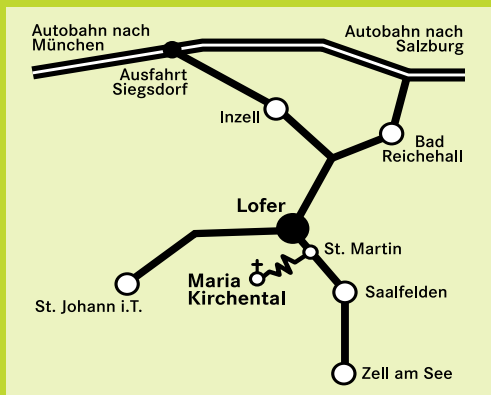




Maria Kirchentäl *Haus der Besinnung*



Jahresprogramm 2020

Haus der Besinnung Maria Kirchentäl

A-5092 St. Martin bei Lofer

Telefon (0 65 88) 85 28, Fax (0 65 88) 85 28-4

E-Mail: haus-der-besinnung@pfarre.kirchen.net

www.maria-kirchentael.at

www.heilsame-orte.at



HEILSAME ORTE

Unser Anliegen

Maria Kirchentäl ist ein **besonderer Ort**. Wir möchten durch unser Dasein und in den verschiedenen Angeboten Bedingungen schaffen, dass Menschen **Orientierung** für ihr Leben finden oder ihr Leben aus dem Glauben erneuern bzw. vertiefen können.

Unsere **eigenen Quellen** als Herz Jesu Missionare und Missionarinnen Christi wollen wir teilen. Wir glauben, dass Gott aus Liebe alles Menschliche und jeden Menschen, alles Große und alle Abgründe in Jesus Christus **angenommen, geheiligt und geheilt** hat. Er hat uns die Schöpfung anvertraut und will, dass wir das Leben gestalten.

Die **Einzigartigkeit** jedes Menschen zu entdecken und ihr Raum zu geben ist uns ein großes Anliegen, genauso wie die immer neue Suche nach einer **zeitgerechten Spiritualität** und einem einfachen und nachhaltigen Lebensstil.

Maria Kirchentäl – ein Ort der Stille

Die reizvolle und einzigartige Natur mit ihrer **Schönheit und Wildheit** lädt ein zum Staunen und Verweilen, zum Wandern und entdecken der eigenen Ursprünglichkeit. Auch die Abgeschlossenheit kann helfen wieder wesentlicher zu werden.

Kirchentäl ist ein Ort der **Stille und Einsamkeit** und ein **Ort der Begegnung**.

Kirchentäl ist ein Ort der Besinnung, der Sinnsuche und der Gottsuche. Kirchentäl ist ein Ort des Pilgerns und des Ankommens. Kirchentäl ist ein begrenzter Ort und doch ein Ort der Freiheit und der Weite



Was unser Haus bietet:

- Meditative und besinnliche Angebote
- Exerzitien (ignatianische Einzel-exerzitien, kontemplative Exerzitien)
- Selbsterfahrung und Gutes für Leib und Seele
- Möglichkeit zur Auszeit für Einzelgäste (je nach Kapazität bei unseren Zimmern)
- Seelsorgliche Begleitung
- Atemerfahrung (Atembehandlungen)

Zusätzlich nehmen wir auf:

- Gastgruppen, die ihr eigenes Programm gestalten





Jahresprogramm 2020

Jan Silvestertage 2019/2020

Den Jahreswechsel begehen, weg vom Alltag, mit stiller Zeit, Zeit in Gemeinschaft und Zeit zum Feiern. Anregungen zum Jahresrückblick und -ausblick.

Termin: Sa **29.12.2019** (18 Uhr) bis Mi **01.01.2020** (ca. 11 Uhr)
Leitung: Sr. Christine Zeis MC
Kosten: Kursbeitrag 80,00 € + Pensionskosten

Febr Exerziten – nur Gott und Du

Eine Intensivzeit für Alle von 18-35 Jahre

Gottes Wirken im eigenen Leben wahrnehmen. Neue Perspektiven finden. Eine Entscheidung treffen. Bring Offenheit, Lust und Mut mit und lass dich auf den Prozess ein. Alles Weitere darfst du Gott überlassen.

