



bildungshaus  
**greisinghof**

# JAHRESPROGRAMM

**Oktober 2011 - August 2012**

EIN **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, 32 Zimmer (22 Einbettzimmer, 10 Zweibettzimmer, alle mit Dusche/WC/Telefon), 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 „aussichtsreichen“ Höhenwegen. Der idyllische Wasserweg führt ein Stück entlang der Waldaist. Die Gehzeit liegt jeweils bei 2 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 können Sie uns unter [www.greisinghof.at](http://www.greisinghof.at) besuchen.

EIN **ORT** DER **KREATIVEN RUHE**

## EDITORIAL



### Endlich ist es soweit...

mit großer Freude darf ich Ihnen unser Jahresprogramm 2011/2012 überreichen. Wir haben uns bemüht

Veranstaltungen aufzustellen, die unser Leben zur inneren Ruhe und zur geistlichen Reife führen. Es ist wichtig sich immer wieder Zeiten der Erneuerungen zu schenken.

In diesem Zusammenhang möchte ich auf unseren ansprechend gestalteten Geschenkgutschein hinweisen. Sie haben damit die Möglichkeit, Ihnen wichtigen Menschen ein sinnvolles Geschenk am Greisinghof zu bereiten.

In den letzten Monaten haben wir immer wieder positive Meldungen zu unserem Logo und zur neu gestalteten Rezeption erhalten. Solche Echos freuen uns und ermutigen uns, diesen ein-

geschlagenen Weg weiterzugehen. Im Blick auf unser Programm möchte ich Sie einladen, unsere Angebote aufmerksam zu lesen und vielleicht auch eines der neuen Angebote auszuprobieren:

Carpe diem, Gitarrenkurs, Silvesternacht, Heilfasten mit Leib und Seele, Wenn die Eltern schwierig werden..., Linzer Bibelkurs und nicht zuletzt unser „Genusswandern“ in Valpolicella,...

Mein besonderer Dank gilt allen, die uns durch eine Spende unterstützen; es zeigt uns, dass Herzens-Bildung auch in Zeiten der Budgetkürzungen nicht auf der Strecke bleiben darf!

So wünsche ich Ihnen viel Freude an unserem neuen Programm und freue mich gemeinsam mit meinem Team auf Ihren Besuch in unserem Bildungshaus Greisinghof.

Mag. Richard Gödl  
P. Mag. Hans Eidenberger SM  
Christina Zeinhofer

K 1144

## CARPE DIEM

Aus-Zeit am Kraftort Greisinghof

**LEITUNG:**

Andrea Maria Priller,  
Psychotherapeutin  
Mag. Richard Gödl,  
Theologe, Jugendsozialarbeiter

**KURSBEITRAG:**

EUR 100,-

**TERMIN:**

Freitag, 21. 10. 2011, 16:00 bis  
Sonntag, 23. 10. 2011, 12:00

Nehmen Sie sich Zeit für sich! Tanken Sie neue Kraft für Körper, Seele und Geist. Spirituelle Impulse, leichte Wanderungen im Schweigen, Zeiten der Stille, der Meditation und die Möglichkeit zu Gesprächen aus psychotherapeutischer und theologischer Sicht bilden den Rahmen für dieses Wochenende.

K 1145

## LON - GITARREKURS I

Ein Gitarrenwochenende für Anfänger/innen

**LEITUNG:**

Walter Nimmerfall,  
Gitarrelehrer, Liedermacher

**KURSBEITRAG:**

EUR 110,-

**TERMIN:**

Freitag, 21. 10. 2011, 18:00 bis  
Sonntag, 23. 10. 2011, 13:00

Die Freude am Musizieren soll entdeckt und gefördert werden.

Schrittweise werden Gitarregriffe und die gebräuchlichsten Schlag- und Zupfmuster erlernt. Das Rhythmusgefühl wird verfeinert und durch einfache Gesangsübungen das freie Singen und die Freude am gemeinsamen Musizieren geweckt.

Am Kursende können mindestens 15 Lieder wirkungsvoll begleitet werden, ohne dass Noten dazu benötigt werden.

## ACHTSAMKEIT

### Weg zur Kontemplation

Wissenschaftliche Erkenntnisse belegen: spirituelle Lebensweisen erhöhen die Lebensqualität und stärken die seelische und körperliche Gesundheit. Voraussetzung dafür ist, dass der spirituell Suchende seinen eigenen Weg zur Urkraft unseres Daseins findet. Mit der erfüllten Gegenwart des Hier und Jetzt in bewusstem Kontakt zu sein, das ist Achtsamkeit. Sie ist der zentrale Schlüssel zur kontemplativen / mystischen Spiritualität. Achtsamkeit fördert religiöse Wachheit. Dieser Weg öffnet Möglichkeiten jenseits traditioneller Dogmen.

Inhalte: methodische Einführung, Sitzen in Stille, Naturerfahrung, Selbstbreema/Leibarbeit, Einzelgespräche, Liturgie, Schweigen.

#### LEITUNG:

Mag. Wolfgang Singer,  
Theologe, Psychotherapeut,  
Kontemplationslehrer

#### KURSBEITRAG:

EUR 160,-

#### TERMIN:

Donnerstag, 27. 10. 2011, 18:00 bis  
Montag, 31. 10. 2011, 12:00



## IKEBANA

### Die japanische Kunst des Blumensteckens

Ikebana hat seine Ursprünge im Japan des 7. Jahrhunderts und verwirklicht die Idee, die Schönheit und Harmonie der Natur in den Raum zu bringen. Diese Kunst, frische Blumen und Zweige zur schönsten Gestalt zu arrangieren, ist immer lebendig geblieben.

