

Dankbar leben...

ist das große Lebensthema von Bruder David Steindl-Rast.

in 3 Schritten...

stop – look - go

sich einüben in den Fließweg des Lebens

innehalten – innewerden – antworten, Dankbarkeit (er)leben.

Dieser Dreischritt ist das „Rezept“ von Bruder David Steindl-Rast für dankbar leben:

Stop – Innehalten und still werden sind unbedingt notwendig, bevor wir hinhorchen können auf das Leben, um voll und dankbar unsere Antwort zu geben, damit wir nicht an dem Geschenk des Augenblicks vorbeihasten.

Look – in unserer inneren Stille verankert, können wir jetzt, als zweiten Schritt, mit allen Sinnen wach werden für alles, was es gibt.

Go – durch unser bewusstes, echtes Tun Antwort geben.

Dankbar leben bedeutet immer und immer wieder diese 3 Schritte zu praktizieren: Stop – look – go / innehalten – innewerden – antworten.

im dankbar leben Begegnungsraum ...

teilen und erleben wir in einer Gemeinschaft unterschiedliche Erfahrungen im dankbar leben.

- Wir praktizieren gemeinsam immer wieder den Dreischritt.
- Wir sprechen von Herzen und hören mit dem Herzen zu.
- Wir begegnen einander auf Augenhöhe und kultivieren Herzensqualitäten.

Der achtsame Austausch, kurze Meditationen, Momente der Stille und inspirierende Texte helfen uns im Hier und Jetzt Dankbarkeit zu erfahren und zu (er)leben.

Termine 1. Halbjahr 2023

Die Treffen finden jeweils an Freitagen in der Zeit von 19:00 – 20:30 Uhr statt, in einem Abstand von ca. einem Monat.
6.1. / 3.2. / 10.3. / 21.4. / 12.5. / 23.6.

Die Treffen finden online über Zoom und an manchen Terminen auch als Präsenzveranstaltung im Raum Graz und Graz Umgebung statt.

Wer kann teilnehmen?

Alle, denen Dankbar leben ein Herzensthema ist.

Anfragen und Anmeldungen

per Email an christine.minixhofer@dialogus.at.

Wenn du magst, kannst du in den dl Verteiler eingetragen werden. Dann bekommst du regelmäßig eine Einladung zu den einzelnen Terminen.

Die Teilnehmer*innenzahl ist jeweils auf 10 Personen beschränkt.

Kostenbeitrag

Die Teilnahme ist kostenfrei. Bei Treffen in einem Seminarraum bitten wir um eine kleine Spende zur Deckung der Raumkosten.

Gastgeber*innen

Christine Minixhofer und Team: Marion Igl, Hans Riegler, Monika Vučsak



Christine Minixhofer, MSc

www.dialogus.at

christine.minixhofer@dialogus.at

+43 699 / 88 46 75 44

Wir freuen uns auf Dich!

© Carolin Bohn

„Was uns geschenkt wird,
macht uns erst dadurch dankbar,
dass wir die Gelegenheit wahrnehmen,
uns daran zu freuen.
Das entscheidende Wort
für dankbares Leben heißt
Gelegenheit.“

(Bruder David Steindl-Rast OSB)



mehr über und von David Steindl-Rast
<http://www.dankbar-leben.org/>
<https://www.bibliothek-david-steindl-rast.ch/>
<https://gratefulness.org/brother-david/about-brother-david/>

Herzliche Einladung



dankbar leben - Begegnungsraum
nach Bruder David Steindl-Rast

Termine 1. Halbjahr 2023
Online über Zoom
bzw. in Präsenz im Raum Graz