

# PROGRAMM 2025

 **EXERZITIENHAUS**  
LEITERSHOFEN

*Da.sein*

# Exerzitionen & Stille

Innehalten und zur Ruhe kommen, Kraft schöpfen aus Stille und Gebet. Denn wer sich auf den liebevollen Gott ausrichtet, findet zu sich selbst. Wählen Sie aus einem vielfältigen Angebot: Ignatianische Einzel-exerzitionen, Exerzitentage, Exerzitionen mit Impulsen, Kontemplation, Geistliche Tage, Stille Tage und mehr.

# Brautleutetage

Ehevorbereitungsseminare der Ehe- und Familienseelsorge der Diözese Augsburg (EFS)

# Kunst & Kreativität

Leben ist vieldeutig und bunt. Deshalb suchen Menschen nach verschiedenartigen Ausdrucksformen für innere Bewegung, Erlebnisse und Momente des Unbegreiflichen. Der von Gott geschenkten Kreativität freien Lauf lassen – aktiv im Erschaffen eines Kunstwerks oder genießend wie beim Hören von Musik oder Betrachten eines Bildes.

## Bewegen & Vertrauen

Körperliche und geistige Prozesse beeinflussen sich gegenseitig. Balance können wir finden, wenn wir uns als Ganzes wahrnehmen, Kraft und Anstrengung ebenso wie Entspannung und Loslassen. Dabei hilft uns auch das Erleben der Schöpfung Gottes. Gönnen Sie sich eine Auszeit für Leib und Seele.

## Persönlichkeit & Leben

Menschen sind von Gott mit Ressourcen, Fähigkeiten und Visionen beschenkt. Diese gilt es von Zeit zu Zeit zu entdecken und zu entfalten, damit das Leben reicher und vielseitiger werden kann. Ermöglichen Sie sich Zeiten der Reflexion, des Gebets und des inneren Wachstums.

# Inhalt

Editorial . . . . .	1
hoffen?! – und heil werden . . . . .	2
Veranstaltungen . . . . .	4
„Leitershofer Dialog“ . . . . .	5
Geistliche Begleitung . . . . .	6
■ Exerzitien & Stille . . . . .	8
— Ignatianische Einzelexerzitien . . . . .	10
— Exerzitien mit Impulsen . . . . .	12
— Exerzitientage . . . . .	16
— Geistliche Tage . . . . .	18
— Kontemplation . . . . .	22
— Stille Tage . . . . .	25
— Oasentage für Priester. . . . .	28
— Exerzitien im Alltag . . . . .	30
— 24h-Auszeit . . . . .	32
■ Persönlichkeit & Leben . . . . .	34
■ Kunst & Kreativität. . . . .	42
■ Bewegen & Vertrauen . . . . .	50
■ Brautleutetage . . . . .	58
Zu Gast im Exerzitienhaus Leitershofen . . . . .	60
Chronik in Kürze . . . . .	66
Team, Referentinnen und Referenten . . . . .	68
Anmeldeformular zum Heraustrennen. . . . .	77
Anfahrt . . . . .	79
Terminübersicht . . . . .	80
Kontakt. . . . .	83

# Liebe Besucherinnen und Besucher des Exerzitienhauses,

das Verb „hoffen“, bewusst versehen mit einem Fragezeichen und einem Ausrufezeichen, will das Leitwort unseres diesjährigen Programmangebots sein. Das hat einen tieferen Grund: Das Jahr 2025 ist in der römisch-katholischen Kirche ein besonderes, ein Heiliges Jahr (vgl. die Erklärung auf den folgenden Seiten). Es steht weltweit unter dem Motto „Pilger der Hoffnung“. Für unser Exerzitienhaus wollten wir dieses Motto zuspitzen und vertiefen. Wenn Sie unser Programmheft durchblättern, werden Sie merken, dass in zahlreichen Veranstaltungen und Titeln Variationen unseres Leitworts zu finden sind.

Wir wollen nun unsererseits hoffen, dass für Sie das eine oder andere Angebot reizvoll und heilsam sein wird.

Im Namen unseres gesamten Teams darf ich Sie herzlich grüßen und bei uns willkommen heißen.



Dr. Christian Hartl,  
Direktor



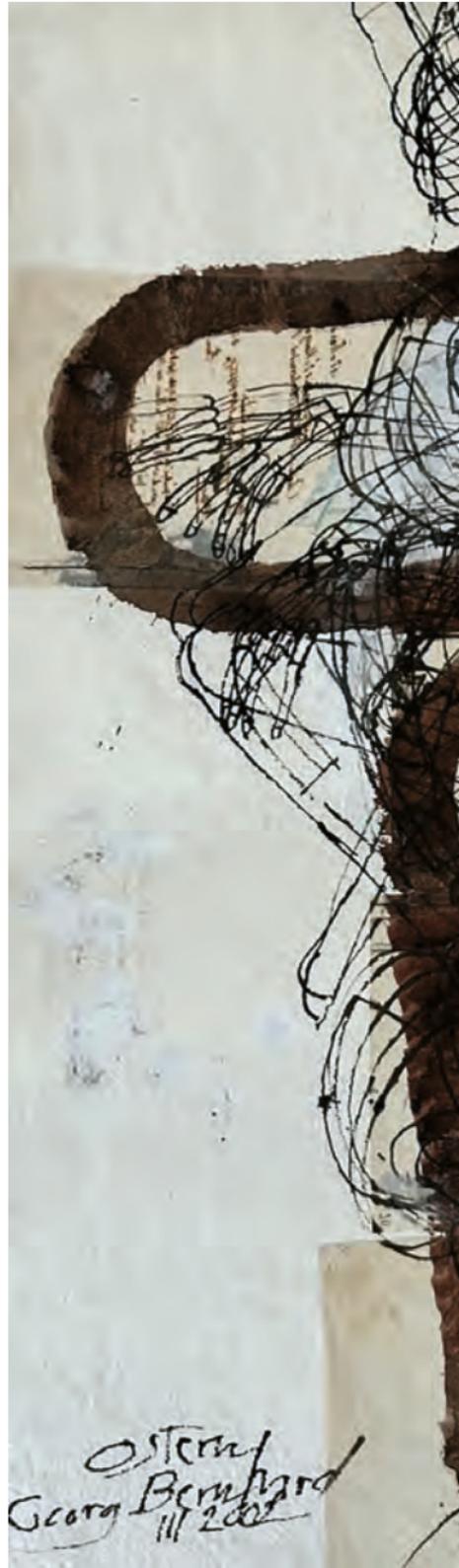
# hoffen?! – und heil werden

Das Jahr 2025 wird in der römisch-katholischen Kirche als Heiliges Jahr gezählt. Was verbirgt sich hinter dieser Bezeichnung?

Bereits im Jahr 1300 hatte Papst Bonifaz VIII. erstmals ein solches „heiliges Jubeljahr“ ausgerufen. Seit dem 15. Jahrhundert wird es im Rhythmus von 25 Jahren wiederholt.

Die katholische Tradition aber schreibt im Grunde eine jüdische Überlieferung fort: Denn im Judentum war ursprünglich alle acht Jahre ein Brachjahr für Felder, Weinberge und Ölberge vorgeschrieben (vgl. Ex 23,10 f). Eine durchaus sinnvolle Regelung in einer agrarischen Gesellschaft! Das Brachjahr wurde später zum Erlassjahr, das nun alle 50 Jahre gefeiert wurde und einen Schuldenerlass vorsah sowie einen Besitzausgleich an Land für alle Israeliten (vgl. Lev 25, 8–55). Nun ging es um Recht und Gerechtigkeit, aber auch um eine heilvolle Gegenwart und Zukunft für alle.

Schon in diesen wenigen Hinweisen finden sich wichtige Aspekte für ein gelungenes geistliches Leben: Denn für sich einen guten Rhythmus zu pflegen, einen Ausgleich zwischen Arbeit und Freizeit, zwischen Aktivität und Gebet, das tut gut und ist heilsam. Sodann: Mit Schuld zurechtzukommen,



mit der eigenen und der durch andere Menschen erfahrenen, das stellt eine große Herausforderung dar. Wann gilt es, zu kämpfen, und wann sollten wir etwas „erlassen“ oder zumindest loslassen? Dieses Abwägen

hat für uns persönlich meist auch mit Recht und Gerechtigkeit zu tun. Aber es geht auch um weltweite Gerechtigkeit und um sozialen Ausgleich, um ein gutes Leben für alle Menschen dieser Erde.

Das Heilige Jahr will uns helfen, heil zu werden oder heil zu bleiben in den vielfältigen Herausforderungen unserer Tage. Der Respekt vor dem, was Menschen heilig ist, sowie die Achtung „vor dem Heiligen“ und dem heiligen Gott werden uns allen guttun.