Blumen zu spüren, zu riechen, ihre Farben zu betrachten und in harmonische Formen zu bringen, ist das Ziel dieses Kurses.

Anfänger brauchen keinerlei Vorkenntnisse. Es wird in der Tradition der Ikenobo-Schule unterrichtet.

#### LEITUNG:

Sissy Födinger-Wieder und  
Elisabeth Höfer,  
Assistenzprofessorinnen der  
IKENOB-  
Academy of Floral Art,  
Kyoto

#### KURSBEITRAG:

EUR 36,-  
zuzügl. Blumen ca. EUR 7,-

#### TERMIN:

Samstag, 5. 11. 2011, 9:30 bis 16:00

**LEITUNG:**

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

**KURSBEITRAG:**

EUR 37,-

**TERMIN:**

Samstag, 5. 11. 2011, 15:00 bis  
Sonntag, 6. 11. 2011, 15:00

**BEGRENZTE TEILNEHMERZAHL:**

12 Personen

K 1147

**SCHREIBEND MIR SELBST AUF DER SPUR**

Wege die zu Worten führen (Rose Ausländer)

Wir werden auf vielfältigen Wegen Worte aufspüren für innere Bilder, Gedanken, Erinnerungen, mit ihnen Spuren entwerfen ins eigene Leben.

Wir werden schreibend das Leben erkunden und in der achtsamen und entspannten Atmosphäre von Gleichgesinnten die Texte in aller Freiheit (mit-)teilen.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

K 1149

**WENN ICH MEINEM DUNKEL TRAUE...**

Tanzwochenende in den Advent

**LEITUNG:**

Veronika Santer,  
Meditationsleiterin, Integrative  
Tanzpädagogin

**KURSBEITRAG:**

EUR 38,-

**TERMIN:**

Samstag, 19. 11. 2011, 15:00 bis  
Sonntag, 20. 11. 2011, 15:00

Die „dunkle“ Zeit des Jahres ist für viele von uns eher eine ungeliebte, vielleicht sogar belastende Zeit – wenig Licht, lange Nächte.... Doch so wie die Nacht vom Tag nicht wegzudenken ist, gehört auch diese Zeit zum Jahr. Bei genauerem Hinsehen kann sie sogar Wertvolles und Bereicherndes für uns bereit haben.

Dieses Wochenende ist eine Einladung, mich dem Dunkel des Jahres und dem Dunkel in mir anzunähern – mir Wohltuendes daraus bewusst(er) zu machen und mich darin auch zu stärken – es mag vielleicht ein Stück Versöhnung mit mir selbst werden ...

Tänze – auch Lichtertänze, Texte und Rituale werden uns durch dieses Wochenende begleiten.

Es sind keine tänzerischen Vorkenntnisse notwendig.

## ADVENT - MEDITATION

Gott.gebor(g)en

Menschliches Leben beginnt im Wunder der Geborgenheit. Auch die Menschwerdung Gottes in Jesus von Nazaret bedurfte der Herzenswiege Mariens, um unter uns Gestalt zu gewinnen. Gott ist für den Gläubenden wie eine gute Mutter, aus der wir durch die Taufe von neuem geboren werden. Der Mensch, der das Reich Gottes sieht, so verdeutlicht es Jesus dem Nikodemus, ist aus Gott geboren (Joh 3,6). In der Meditation werden wir uns bei Gott bergen, um am weihnachtlichen Geschenk des Geboren-Werdens aus Gott teilhaben zu können.

Zeiten der Stille, Meditation und die Feier der Eucharistie werden uns in Föhlung mit dem Geheimnis der Weihnacht bringen.

K 1151

## ICH BIN GETAUFT!

Besinnungstage im Advent

Gregor von Nazianz schreibt: „Die Taufe ist die schönste und herrlichste der Gaben Gottes.“

In diesem Sinne möchten wir einander als Brüder und Schwestern begeben.

Vorträge, gemeinsames Gebet, Eucharistiefeier und Zeiten der Stille sollen in uns die Freude über das Geschenk der Taufe stärken.

### LEITUNG:

P. Mag. Hans Eidenberger SM

### KURSBEITRAG:

EUR 35,-

### TERMIN:

Freitag, 25. 11. 2011, 18:00 bis

Sonntag, 27. 11. 2011, 12:00

### LEITUNG:

P. Eugen Krismer CMM

### KURSBEITRAG:

EUR 30,-

### TERMIN:

Sonntag 4. 12. 2011, 18:00 bis

Mittwoch 7. 12. 2011, 12:00

K 1152

## ADVENT

Zeit, um Sehnsucht anzuhäufen...

### LEITUNG:

KonsR. Franz Haidinger

### KURSBEITRAG:

EUR 30,-

### TERMIN:

Freitag, 16. 12. 2011, 18:00 bis

Sonntag, 18. 12. 2011, 12:00

Von den Christen des Anfangs kennen wir den großen Adventruf: „Maranata! - Komm, Herr Jesus!“ In Gott ist die große Sehnsucht, in der Welt, in unserem Leben angenommen, aufgenommen zu werden. Die Evangelien bezeugen, dass sich alles ins Gute wandelt, wenn die Zwei zusammenfinden: Gott und der Mensch.

Impulse, Zeit zum Gebet, Eucharistiefeier, Gespräch mit dem Leiter, Zeiten der Stille.

