



Foto: Robert Graf – Langschlag, Waldviertel, August 2019

## Liebe Freund\*innen des österreichischen Netzwerks Dankbar leben!

Wie die Zeit vergeht! Vor 3 Monaten schon wollte ich den nächsten Info-Brief herausgeben. Doch mein (Arbeits)leben hat mich so in Anspruch genommen, dass ich erst jetzt wieder den inneren und äußeren Raum finde, den nächsten Infobrief zu gestalten. In einem der letzten Gesprächskreise bei Gerlinde meinte Peter, nach so einer inspirierenden Runde fühle er sich wie an einer **«Dankstelle»**. Wie treffend!! Ich hoffe, dieser Infobrief ist für Dich wieder eine DANKSTELLE im wahrsten Sinne des Wortes: Dich mit der Kraft der Dankbarkeit aufzutanken für das ganz alltägliche Leben. Jetzt und jetzt und schon wieder jetzt..... Oder wie Joana Macy schreibt: «Mit der Dankbarkeit beginnt alles...».

In dieser diesmal übervollen Ausgabe findest Du die neuesten Informationen zu den **Filmabenden** «Erfülltes Leben – wenn die Schale überfließt», zu **neuen Dankbar leben Gesprächsrunden**, zu einem jüngst erschienenen **Buch** von Br. David Steindl-Rast, zu unserem nächsten **Wandertag**, zu **Workshops**, die wir veranstalten und vieles mehr. Viel Vergnügen!

### 1. Kinofassung “Erfülltes Leben – wenn die Schale überfließt”

Brigitte Kwizda-Gredler und Hans Fuchs sind seit geraumer Zeit auf Filmreise mit der auf 80 min gekürzten Kinofassung in Österreich. Vorgesehen sind für Herbst auch Vorführungen in Deutschland, u.a. in Aachen und Billerbeck, und vielleicht auch bald in Freiburg. Näheres findest Du unter <https://www.lernwelt.at/partner/erfuelltes-leben/index.php> und auf der Facebook-Seite für „Erfülltes Leben“: [https://www.facebook.com/Er%C3%BClltes-Leben-244365966466902/?modal=admin\\_todo\\_tour](https://www.facebook.com/Er%C3%BClltes-Leben-244365966466902/?modal=admin_todo_tour)

### 2. Rückblick Regionaltreffen zum Online Summit Pioneers of Change am 28.3.2019 von 18.00 – 21.00h

Im Anschluss an das Interview mit Br. David bei den «Pioneers of change» fand bei Gerlinde ein erstes Info-Treffen zu unserem Netzwerk Dankbar leben in Wien statt. Wir waren zu zehnt und haben neue Interessent\*innen in unseren Gesprächskreis «hineinschnuppern» lassen. Vielleicht ist das eine Idee für andere Gastgeber\*innen, auf ihre Dankbar leben-Runde aufmerksam zu machen?

# Netzwerk der Europäischen dankbar leben – Gruppen

## 3. Workshop für angehende Gastgeber\*innen vom 31.8. – 1.9.2019 im Europakloster Gut Aich

Als Mitglied des Kernteams «Europäisches Netzwerk Dankbar Leben» bin ich auch Mitveranstalter des internationalen Workshops in Gut Aich. Wir beginnen um 13.00h und schließen um 12.30h am zweiten Tag.

Mit heutigem Tag sind 26 Teilnehmer\*innen angemeldet, davon etliche auch aus Deutschland. Der Workshop wird so ähnlich ablaufen wie unser «nationaler» Anfang Februar, doch freue ich mich auf das Kennenlernen vieler neuer Kolleg\*innen, auf den besonderen Ort Europakloster, auf die Vernetzung über unsere Grenzen hinaus, auf das Mitwirken meiner Kolleginnen Mirjam und Tina aus Freiburg und (wie schon zuletzt) von Hans-Günther aus Wien, auf neue Ideen, wie Dankbar leben-Gruppen ihr Zusammensein noch gestalten können. Es sind noch 4 Plätze frei, vielleicht fühlst du dich angesprochen, Gastgeber\*in zu sein? Dann melde Dich bitte noch diese Woche an. Näheres auf der Startseite [www.dankbar-leben.org](http://www.dankbar-leben.org).

Auf kurzem Weg auch bei mir (sende das Anmeldeformular an meine Mailadresse). Der Workshop wird kostenfrei angeboten, wir bitten um eine Spende zur Abdeckung der Kosten für die Pausenverpflegung.

