



SATI-INSTITUT LÄDT EIN  
SONNTAGSGESPRÄCHE

ERÖFFNUNG  
VERTRAUEN IST EINE OASE DES HERZENS  
SONNTAG, 12. MÄRZ 2017, 10 – 14 UHR

*Sati*  
Institut für Achtsamkeit  
[www.sati-institut.at](http://www.sati-institut.at)

Termine 2017: 12.3. / 11.6. / 24.9. / 3.12.  
jeweils Sonntag, 10 – 14 Uhr

**Leitung** / Bernhard Hubacek, Psychotherapeut,  
meist gemeinsam mit Ingrid Hubacek-Stenmo  
(je nach zu erwartender Größe)

**Wo** / Sati-Institut für Achtsamkeit, 1140 Wien  
Onno Klopp Gasse 6/3 (Therapiezentrum Zentrum OK)

**Kostenbeitrag** / 40,- bis 70,- je nach Selbsteinschätzung

**Anmeldung** / Bernhard Hubacek, behubacek@gmail.com

Die Kultivierung von Achtsamkeit und (Selbst-)Mitgefühl stärkt Vertrauen in das Leben. So ist Vertrauen die bewusste Bereitschaft, sich offen und berührbar zu halten, für das was in jedem Augenblick geschieht.

Was tun wir aber, wenn unser Vertrauen an Grenzen stößt? Wie können wir aus vergangenen oder gegenwärtigen Vertrauenskrisen lernen? Und welcher inneren Wahrheit vertrauen wir in unruhigen Zeiten des Wandels wirklich?

In den Sonntagsgesprächen arbeiten wir mit kurzen Impulsvorträgen, meditativen Übungen und freuen uns auf regen Gedankenaustausch in der Gruppe. Vielleicht gelingt es auf diese Weise Vertrauen als eine „Oase des Herzens“ (Khalil Gibran) erfahrbar zu machen.