K 1153

## MEDITATION ZWISCHEN DEN JAHREN

### LEITUNG:

Gertrude Pallanch,  
Meditationsleiterin, Lebens- und  
Sozialberaterin

### KURSBEITRAG:

EUR 75,-

### TERMIN:

Dienstag, 27. 12. 2011, 15:00 bis

Donnerstag, 29. 12. 2011, 12:00

Gönne dich dir selbst, damit die Seele atmen kann und du das Leben spürst (Bernhard v. Clairvaux).

Es ist gut, wenn wir im Rhythmus des Lebens den Zeiten des Übergangs besondere Aufmerksamkeit schenken. Die Tage zwischen dem alten und dem neuen Jahr bieten die Möglichkeit,

- Abstand zu nehmen von den Beschäftigungen,
- zur Ruhe zu kommen, loszulassen,
- den Weg nach innen zu gehen,
- meine persönlichen Kraftquellen aufzuspüren

und so mit Zuversicht und Vertrauen mich neu auf den Weg zu machen.

Inhalte – Methoden: Achtsame Körperwahrnehmung, Entspannung, Impulsgedanken, Meditation, persönliche stille Zeit, meditativer Tanz.



## TRÄUME ERLEBEN UND VERSTEHEN

Was sagen mir meine Träume? Das fragen sich viele, die von ihren Träumen überrascht, belustigt oder schockiert werden. In Gespräch, mit kreativen Methoden (malen, szenisch spielen) und Sachinformation werden wir der Botschaft unserer Träume auf die Spur kommen, um aus ihnen für unser Leben zu lernen. Denn jeder Traum hat eine Botschaft, auch wenn er noch so banal wirken mag. Wer sich schwer Träume merkt, ist besonders herzlich eingeladen!

Literaturhinweis: M. Riebl, Symbolkraft der Träume. Ihre Botschaft verstehen und nützen (Tyrolia)

### LEITUNG:

Dr. Maria Riebl,  
Psychotherapeutin, Bibeltheologin

### KURSBEITRAG:

EUR 110,-

### TERMIN:

Dienstag, 27. 12. 2011, 16:00 bis  
Donnerstag, 29. 12. 2011, 12:00

### BEGRENZTE TEILNEHMERZAHL:

16 Personen

## WEGE ZUR MITTE

Entspannung und neue Energie für Körper und Seele

Körper und Seele wahrnehmen, Verspannungen entlasten, die ursprüngliche Lebensenergie neu zum Fließen bringen, Selbstbewusstsein und Lebensfreude lebendig halten oder verstärken - das versuchen wir mit einfachen körperlichen und meditativen Übungen, welche sich auch zum Weiterüben daheim empfehlen.

EuGong ist eine Weiterentwicklung von ChiGong im Blick auf westlich-europäische Lebenserfahrung.

### LEITUNG:

Dr. Maria Riebl,  
Psychotherapeutin, Bibeltheologin  
Mag. Manfred Golda,  
Energitherapeut, Theologe

### KURSBEITRAG:

EUR 50,-

### TERMIN:

Donnerstag, 29. 12. 2011, 15:00 bis  
Freitag, 30. 12. 2011, 12:00

K 1156

## SILVESTER AM GREISINGHOF

Mit Meditation und Musik ins neue Jahr

### LEITUNG:

Mag. Richard Gödl,  
Theologe, Jugendsozialarbeiter  
Karl Dumfart und Team

### KURSBEITRAG UND AUFENTHALTSKOSTEN:

EUR 75,- pro Person im DZ  
EUR 85,- pro Person im EZ

### TERMIN:

Samstag, 31. 12. 2011, 17:00 bis  
Sonntag, 1. 1. 2012, 11:00  
(Neujahrsbrunch)

Viele Menschen sehnen sich danach, bestimmte Zeiten des Umbruches bewusst wahrzunehmen. Dieses Angebot der Silvesternacht am Greisinghof will Menschen, die sich nach einem besinnlichen Jahreswechsel in Gemeinschaft sehnen, eine Einladung sein.

Abseits von Hektik und Stress wird durch Meditation und mit einem besinnlichen Konzert der „Mühlviertler Volksmusikanten“ ein anderer Akzent in dieser Nacht gesetzt. Abgerundet wird diese Nacht durch eine Wanderung und Zeiten des Gebetes und der Stille in Gemeinschaft, aber auch für sich persönlich.

K 1201

## MARIANISTISCH LEBEN

250 Jahre P. Chaminade

### LEITUNG:

Dieses spirituelle Angebot wird von der Marianistischen Familie gestaltet.

### KEIN KURSBEITRAG

### TERMIN:

Montag, 2. 1. 2012, 16:00 bis  
Mittwoch, 4. 1. 2012, 12:00

Zum Abschluss des Jubiläumsjahres „250 Jahre P. Chaminade“ (1761-1850) werden wir uns bei dieser Zusammenkunft mit dem kostbaren Charisma des Gründers der Marianistischen Familie befassen, der während der Französischen Revolution neue Wege ging, um den Glauben des Herzens wach zu halten und zu stärken. Der selige P. Chaminade war ein Meister des Gebetslebens und war zutiefst davon überzeugt, dass wir alle Missionare sind, die auch die heutige Welt so dringend braucht.

Referate, Gruppenarbeiten, geistliche Impulse und Liturgie werden uns durch diese Tage begleiten.

K 1202

## JEDER ATEMZUG EIN NEUBEGINN - IN ATEM SEIN!

Wir werden uns am Beginn eines neuen Jahres auf das „Neuwerden“ in uns von Atemzug zu Atemzug besinnen.