# Veranstaltungen

## **Festgottesdienst zum Patrozinium**

Termin . . . . . Sonntag, 26.01.2025 / 11.00 Uhr

---

## **glauben, lieben und hoffen – Wandelkonzert mit dem DuoVoice<sup>2</sup>**

Ein Liedernachmittag mit lebensfroher Renaissance- und Barockmusik des DuoVoice<sup>2</sup>. Zwischen den an drei Stationen vorgetragenen Liedern hören wir Gedanken von Martin Knöferl. DuoVoice<sup>2</sup>: Theresa Steinbach – Sopran | Jakob Rattinger – Viola da Gamba. Eintritt frei – Spenden erbeten

Termin . . . . . Sonntag, 26.01.2025 / 17.00 Uhr

---

## **„Kunst im Exerzitenhaus“ – Eröffnung der Frühjahrsausstellung**

Termin . . . . . Sonntag, 16.03.2025 / 12.00 Uhr

---

## **Sommerserenade**

Termin . . . . . Freitag, 18.07.2025 / 17.00 Uhr Abendlob,  
Konzert der Paulusbläser und Begegnung

---

## **Das Exerzitenhaus kennenlernen / Tag des offenen Denkmals**

Termin . . . . . Sonntag, 14.09.2025 / 10.00 bis 15.00 Uhr  
11.00 Uhr Gottesdienst  
Programm folgt – siehe Homepage

---

## **„Kunst im Exerzitenhaus“ – Eröffnung der Herbstausstellung**

Termin . . . . . Sonntag, 12.10.2025 / 12.00 Uhr

---

## **Sonntagsgottesdienste jeweils um 11.00 Uhr**



Bleiben Sie mit uns in Kontakt! Unsere Homepage bietet Ihnen einen Überblick über alle Veranstaltungen und aktuellen Meldungen des Exerzitenhauses. [www.exerzitenhaus.org](http://www.exerzitenhaus.org)

---

Unser Newsletter informiert Sie regelmäßig über bevorstehende Kurse, neue Angebote, besondere Veranstaltungen und die Kunstaustellungen im Haus. **Melden Sie sich an!**



# „Leitershofer Dialog“

## Was darf ich hoffen?

Vortrag – Reflexion – Gespräch – Kulinarischer Ausklang

Perspektiven auf die Frage nach einem gelingenden Leben aus Philosophie, Theologie und psychologischer Gesundheitsforschung

Mit: Prof. Dr. Georg Gasser, Augsburg; Prof. em. Dr. Roman Siebenrock, Innsbruck; Prof. Dr. Gabriele Stotz-Ingenlath, München

Im von Papst Franziskus ausgerufenen „Heiligen Jahr 2025“ eröffnet das Exerzitienhaus mit dem „Leitershofer Dialog“ ein neues Angebot zum Austausch von Vertretern verschiedener Fachrichtungen über ein gesellschaftlich relevantes Thema. Das für das Heilige Jahr vorgeschlagene und in unserem Jahresprogramm aufgegriffene Leitwort der „Hoffnung“ wird im Mittelpunkt des ersten Leitershofer Dialogs stehen: Was dürfen wir hoffen? Was können wir hoffen angesichts aller innerer und äußerer Unwägbarkeiten? Ist Hoffnung etwas, das sich auf ein „Später“ bezieht oder hat es auch Auswirkungen auf unser „Jetzt“? Zu diesen Fragen haben wir renommierte Experten aus Philosophie, Theologie und Medizin eingeladen, die aus ihrer jeweiligen Perspektive referieren und anschließend miteinander und mit dem Publikum ins Gespräch kommen werden. Beim abschließenden Buffet-Agape-Abend können die anregenden Gespräche fortgesetzt werden.

- Termin** . . . . . Samstag, 29.03.2025 / 15.00 bis ca. 19.30 Uhr  
**Leitung** . . . . . Dr. Christian Hartl, Dr. Daniela Kaschke  
**Kosten** . . . . . 25,00 € / 16,00 € (ermäßigt), inkl. Abendessen

### Referenten



Prof. Dr.  
Georg  
Gasser



Prof. em.  
Dr. Roman  
Siebenrock



Prof. Dr. phil.  
Dr. med.  
Gabriele Stotz-  
Ingenlath

### Anmeldung erbeten

Eine Kooperationsveranstaltung von Exerzitienhaus Leitershofen und Akademischem Forum



## Kurs Geistliche Begleitung 2025/2026

Geistliche Begleitung ist eine spezifische Form seelsorglicher Begleitung. Sie möchte Menschen in ihren verschiedenen Lebensphasen und -situationen unterstützen und geht auf die lebenslangen Fragen ein, wie jemand auf die Herausforderungen dieser Welt mit seinem Leben antworten möchte. Geistliche Begleitung bemüht sich, die Aufmerksamkeit auf Gottes Wirken hin zu öffnen. Zugleich versteht sie sich im echten Sinne als Begleitung: Sie nimmt die Freiheit der begleiteten Person ernst, sie manipuliert nicht und führt nicht in Abhängigkeiten.

Für diesen Dienst braucht es professionalisiertes Handeln und eine fachspezifische Ausbildung. Ziel des Kurses ist die Befähigung zur Geistlichen Begleitung von Einzelnen und Gruppen.

Der einjährige Kurs Geistliche Begleitung eignet sich für Christinnen und Christen, die in kirchlichem Auftrag haupt- oder ehrenamtlich in der Seelsorge tätig sind. Die sechs Kurseinheiten (jeweils von Montag bis Donnerstag) sowie die Exerzientage finden im Exerzitenhaus Leitershofen statt. Zwischen den Kurseinheiten finden Regionalgruppentreffen statt. Dazu kommt die Teilnahme an Einzelexerzitionen, die von den Teilnehmenden selbst organisiert und finanziert werden.

Weitere Informationen in der detaillierten Kursausschreibung auf der Homepage und im Büro des Exerzitenhauses.

Tel: 0821 / 907540.

Dies ist eine Kooperationsveranstaltung der Diözese Augsburg und der Erzdiözese München und Freising.



Termine . . . . . 1. Einheit: 05. bis 08.05.2025  
2. Einheit: 07. bis 10.07.2025  
Exerzientage: 21. bis 25.09.2025  
3. Einheit: 10. bis 13.11.2025  
4. Einheit: 19. bis 22.01.2026  
5. Einheit: 11. bis 14.05.2026  
6. Einheit: 29.06. bis 02.07.2026  
Leitung . . . . . Sr. Martha Lang OSF und Jonas Weinzierl  
Kursgebühr inkl. Verpflegung  
und Unterkunft . . . . . 2.100 €

„Unterwegs“ von Gabriele Fischer  
aus der Ausstellung „Dialog“.





# EXERZITIEN & STILLE

Innehalten und zur Ruhe kommen, Kraft schöpfen aus Stille und Gebet. Denn wer sich auf den liebevollen Gott ausrichtet, findet zu sich selbst. Wählen Sie aus einem vielfältigen Angebot: Ignatianische Einzelexerzitionen, Exerzitentage, Exerzitionen mit Impulsen, Kontemplation, Geistliche Tage, Stille Tage und mehr.



# Ignatianische Einzelexerzitionen

Einzelexerzitionen umfassen einen Zeitraum von vier bis acht Tagen. Wenn Sie als Einzelgast Exerzitionen machen wollen, fragen Sie uns gern an.

Elemente der Ignatianischen Einzelexerzitionen sind:

- Hinweise für das persönliche Beten
- durchgehendes Schweigen
- tägliches Begleitgespräch
- Leibübungen
- Morgenlob
- Feier der Eucharistie
- persönliche Gebetszeiten

**„... und schenke mir gefestigte Hoffnung“ (hl. Franziskus)****Kurzexerzitionen**

Termin . . . . . Freitag, 28.02.2025 / 18.00 Uhr bis  
 Dienstag, 04.03.2024 / 09.00 Uhr

Anmeldeschluss . . . . . Montag, 03.02.2025

Leitung und Begleitung . . . Ralf Gössl, Sr. Martha Lang OSF,  
 Thomas Lechner

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 332,00 €

---

**„Du hast mir die Wege zum Leben gezeigt...“ (Apg 2,28)****Ignatianische Einzelexerzitionen**

Termin . . . . . Ostermontag, 21.04.2025 / 18.00 Uhr bis  
 Sonntag, 27.04.2025 / 13.00 Uhr

Leitung und Begleitung . . . Thomas Wagner, Patricia Schweier

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 522,00 €

---

**„Die auf Gott hoffen, empfangen neue Kraft“ (Jes 40,31)****Ignatianische Einzelexerzitionen**

Termin . . . . . Sonntag, 18.05.2025 / 18.00 Uhr bis  
 Samstag, 24.05.2025 / 13.00 Uhr

Anmeldeschluss . . . . . Dienstag, 15.04.2025

Leitung und Begleitung . . . Ralf Gössl, Sr. Martha Lang OSF, Regina Wühr

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 522,00 €

---

**„Pilgerwege im Herzen haben“ (Psalm 84,6)****Ignatianische Einzelexerzitionen**

Termin . . . . . Sonntag, 31.08.2025 / 18.00 Uhr bis  
 Samstag, 07.09.2025 / 09.00 Uhr

Leitung und Begleitung . . . Dr. Christian Hartl, Sr. Martha Lang OSF,  
 Edna Auer, Thomas Wagner

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 506,00 €

An abstract painting with a central face rendered in dark, textured brushstrokes. The background is a mix of vibrant colors like green, blue, and red, with visible brushwork and a sense of movement. A large blue shape overlaps the bottom left corner, containing text.

# Exerziten mit Impulsen

Exerziten mit Impulsen sind ähnlich den Ignatianischen Einzelexerziten. Es kommen tägliche Impulse oder Vorträge hinzu.

**„Hab festen Mut und hoffe auf den Herrn!“ (Psalm 27,14)****Exerziten für Priester und Diakone anhand ausgewählter Psalmen**

Termin . . . . . Sonntag, 09.03.2025 / 18.00 Uhr bis  
Freitag, 14.03.2025 / 13.00 Uhr

Leitung und Begleitung . . . Prof. Dr. Franz Sedlmeier, Dr. Christian Hartl

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 461,00 €

**NEU: Fastenkurs**

»Ich kann auf das Fasten ebenso wenig verzichten wie auf meine Augen. Was die Augen für die äußere Welt sind, ist das Fasten für die innere« (Mahatma Gandhi) – Unter diesem Gedanken soll die Fastenwoche hauptsächlich im Schweigen stattfinden.

Fasten gehört wie selbstverständlich zum menschlichen Leben dazu, um dessen körperliche und geistige Gesundheit zu unterstützen und auch um eine religiös-spirituelle Ebene wieder durchlässiger werden zu lassen.

