

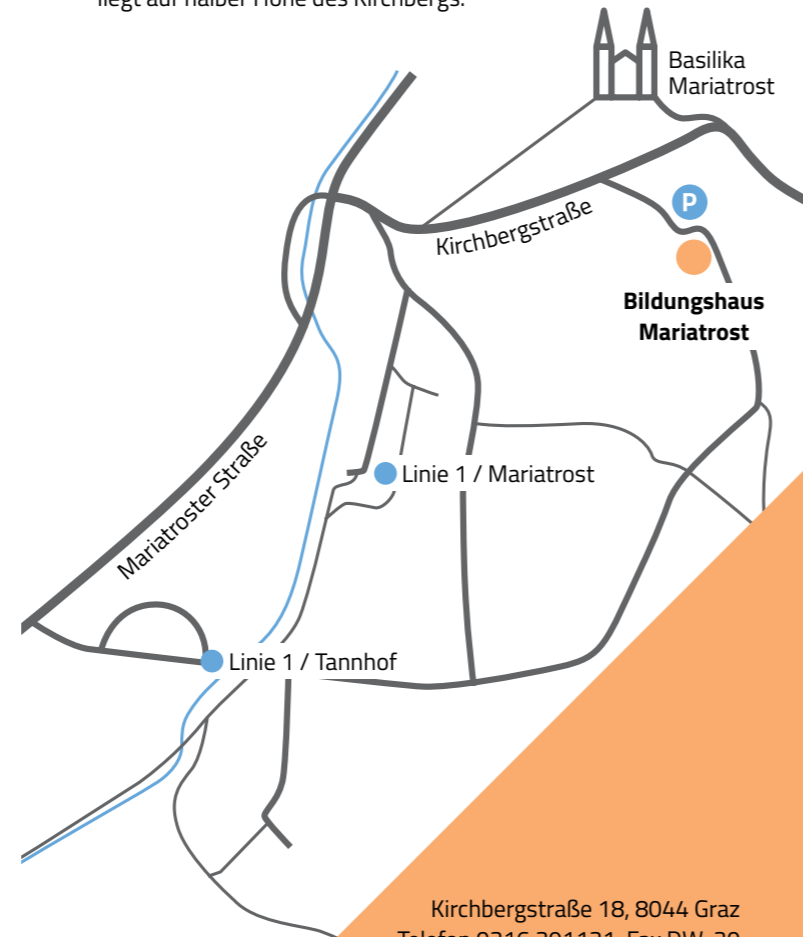


So erreichen Sie uns:

Mit Bim und Bahn: Hauptbahnhof Graz, mit der Straßenbahnlinie 1 zur Station Tannhof (leicht ansteigender, 10-minütiger Fußweg) oder zur Endstation Mariatrost (stark ansteigender, 5-minütiger Fußweg).

Öffi-Bon: Mit einem gratis Kaffee oder Tee bedanken wir uns für Ihre umweltfreundliche Anreise mit den öffentlichen Verkehrsmitteln. Einfach am Tag der Anreise das entwertete Fahrticket in der Rezeption vorweisen.

Mit dem Auto: Vom Zentrum kommend in Richtung Weiz bis zur Basilika Mariatrost. Das Bildungshaus liegt auf halber Höhe des Kirchbergs.



Kirchbergstraße 18, 8044 Graz
Telefon 0316 391131, Fax DW-30
DVR-Nr. 002987/1024
office@mariatrost.at

www.mariatrost.at

Kompaktausbildung

Green Meditation®

Grundstufe 2018

Kompaktausbildung zur Lehrerin / zum Lehrer für meditatives Naturerleben und leibnahe Achtsamkeit

Termine:

Seminar 1:

Freitag, 13. April, 15.00 Uhr bis
Sonntag, 15. April 2018, 12.30 Uhr

Seminar 2:

Freitag, 15. Juni, 15.00 Uhr bis
Sonntag, 17. Juni 2018, 12.30 Uhr

Seminar 3:

Freitag, 13. Juli, 15.00 Uhr bis
Sonntag, 15. Juli 2018, 12.30 Uhr

Seminar 4:

Freitag, 21. Sept, 15.00 Uhr bis
Sonntag, 23. Sept. 2018, 12.30 Uhr

An allen Freitagen und Samstagen sind Abendeinheiten vorgesehen.

Teilnahmebeitrag: € 1.240

Begrenzte Teilnehmerzahl;
Anmeldung bis 1. März 2018 erforderlich!

*Natur muss man spüren,
will man sie lieben und achten
lernen.*

Hilarion Petzold

Kooperationspartner:

Europäische Akademie für
psychosoziale Gesundheit EAG®



BILDUNG & BEGEGNUNG
BILDUNGSHAUS
MARIATROST

Inhalt & Ziele

Natur hat über die gesamte Menschheitsgeschichte hin das „Naturwesen Mensch“ bestimmt und geprägt. Die Menschnatur ist in all ihren Möglichkeiten des Suchens und Findens, des Erfindens und Gestaltens aus der Gesamtnatur hervorgegangen, aus dieser Welt des Lebendigen.

Die Seminarreihe will den Kontakt mit der Natur revitalisieren und greift dabei auf meditative Techniken zurück, die die Integrative Therapie aus alten Quellen der Naturmeditation geschöpft hat und für den Kontext unserer spätmodernen Gegenwart entwickeln konnte. Dabei wurde besonders das Erfahren der „Grünkraft“ (viriditas) und des Naturerlebens, die Hildegard von Bingen, beschrieben hat, mit dem meditativen Dreischritt „Besinnung, Betrachtung, Versunkenheit“ systematisiert und vertieft.