Die Alexandertechnik, ein Übungsweg dem Atem Raum zu geben, wird uns dabei begleiten. Mit Hilfe der Alexandertechnik-Prinzipien: „Wahrnehmen – Innehalten – Neuausrichten“ entdecken wir Wege, uns vertrauensvoll zu weiten und öffnen. So kann der Atem – die bewegende Kraft – der Geist Gottes freier in uns fließen. Freies Atmen ermöglicht uns, mit jedem Atemzug neu aufzutanken.

Methoden: Leibwahrnehmungs-, Atem- und Bewegungsübungen für Wohlspannung, erfahrbare Anatomie durch Berührung, Tanzimprovisation mit Alexandertechnikprinzipien, authentisches Tanzen, Sitzen in Stille, intuitiver, bewegter Umgang mit Bibeltexten, verbaler Austausch.

K 1203

## SENIORENWOCHE 1

Lumen Christi – Christus, unser Licht!

Die christliche Theologie ist davon geprägt, Christus als die aufgehende Sonne zu interpretieren. Er ist das Licht und das Heil der Menschen. Das gemeinsame Gebet, die Feier der Eucharistie bilden den Rahmen für diese Gemeinschaftstage.

Die Nachmittage bieten ein reichhaltiges Freizeitprogramm mit Information, Tanz und Unterhaltung.

### LEITUNG:

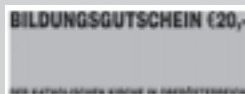
Mag. Bettina Bergmair,  
Theologin, Alexandertechniklehrerin, Tanzpädagogin

### KURSBEITRAG:

EUR 110,-

### TERMIN:

Dienstag, 3. 1. 2012, 14:00 bis  
Donnerstag, 5. 1. 2012, 13:00



### LEITUNG:

Siegfried Klein SM

### REFERENT:

P. Franz Ketter SM

### BEGLEITUNG:

Gabi Tutschek

### KURSBEITRAG:

EUR 45,-

### AUFENTHALTSKOSTEN INKL.

#### VOLLPENSION:

im Zweibettzimmer Euro: 195,-  
im Einbettzimmer Euro: 235,-

### TERMIN:

Sonntag, 15. 1. 2012, 17:00 bis  
Freitag, 20. 1. 2012, 12:00

K 1204

**LEITUNG:**

Ingrid Penner,  
Bibelwerk Linz

**KURSBEITRAG:**

EUR 75,-  
Frühbucherbonus bis 31. Oktober:  
Euro 70,-

**TERMIN:**

Samstag, 4. 2. 2012, 14:00 bis  
Sonntag, 5. 2. 2012, 17:00

**Vorschau:**

Sakraler Tanz – Aufbaumodul 2:

Samstag, 2. 6. 2012, 14:00 bis  
Sonntag, 3. 6. 2012, 17:00

**IM TOD IST LEBEN**

Tänze zu Passion und Auferstehung

Sakraler Tanz – Aufbaumodul 1

Vorschau:  
Sakraler Tanz –  
Aufbaumodul 2:  
Samstag, 2. 6. 2012, 14:00 bis  
Sonntag, 3. 6. 2012, 17:00

ören untrennbar zusammen. Dies  
ng des christlichen Glaubens. Mit  
en wir uns tanzend auseinander-  
en, welche Kraft die Tänze in uns

entinnen des Grundkurses Sakra-  
sterte.

ur diese Veranstaltung ist der Bildungsgutschein der  
kath. Kirche in OÖ. einlösbar!

**LEITUNG:**

Siegfried Klein SM

**REFERENT:**

P. Franz Ketter SM

**BEGLEITUNG:**

Hilde Fischer

**KURSBEITRAG:**

EUR 45,-

**AUFENTHALTSKOSTEN INKL.  
VOLLPENSION:**

im Zweibettzimmer Euro: 195,-  
im Einbettzimmer Euro: 235,-

**TERMIN:**

Sonntag, 5. 2. 2012, 17:00 bis  
Freitag, 10. 2. 2012, 12:00

K 1205

**SENIORENWOCHE 2**

Lumen Christi – Christus, unser Licht!

Die christliche Theologie ist davon geprägt, Christus als die aufgehende Sonne zu interpretieren. Er ist das Licht und das Heil der Menschen. Das gemeinsame Gebet, die Feier der Eucharistie bilden den Rahmen für diese Gemeinschaftstage.

Die Nachmittage bieten ein reichhaltiges Freizeitprogramm mit Information, Tanz und Unterhaltung.

## CARPE DIEM

Aus-Zeit am Kraftort Greisinghof

Nehmen Sie sich Zeit für sich! Tanken Sie neue Kraft für Körper, Seele und Geist. Spirituelle Impulse, leichte Wanderungen in Schweigen, Zeiten der Stille, der Meditation und die Möglichkeit zu Gesprächen aus psychotherapeutischer und theologischer Sicht bilden den Rahmen für dieses Wochenende.

### LEITUNG:

Andrea Maria Priller,  
Psychotherapeutin  
Mag. Richard Gödl,  
Theologe, Jugendsozialarbeiter

### KURSBEITRAG:

EUR 100,-

### TERMIN:

Freitag, 10. 2. 2012, 16:00 bis  
Sonntag, 12. 2. 2012, 12:00

## SENIORENWOCHE 3

„Damit meine Freude in euch sei“ (Joh. 15,11)

Das Wichtigste im Leben ist die Freude. Im Blick auf Jesus soll bewusst werden, dass eine Freundschaft mit Ihm der tiefste Grund zur Freude ist. Das gemeinsame Gebet, die Feier der Eucharistie bilden den Rahmen für diese Gemeinschaftstage.

Die Nachmittage bieten ein reichhaltiges Freizeitprogramm mit Information, Tanz und Unterhaltung.