Termin: Mo **03.02.** (18 Uhr) bis So **09.02.2020** (nach d. Frühstück)
Leitung: Sr. Katharina Fuchs sa, Pfarrer Markus Bolowich
Information und Anmeldung:

katharina.fuchs@thz.kirchen.net +43 676 87466894
markus.bolowich@erzbistum-bamberg.de

Kosten: EZ mit Etagedusche 229,00 € + 9,60 € Ortstaxe
(Die Kosten für die Begleitung trägt das Referat für Berufungspastoral der Erzdiözese Salzburg.)

Febr Gast in Maria Kirchentäl

An einem stillen Ort Tage der Auszeit nehmen...

Angeboten sind Gebetszeiten am Morgen und ein Tagesabschluss am Abend, Möglichkeit zu Einzelgespräch(en) und vor dem Abendessen eine Stunde Atemübungen in der Gruppe als Angebot. Frühstück und Mittagessen essen wir im Schweigen.

Termin: Mo **03.02.** (18 Uhr) bis So **09.02.2020** (nach d. Frühstück)
Auch ein kürzerer Zeitraum ist möglich.

Leitung: Sr. Bärbel Thomä MC
Kosten: Kursbeitrag 90,00 € + Pensionskosten

Febr Wintertage in Maria Kirchentäl

Erholsam für Leib und Seele

In dieser Woche gestalten sich die Gäste die Zeit alleine oder miteinander nach eigenem Bedürfnis und Wetterlage mit Wandern, Skilanglaufen im Tal, Lesen, Nichtstun und ...

Angebote des Hauses sind gestaltete Gebetszeiten am Morgen und am Abend, Atemübungen, die Möglichkeit zu einer Atembehandlung und zum Einzelgespräch.

Termin: Mo **17.02.** (18 Uhr) bis Sa **22.02.2020** (nach d. Frühstück)
Leitung: Sr. Bärbel Thomä MC
Kosten: Kursbeitrag 100,00 € + Pensionskosten

Febr Ignatianische Einzelexerziten

Einzelexerziten sind ein begleiteter Gebetsweg. In diesen geistlichen Übungen wird der ganze Mensch angesprochen. Diese intensive Zeit im Schweigen hilft, mit sich selbst und mit Gott in Begegnung zu kom-

Unser Haus

Wir bieten **einfaches, mit Liebe zubereitetes** Essen. Wir versuchen die Möglichkeiten des Fairen Handels und der Regionalvermarktung zu nutzen und in manchen Bereichen Biobaunern zu unterstützen.

19 Einzelzimmer verteilt auf zwei Häuser stehen unseren Gästen zur Verfügung. Ein Teil ist mit Nasszelle ausgestattet. Manche sind auch doppelt belegbar.

Die **Hauskapelle** lädt alle ein. Ansonsten gibt es **einen Meditationsraum, einen Tagungsraum, eine Stube**.

Im Mesnerhaus ist auch **Selbstversorgung** möglich für Einzelgäste aber auch Gruppen bis ca. 10-12 Personen. Es gibt auch ein Matrazenlager.



men. Das eigene Leben ordnet sich auf Wesentliches hin und kann Impulse erfahren, im Geist Jesu die Welt mitzugestalten.

Täglich: Persönliche Gebetszeiten (3-4 Std.), Einzelgespräch, Eucharistiefeyer mit der Hausgemeinschaft, durchgängiges Schweigen.

Termin: Mo **24.02.** (18 Uhr) bis So **01.03.2020** (nach d. Frühstück)

Leitung: Sr. Theresia Hoiß MC

Kosten: Kursbeitrag 120,00 € + Pensionskosten

März

Spurensuche...

Nahrung für mein spirituelles Leben

Gemeinsam wollen wir an diesem Wochenende nachspüren, was uns im Alltag nährt und Kraft gibt und unseren Fragen nach dem ‚Mehr‘ Raum geben. Die Bibel, Austausch, Stille, Wahrnehmungs- und Atemübungen und auch der Ort Maria Kirchenthal mögen uns beim Suchen und Finden helfen.