## 4. Dankbar Leben Wandertag am Sonntag, 22.9.2019 – im Raum Gloggnitz NÖ – bitte gleich anmelden!

Die Organisation des heurigen Wandertags haben erfreulicherweise Claudia, Siegrid und Walter übernommen. Wie wunderbar! Vielen, vielen Dank! Sie haben sich – meiner Meinung nach – etwas Besonderes einfallen lassen, das wirklich für jede/ jeden zu machen ist. Eine Wanderung zum Künstler-Landgut Gasteil in Prigglitz bei Gloggnitz und Wanderung zur Kleewiese. Landschaftlich ein Traum, leicht zu gehen (ich vermute einmal...)... aber bitte lies [hier](#) selbst. Walter hat den Tag ausführlich für uns beschrieben. Bitte melde Deine Teilnahme an Claudia Stahl [cs@claudiastahl.at](mailto:cs@claudiastahl.at) bis 31.8.2019!



## 5. Workshop für Unternehmer\*innen am 16. November 2019 im Europakloster Gut Aich

Schon 2016 hatten wir im Kernteam Europäisches Netzwerk Dankbar leben die Idee, die Haltung dankbar leben auch in Organisationen und Unternehmen hineinzutragen. Nun «hat es sich ergeben», dass ich im Frühjahr Gerhard Peham und Helmut Feilmayr [www.dieschatzsucher.eu](http://www.dieschatzsucher.eu) kennengelernt habe. Sie waren auf der Suche nach einer Dankbar leben-Runde im Raum Linz. Im Gespräch hat sich ihr Interesse gezeigt, etwas für Unternehmer\*innen auf die Beine zu stellen. So ist die Idee entstanden, einen experimentellen Workshop für Unternehmer\*innen im Europakloster Gut Aich anzubieten, der der Frage nachgehen wird, in wie weit Dankbarkeit / die Haltung eines dankbaren Lebens eine Schlüsselkompetenz für eine erfolgreiche Unternehmensführung sein kann. Eingeladen sind alle Unternehmer\*innen, die sich einen Tag lang in dialogischen Runden mit Gleichgesinnten zu diesem Thema austauschen möchten.

Wenn Du interessiert bist, dann nimm bitte mit Gerhard Peham [gerhard@dieschatzsucher.eu](mailto:gerhard@dieschatzsucher.eu) Kontakt auf.

Eines darf ich jetzt schon ankündigen: Br. David Steindl-Rast hat sein Kommen zum Auftakt des Workshops bereits zugesagt.

## 6. Neues Buch «Du großes Geheimnis» von Br. David Steindl-Rast

Der Vier-Türme-Verlag hat uns freundlicherweise eine Leseprobe daraus zur Verfügung gestellt. Herzlichen Dank! Euch viel Freude daran. Das Buch ist im guten Buchhandel erhältlich.



Gebete zum Aufwachen (2019)

David Steindl-Rast

Leseprobe

Gebundene Ausgabe, ISBN 978-3-7365-0227-7 / ©Vier-Türme GmbH, Verlag, Münsterschwarzach, 2019

## 7. Neues aus dem Dankbar Leben Netzwerk Österreich

**Bernhard Köll und Freunde** laden nach Salzburg, Bildungshaus St. Virgil ein. Tel. 0650 900 2727, 5026 Salzburg, St. Virgil, Ernst-Grein-Straße 14, Meditationsraum, jeweils Freitag von 19.00-21.30 Uhr

Termine: ab Freitag 15.3. und 29.3. (im Weiteren regelmäßig 14tägig geplant). Teilnahme kostenlos.

Freiwillige Spenden zur Deckung der Raumkosten erbeten.

Bitte um Anmeldung per sms oder Anruf: Bernhard Köll 0650 900 2727

„Wir möchten die Qualität der Dankbarkeit in uns stärken“

Gedachter Ablauf: Stille/Meditation/angeleitete Meditationen auf Dankbarkeit - Texte/Gedichte/

Gebete zur Dankbarkeit - Dankbarkeitsübungen/ev. in Kleingruppen - ev. Dankbarkeitslieder

**Brigitte Steingruber und Elfi Henkel-Schartner** laden herzlich zu einem Dankbar leben – Kreis Im Sinne von Bruder David Steindl-Rast ein.

WANN: Jeden ersten Montag im Monat von 19.30 – 21.30 Nächste TERMINE 2019: 2.September, 7.Oktober, 4.November, 2.Dezember 2019.

WO: Bei Elfi Henkel-Schartner, Hochgreitweg 22, 8046 Stattegg, Steiermark

**Herzlich Willkommen!**

**Peter König** legt mit 5.9.2019 die Leitung seiner Gruppe in Linz zurück. Er ist sehr interessiert, einen Nachfolger/eine Nachfolgerin zu finden. Interessierte nehmen bitte direkt Kontakt mit Peter auf.