### LEITUNG:

Siegfried Klein SM

### REFERENT:

Pfarrer Willibald Eichinger

### BEGLEITUNG:

Helene Edlmair

### KURSBEITRAG:

EUR 45,-

### AUFENTHALTSKOSTEN INKL.

#### VOLLPENSION:

im Zweibettzimmer Euro: 160,-  
im Einbettzimmer Euro: 192,-

### TERMIN:

Montag, 13. 2. 2012, 15:00 bis  
Freitag, 17. 2. 2012, 12:00

K 1208

## FASTEN MIT LEIB UND SEELE

Basen-Heilkost nach Dr. F.X.Mayr

### LEITUNG:

Andreas Wuchner,  
Heilpraktiker, Meditationsleiter

### KURSBEITRAG:

EUR 160,-

### AUFENTHALTSKOSTEN

#### INKLUSIVE VERPFLEGUNG

#### LAUT FASTENVORSCHRIFT:

im Zweibettzimmer Euro: 195,-

im Einbettzimmer Euro: 235,-

### TERMIN:

Freitag, 17. 2. 2012, 16:00 bis

Donnerstag, 23. 2. 2012, 12:00

Das Weglassen befreit und lässt uns den Geschmack am Leben wieder entdecken.

Diese Woche bietet Ihnen die Gelegenheit, die Hektik des Alltags zurück zu lassen, in der freien Natur Atem zu holen und reduzierte einfache Mahlzeiten in Gemeinschaft langsam und bewusst zu genießen.

Die leichte Basenkost (Suppen, Brühen, Kräutertees, kleine Mengen Erdäpfel und Gemüse für die Kauschule) entlastet und regeneriert die Verdauungsorgane, stärkt das Immunsystem und führt zu innerer Leichtigkeit und Vitalität.

Sie können an Entspannungsübungen, Qi-Gong und Meditationen teilnehmen oder bei Gymnastik und geführten Wanderungen Herz und Kreislauf in Schwung bringen und Schlacken und überflüssige Fettdepots abbauen.

Von Tag zu Tag fühlen Sie sich leichter und frischer, finden neue Kraft und Lebensfreude und entdecken, wie einfach gutes Leben ist.

K 1209

## RITUALE DES LEBENS

„...es muss feste Bräuche geben...“ schreibt Antoine de Saint-Exupéry im Buch „Der kleine Prinz“.

Diese Tatsache steht am Beginn der Fastenzeit mit der Liturgie des Aschenkreuzes. Dieses Seminar will einen bewussten Einstieg in die österliche Bußzeit ermöglichen.

Durch Impulse, Gespräche und Zeiten der Stille sollen wichtige Lebensrituale entdeckt und ihre Bedeutung erschlossen werden.

### LEITUNG:

Mag. Richard Gödl,  
Theologe, Jugendsozialarbeiter  
und Team

### KURSBEITRAG:

EUR 30,-

### TERMIN:

Aschermittwoch,

22. 2. 2012, 16:00 bis

Freitag, 24. 2. 2012, 12:00

## CHRISTLICHE MEDITATION IM STILE DES ZEN

### Oase der Stille

In der Hetze und im Lärm des Alltags ist in vielen Menschen Sehnsucht nach Stille erwacht, erst recht in denen, die Gott suchen. Sie laden wir zu einer Oase des Schweigens und der Stille ein.

Die Meditation im Stile des Zen ist konkret und nüchtern. Sie kann tiefgreifend den eigenen Weg befruchten.

Erwartet wird die vollständige Teilnahme und die Bereitschaft, lückenlos im Schweigen zu verbleiben, weil nur so Tiefenräume im Menschen erschlossen werden.

#### LEITUNG:

Bert Kemming,  
langjähriger Meditationsleiter,  
seit 30 Jahren initiatische Therapie  
(Dürkheim), Theologe

#### KURSBEITRAG:

EUR 100,-

#### TERMIN:

Freitag, 24. 2. 2012, 18:00 bis  
Sonntag, 26. 2. 2012, 12:00

#### BEGRENZTE TEILNEHMERZAHL:

24 Personen

**BILDUNGSGUTSCHEIN (€20,-)**

BEI KATHOLISCHER KIRCHE IN VERBUNDUNG MIT

## GIB DIR EIN FRÖHLICHES GESICHT...

### Fastenbesinnung

In der Bibel lesen wir, dass wir kein finsternes Gesicht machen sollen, wenn wir fasten. Wir fasten nicht, um einige Kilos abzunehmen, sondern wir fasten, um zum Wesentlichen zu gelangen: zu Gott. Dieser Weg führt aber durch diese Welt und über die Menschen, die mir das Leben schickt. Als Christen haben wir daher die Sendung, als fröhliche Menschen Zeugnis von Gott abzulegen.

Diese Tage wollen eine Einladung sein, um neue Lebens- und Glaubensfreude zu finden in Gemeinschaft und im Gebet.

#### LEITUNG:

KonsR. Franz Haidinger

#### KURSBEITRAG:

EUR 35,-

#### TERMIN:

Sonntag, 26. 2. 2012, 18:00 bis  
Mittwoch, 29. 2. 2012, 12:00

**LEITUNG:**

Mag. Richard Gödl,  
Theologe, Jugendsozialarbeiter  
und Team

**KURSBEITRAG:**

EUR 70,-

**TERMIN:**

Freitag, 2. 3. 2012, 16:00 bis  
Sonntag, 4. 3. 2012, 12:00



K 1212

## WENN DIE ELTERN SCHWIERIG WERDEN...

### Familien-Leben am Übergang

Familien sind der Ort des „Leben-Lernens“, stets voneinander, manchmal nebeneinander, idealerweise miteinander. Manche Entwicklungsfenster in diesem Lernen sind besonders von Sorgen und Ängsten besetzt. Einer dieser kritischen Übergänge ist die Zeit der Pubertät.