Termin: Fr **06.03.** (18 Uhr) bis So **08.03.2020** (nach d. Mittagessen)

Leitung: Sr. Bärbel Thomä MC

Kosten: Kursbeitrag 60,00 € + Pensionskosten

März

Tage der Stille für Männer

Termin: Fr **20.03.** (18 Uhr) bis So **22.03.2020** (nach d. Mittagessen)

Leitung: Pfr. M. Andreas Jakober

Anmeldung: KMB, Kapitelplatz 6, 5020 Salzburg, Tel: 0662/8047-7558
E-Mail: kmb@ka.kirchen.net

Kosten: Der Kursbeitrag kann bei der KMB erfragt werden
+ Pensionskosten

April

„Unruhig ist unser Herz...“

... bis es ruht o Gott in Dir“ (Augustinus)

Jede Religion kennt Weisen in der Stille eine tiefe Verbindung zu Gott zu suchen. Das christliche, kontemplative Gebet (Herzensgebet/Jesusgebet) ist so eine Weise. In diesen Tagen lernen wir diesen Weg kennen, oder vertiefen unsere Erfahrungen.

Begleiten werden uns durchgängiges Schweigen, hinführende Impulse und stilles Sitzen (Wegschritte nach Franz Jalics), Atemübungen, Austausch, Möglichkeit zum Einzelgespräch.

Termin: Fr **03.04.** (18 Uhr) bis Di **07.04.2020** (nach d. Frühstück)

Leitung: Sr. Bärbel Thomä MC

Kosten: Kursbeitrag 80,00 € + Pensionskosten

April

Kar- und Ostertage in Maria Kirchenthal

Sich in Gemeinschaft mit anderen einlassen auf das Geschehen dieser Tage und das Geheimnis von Tod und Auferstehung Jesu feiern.

Termin: Mi **08.04.** (18 Uhr) bis So **12.04.2020** (nach d. Frühstück)

Leitung: Sr. Bärbel Thomä MC, N. N.

Kosten: Kursbeitrag 80,00 € + Pensionskosten

April

Atmen und Klingen

In einfachen Übungen dem Atem Raum geben, spielerisch die vielen Klänge der eigenen Stimme entdecken, lauschen, gemeinsam Singen. Keine besonderen Singkenntnisse erforderlich. Ein spiritueller

Morgenbeginn und Tagesabschluss, Zeit für sich selbst. Möglichkeit zu einer Atembehandlung oder einer individuellen Stimmbildung gehören auch dazu.

Termin: Do **30.04.** (18 Uhr) bis So **03.05.2020** (nach d. Frühstück)

Leitung: Sr. Maria Wolfsberger MC, Sr. Bärbel Thomä MC

Kosten: Kursbeitrag 100,00 € + Pensionskosten

Mai

Das Gebet der Stille

Neben dem mündlichen (oratio) und dem betrachtenden Gebet (meditatio) kennt die christliche Tradition seit Urzeiten das „stille Gebet“. Es wird auch „inneres Gebet“ oder „Gebet der Ruhe“ genannt und ist als „contemplatio“ die dritte Form des Gebetes.

Elemente: Sitzen in der Stille, kontemplatives Gehen in der Natur, ein Vortrag pro Tag, Möglichkeit zum Einzelgespräch, Textrezitation und meditatives Singen.

Termin: Fr **08.05.** (18 Uhr) bis So **10.05.2020** (nach d. Mittagessen)

Leitung: Franz Nikolaus Müller und Anemone Eglin

Kosten: Kursbeitrag 100,00 € + Pensionskosten

Mai

Kontemplative Exerzitien

Kontemplation (Jesusgebet oder Herzensgebet) ist eine Weise des stillen Betens. Im gemeinsamen, absichtslosen Da-Sein und in der Ausrichtung auf die Gegenwart lassen wir Gott an uns wirken: Im einfachen Wahrnehmen was ist, in der Verbindung mit dem Atem, dem Lauschen in die Hände und Verweilen beim Namen. Gott ist da.

Grundlage sind die Wegschritte der kontemplativen Exerzitien nach P. Franz Jalics. Durchgehendes Schweigen, 4-6 stündiges Sitzen, Leib- und Atemübungen, schrittweise Hinführung, tägliche Eucharistiefeyer, Austausch und Einzelgespräch.

Termin: Fr **15.05.** (18 Uhr) bis Sa **23.05.2020** (nach d. Mittagessen)

Leitung: Sr. Bärbel Thomä MC, P. Thomas Lemp SAC

Kosten: Kursbeitrag 160,00 € + Pensionskosten

Mai

Fastenwandern mit Achtsamkeitsmeditation

Impulse zum Fasten und Körperbewusstsein, Achtsamkeitsmeditation, kleine Wanderungen und Zeiten der Stille.