Die Fastenwoche beinhaltet Impulse zum Fasten und zu spirituellen Themen, Körperübungen, bewusstes Gehen im Freien (allein oder in der Gruppe), Gebetszeiten, Eucharistiefeier, gemeinsamen Austausch und die Möglichkeit zu Einzelgesprächen.

Angesprochen sind Menschen jeden Alters, die das Fasten und dessen körperliche, psychische und spirituelle Dimension neu entdecken oder für sich erleben wollen. Voraussetzung ist ein stabiler Gesundheitszustand. Bei Medikamenteneinnahme oder anderweitigen gesundheitlichen Einschränkungen bitten wir um vorherige Rücksprache mit Ihrem Arzt. Am Kurs wird auch ein Mediziner teilnehmen.

Nähere Informationen zum Kurs erhalten Sie nach der Anmeldung rechtzeitig vor Kursbeginn.

Termin . . . . . Samstag, 15.03.2025 / 18.00 Uhr bis  
Samstag, 22.03.2025 / 09.00 Uhr

Leitung und Begleitung . . . Helmut Haug, Peter Greiff,  
Dr. med. Heinrich Luible

Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 517,50 €

## „heil sein – heil werden“

### Exerziten mit Impulsen in Kooperation mit der Gemeinschaft

#### Christlichen Lebens (GCL) – auch für Eltern mit Kindern

Vieles in unserem Leben ist heil, anderes will heil werden. Beidem wollen wir Aufmerksamkeit schenken – im Blick auf unser Leben, auf die Heilige Schrift, in Besinnung und Austausch, im gemeinsamen Beten und Gottesdienst feiern. Kinder ab drei Jahren erhalten ein altersgemäßes Programm.

Termin . . . . . Samstag, 12.04.2025 / 18.00 Uhr bis  
Mittwoch, 16.04.2025 / 13.00 Uhr

Leitung und Begleitung . . . . . Veronika Jodlbauer, Gerlinde Knoller,  
Dr. Christian Hartl

#### Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 307,50 €

im DZ . . . . . 287,50 €

Kinder (7–14 Jahre) . . . . . 197,50 €

Kinder (0–6 Jahre) . . . . . kostenfrei

Kursgebühr Erwachsene . . . . . 120,00 €

Kursgebühr ermäßigt . . . . . mind. 60,00 €

Sie entscheiden nach Ihren finanziellen Möglichkeiten. Zuschussmöglichkeiten bitte im Sekretariat der GCL, sekretariat@gcl.de, erfragen.

---

## „Heil werden – mit Lukas, dem Arzt für Leib und Seele“

### Exerziten (nicht nur) für Ordenschristen

Elemente dieser Exerziten sind: zwei Impulse täglich, durchgehendes Schwei-  
gen, tägliche Eucharistiefeier, tägliche Anbetung vor dem Allerheiligsten,  
gemeinsame Gebetszeiten, Möglichkeit zum geistlichen Gespräch, Beichtge-  
legenheit

Termin . . . . . Ostermontag, 21.04.2025 / 18.00 Uhr bis  
Samstag, 26.04.2025 / 09.00 Uhr

Leitung und Begleitung . . . . . Erzbischof em. Ludwig Schick, Dr. Christian Hartl

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 445,00 €

**„Der Geist aber macht lebendig“ (2 Kor 3,6)****Exerziten mit Bibliolog und Bibliodrama-Elementen****in Kooperation mit der Gemeinschaft Christlichen Lebens (GCL)**

Elemente dieser Exerziten sind: durchgehendes Schweigen, tägliches Begleitgespräch, Bibliolog/Bibliodrama-Element in der Gruppe, Morgenlob, Feier der Eucharistie bzw. Wort-Gottes-Feier, persönliche und gemeinsame Gebetszeiten.

Termin . . . . . Freitag, 06.06.2025 / 18.00 Uhr bis  
 Donnerstag, 12.06.2025 / 09.00 Uhr

Anmeldeschluss . . . . . Montag, 12.05.2025

Leitung und Begleitung . . . . . Veronika Jodlbauer, Thomas Lechner

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 506,00 €

---

**Gerufen zum Heilsein in der Welt von heute****Exerziten für Priester, Diakone und Ordensleute**

Diese Exerziten werden vom Sudetendeutschen Priesterwerk veranstaltet, stehen aber allen interessierten Priestern, Diakonen und Ordensleuten offen.

Termin . . . . . Sonntag, 12.10.2025 / 18.00 Uhr bis  
 Freitag, 17.10.2025 / 09.00 Uhr

Leitung und Begleitung . . . . . Dr. Christian Hartl

Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 386,00 € (exklusive Kursgebühr –  
 Kursgebühr bei der Anmeldung erfragen)

Anmeldung über . . . . . Sudetendeutsches Priesterwerk e.V.  
 Telefon: 0 89 / 27 29 42 14  
 E-Mail: zentrale@sud-pw.de

---

**Den Weg der Hoffnung weitergehen****Exerziten für Priester und Diakone**

Termin . . . . . Montag, 24.11.2025 / 18.00 Uhr bis  
 Samstag, 29.11.2025 / 09.00 Uhr

Leitung und Begleitung . . . . . Dr. Christian Hartl, Dr. Thomas Vogl

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 461,00 €



# Exerziententage

Exerziententage sind eine Kurzform von Exerzitien mit zusätzlichen Gemeinschaftselementen:

- durchgehendes Schweigen
- geistliche Impulse in der Gruppe
- Möglichkeit eines begleitenden Einzelgesprächs
- Feier der Eucharistie
- persönliche und gemeinsame Gebetszeiten

**„Auf, ihr Durstigen, kommt alle zum Wasser!“ (Jes 55,1) –  
Meiner Sehnsucht auf der Spur**

Termin . . . . .	Donnerstag, 16.01.2025 / 18.00 Uhr bis Sonntag, 19.01.2025 / 13.00 Uhr
Anmeldeschluss . . . . .	Dienstag, 31.12.2024
Leitung und Begleitung . . . .	Thomas Lechner, Birgit Oberhofer
Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft im EZ . . . . .	274,00 €

---

**„Und ich lasse mich von euch finden“ (Jer 29,14)**

Termin . . . . .	Donnerstag, 23.10.2025 / 18.00 Uhr bis Sonntag, 26.10.2025 / 13.00 Uhr
Anmeldeschluss . . . . .	Montag, 06.10.2025
Leitung und Begleitung . . . .	Sr. Martha Lang OSF, Thomas Lechner
Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft im EZ . . . . .	274,00 €



Heiliger Ignatius von Loyola, Begründer der Exerziten, Mosaik von Georg Bernhard



# Geistliche Tage

Geistliche Tage sind variabel. Elemente können sein:

- Zeiten der Stille
- geistliche Impulse in der Gruppe
- Möglichkeit eines begleitenden Einzelgesprächs
- Feier der Eucharistie
- persönliche und gemeinsame Gebetszeiten

**„Du säst dich mit allen Sekundenkörnern in das Unerhörte“****(Nelly Sachs) – Geistliche Tage zur Jahreswende**

Termin . . . . . Sonntag, 29.12.2024 / 18.00 Uhr bis  
Mittwoch, 01.01.2025 / 13.00 Uhr

Leitung und Begleitung . . . Dr. Christian Hartl, Karola Pretzl-Weigant

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 306,00 €

im DZ . . . . . 291,00 €

**„Einen sah ich sterbend in das Leben gehn“ (Lothar Zenetti)****Kar- und Ostertage im Exerzitenhaus miterleben**

Termin . . . . . Gründonnerstag, 17.04.2025 / 18.00 Uhr bis  
Ostersonntag, 20.04.2025 / 09.00 Uhr

Leitung und Begleitung . . . Dr. Christian Hartl, Sr. Martha Lang OSF

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 256,50 €

im DZ . . . . . 241,50 €

**Der Hoffnung ein Fenster öffnen – Geistliche Tage mit Film**

Filme machen Erfahrungen anschaulich und erzählen Geschichten von Entwicklungen: Trotz vorhandener Grenzen gilt es, der Hoffnung ein Fenster zu öffnen. Bei diesen Geistlichen Tagen inspiriert das Medium Film. Es regt die eigene Wahrnehmung im Blick auf das Leben an. Was stärkt das Gott- und Selbstvertrauen, verändert oder wandelt sich in der Entfaltung der eigenen Persönlichkeit?

Elemente der Tage sind: Gemeinsames Filmschauen, Impulse zur persönlichen Auseinandersetzung, Stille und Austausch, Zeit für Meditation und Gebet.

Termin . . . . . Donnerstag, 04.09.2025 / 16.00 Uhr bis  
Sonntag, 07.09.2025 / 13.00 Uhr

Leitung und Begleitung . . . Karola Pretzl-Weigant

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 274,00 €

im DZ . . . . . 259,00 €

# „Worauf Gott seine Hoffnung setzt, das wage ich“

## (Mechthild von Magdeburg) – Geistliche Tage zur Jahreswende

Termin . . . . . Montag, 29.12.2025 / 18.00 Uhr bis  
Donnerstag, 01.01.2026 / 13.00 Uhr

Leitung und Begleitung . . . . Dr. Christian Hartl, Regina Wühr

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 296,50 €

im DZ . . . . . 281,50 €



## Geistliche Tage für die Regionen

### Wochenende für Frauen und Männer der Landvolkgemeinschaft Aichach

Termin . . . . . Samstag, 08.03.2025 / 09.00 Uhr bis

Sonntag, 09.03.2025 / 13.00 Uhr

Leitung . . . . . Josef Epp

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 103,50 €

im DZ . . . . . 98,50 €

### Besinnungswochenende für Frauen aus dem Bezirk Rain

Termin . . . . . Freitag, 14.03.2025 / 18.00 Uhr bis

Sonntag, 16.03.2025 / 13.00 Uhr

Leitung . . . . . Thomas Lechner

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 200,50 €

im DZ . . . . . 190,50 €

Anmeldung über . . . . . Hermine Schmid, Telefon: 0 90 91 / 8 65

### Besinnungswochenende für Frauen und Männer aus der Region Altbayern

Termin . . . . . Freitag, 21.03.2025 / 18.00 Uhr bis

Sonntag, 23.03.2025 / 13.00 Uhr

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 200,50 €

im DZ . . . . . 190,50 €

### NEU: Für Gruppen und Pfarreien: Individuelle Besinnungstage

Innehalten, sich geistlich inspirieren lassen und wieder neu Kraft schöpfen.