Wir wollen erkennen, dass wir uns und unsere eigene Entwicklung immer auch an der Entwicklung unserer Kinder spiegeln. Wir wollen nachspüren, was unsere Kinder uns mit ihren Fragen und Infragestellungen lehren. Wir wollen nachdenken, welche Fragen wir uns durch Konfliktangebote stellen dürfen.

K 1213

## GANZ SEIN

### Heil werden

**LEITUNG:**

Lydia Neunhäuserer,  
Meditationsleiterin, Physiotherapeutin

**KURSBEITRAG:**

EUR 120,-

**TERMIN:**

Samstag, 10. 3. 2012 9:00 bis  
Montag, 12. 3. 2012 17:00

**BEGRENZTE TEILNEHMERZAHL:**

15 Personen

Rückenbeschwerden und Verspannungen sind oft eine Ursache von falscher „Haltung“ und Bewegungsmangel. An diesem Wochenende lernen wir unseren Körper in sanften Übungen wahrzunehmen und auf ihn zu hören. Unterstützt von Sitzmeditation, Phantasieren, kreativen Elementen, Spaziergängen im Schweigen und einer Heilungsgeschichte aus der Bibel üben wir ganz im Augenblick zu SEIN.

Dies ermöglicht uns wieder mit uns und Gott in Beziehung zu kommen und ein Stück Heilung von unseren Alltagsleiden zu erfahren. Wer möchte, erhält eine halbe Stunde physiotherapeutische Einzelbehandlung oder Massage ohne Extrakosten. Freuen Sie sich auf ein entspannendes Vorfrühlingswochenende für Körper, Geist und Seele!

K 1214

## FASTENZEIT UND AUS...

Besinnungstage in der Zeit der Hektik

Die Fastenzeit ist jedes Jahr eine Einladung, das Rad der Zeit für sich persönlich anzuhalten: Inne zu halten – aufzutanken und mit neuem Mut und mit neuer Freude auf das Ziel des Lebens zuzugehen – auf Ostern, Fest der Auferstehung, Fest des Lebens.

**LEITUNG:**

P. Wolfgang Heiß OFM

**KURSBEITRAG:**

EUR 40,-

**TERMIN:**

Montag, 12. 3. 2012, 16:00 bis  
Donnerstag, 15. 3. 2012, 12:00

K 1215

## EHE.WIR.HEIRATEN

Kommunikativ

Im Seminar werden durch Einzelarbeit, Partner- und Gruppengespräche folgende Themen erarbeitet:

- Kommunikation (Information, Gefühle)
- Auseinandersetzung mit der Herkunftsfamilie
- Erotik und Sexualität
- Familie werden
- Eherecht
- Sakrament Ehe
- Familienkulturen
- Als Christen die Ehe leben

Anmeldung bitte an: Abteilung Ehe und Familie

Telefon: 0732/7610 DW 3511

E-Mail: [beziehungleben@dioezese-linz.at](mailto:beziehungleben@dioezese-linz.at)

**LEITUNG:**

Mag. Eva Freilinger

**KURSBEITRAG:**

EUR 35,- pro Person für Termin 1  
EUR 45,- pro Person für Termin 2  
Unterkunft /Vollpension:  
EUR 53,- pro Person

**TERMIN 1:** K 1215 A

Samstag, 24. 3. 2012, 9:00 bis  
Sonntag, 25. 3. 2012, 12:00

**TERMIN 2:** K 1215 B

Samstag, 14. 4. 2012, 10:00 bis  
Sonntag, 15. 4. 2012, 17:00

K 1216

## IKEBANA

Die japanische Kunst des Blumensteckens

Ikebana mit seinem meditativen Charakter bietet die Gelegenheit, zur Ruhe zu kommen. Es wird in der Tradition der Ikenobo-Schule unterrichtet.

**LEITUNG:**

Sissy Födinger-Wieder und  
Elisabeth Höfer

**KURSBEITRAG:**

EUR 36,- zuzügl. Blumen ca. EUR 7,-

**TERMIN:**

Samstag, 24. 3. 2012, 9:30 bis 16:00

**LEITUNG:**

Dipl. Päd (VL/R) Astrid Mahrle,  
Gestaltpädagogin, Meditationslei-  
terin – Ausbildung im Kloster Gut  
Aich, Traum- und Leibarbeit

**KURSBEITRAG:**

EUR 68,-

**TERMIN:**

Freitag, 20. 4. 2012, 18:00  
Sonntag, 22. 4. 2012, 13:00

K 1217

**VOLL DA UND GANZ WEG**

Tage mit Meditationen und Wanderungen

Um voll da sein zu können, braucht es immer wieder einmal das Weg-Sein, und um voll weg sein zu können, braucht es das Da-Sein.

Es gilt in diesen Tagen in Kontakt zu kommen und sich mit dem zu verbinden, was zutiefst eigene Gestalt und Lebenswirklichkeit ausmacht.

In diesem Ankommen bei sich selbst zeigt sich das Geheimnis einer anderen Welt.

Gestaltung: Anleitung und Hinführung zur Meditation, Wanderungen (2-3 Stunden) und Zeiten im Schweigen, Körperübungen/Leberwickel, Kreistänze, Austauschrunden.