Termin: Mo **25.05.** (18 Uhr) bis Fr **29.05.2020** (nach d. Mittagessen)

Leitung: Barbara Loferer und Begleitung

Anmeldung und weitere (Fasten-)Kurse unter www.auszeit-erleben.net

Juni

Stress bewältigen durch Achtsamkeit – „Seelen-ruhig“ werden

Der MBSR-Kompaktkurs (Mindfulness Based Stress Reduction – nach Jon Kabat-Zinn) ist ein vielfach bewährtes, wirksames Konzept zur Bewältigung von Stresserfahrungen.

Sie lernen, achtsamer mit dem Körper, mit Gedanken und Gefühlen umzugehen. Sanfte Körperübungen, angeleitete Meditationen, Kurzvorträge und Austausch helfen, dass der geschäftige Geist zur Ruhe kommen kann. Die Seminarzeiten (ca. 26 Std.) sind überwiegend vormittags und abends. So bleibt Zeit, die herrliche Bergwelt zu genießen.

Infos zum Kurs: mbsr-huber@gmx.de

Infos zu MBSR unter www.mbsr-verband.de

Termin: Di **02.06.** (18 Uhr) bis So **07.06.2020** (nach d. Frühstück)
Leitung: Elisabeth Huber
Kosten: Kursbeitrag 340,00 € (incl. Übungs-CDs und Kursunterlagen) + Pensionskosten

Juni

Gast in Maria Kirchentäl an einem stillen Ort Tage der Auszeit nehmen...

Angeboten sind Gebetszeiten am Morgen und ein Tagesabschluss am Abend, Möglichkeit zu Einzelgespräch(en) und vor dem Abendessen eine Stunde Atemübungen in der Gruppe als Angebot.

Termin: Di **02.06.** (18 Uhr) bis So **07.06.2020** (nach d. Frühstück)
Auch ein kürzerer Zeitraum ist möglich.

Leitung: Sr. Bärbel Thomä MC
Kosten: Kursbeitrag 75,00 € + Pensionskosten

Juli

Wandern in der Bergflora mit spirituellen Impulsen

„Es jauchze die Flur und was auf ihr wächst“ Ps. 96,12a
Tägl. Wanderungen von ca. 4 – 5 Std., Bergausrüstung erforderlich

Termin: Mo **06.07.** (18 Uhr) bis Sa **11.07.2020** (nach d. Frühstück)
Leitung: Sr. Gerlinde Kauba MC, P. Heinz Lemmer MSC
Kosten: Kursbeitrag 70,00 €, zuzüglich Kosten für Bergbahn, Einkehren etc. + Pensionskosten

Juli

Ignatianische Einzelexerzitien

Einzelexerzitien sind ein begleiteter Gebetsweg. In diesen geistlichen Übungen wird der ganze Mensch angesprochen. Diese intensive Zeit im Schweigen hilft, mit sich selbst und mit Gott in Begegnung zu kommen. Das eigene Leben ordnet sich auf Wesentliches hin und kann Impulse erfahren, im Geist Jesu die Welt mitzugestalten.

Täglich: Persönliche Gebetszeiten (3-4 Std.), Einzelgespräch, Eucharistiefeier, durchgängiges Schweigen.

Termin: Mo **13.07.** (18 Uhr) bis So **19.07.2020** (nach d. Frühstück)
Leitung: Pfr. Erwin Neumayer, Sr. Theresia Hoiß MC
Kosten: Kursbeitrag 120,00 € + Pensionskosten

Juli

Atmen – Schweigen – Sein

Eine Woche in Achtsamkeit und schweigend miteinander verbringen: Im Üben unseres Leibes, lauschend, was der Atem uns lehrt. Uns Raum geben und der Stille öffnen. Zeit haben und genießen.

Durchgehendes Schweigen, zweimal täglich Atemübungen, Teilen der Erfahrungen im hörenden Austausch, spiritueller Morgenbeginn und Tagesabschluss, Zeit für sich und Zeit zum Gehen und Sein in der Natur.

Termin: Mo **27.07.** (18 Uhr) bis Sa **01.08.2020** (nach d. Frühstück)
Leitung: Sr. Bärbel Thomä MC
Kosten: Kursbeitrag 140,00 € + Pensionskosten

Aug

Ignatianische Einzelexerzitien

Einzelexerzitien sind ein begleiteter Gebetsweg. In diesen geistlichen Übungen wird der ganze Mensch angesprochen. Diese intensive Zeit im Schweigen hilft, mit sich selbst und mit Gott in Begegnung zu kommen.