Herzlichen Dank Peter für Deine Initiative und den Mut, ohne Erfahrung eine Gruppe ganz alleine in Linz zu gründen, die du erfolgreich bis jetzt geleitet hast!

## 8. Buchtipp Liv Larsson «Dankbarkeit, Wertschätzung und Glück – auf dem Weg zu einem neuen Lebensstil»

Von Bernhard Köll stammt auch der Tipp zu diesem Buch. Danke Bernhard! Was mir besonders gefällt: Liv Larsson verbindet die Haltung der Dankbarkeit mit der Haltung der Gewaltfreien Kommunikation.

Aus der Amazon-Beschreibung: *In unverfälschter, von Herzen kommender Dankbarkeit liegt eine ungeheure Kraft. Sie nährt unsere Beziehungen, verdeutlicht uns, was im Leben wichtig ist und worauf wir verzichten können. Allerdings haben die meisten Menschen eine Denkweise verinnerlicht, die dem natürlichen Dankbarkeitsfluss im Weg steht. So denken wir, wir verdienen etwas und es sei nicht mehr als recht und billig, das zu bekommen, was uns zusteht. Durch eine solche Haltung gehen uns die Fähigkeit zur Dankbarkeit und ihr produktives Potenzial immer mehr verloren. In diesem Buch ist ein 52-wöchiges Übungsprogramm enthalten, das hilft, die „Dankbarkeitsmuskeln“ zu stärken. Es basiert u.a. auf Ansätzen aus der Gewaltfreien Kommunikation und der Positiven Psychologie.*

# Netzwerk der Europäischen **dankbar leben** – Gruppen



Taschenbuch: 176 Seiten

Verlag: Junfermann Verlag; Auflage: 1 (14. Oktober 2016)

ISBN-10: 3955714861, ISBN-13: 978-3955714864

## **9. NEU: Berichte aus den Gesprächskreisen – hier ist Platz für Dich und Deinen Bericht «was ich euch gerne sagen möchte»**

Hier lade ich zu einem Austauschforum aus den Gruppen ein. Jede(r) Gastgeber\*in, jede Gruppe gestaltet ihren Kreis vielleicht etwas anders als andere. Ich kann mir vorstellen, dass es für andere inspirierend ist zu hören, wie Gesprächskreise noch gestaltet werden können. Bitte sende mir deinen Beitrag einfach per Mail. Ich veröffentliche ihn in der nächsten Ausgabe des Info-Briefs.

## **10. Fokus zum Tag in der Online-Bibliothek David Steidl-Rast OSB**

Ich möchte nochmals auf die unglaubliche Schatzkiste von Klaudia Menzi-Steinbergers Online-Bibliothek David Steidl-Rast OSB hinweisen. Sie stellt seit 18.2.2019 neben den Wort-Fokussen auch kurze Audiomitschnitte aus dem Archivmaterial von Br. David auf ihrer Website vor. Hier ein kleiner Appetizer mit dem Fokus zum Tag vom 10.3.2019:



### FOKUS ZUM TAG

*Je wacher wir werden gegenüber dem Segen, der in uns hineinfließt durch alles, das wir berühren,  
desto mehr wird unsere eigene Berührung Segen bringen.  
Schönheit, die gesehen wird, macht den, der sie sieht, schöner.*

.....Achtsamkeit des Herzens von David Steidl-Rast

## 11. Ein Hoch auf die Dankbarkeit

Aus dem Netzwerk (danke Dorothea, danke Edeltraud) erhalte ich den Hinweis, dass in der letzten Wochenendausgabe der «Presse» - Management & Karriere dieser Beitrag erschienen ist:



Die Haltung des Dankbaren Lebens breitet sich aus.....

## 12. Weitere Buchempfehlungen



«**Dankbar leben**» – Ein inspirierendes Praxisbuch von David Steindl-Rast OSB  
Broschiert: 180 Seiten. Verlag: **Vier-Türme-Verlag**; Auflage: 1 (1. August 2018)  
ISBN-10: 9783736501324, ISBN-13: 978-3736501324

## 13. Weiterführende Links:

[www.dankbar-leben.org](http://www.dankbar-leben.org)  
[www.gratefulness.org](http://www.gratefulness.org)  
<https://www.bibliothek-david-steindl-rast.ch/>  
<https://zivotuzahvalnosti.net/>  
<https://gratefulness.org/international-partners-dankbaar-leven/>  
<https://www.viviragradecidos.org/>  
<http://viveragradecidos.org/>  
<https://www.europakloster.com/>  
<https://gratefulness.org/about/international-partners/cn/>

Österreich, Deutschland, Schweiz  
U.S.A.  
Schweiz  
Kroatien  
Niederlande  
Argentinien  
Brasilien  
Österreich  
China