K 1218

**BONES FOR LIFE - FELDENKRAIS**

Für alle, die im Sommer eine gute Figur machen wollen

**LEITUNG:**

Mag. Sarah Gertraud Emmer,  
Musikpädagogin, dipl. Felden-  
krais- und Bones for Life Lehrerin,  
Tanzleiterin

**KURSBEITRAG:**

EUR 120,-

**TERMIN:**

Freitag, 27. 4. 2012, 18:00 bis  
Sonntag, 29. 4. 2012, 12:00

Die faszinierende Kraft und Anmut in Tierbewegungen, die Grazie und Leichtigkeit afrikanischer Frauen, die mit lächelnder Selbstverständlichkeit schwere Lasten auf dem Kopf tragen, haben Ruthy Alon dazu animiert, dieses einmalige Bewegungsprogramm aus der Feldenkraismethode zu entwickeln.

Auch hier ist die besondere Anordnung der Bewegungsabläufe, die – bewusst und aufmerksam ausgeführt – eine Veränderung und Regeneration im Nervensystem bewirkt.

In unzähligen Bewegungsvarianten wird die bestmögliche Organisation mit der Schwerkraft erforscht und eine organisch richtige, natürliche Aufrichtung ermöglicht. Dazu kommt eine dynamische Komponente, rhythmisches Pulsieren, welches nicht nur unser Knochengewebe gut durchblutet, sondern auch unser Auftreten und Selbstvertrauen stärkt.

## LINZER BIBELKURS AM GREISINGHOF

Die Bibel ist jenes Buch, welches Lebensweisheit in sich trägt: diese Weisheit für sein eigenes Leben zu entdecken und diese als eine unerschöpfliche Quelle schmackhaft zu machen, ist das Ziel dieser Seminarreihe. Ich habe einen Schatz gefunden und ich möchte ihn mit euch teilen. Kommt mit zum Bibelabend am Greisinghof!

Themen:

1. Abend - 19. Oktober 2011:  
Einen Zugang zur Bibel finden
2. Abend - 16. November 2011:  
Wie ist das mit dem Reich Gottes?
3. Abend - 18. Jänner 2012:  
Jesus – Begegnung mit dem Nazarener
4. Abend - 15. Februar 2012:  
Bibel als spirituelle Quelle entdecken
5. Abend - 14. März 2012:  
Gottesbilder im Wandel der Zeit
6. Abend – 18. April 2012:  
Mit Paulus unterwegs

### LEITUNG:

Ingrid Penner, Mag. Richard Gödl,  
P. Mag. Hans Eidenberger SM

### KURSBEITRAG:

EUR 60,- oder EUR 12.- pro Abend

### TERMINE:

jeweils Mittwoch, 19.00 bis 22.00

Voranmeldung erwünscht!

## OFFENER MONATLICHER MEDITATIONSABEND AM GREISINGHOF

Dieses monatliche Angebot lädt ein, den Reichtum der Spiritualität zu entdecken, der eigenen Seele Ruhe, dem Geist Klarheit und dem Leib Entspannung zu schenken. Diese Form der christlichen Meditation will das eigene, oft unruhige Herz in die Gegenwart Gottes führen.

Inhalte: Einübung in die christliche Meditation, Körperwahrnehmungsübungen, meditativer Tanz, spirituelle Impulse, Sitzen in Stille.

### LEITUNG:

Mag. P. Hans Eidenberger SM

### KURSBEITRAG:

freiwillige Spende

### TERMIN:

jeweils am 2. Dienstag eines  
Monats, 19:30 bis 21:00

2011: 11. Oktober, 8. November,  
13. Dezember

2012: 10. Jänner, 14. Februar,  
13. März, 10. April, 8. Mai,  
12. Juni

**LEITUNG:**

Ingrid Penner (Bibelwerk),  
Mag. P. Hans Eidenberger SM

**REISEKOSTEN:**

ca. EUR 1.550,-

**TERMIN:**

Samstag, 31. 3. 2012 bis  
Montag, 9. 4. 2012 (Osterferien)

Information und Anmeldung:  
Bibelwerk Linz, 0732/76103231,  
bibelwerk@dioezese-linz.at

## GRIECHENLANDREISE

Mit Paulus unterwegs...

Von Thessaloniki über Philippi, die Meteoraklöster, Delphi, Korinth, Mykene, Epidauros bis nach Athen führt uns diese Reise. Neben dem Kennenlernen des heutigen Griechenland und des orthodoxen Glaubens werden vor allem die Wirkstätten des Apostels Paulus im Mittelpunkt dieser Reise stehen. Seine Person und seine Botschaft werden uns anhand biblischer Impulse an den historischen Stätten näher kommen.

K 1221

## “GENUSSWANDERN“ VALPOLICELLA

**LEITUNG:**

Dipl. Theol. Andreas Pehl

**SPIRITUELLE BEGLEITUNG:**

Mag. Richard Gödl, Theologe,  
Jugendsozialarbeiter

**REISEKOSTEN (HALBPENSION):**

EUR 585,- EZ-Zuschlag: EUR 95,-

**TERMIN:**

Freitag, 2. 11. 2012, 05:30 bis  
Dienstag, 6. 11. 2012, ca. 18:00

Das Bildungshaus Greisinghof lädt in Zusammenarbeit mit Neubauer Reisen zu einer 5-tägigen Fahrt in die Gegend nordwestlich von Verona.

Wanderungen über dem Etschtal, durch Olivenhaine und Weinberge, Klammwanderung und Wanderungen zu imposanten Wasserfällen und Steinbrüchen bilden den Rahmen für spirituelle Impulse, Gespräche und Schweigen.