Das eigene Leben ordnet sich auf Wesentliches hin und kann Impulse erfahren, im Geist Jesu die Welt mitzugestalten.
Täglich: Persönliche Gebetszeiten (3-4 Std.), Einzelgespräch, Eucharistie- oder Wortgottesfeier, Wahrnehmungs- und Entspannungsübungen, durchgängiges Schweigen.

Termin: Mo **03.08.** (18 Uhr) bis Mi **12.08.2020** (nach d. Frühstück)
Leitung: Sr. Karolina Schweihofer MC, Sr. Maria Hofmann MC
Kosten: Kursbeitrag 180,00 € + Pensionskosten

Aug

Bibelwoche

„...wo aber der Geist des Herrn ist, da ist Freiheit ...“, 2 Kor 3,17
Geschichten von Menschen und ihren Erfahrungen mit Grenzen und ihrer Suche nach Freiheit.

Termin: Mo **17.08.** (15 Uhr) bis Fr **21.08.2020** (nach d. Abendessen)
Leitung: Mag. Ingrid Leitner, Pfr. Peter Hausberger
Kosten: Kursbeitrag 60,00 € + Pensionskosten

Okt

Wandern und Schweigen und ein Wort für den Weg

Wanderexerzitien mit 4-6-stündigen Wanderungen, biblischen Impulsen, gemeinsamen Gebetszeiten, Austausch in der Gruppe und Möglichkeit zum Einzelgespräch, durchgängigem Schweigen

Termin: Fr **02.10.** (18 Uhr) bis Mi **07.10.2020** (nach d. Frühstück)
Leitung: Sr. Karolina Schweihofer MC, Sr. Bärbel Thomä MC
Kosten: Kursbeitrag 140,00 € + Pensionskosten

Okt

Atemtage

Wenn die Tage kürzer werden, einkehren bei mir...

Der Leib ist unsere irdische Wohnung, der Ort unserer Gegenwart. Der Atem belebt und beseelt uns. In einfachen Übungen uns dem Atemge-schehen öffnen und so (wieder) zu uns selbst finden. Atemübungen, Austausch, freie Zeit, gemeinsamer Tagesbeginn- und Ausklang.

Termin: Fr **23.10.** (18 Uhr) bis Mo **26.10.2020** (nach d. Frühstück)
Leitung: Sr. Bärbel Thomä MC
Kosten: Kursbeitrag 80,00 € + Pensionskosten

Nov

Kontemplative Exerzitien

Kontemplation (Jesusgebet oder Herzensgebet) ist eine Weise des stillen Betens. Im gemeinsamen, absichtslosen Da-Sein und in der Ausrichtung auf die Gegenwart lassen wir Gott an uns wirken. Im einfachen Wahrnehmen was ist, in der Verbindung mit dem Atem, dem Lauschen in die Hände und Verweilen beim Namen. Gott ist da.

Grundlage sind die Wegschritte der kontemplativen Exerzitien nach P. Franz Jalics. Durchgehendes Schweigen, 4-6 stündiges Sitzen, Leib- und Atemübungen, schrittweise Hinführung, tägliche Wortgottes- oder Eucharistiefeier, Austausch und Einzelgespräch.

Termin: Mo **02.11.** (18 Uhr) bis So **08.11.2020** (nach d. Frühstück)
Leitung: Sr. Bärbel Thomä MC
Kosten: Kursbeitrag 120,00 € + Pensionskosten

Nov Atem und Stille

In der dunklen Jahreszeit dem Atem lauschen, der uns bewegt und belebt. Stille Meditation, Zeiten des Schweigens, Austausch und freie Zeit, christliche Impulse.

Termin: Fr **20.11.** (18 Uhr) bis So **22.11.2020** (nach d. Mittagessen)
Leitung: Sr. Mareile Hartl MC, Sr. Bärbel Thomä MC
Kosten: Kursbeitrag 80,00 € + Pensionskosten

Nov Ein-stimmung in den Advent

Innehalten, der be-sinnlichen Seite des Advents nachspüren und den Zusagen Gottes Raum geben.