Wenn Sie einen Besinnungstag für Ihre Pfarreiengemeinschaft, Ihren PG-Rat,

Ihren Verband oder eine andere Gruppe bei uns stattfinden lassen wollen, sind wir Ihnen gern bei der Organisation und Referentensuche behilflich.

Mehr Infos dazu auf unserer Homepage: [www.exerzitionenhaus.org](http://www.exerzitionenhaus.org)



# Kontemplation

Kontemplation ist eine Form christlicher Meditation, die ihre Wurzeln im frühen Mönchtum und in der abendländischen Mystik hat. Als einfaches und absichtsloses Dasein führt sie aus der Hektik des Alltags und der Flut der Gedanken in die Stille. Sie ermöglicht das Aufsuchen eines inneren Raums, in dem der Mensch zu sich findet und sich der verborgenen Gegenwart dessen bewusst wird, den wir Gott nennen.

**NEU: „Baum als der Urmeister der Menschheit“****Meditationskurs mit dem Gestaltsymbol Baum**

In diesem Meditationskurs werden wir das Gestaltsymbol Baum aus den Perspektiven der Kulturanthropologie, Psychologie, Theologie, Soziologie und des interreligiösen Dialogs betrachten. Die Tage werden in Stille gehalten. Täglich gibt es fünf Meditationen und zwei Reflexionseinheiten sowie den abendlichen Gottesdienst.

**Termin** . . . . . Freitag, 23.05.2025 / 18.00 Uhr bis  
Mittwoch, 28.05.2025 / 09.00 Uhr

**Leitung** . . . . . P. Sebastian Painadath SJ  
Veranstaltung in Kooperation mit missio München

**Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft**

im EZ . . . . . 454,00 €

im DZ . . . . . 429,00 €

**NEU: Kontemplative Exerzitien**

In der christlichen spirituellen Tradition hat das kontemplative Gebet einen besonderen Platz. Es handelt sich um eine einfache Weise des Betens mit dem Namen Jesu Christi, welche Gedanken und letztlich auch Worte übersteigt. Gewöhnlich wird es als Herzensgebet bezeichnet, weil sich Leib, Geist und Herz, also unsere Personenmitte dem Geheimnis der Gegenwart Gottes öffnet. Das Herzensgebet zielt darauf hin, der göttlichen Gegenwart im Alltag mehr Raum zu geben. In diesem Kurs geht es darum, durch konkrete Wegschritte Zugang zu dieser Weise des Jesusgebets zu eröffnen und Erfahrungen zu vertiefen.

Kurselemente: durchgehendes Schweigen, Einübung ins Leibbewusstsein und in die Naturwahrnehmung, kontemplative Gebetszeiten (ca. 8–10 Meditationen à 25 Minuten) in der Gruppe, Einzelgespräche und Anhörrunden, tägliche Eucharistiefeier.

Es ist empfehlenswert, bequeme Kleidung mitzubringen.

**Termin** . . . . . Samstag, 31.05.2025 / 18.00 Uhr bis  
Samstag, 07.06.2025 / 09.00 Uhr

**Leitung und Begleitung** . . . P. Thomas Lemp SAC

**Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft**

im EZ . . . . . 632,00 €

## Kontemplationskurs

Kontemplative Exerzitien mit dem Jesusgebet sind ein einfacher Weg in die Stille, zu mir, zu Gott. Wir werden über die Wahrnehmung des Körpers und des Atems zum Sitzen in der Stille mit dem Namen Jesus Christus kommen. Dazu helfen die Kurselemente: durchgängiges Schweigen, Anleitung zur Meditation nach den Wegschritten von P. Franz Jalics SJ, gemeinsame Meditationszeiten in der Gruppe, biblische Impulse, Erfahrungsaustausch in der Gruppe, Möglichkeit zum Begleitgespräch.

**Termine.** . . . . . Freitag, 27.06.2025 / 18.00 Uhr bis  
Sonntag, 29.06.2025 / 13.00 Uhr

**Leitung und Begleitung** . . . Elisabeth Huber

**Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft**

**im EZ.** . . . . . 200,50 €

---

## NEU: Kontemplatives Wochenende mit Hagios-Gesang

„Das Singen entfaltet sich in dem Maße, wie es aus dem Lauschen, dem achtsamen Hören erwächst. Singend können wir uns darin verfeinern, unsere Mitmenschen und unsere Mitwelt zu erhören.“ (Sir Yehudi Menuhin)

Stille und Klang, Schweigen und Gesang sind das Geschwisterpaar, von dem wir uns an diesem Wochenende leiten lassen wollen. Zeiten der Kontemplation (= Sitzen in Stille) wechseln sich mit Zeiten des gemeinsamen Singens ab, sodass sich die jeweiligen Erfahrungen verfeinern und vertiefen können und sich ein Raum öffnet für das Verweilen in der Gegenwart. Gesungen werden einfach zu erlernende geistliche Gesänge aus dem Hagios-Liederbuch von Helge Burggrave.

Mit einfachen Anleitungen zur Kontemplation, Zeiten des gemeinsamen Singens, kurzen Impulsen, Gelegenheit zum Austausch, freier Zeit zur persönlichen Reflexion und dem Angebot eines Begleitgesprächs ist dieses Wochenende für alle Interessierte geeignet. Es findet weitgehend im Schweigen statt.

**Termin** . . . . . Freitag, 26.09.2025 / 18.00 Uhr bis  
Sonntag, 28.09.2025 / 13.00 Uhr

**Leitung und Begleitung** . . . Dr. Daniela Kaschke, Holger Wenzig

**Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft**

**im EZ.** . . . . . 230,50 €

**im DZ.** . . . . . 220,50 €



# Stille Tage

Der Stille Tag beginnt mit dem Vorabend. Aus dem Alltag heraustreten, ankommen und den nächsten Tag begleitet von zwei Impulsen im Schweigen verbringen.

Elemente des Tages sind:

- Impulse zum Thema
- durchgehendes Schweigen
- persönliche Zeit
- Angebot für ein Begleitgespräch
- gemeinsame Gebetszeiten

## Hoffnungsgeschichten

Die Stillen Tage 2025 nähern sich erzählerisch dem Thema „Hoffnung“. In Zeiten, in denen Unsicherheiten und Krisen an der Tagesordnung sind, in denen wir uns auch unseren eigenen Lebensherausforderungen zu stellen haben, tun uns Hoffnungsgeschichten gut. Sie weiten unseren Blick für das Gute, für die Möglichkeiten und das Lichtvolle in unserem Leben.

### Stiller Tag im Februar: Sinnspuren

Der Stille Tag im Februar widmet sich der Lebensgeschichte des Wiener Arztes und Begründers der Logotherapie, Viktor Frankl (1905–1997), der das Konzentrationslager überlebt und darüber ein Buch mit dem Titel „... trotzdem ja zum Leben sagen“ geschrieben hat. Seine Erfahrungen und seine Überlegungen über die Sinnhaftigkeit des Lebens laden dazu ein, nach den Sinnspuren im eigenen Leben Ausschau zu halten.

Termin . . . . . Freitag, 14.02.2025 / 18.00 Uhr bis  
Samstag, 15.02.2025 / 17.00 Uhr

Leitung und Begleitung . . . Dr. Daniela Kaschke

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 103,50 €

im DZ . . . . . 98,50 €

---

### Stiller Tag mit Tanz

„Tanz ist die verborgene Sprache der Seele.“ (Martha Graham)

Unter bewährter Anleitung von Astrid Schmidt werden wir einfache Kreistänze erlernen.

Termin . . . . . Freitag, 11.04.2025 / 18.00 Uhr bis  
Samstag, 12.04.2025 / 17.00 Uhr

Leitung und Begleitung . . . Astrid Schmidt, Tanzpädagogin;  
Dr. Daniela Kaschke

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 123,50 €

im DZ . . . . . 118,50 €

### Stiller Tag im Juli: Transformationen

Der Stille Tag im Juli wird märchenhaft. Im Grimm'schen Märchen „Dornröschen“ wird von der Hoffnung auf das Erwachen der Königstochter erzählt. Wir erkunden, wie die Motive des Wartens und des entschlossenen Neuanfangs in unserer eigenen Lebensrealität Resonanz finden.

Termin . . . . . Freitag, 04.07.2025 / 18.00 Uhr bis  
Samstag, 05.07.2025 / 17.00 Uhr

Leitung und Begleitung . . . Dr. Daniela Kaschke

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 103,50 €

im DZ . . . . . 98,50 €

### Stiller Tag im Dezember: Star of Wonder

Der Stille Tag im Dezember findet im Advent, der Zeit des Wartens auf eine ganz besondere Hoffnungsgeschichte, statt. Symbol für das Warten auf und das Suchen nach einer lichtvollen Wirklichkeit inmitten der Dunkelheit ist seit jeher der Stern von Bethlehem. Von ihm hören wir in Geschichten und Liedern.

Termin . . . . . Freitag, 05.12.2025 / 18.00 Uhr bis  
Samstag, 06.12.2025 / 17.00 Uhr

Leitung und Begleitung . . . Dr. Daniela Kaschke

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 103,50 €

im DZ . . . . . 98,50 €





# Oasentage für Priester

Manchem Priester ist der „freie Tag“ zur Gewohnheit geworden, mancher ringt darum. Ähnlich ist es mit den Jahresexerzitien oder einem Tag der geistlichen Einkehr ab und an. Der Oasentag will helfen, eine regelmäßige geistliche Einkehr in die persönliche Jahresplanung aufzunehmen.

