



Entwicklungstage christliche
Spiritualität

Mit leichtem Gepäck

ACHTSAM UND IM DIALOG AM WEG
ZUM INNEREN FRIEDEN

Inmitten wachsender Herausforderungen – ökologisch, gesellschaftlich, kirchlich – spüren viele von uns:
Es ist Zeit, neu zu fragen.

Wir tragen viel Gepäck mit uns – Dinge, Überzeugungen, Erfahrungen, die einst hilfreich waren, jetzt aber schwer geworden sind.

- Was davon trägt uns wirklich noch?
- Was dürfen wir loslassen, um wieder freier atmen zu können?
- Welche schönen Erfahrungen mit Loslassen haben wir?
- Und was wird dadurch möglich?

Impulsvortrag:

Wenn das Wenige dem Wesentlichen entspricht, ist das Glück.

mit **Ferdinand Kaineder**

Do., 9. April 2026, 19:30 Uhr bis So., 12. April 2026, 14 Uhr

Haus der Stille / Stmk.

www.haus-der-stille.at



Die Entwicklungstage laden ein, innezuhalten, gemeinsam zu entdecken, wie unser Lebensrucksack leichter werden kann – und schließlich aufzubrechen.

Schwerpunkte der Tage:

- **Der Weg** – Wir lassen los, was nicht mehr trägt, spüren, was aufrichtet und wagen Schritte in eine hoffnungsvolle Zukunft.
- **Achtsamkeit** – Wir wenden uns unseren inneren Anteilen zu, lassen uns von Schätzen der christlichen Tradition inspirieren und spüren im Körper, was uns stärkt.
- **Dialog** – Wir suchen Wege, Verschiedenheit zu würdigen und in schwierigen Begegnungen im Gespräch zu bleiben.

Weisen des Arbeitens & Erlebens

Impulse / Workshops / Dialoge / Gespräche in Kleingruppen und in der Großgruppe / Offene Räume / Rituale / Übungen / Verkörperungen / Kreativität ...

- sinnen-reich erlebend & denkend, sprechend, handelnd
- experimentell & behutsam Grenzen achtend
- partizipativ & neugierig: was ich lernen und wozu ich vielleicht einladen werde

vernetzend & verbindend: Menschen in der Region und darüber hinaus kennenlernen



Workshops

- Farbe, Stille, Zukunft – Mit Intuition zu mehr Leichtigkeit | **Markus Hammer**
- Wenn das nur so leicht wäre mit dem leichten Gepäck! | **Hermann Miklas**
- Die Welt um mich ändert sich, nicht alles gefällt mir. Was nun? | **Andreas Schulz**
- Aus der Zukunft gerufen | **Marlies Pretenthaler Heckel**
- Aus meines Lebens Weisheit – Lernen von Übergängen | **Susanne Noffke, B. Possert**
- Lebendiger Friede in mir | **Bernhard Possert**
- Bibliolog: Nichts auf den Weg mitnehmen? | **Sarah Strassnig**
- Zwischen Last und Leichtigkeit – V. Frankls Weg zur inneren Freiheit | **Birgit Prochazka**
- Nachklang und Resonanzen zur Keynote | **Ferdinand Kaineder**
- Im Dialog mit der Stille – Kontemplation als Praxis | **Barbara Buchinger**

Organisation

Leitung: Sarah Straßnig und Birgit Prochazka gemeinsam mit Barbara Buchinger, Markus Hammer, Regina Höllerbauer und Andreas Schulz

Anmeldung bis 15. März 2026 im Haus der Stille, info@haus-der-stille.at, 8081 Heiligenkreuz am Waasen, Friedensplatz 1, www.haus-der-stille.at

Kosten: 190,- plus Nächtigung und Verpflegung

Ein Einstieg in die Entwicklungstage ist Freitag früh noch möglich.

Eine Kooperationsveranstaltung von CO-Net (Christliches Offenes Netzwerk für lebendige Spiritualität), Haus der Stille, Forum Katholischer Erwachsenenbildung der Diözese Eisenstadt.