Mit Öl- und Weinverkostung, Besuchen in einer Käseerei und einer Mühle und der Einkehr in kleinen Trattorias, die regionale Spezialitäten verarbeiten und nach der Idee des Slow-Food kochen, kommt auch die kulinarische Seite des Genießens zum Zug.

K 1222

## BEZIEHUNGSTAGE FÜR EHEPAARE

**LEITUNG:**

Mag. Franz Harant

**TERMIN:**

Donnerstag, 7. 6. 2012, 16:00 bis  
Samstag, 9. 6. 2012, 13:00

K 1223

## BLINDEN-BIBELWOCHE

Diese Woche wird vom Steirischen Blindenapostolat  
veranstaltet und ist für Blinde und Sehende offen.

**LEITUNG:**

Max Roßbacher

**REFERENTIN:**

Ingrid Penner

**TERMIN:**

Samstag, 21. 7. 2012, 18:00 bis  
Samstag, 28. 7. 2012, 12:00

K 1224

## BIBEL-SOMMER-WOCHE

Zwölf Söhne Jakobs und eine Tochter Abrahams:  
Männer- und Frauenrollen in der Bibel.

**LEITUNG:**

P. Mag. Hans Eidenberger SM,  
Ingrid Penner

**TERMIN:**

Sonntag, 29. 7. 2012 15:00 bis  
Samstag, 4. 8. 2012, 12:00

K 1225

## IM WECHSELSCHRITT DAS LEBEN GENIESSEN...

Meditationstage mit Tanz für Frauen

**LEITUNG:**

Veronika Santer

**TERMIN:**

Samstag, 4. 8. 2012, 15:00 bis  
Mittwoch, 8. 8. 2012, 12:00

K 1226

## BESINNUNGSTAGE IM SOMMER

**LEITUNG:**

KonsR. Franz Haidinger

**TERMIN:**

Mittwoch, 15. 8. 2012, 18:00 bis  
Sonntag, 19. 8. 2012, 12:00

**LEITUNG:**

Mag. Silva Bozinova-Deskoska  
Vesna Deskoska

**TERMIN:**

Dienstag, 14. 8. 2012, 18:00 bis  
Sonntag, 19. 8. 2012, 17:00

K 1227

**IKONENMALKURS**

Für Anfänger und Fortgeschrittene

**LEITUNG:**

Bert Kemming

**TERMIN:**

Freitag, 24. 8. 2012, 18:00 bis  
Montag, 27. 8. 2012, 12:00

K 1228

**CHRISTLICHE MEDITATION IM  
STILE DES ZEN**

Oase der Stille

**ANMELDUNG, TERMINE UND  
INFORMATIONEN:**

Karl Heinz Klammer,  
Dipl. Lebens- und Sozialberater,  
Dipl. Mentaltrainer  
Mairgutstr. 23, 4653 Eberstalzell,  
0699/17078035  
Heinz.klammer@a1.net,  
www.gesundundvital.at

**HOLISTISCHES MENTAL-  
TRAINING NACH TEPPERWEIN**

Mit Hilfe dieser Methode kann jeder lernen, seine Geistes- und Willenskräfte – von denen wir im Normalfall nur einen Bruchteil nutzen – zielgerichtet einzusetzen. Der Begriff Mentaltraining ist heute zu einem allgemein gültigen Begriff geworden. Mentaltraining nach Tepperwein ist das gesicherte, erfolgreiche Original und bleibt durch Berücksichtigung der modernen Erkenntnisse in der Lernforschung das unübertroffene universelle System.

Die Ausbildung zum/zur MentaltrainerIn nach Tepperwein ist ein holistisches Training. Mit dieser Ganzheitsmethode bringen Sie Ihr Energiepotenzial MENTAL, EMOTIONAL, PHYSISCH voll zur Entfaltung.

**NEUBAUER**

A-4203 Altenberg/Linz · Reichenauer Straße 39  
Telefon 0043 (0) 72 30 / 72 21 oder 84 40  
Fax 0043 (0) 72 30 / 83 60 · office@neubauer.at

*Das Besondere ist unser Ziel!*[www.neubauer.at](http://www.neubauer.at)

## ANREISEMÖGLICHKEITEN

Der Greisinghof liegt zwischen Pregarten und Tragwein an der Königswiesener Bundesstraße B124.

Bei Km 8 ist die Kreuzung Schwertberg (Süden) - Greisinghof (Norden)

### MIT DEM PKW:

A1 Westautobahn über Linz - A7 Mühlkreisautobahn - Ortsumfahrung Pregarten - Greisinghof oder Abfahrt A1 St.Valentin - Mauthausen - Schwertberg - Aisttal - Greisinghof.

### MIT DEM POSTAUTOBUS:

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

### MIT DER BAHN:

Richtung Linz-Summerau bis Bahnhof Pregarten.

Wenn Sie rechtzeitig anrufen, holen wir Sie gerne 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 50,-  
Doppelzimmer mit DU/WC/TEL: EUR 42,-

Diese Preise sind ermäßigte Preise. Für Gastveranstaltungen gelten andere Tarife. Aufenthaltskosten und Kursgebühren, die nicht bereits mit Erlagschein einbezahlt 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.

## ZERTIFIKATE:





MIT DEM HERZEN GLAUBEN



Katholische Kirche  
im Oberösterreich



Impressum:  
Eigentümer, Herausgeber und Verleger: Verein Bildungshaus Greisinghof  
Für den Inhalt verantwortlich: P. Mag. Hans Eidenberger SM, Geistlicher Assistent  
Schriftleitung: Mag. Richard Gödl, beide Greisinghof, 4284 Tragwein  
Hersteller: Hammerer Druck & Verlag, 4910 Ried im Innkreis

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