Den Oasentag im Exerzitienhaus beginnen wir am Sonntagabend mit dem gemeinsamen Abendessen und einem kurzen Austausch. Es folgen ein kurzer geistlicher Impuls und die Komplet. Anschließend besteht die Möglichkeit zur eucharistischen Anbetung. Am Montag gemeinsames Morgenlob, Frühstück (und später Mittagessen) in Stille. Jeder verbringt den Tag für sich, wie es ihm entspricht: beten, lesen, schlafen, spazieren gehen, die Sonntagspredigt vorbereiten – je nachdem. Gemeinsamer Abschluss mit Kaffee und Kuchen.

## „Still bedacht“

### glauben? – Oasentag für Priester

Termin . . . . . Sonntag, 23.03.2025 / 18.00 Uhr bis

Montag, 24.03.2025 / 16.30 Uhr

Leitung und Begleitung . . . Dr. Christian Hartl

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 88,50 €

---

### lieben? – Oasentag für Priester

Termin . . . . . Sonntag, 01.06.2025 / 18.00 Uhr bis

Montag, 02.06.2025 / 16.30 Uhr

Leitung und Begleitung . . . Dr. Christian Hartl

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 88,50 €

---

### hoffen? – Oasentag für Priester

Termin . . . . . Sonntag, 05.10.2025 / 18.00 Uhr bis

Montag, 06.10.2025 / 16.30 Uhr

Leitung und Begleitung . . . Dr. Christian Hartl

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 88,50 €

---

### ausharren? – Oasentag für Priester

Termin . . . . . Sonntag, 30.11.2025 / 18.00 Uhr bis

Montag, 01.12.2025 / 16.30 Uhr

Leitung und Begleitung . . . Dr. Christian Hartl

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 88,50 €

**NEU:** In der Regel findet am ersten und dritten Freitag im Monat ein Priesterkonveniat statt (12.30 Uhr bis 13.30 Uhr Mittagessen und geistlicher Austausch).

Anmeldung per E-Mail . . . [geistliches.leben@bistum-augsburg.de](mailto:geistliches.leben@bistum-augsburg.de)



# Exerzitien im Alltag

Exerzitien im Alltag wollen dazu anregen und anleiten, Christsein im persönlichen, alltäglichen Leben einzuüben. Über vier bis sechs Wochen eröffnen tägliche Impulse zum Betrachten und Beten den Raum, Gott mitten im Alltag zu entdecken. Die persönliche Beziehung zu Gott kann wachsen und sich vertiefen, sie schenkt Kraft zu leben und zu wirken. Meist gibt es auch die Möglichkeit zum Austausch in einer Gruppe und zum seelsorglichen Gespräch. „Exerzitien im Alltag“ werden häufig in den Pfarrgemeinden vor Ort angeboten.

**„Hoffnungstark werden“ – Exerziten im Alltag****Ökumenische Alltagsexerziten des Erzbistums Bamberg**

Für 2025 möchten wir im Bistum Augsburg das neue Themenheft des Erzbistums Bamberg mit dem Titel „Hoffnungstark werden“ übernehmen. Inhaltlich orientieren sich die Exerziten am Titel für das Heilige Jahr 2025 „Pilger der Hoffnung“.

Während der Fastenzeit 2025 werden die Alltagsexerziten auch wieder im Exerzitenhaus angeboten.

Informationsabend . . . . . Montag, 24.02.2025, 19.00 Uhr

5 Gruppentreffen . . . . . Montag, 10./17./24./31. März, 7. April,  
jeweils von 19.00 bis 20.30 Uhr

Begleitung . . . . . Birgit Oberhofer, Fachstelle Geistliches Leben

Anmeldung und weitere Informationen bei der Fachstelle Geistliches Leben

E-Mail . . . . . [exerziten-im-alltag@bistum-augsburg.de](mailto:exerziten-im-alltag@bistum-augsburg.de)

Telefon . . . . . 08 21 / 31 66-33 01

Informationen und Materialien stehen zum Download auf der Homepage der Fachstelle Geistliches Leben zur Verfügung: [www.spiritualität-augsburg.de](http://www.spiritualität-augsburg.de)





# 24h-Auszeit für Erwachsene

zwischen ca. 30 und 50 Jahren

Die 30er- und 40er-Jahre, Rushhour des Lebens. Da lässt der berufliche und private Alltag wenig Zeit für Pausen. Gerade dann kann eine kurze Auszeit hilfreich sein. 24 Stunden Zeit für sich. Innehalten, ausruhen, sich orientieren, um schließlich mit gestärkten Ressourcen und neuen Visionen in den Alltag zurückzukehren.

Die Auszeit beginnt am Freitagabend und endet am späten Samstagnachmittag.

Elemente der Auszeit sind:

- thematische Impulse
- Zeit für sich
- Möglichkeit zum Austausch
- Abend- und Morgenmeditation
- Angebot für ein persönliches Gespräch
- ein freundliches Haus mit viel Natur und guter Verpflegung

## Raus in die Natur – Auszeit für Körper und Geist

Bei dieser „24h-Auszeit“ begeben wir uns auf eine kleine Wanderung in den nahe gelegenen Wald. Bewegung in der Natur, Wahrnehmungsübungen sowie einfache Fitnessübungen und das zeitweise Gehen in Stille bauen Stress ab und aktivieren uns ganzheitlich.

Auf dem Weg stellen wir uns die Fragen: Was erhält meine körperliche und mentale Fitness? Was gibt mir Kraft? Wie finde ich zu einer rechten Spannung, aus der heraus ich kraftvoll agieren kann? Wie kann ich meine Ressourcen nutzen und mir sinnvolle Ziele setzen? Nach dem Mittagessen, zu dem wir wieder ins Haus zurückkehren, ist Raum für persönliche Zeit im weitläufigen Park, für Gespräche und Austausch in der Gruppe.

Bitte Sportkleidung und Outdoorschuhe mitbringen.

**Termin** . . . . . Freitag, 23.05.2025 / 18.00 Uhr bis  
Samstag, 24.05.2025 / 17.00 Uhr

**Leitung** . . . . . Dr. Daniela Kaschke

**Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft**

im EZ . . . . . 99,50 €

im DZ . . . . . 94,50 €

## „... also tanz, als wär's der letzte Tanz“ (Bosse) – Bewusst leben

Inspiriert von Axel Bosses Songtext nehmen wir uns einen Tag Zeit, um innezuhalten und auf unser Leben zu schauen. Auf welche kleinen und großen Momente in unserem Leben können wir dankbar zurückblicken? Was macht unser Leben intensiv? Was kann uns helfen, den Alltag bewusster und intensiver zu leben? In Reflexionen und praktischen Übungen beschäftigen wir uns mit den Fragen, was für unser Leben wesentlich ist, wie wir im Hier und Jetzt ankommen und wie wir an Leichtigkeit und Lebensfreude gewinnen können. Natürlich ist auch Raum für persönliche Zeit, Spaziergänge sowie Gespräche und Austausch untereinander.

**Termin** . . . . . Freitag, 21.11.2025 / 18.00 Uhr bis  
Samstag, 22.11.2025 / 17.00 Uhr

**Leitung** . . . . . Dr. Daniela Kaschke

**Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft**

im EZ . . . . . 99,50 €

im DZ . . . . . 94,50 €



# PERSÖNLICH- KEIT & LEBEN

Menschen sind von Gott mit Ressourcen, Fähigkeiten und Visionen beschenkt. Diese gilt es von Zeit zu Zeit zu entdecken und zu entfalten, damit Leben reicher und vielseitiger werden kann. Ermöglichen Sie sich Zeiten der Reflexion, des Gebets und des inneren Wachstums.

**NEU: New Year, New Vibes: Perspektiven für ein erfülltes Jahr**  
**– Ökumenisches Wochenende für junge Erwachsene –**

Das neue Jahr ist da und mit ihm die ganzen Vorsätze, Pläne und Träume, die man sich so vornimmt. Doch mal ehrlich: Wie oft wirft man die guten Vorsätze schon nach ein paar Wochen wieder über Bord? Was wäre, wenn es nicht darum geht, alles perfekt zu machen, sondern einfach mal in Ruhe zu überlegen, was du wirklich willst – ohne Stress, ohne Druck?

An diesem Wochenende geht es genau darum: Zeit für dich, um nach innen zu hören und zu fragen: Wo stehe ich gerade? Wo will ich eigentlich hin? Was möchte ich wirklich im neuen Jahr?

In einem wunderschönen Haus am Waldrand, mit großem Park und gutem Essen hast du die Chance abzuschalten, Raum für Auszeit und Stille genauso wie Zeit für entspanntes Miteinander. An diesem Wochenende kannst du dich bei Inputs, Gesprächen, Spielen und Kreativ-Workshops mit den Themen deines Lebens auseinandersetzen und ohne Optimierungszwang herausfinden, was dir guttut. Vielleicht behältst du ein paar Vorsätze, vielleicht wirfst du welche weg. Alles ist möglich! Sei dabei und entdecke neue Perspektiven für dein Leben!

Eine Kooperation mit der Fachstelle Junge Erwachsene der Diözese Augsburg und dem Evangelischen Jugendwerk Augsburg



Fachstelle  
Junge Erwachsene  
im Bistum Augsburg



Evangelische Jugend  
AUGSBURG

**Termin** . . . . . Freitag, 31.01.2025 / 18.00 Uhr bis  
Sonntag, 02.02.2025 / 13.00 Uhr

**Leitung** . . . . . Bernhard Offenberger, Gabriel Bucher,  
Dr. Daniela Kaschke

**Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft im EZ/DZ**

**Normalpreis (Verdiener)** . . . 150,00 €

**Ermäßigt (Nichtverdiener)** . . 120,00 €

### NEU: Neun Bilder der Seele. Die Weisheit des Enneagramms

Das Enneagramm kennt neun Bilder der Seele, die die Wesensunterschiede unter uns Menschen beschreiben: in den Motiven, Handlungen, in den Gefühlen und Denkstrukturen. Es führt uns in die Selbsterkenntnis und öffnet die Möglichkeit zur persönlichen Entwicklung. Durch ein genaueres und tieferes Verstehen des eigenen Seelenbilds sowie der acht anderen, kann das Potenzial des eigenen Menschseins bewusst werden und zum Leuchten kommen.

