ich bin
Petrus ... Wer bin ich?
 Wirkungsvoll schreiben
 Fasten mit Leib und Seele
 Im Team zum Ziel
 Grundkurs Kirchenführung
 Weg des Buches
 Thomas Bernhard-Weg
 Lehren - Leiten - Lernen
 Wandererzitzien
 Zen - Sesshin

Gerne können Sie
die Anmeldekarte
auch faxen:
02742 / 324 2 383

charisma
Katholisches Bildungswerk
Klostergasse 16
3100 St. Pölten



Testen Sie uns!

Mit dem Raiffeisen **GRATIS-Konto**.



- **Gratis** Kontoführung
- **Gratis** Bankomatkarte
- **Gratis** Finanzcheck
- **Gratis** Buchungszeilen
- **Gratis** Internetbanking

Mit vielen weiteren **Vorteilen**.
Kommen Sie jetzt in Ihre Raiffeisenbank!

Holen Sie sich Ihr GRATIS-Konto in einer unserer Bankstellen. Das kostenlose Girokonto ist ausschließlich für die private Nutzung bestimmt und bei einem monatlichen Gehaltszugang kostenlos. Gilt nur, sofern noch kein Girokonto bei der Raiffeisenbank Region St. Pölten besteht. 1 Jahr gratis ab Eröffnungsdatum. Kann nicht auf bestehende Kontoverbindungen angerechnet werden. Konto wird nach 12 Monaten automatisch auf ein Raiffeisen-Gehaltskonto umgestellt.

www.rbstp.at

Jetzt gratis Konto testen
und Geld sparen!

**Raiffeisenbank
Region St. Pölten**



P.b.b.
Sponsoring Post
02Z034586 S
Verlagspostamt:
3100 St.Pölten

charisma **kbw**

katholisches
bildungswerk
diözese st.pölten

