



Gewahrsein des Herzens

Kontemplative Exerzitien für Frauen und Männer

11.7.2026, 14.00 – 17.7.2026, ca. 13.30

Wir sind eingeladen innezuhalten auf unserer Lebensreise und den Herzraum zu weiten, um uns ergreifen zu lassen vom Unaussprechlichen Geheimnis. Dazu ist es hilfreich uns aus dem Alltag zurückzuziehen und in die Stille einzutauchen. Wir dürfen Einkehren in die Gegenwart, die alles durchdringt und Vertrauen schöpfen für unsere Reise als MystikerInnen des Alltags.

Spuren: Mich in die Gegenwart Gottes hinein entspannen, in die Stille eintauchen und immer mehr Hörende/r werden. Ganz im Hier und Jetzt präsent sein und das öffnende, nicht wertende Gewahrsein des Herzens einüben. Mich von MystikerInnen inspirieren lassen, um dem lebendigen Urgrund auf die Spur zu kommen und mich vom unaussprechlichen Geheimnis Gottes berühren und überraschen zu lassen. Von dieser Erfahrung aus, auf meinen Alltag schauen, neue Perspektiven entwickeln und Klarheit gewinnen, wie das große Geheimnis sich durch mich in die Welt hinein ausdrücken möchte.

Elemente: Hinführung und Einüben von Meditation und Achtsamkeitspraxis. Dabei helfen uns: Körperwahrnehmungs- und Entspannungsübungen, Gehmeditation, gemeinsame Sitzmeditation, Tanz als spirituelle Praxis, Bewegung und Sein in der Natur, kurze Impulse aus unterschiedlichen mystischen Traditionen, Stille, einfache liturgische Feiern und Austausch in der Gruppe. Jede/r soll auch ausreichend Zeit für sich haben ... Wir werden die Tage im Schweigen verbringen. Auf Wunsch: Begleitung durch Einzelgespräche
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, alle die Sehnsucht danach haben, das Gewahrsein des Herzens zu erfahren, sind herzlich willkommen.

Leitung: Mag^a Birgit Schmidt: Theologin, spirituelle Begleitung, Exerzitienleitung, Psychotherapeutin

Vollpension: Vollpension im EZ mit DU/WC: €105.-/ Tag

Kursbeitrag: €350.- €710 Euro nach eigenem Ermessen und Möglichkeiten

Ort: Klostergut Kronburg Zams: Bitte die Zimmer selbst unter +43 5442 63345 oder info@klostergut-kronburg.at buchen. Spätestens bis 1.6.2026

Nähere Informationen und Anmeldung:

Mag^a Birgit Schmidt: Hafnerriegel 70, 8010 Graz. Tel. 0699/81793291, e-mail: birgit.schmidt@joyces.at

Anmeldeschluss: 20.5.2026