Das Enneagramm ist ein Element der spirituell-religiösen Weisheit der Menschheit, das im Christentum lange Zeit eher im Verborgenen lag.

Das Seminar bietet eine Einführung in die Grundidee des Enneagramms als Weg der Entwicklung sowie Raum zur persönlichen Suche nach der eigenen Seelenstruktur.

Termin . . . . . Freitag, 07.02.2025 / 16.30 Uhr bis  
Sonntag, 09.02.2025 / 13.00 Uhr

Anmeldeschluss . . . . . Freitag, 10.01.2025

Leitung . . . . . Alfons Mayer

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 240,50 €

### NEU: Glück als Lebenskunst – Wege zu einem erfüllten Leben

Es ist nie zu spät für ein erfülltes Leben! In diesem Seminar begeben wir uns auf die Suche nach dem, was ein Leben gelingen lässt. Wir lassen uns dabei von den Weisheiten antiker Philosophen inspirieren, die sich bereits vor über 2.000 Jahren mit dieser Frage auseinandersetzen, und verknüpfen ihr Wissen mit den neuesten Erkenntnissen der positiven Psychologie. Durch Selbstreflexion, anregende Gespräche und praxisnahe Übungen entdecken Sie Methoden, mit denen Sie Ihre Lebenszufriedenheit aktiv gestalten können. Denn wahres Glück ist kein Zufall, sondern entsteht durch innere Haltung und bewusste Entscheidungen.

Termin . . . . . Freitag, 16.05.2025 / 18.00 Uhr bis  
Sonntag, 18.05.2025 / 13.00 Uhr

Anmeldeschluss . . . . . Montag, 05.05.2025

Leitung . . . . . Dr. Dr. Katharina Ceming

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 360,50 €

## „Wer ein Wozu im Leben hat, erträgt fast jedes Wie“

### Logotherapeutische Hoffnungsimpulse

Dem Begründer der Logotherapie, Viktor E. Frankl (1905–1997), ist es meisterhaft gelungen, für den Facettenreichtum eines sinnerfüllten Lebens zu sensibilisieren. Er öffnet den Blick vor allem auf Zukunft hin und ermutigt dadurch, die Hoffnung nie zu verlieren. Seine Impulse werden vorgestellt, bedacht und mit dem eigenen Leben in Verbindung gebracht.

Termin . . . . . Freitag, 26.09.2025 / 18.00 Uhr bis  
Sonntag, 28.09.2025 / 13.00 Uhr

Leitung und Begleitung . . . . Gaby Kubitz, Dr. Christian Hartl

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 200,50 €

---

### NEU: Mein Leben als Helden-Reise – mein Leben vertiefen

Helden begegnen uns in Mythen, Märchen, Filmen, Büchern und in den „Helden des Alltags“. Jeder neue Tag bietet die Chance, meine Lebensreise als Helden-Reise zu verstehen: das Leben bewältigen, etwas wagen, sich behaupten, sich (nicht) trauen, kämpfen (mit sich selbst), gewinnen, verlieren, (sich) versöhnen, standhalten, etwas überwinden, nachgeben, reifen, „etwas durchmachen“, Glück erleben, mit sich selbst identisch sein...

In der Weisheit Jesu lautet es so: „Wage dein Leben, ich bin gekommen, dass sie Leben haben.“ Das Aufsuchen dieser Erfahrungen, ihnen einen Ausdruck zu geben und so eine andere Perspektive zu gewinnen, ist selbst eine Helden-Reise. Elemente des Seminars sind: Impulse, Reflexion der eigenen Lebensprozesse, Orientierung an den zwölf Stufen der Helden-Reise, Austausch.

Termin . . . . . Freitag, 24.10.2025 / 16.30 Uhr bis  
Sonntag, 26.10.2025 / 13.00 Uhr

Anmeldeschluss . . . . . Freitag, 10.10.2025

Leitung . . . . . Alfons Mayer

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 240,50 €

## 24h-Auszeit für Erwachsene zwischen ca. 30 und 50 Jahren

### „... also tanz, als wär's der letzte Tanz“ (Bosse) – Bewusst leben

Inspiriert von Axel Bosses Songtext nehmen wir uns einen Tag Zeit, um innezuhalten und auf unser Leben zu schauen. Auf welche kleinen und großen Momente in unserem Leben können wir dankbar zurückblicken? Was macht unser Leben intensiv? Was kann uns helfen, den Alltag bewusster und intensiver zu leben? In Reflexionen und praktischen Übungen beschäftigen wir uns mit den Fragen, was für unser Leben wesentlich ist, wie wir im Hier und Jetzt ankommen und wie wir an Leichtigkeit und Lebensfreude gewinnen können. Natürlich ist auch Raum für persönliche Zeit, Spaziergänge sowie Gespräche und Austausch untereinander.

**Termin** . . . . . Freitag, 21.11.2025 / 18.00 Uhr bis  
 Samstag, 22.11.2025 / 17.00 Uhr

**Leitung und Begleitung** . . . . Dr. Daniela Kaschke

**Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft**

im EZ . . . . . 99,50 €

im DZ . . . . . 94,50 €

## Meine Träume – Seelenwerkstatt für eine bessere Zukunft

Träume kommen aus einem Bereich der menschlichen Psyche, der Stimmungen, Gedanken und Entscheidungen beeinflusst. Den eigenen Träumen Beachtung zu schenken, sie verstehen zu lernen, ermöglicht Entfaltung und Selbstbestimmtheit. So kann ich bei mir selbst anfangen und an einer besseren Zukunft arbeiten, für mich und für andere.

**Termin** . . . . . Freitag, 05.09.2025 / 18.00 Uhr bis  
 Sonntag, 07.09.2025 / 13.00 Uhr

**Leitung** . . . . . P. Guido Kreppold OFMCap

**Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft**

im EZ . . . . . 250,50 €

im DZ . . . . . 240,50 €



## Angebote für Männer – eine Kooperation mit der Männerseelsorge im Bistum Augsburg

Anmeldung über das Büro der Männerseelsorge

Telefon . . . . . 08 21 / 31 66 - 21 31

E-Mail . . . . . maennerseelsorge@bistum-augsburg.de

### Hektik? Nein, danke!

#### Mehr Lebensqualität durch Achtsamkeit

Wie kann es gelingen, trotz vielfältiger Anforderungen im Alltag zu souveräner Ruhe und Gelassenheit zu finden? Die Praxis der Achtsamkeit ist ein erprobter, wirkungsvoller Weg raus aus dem Hamsterrad. Achtsam zu sein heißt, ganz bei dem zu sein, was wir gerade tun und wahrnehmen – mit voller Aufmerksamkeit und Hingabe. Der Kurs gibt wertvolle Anregungen für ein Leben mit mehr Gelassenheit und Wohlbefinden und zeigt, wie man durch unmittelbar im Alltag umsetzbare Achtsamkeitsübungen auch die persönliche Resilienz stärken kann.

Termin . . . . . Samstag, 15.02.2025 / 09.00 bis 17.00 Uhr

Leitung . . . . . Christoph Simma, Diplompädagoge

Kursgebühr. . . . . 131,00 € inkl. Verpflegung



### **AIKIDO-Exerzitien**

AIKIDO ist ein Übungsweg, der Körper und Geist entwickelt. Die langsamen, harmonischen Bewegungen mit dem Holzsword "Bokken" können symbolhaft für die Dynamiken und Themen des Lebens stehen. Zusammen mit den geistlichen Impulsen laden sie ein, der persönlichen Lebensdynamik, der Sehnsucht und den Kraftquellen nachzuspüren. Sie helfen, immer mehr die Spuren Gottes im Leben wahrzunehmen und ihnen zu folgen und so bei sich selbst und bei Gott anzukommen.

**Termin** . . . . . Donnerstag, 27.02.2025 / 11.00 Uhr bis  
Sonntag, 02.03.2025 / 13.00 Uhr

**Leitung** . . . . . Matthias Helfrich, Bernhard W. Zaunseder

**Kursgebühr** . . . . . 385,50 € inkl. Übernachtung und Verpflegung

**Anmeldung** . . . . . GCL Augsburg, Telefon: 08 21 / 3 46 68-0,  
E-Mail: sekretariat@gcl.de

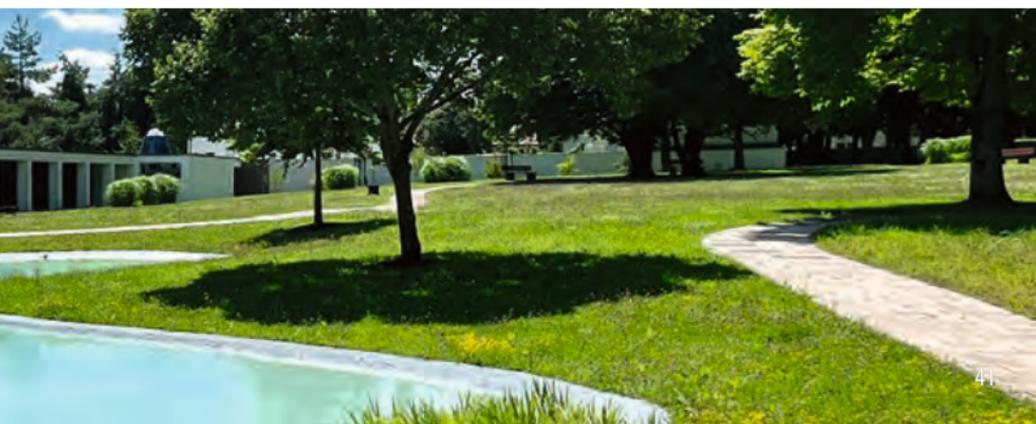
### **Wo soll meine Lebens-Reise (noch) hingehen?**

Diese Frage stellen sich junge Männer nach der Ausbildung oder nach dem ersten Crash im Leben. Diese Fragen stellen sich Männer in der Lebensmitte und im letzten Lebensdrittel. Das Seminar bietet die Möglichkeit, sich mit den Fragen dieser Lebensphasen auseinanderzusetzen: Wo stehe ich gerade in meinem Leben? Was und wie will ich (noch) leben? Was liegt mir am Herzen, das noch auf Erfüllung wartet? Was will ich weitergeben?