In allen vier Seminaren wird dieser „Dreischritt ins Grün“ eingeübt und seine Resonanz mit Arbeit in „kreativen Medien“ verbunden. Die Seminarreihe verbindet Methodik, Selbsterfahrung und Theorie in einer Weise, dass sie zum persönlichen Wachstum beiträgt und zugleich in der Gesundheitsförderung und der Psychotherapeutischen Praxis eingesetzt werden kann.

1.Seminar:

Fr, 13.4.2018, 15.00 Uhr bis So, 15.4.2018, 12.30 Uhr
Die Weisheit der Natur – Sinn- und Herzenerfahrungen

Natur umfängt uns. Am intensivsten wird uns das bewusst bei Erfahrungen des „Eintauchens“ – in die Stille und das Grün des Waldes, in das Erspüren unserer eigenen Leiblichkeit. Natur ergreift uns „leibhaftig“. Sie bringt uns in Kontakt mit sich, mit der Umwelt und mit uns selbst.

In diesem einführenden Seminar werden in meditativer Übung und mit imaginativen Techniken Wege erschlossen, die „Grünkraft“ und die heilsamen Wirkungen der Natur zu nutzen und sich der „Weisheit der Natur“ anzunähern, um die persönliche Weisheit und Lebenskunst der Teilnehmenden voranzubringen.

2.Seminar:

Fr, 15.6.2018, 15.00 Uhr bis So, 17.6.2018, 12.30 Uhr
Die Schönheit der Natur

Natur ist uns in unserem tiefsten Wesen nahe, weil wir Teil der Natur sind, und sie spricht uns aus eben diesem Grunde an mit ihrer Schönheit. Wir erleben Naturschönheit sanft, zart, wild, großartig, überwältigend. Sie berührt uns Menschen bis in die Tiefen seelischen Empfindens.

Wir wollen in diesem Seminar in meditativen Übungen solchen innerseelischen Eindrücken biographisch erlebter Naturschönheit nachgehen. Wir werden in Landschaftserleben, in Erfahrungen mit Lebendigem – Pflanzen, Bäume, Wasser, Wind – unsere Erlebnisfähigkeit meditativ vertiefen lernen und unsere Resonanzen in der Arbeit mit kreativen Medien zu fassen suchen. Naturschönheit, meditativ erschlossen, kann so eine Quelle der Gesundheit, des Friedens und des Glücks werden, die uns im Alltag trägt.

3.Seminar:

Fr, 13.7.2018, 15.00 Uhr bis So, 15.7.2018, 12.30 Uhr
Das Heilsame der Natur

Der Arzt kuriert, die Natur heilt! Diese antike Weisheit bezieht sich nicht nur auf unsere leibliche Natur, sondern auf unsere „Leibnatur in der Natur“, in der sie sich über die Hominisation, die menschliche Evolution entwickelt hat. Natur bietet alles, was der Mensch braucht. Naturmangel (nature deficit syndrome) tut Menschen nicht gut. Dieser Mangel kann in meditativer „Besinnung“ spürbar gemacht werden, verdrängte Natursehnsucht wird geweckt und motiviert zur „Suche nach Natur“. Das Seminar will Achtsamkeit für die eigene Natur, will Natursehnsucht wecken, und in Landschaftserfahrungen für die eigene Lebensführung und PatientInnenarbeit fruchtbar machen.

4.Seminar:

Fr, 21.9.2018, 15.00 Uhr bis So, 23.9.2018, 12.30 Uhr
Abschluss-Retreat

Schweige-, Sitz- und Gehmeditation in der Natur
Naturvölker haben uns im Umgang mit der Natur vieles voraus. Der Mensch in einer natürlichen Umwelt, das überlebenswichtige Lesen der Signale und Botschaften der Natur, war eine ständige Herausforderung, aber auch eine kreative Aufforderung und Einladung zu einem sich hingebenden Fließen, einem „flow“, einem „conflux“ als Zusammenströmen etwa in das Grün von Wiesen. Teil der Natur sein wird zur Sinn stiftenden Erfahrung. Das Ko-Respondenz-Modell der Integrativen Therapie findet hier ein archaisches Vorbild. In diesem Seminar werden wir uns in der umgebenden Natur des Bildungshauses Mariatrost auf die „Suche nach uns selbst“ machen, einen „medicine walk“, wie die Indianer sagen, unternehmen, immer mit Sequenzen grünmeditativen Verweilens.



SEMINAR 1:
Elisabeth Klempnauer,
Lehrbeauftragte für Green Meditation®
und Poesietherapie EAG.



SEMINAR 2:
Ilse Orth, Dipl. Sup. MSc
in Integrativer Therapie, EAG
Lehrtherapeutin,
Internationale Lehrtätigkeit.



SEMINAR 3:
Univ.-Prof. Dr.mult. Hilarion G. Petzold,
emer. Univ.-Prof. für Psychologie
(Amsterdam, Krems), appr.
Psychotherapeut, Begründer der
Integrativen Therapie, Mitgründer
und wiss. Leiter der EAG.



SEMINAR 4:
Thomas Ullrich, Dipl. Sozialarbeiter,
Fachbereichsleiter Supervision und
Organisationsentwicklung der EAG.

Organisation und Begleitung: Mag. Anna Ebenbauer