Termin: Fr **27.11.** (18 Uhr) bis So **29.11.2020** (nach d. Mittagessen)
Leitung: Sr. Theresia Hoiß MC, Sr. Bärbel Thomä MC
Kosten: Kursbeitrag 60,00 € + Pensionskosten

Dez „weihnachtlich werden“

Besinnungswochenende mit der Katholischen Frauenbewegung Salzburg. Genauere Informationen dort.

Termin: Fr **04.12.** (18 Uhr) bis So **06.12.2020** (nach d. Mittagessen)
Leitung: Mag.a Olivia Keglevic, N. N.
Anmeldung: KFB, Kapitelplatz 6, 5020 Salzburg, Tel: 0662/8047-7530,
E-Mail: kfb@ka.kirchen.net
Kosten: Kursbeitrag über KFB + Pensionskosten

Dez Ignatianische Einzelexerziten

Einzelexerziten sind ein begleiteter Gebetsweg. In diesen geistlichen Übungen wird der ganze Mensch angesprochen. Diese intensive Zeit im Schweigen hilft, mit sich selbst und mit Gott in Begegnung zu kommen. Das eigene Leben ordnet sich auf Wesentliches hin und kann Impulse erfahren, im Geist Jesu die Welt mitzugestalten.

Tägl.: Persönliche Gebetszeiten (3-4 Std.), Einzelgespräch, Eucharistiefeier mit der Hausgemeinschaft, durchgängiges Schweigen.

Termin: Mo **07.12.** (18 Uhr) bis So **13.12.2020** (nach d. Frühstück)
Leitung: Sr. Theresia Hoiß MC
Kosten: Kursbeitrag 120,00 € + Pensionskosten

Dez Silvestertage 2020/2021

Den Jahreswechsel begehen, weg vom Alltag, mit stiller Zeit, Zeit in Gemeinschaft und Zeit zum Feiern. Anregungen zum Jahresrückblick und -ausblick.

Termin: Di **29.12.2020** (18 Uhr) bis Fr **01.01.2021** (ca. 11 Uhr)
Leitung: Sr. Mareile Hartl MC, Sr. Bärbel Thomä MC
Kosten: Kursbeitrag 80,00 € + Pensionskosten

Geschäftsbedingungen

Anmeldungen bitte schriftlich über das **Anmeldeformular** unserer Website. Mit dem Eingang einer **Anzahlung von 30€** auf unser Konto ist die Anmeldung verbindlich. Sie erhalten dann eine Anmeldebestätigung.

Die Bezahlung der Restkosten erfolgt bei Kursbeginn **bar oder durch Überweisung** vor dem Kurs.

Die Anmeldungen werden in Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Mit der Anmeldung verpflichten Sie sich zur **Teilnahme am ganzen Kurs**. Nicht in Anspruch genommene Leistungen, z. B. bei verspäteter Anreise, vorzeitiger Abreise, nicht eingenommene Mahlzeiten **erstatten wir nicht**.

Bei einer **Abmeldung** bleiben 30 € als Bearbeitungsgebühr im Haus der Besinnung. Sollte unsererseits der Kurs abgesagt werden, erhalten sie den vollen Betrag zurück.

Bei nur einer Übernachtung bitten wir aus ökologischen Gründen Bettwäsche und Handtücher mitzubringen. Ansonsten verrechnen wir einen Aufpreis von 5 €.

Finanzielle Gründe sollen **kein Hindernis** sein an unseren Kursen teilzunehmen. Bei Bedarf nehmen Sie bitte vorher mit uns Kontakt auf.

Unsere Bankverbindung:

Haus der Besinnung, Konto Nr. 1000300244
bei der Salzburger Sparkasse BLZ: 20404
IBAN: AT32 2040 4010 0030 0244; BIC: SBG SAT 2 S

Pensionskosten

Preis pro Tag und Person mit Vollpension:

Einzelzimmer mit Dusche + WC	€ 43,00
Einzelzimmer mit Etagedusche	€ 40,00
Doppelzimmer mit Dusche + WC	€ 40,00
Doppelzimmer mit Etagedusche	€ 37,00
Nachmittagskaffee mit Kuchen	€ 3,50
Ortstaxe pro Tag	€ 1,60

Für den Inhalt verantwortlich:
Sr. Bärbel Thomä MC
Haus der Besinnung Maria Kirchentäl, A-5092 St. Martin bei Lofer