**Termin** . . . . . Samstag, 24.05.2025 / 09.00 bis 17.00 Uhr

**Leitung** . . . . . Peter Karl, Sozialpädagoge, Traumatherapeut,  
Jungen- und Männercoach

**Kursgebühr** . . . . . 131,00 € inkl. Verpflegung







# KUNST & KREATIVITÄT

Leben ist vieldeutig und bunt. Deshalb suchen Menschen nach verschiedenartigen Ausdrucksformen für innere Bewegung, Erlebnisse und Momente des Unbegreiflichen. Der von Gott geschenkten Kreativität freien Lauf lassen – aktiv im Erschaffen eines Kunstwerks oder genießend wie beim Hören von Musik oder Betrachten eines Bildes.

Russische Christusikone aus dem 19. Jahrhundert  
im Meditationsraum des Exerzitienhauses

## Mit einem guten Wort ins neue Jahr – Kalligraphie-Wochenende für Anfänger und Fortgeschrittene

Gute Worte tun gut. Sie tragen durch den Tag, wecken Hoffnung, trösten und machen den Blick frei. Ein ausgewählter Psalmvers oder ein Segensspruch findet durch kreatives und kalligraphisches Gestalten eine ausdrucksstarke Form. Gleichzeitig hilft der Prozess des Schreibens und Werkens, die Worte meditativ zu verinnerlichen. Sie werden auf Papier und ins Herz geschrieben. Schreiben, Werken und Übungen zum Verinnerlichen des Textes sowie Zeiten der Ruhe sind Elemente dieser Tage.

Sie werden die Schrift ‚Unziale‘ ausprobieren. Verschiedene Papierprojekte wie Schriftbilder, Karten, Faltbriefe oder Leporellos setzen die Worte in Szene. Das Wochenende ist sowohl für Feder-und-Tinte-Anfängerinnen und -Anfänger als auch für bereits Geübte geeignet.

Bitte mitbringen: großes Geodreieck, Bleistift, unempfindliche Kleidung, Küchenpapierrolle, Schere, Radiergummi, Schreibblock mit kariertem Papier, Wassergefäß. Wer mag, kann auch eigenes Papier mitbringen, z. B. Blanko-Karten, Aquarellpapier, Ingres-Papier o. Ä. Alle weiteren Materialien sind vorhanden.

Termin . . . . . Freitag, 10.01.2025 / 18.00 Uhr bis  
Sonntag, 12.01.2025 / 13.00 Uhr

Anmeldeschluss . . . . . Montag, 23.12.2024

Leitung . . . . . Margret Färber

Kursgebühr und Materialkosten inkl. Verpflegung und Unterkunft  
im EZ . . . . . 255,50 €

---

## NEU: glauben, lieben und hoffen

### Wandelkonzert mit dem DuoVoice<sup>2</sup>

Ein Liedernachmittag mit lebensfroher Renaissance- und Barockmusik des DuoVoice<sup>2</sup>: Hier finden das Viola-da-Gamba-Spiel von Jakob Rattinger und der Sopran von Theresa Steinbach in kongenialer Virtuosität zusammen. Zusammen und im Wettstreit von Stimme und Instrument ein einmaliges Erlebnis. Eine moderne Art, alte Musik zu genießen. Zwischen den Liedern, die an drei Stationen im Exerzitenhaus vorgetragen werden, hören wir Gedanken von Martin Knöferl.

DuoVoice<sup>2</sup>: Theresa Steinbach: Sopran | Jakob Rattinger: Viola da Gamba

Termin . . . . . Sonntag, 26.01.2025 / 17.00 Uhr

Kosten . . . . . Eintritt frei – Spenden erbeten

**NEU: „Mehr als Worte sagt ein Lied“****Das geistliche Lied im Kirchenjahr**

Musik in der Kirche weist über den Bereich des Alltags hinaus, sie weckt Freude und Hoffnung. In den Verlautbarungen des Zweiten Vatikanischen Konzils wird der liturgische Gesang als „Reichtum von unschätzbarem Wert“ bezeichnet. Im 2012 erneuerten Gotteslob finden wir Lieder aus früheren Jahrhunderten bis zum neuen geistlichen Lied der Gegenwart. Eine Auswahl von Liedern zu den Themen Eucharistie und Kirchenjahr wird in diesem Kurs genauer in den Blick genommen. Sie werden auf ihre Ausdrucksform, Bildersprache und ihre liturgische Funktion hin untersucht und interpretiert und natürlich werden sie auch gesungen. Zudem kommen noch Vertonungen Bach'scher Orgelchoralvorspiele zu Gehör. Zum Mitsingen ergeht herzliche Einladung.

Termin . . . . . Samstag, 08.03.2025 / 10.00 bis 15:00 Uhr

Leitung . . . . . Wolfgang Thoma

Kursgebühr. . . . . 40,00 € inkl. Mittagessen

**„Ich bin ein guter Hirt“ (BWV 85)****Eine Kantate von Johann Sebastian Bach – geistlich und musikalisch erschlossen**

Die Texte der Kantaten Johann Sebastian Bachs sind oftmals von einer geradezu mystischen Tiefe, ihre Vertonungen aber von genialer Pracht und Größe. Wort und Klang durchdringen sich dabei wechselseitig. Anhand der Kantate „Ich bin ein guter Hirt“ (BWV 85) kann dies verdeutlicht werden.

Zunächst werden der zugrundeliegende biblische Text und sein Niederschlag in der Kantatendichtung betrachtet. Sodann soll – durch die Mitwirkung einiger Domsingknaben einem Werkstattgespräch gleich – Einblick in die musikalische Entfaltung gegeben werden. Schließlich machen wir uns auf den Weg in den Augsburger Dom, wo die Kantate im gottesdienstlichen Rahmen aufgegriffen wird. Anschließend werden wir im Gebäude der Domsingknaben zu Abendessen und am Sonntag im Exerzitenhaus die Thematik fortführen.

Termin . . . . . Freitag, 09.05.2025 / 18.00 Uhr bis  
Sonntag, 11.05.2025 / 13.00 Uhr

Leitung . . . . . Stefan Steinemann, Dr. Christian Hartl

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 230,50 €

im DZ . . . . . 220,50 €

**NEU: Kontemplatives Wochenende mit Hagios-Gesang**

„Das Singen entfaltet sich in dem Maße, wie es aus dem Lauschen, dem achtsamen Hören erwächst. Singend können wir uns darin verfeinern, unsere Mitmenschen und unsere Mitwelt zu erhören.“ (Sir Yehudi Menuhin)

Stille und Klang, Schweigen und Gesang sind das Geschwisterpaar, von dem wir uns an diesem Wochenende leiten lassen wollen. Zeiten der Kontemplation (= Sitzen in Stille) wechseln sich mit Zeiten des gemeinsamen Singens ab, sodass sich die jeweiligen Erfahrungen verfeinern und vertiefen können und sich ein Raum öffnet für das Verweilen in der Gegenwart. Gesungen werden einfach zu erlernende geistliche Gesänge aus dem Hagios-Liederbuch von Helge Burggrave. Mit einfachen Anleitungen zur Kontemplation, Zeiten des gemeinsamen Singens, kurzen Impulsen, Gelegenheit zum Austausch, freier Zeit zur persönlichen Reflexion und dem Angebot eines Begleitgesprächs ist dieses Wochenende für alle Interessierte geeignet. Es findet weitgehend im Schweigen statt.

**Termin** . . . . . Freitag, 26.09.2025 / 18.00 Uhr bis  
Sonntag, 28.09.2025 / 13.00 Uhr

**Leitung und Begleitung** . . . . Dr. Daniela Kaschke, Holger Wenzig

**Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft**

**im EZ** . . . . . 230,50 €

**im DZ** . . . . . 220,50 €

„Heilige Muttergottes Maria mit Engeln“, Mosaik von Georg Bernhard



## Lenk deinen Schritt engelwärts – Spiritualität in der Gegenwartsliteratur

Der Blick zum Himmel, die Ahnung, dass es Größeres gibt, das über das menschliche Verstehen hinausgreift, gehören zur Grunderfahrung des Menschen. Nicht nur in der Adventszeit stehen die Engel für die religiöse Sehnsucht – nach Schutz, nach Heil, nach einem Sichtbarwerden des Handelns Gottes. Die Engel haben seit jeher auch die Dichter und Dichterinnen beflügelt. An diesem Wochenende begegnen wir Texten aus der Gegenwartsliteratur, in denen die Engel, ja der Himmel, poetisch beschrieben werden, etwa von Rose Ausländer, Rainer Maria Rilke, Else Lasker-Schüler, Hans Magnus Enzensberger u. a. Textbeispiele werden nach kurzen Einführungen zu den Werken gemeinsam gelesen. Die Teilnehmenden sind eingeladen zum betrachtenden und betenden Umgang mit den literarischen Texten – mit Zeiten der Stille, aber auch des gemeinsamen Austausches. Die Texte werden zur Verfügung gestellt.

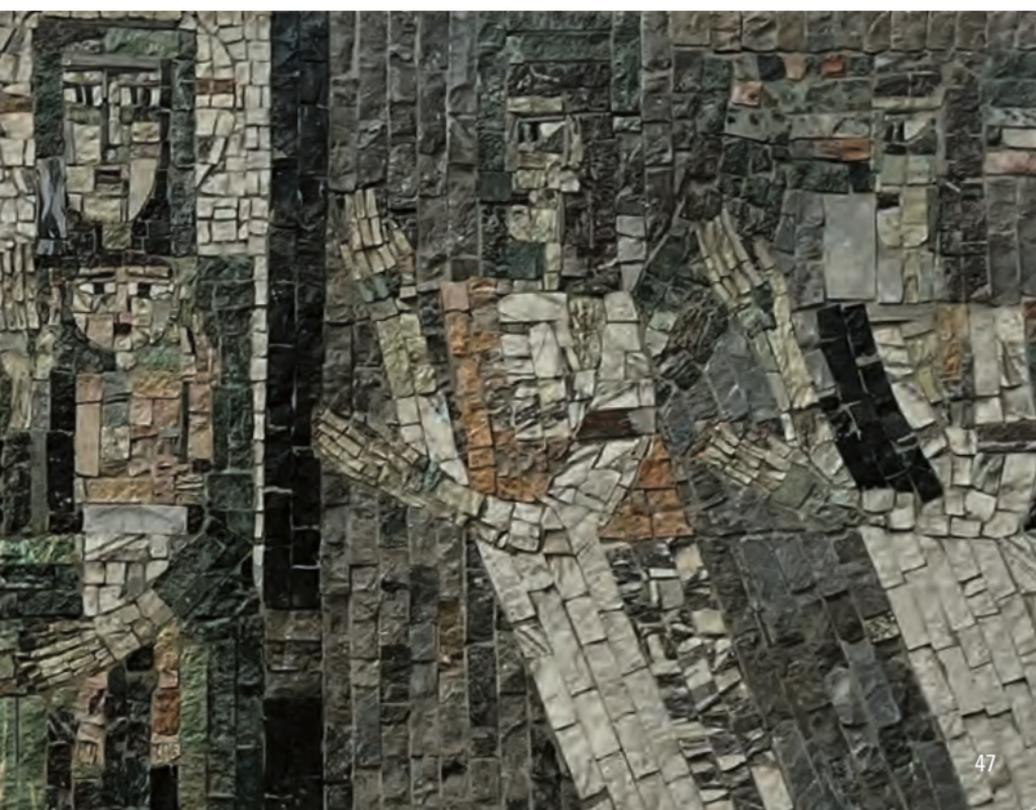
**Termin** . . . . . Freitag, 12.12.2025 / 18.00 Uhr bis  
Sonntag, 14.12.2025 / 13.00 Uhr

**Leitung** . . . . . Gerlinde Knoller

**Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft**

im EZ . . . . . 220,50 €

im DZ . . . . . 210,50 €



# Ausstellungen

## im Lichthof des Exerzitienhauses

### **„Kunst im Exerzitienhaus“ – Eröffnung der Frühjahrsausstellung**

Termin . . . . . Sonntag, 16.03.2025 / 12.00 Uhr

---

### **„Kunst im Exerzitienhaus“ – Eröffnung der Herbstausstellung**

Termin . . . . . Sonntag, 12.10.2025 / 12.00 Uhr

Zweimal im Jahr finden rund um den Lichthof des Exerzitienhauses Ausstellungen zeitgenössischer Künstlerinnen und Künstler statt. Zu den Ausstellungseröffnungen sind Sie herzlich eingeladen. Besuchen Sie auch gern vorher unseren Sonntagsgottesdienst um 11.00 Uhr. Die Ausstellungen sind zu den Öffnungszeiten des Hauses zugänglich. Für nähere Informationen wenden Sie sich bitte an unser Büro, informieren Sie sich über unsere Homepage oder fordern Sie unseren Newsletter an.

### **Öffnungszeiten des Hauses während der Ausstellungen**

Montag bis Freitag. . . . . 08.00 bis 18.00 Uhr

Samstag . . . . . 08.00 bis 15.00 Uhr

Sonntag . . . . . 08.00 bis 14.00 Uhr



„Drachenbucht“, Skulptur von Willi Weiner aus der Ausstellung „Dialog“.

### **art.walk – Architektur, Kunst und Spiritualität im Exerzitenhaus**

Bei einer Führung durch das 1963 nach Plänen von Thomas Wechs im Stil des Neuen Bauens errichtete Exerzitenhaus erfahren Sie, welche Ideen diesem Baudenkmal zugrunde liegen und entdecken einige Perlen der „Kunst am Bau“, wie z. B. ein Glasfenster von Georg Bernhard, Wandmalereien von Franz Nagel oder einen Kreuzweg in Betonreliefs von Karl Reidel.

Ein Rundgang durch die jeweils aktuelle Kunstaussstellung rundet den ersten Teil des Abends ab und mündet in einen entspannten Austausch mit Snacks und Getränken. Zum Schluss können Sie bei einem schlichten meditativen Tagesausklang die besondere Atmosphäre der Hauskirche bzw. der Kapelle auf sich wirken lassen.

**Termine.** . . . . . Samstag, 12.04.2025 / 18.00 bis 21.00 Uhr  
 Freitag, 24.10.2025 / 18.00 bis 21.00 Uhr

**Leitung** . . . . . Dr. Daniela Kaschke

**Kosten** . . . . . 8,00 €





„Grüne Welle“, Cortenstahl-Arbeit  
von Willi Weiner aus der Ausstellung „Dialog“

# BEWEGEN & VERTRAUEN

Körperliche und geistige Prozesse beeinflussen sich gegenseitig. Balance können wir finden, wenn wir uns als Ganzes wahrnehmen, Kraft und Anstrengung ebenso wie Entspannung und Loslassen. Dabei hilft uns auch das Erleben der Schöpfung Gottes. Gönnen Sie sich eine Auszeit für Leib und Seele.

## Stiller Tag mit Tanz

„Tanz ist die verborgene Sprache der Seele“ (Martha Graham)

Unter bewährter Anleitung von Astrid Schmidt werden wir einfache Kreistänze erlernen. Weitere Elemente des Kurses: Abend- und Morgenlob, Impulse und durchgehendes Schweigen.

Termin . . . . . Freitag, 11.04.2025 / 18.00 Uhr bis  
Samstag, 12.04.2025 / 17.00 Uhr

Leitung . . . . . Astrid Schmidt, Tanzpädagogin;  
Dr. Daniela Kaschke

### Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 123,50 €

im DZ . . . . . 118,50 €

---

## Qigong-Wochenende: Tai-Chi-Qigong in 28 Schritten – Teil II

In den Gesundheitsübungen des Qigong werden alle Meridiane des Körpers aktiviert. Dadurch können Blockaden und Stauungen im Energiefluss gelöst werden. Körper und Geist kommen wieder in Balance. Wie die Natur im Frühjahr aufblüht, so kommen auch die Lebensfreude und die positive Energie zu uns zurück.

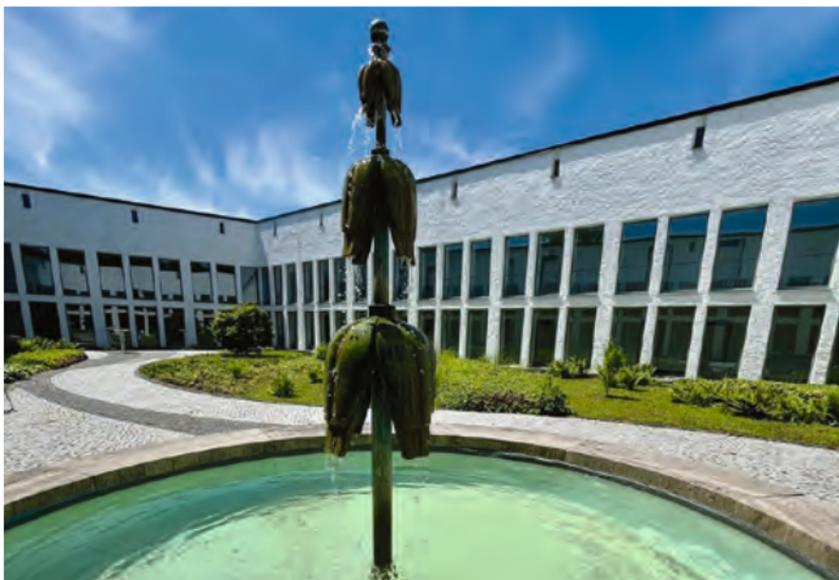
Termin . . . . . Freitag, 02.05.2025 / 18.00 Uhr bis  
Sonntag, 04.05.2025 / 13.00 Uhr

Leitung . . . . . Sr. Benedicta Depuhl OSB

### Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 220,50 €

im DZ . . . . . 210,50 €



## Wochenende der Achtsamkeit mit Waldbaden

Achtsamkeit ist ein Weg, der uns lehrt, uns selbst und die Welt auf eine lebendige und unmittelbare Weise zu erleben und mit unserem Körper, unseren Gedanken, Gefühlen und Verhaltensmustern bewusst umzugehen. Dabei bemühen wir uns darum, alles, was im gegenwärtigen Moment geschieht, bewusst wahrzunehmen, ohne es gleich zu beurteilen. Die Praxis der Achtsamkeit befähigt uns, innere Ruhe, Akzeptanz und Klarheit zu finden – auch angesichts körperlicher oder seelischer Schmerzen und trotz schwieriger Lebensumstände. Achtsamkeitsübungen sind z. B. der Bodyscan, Atemmeditation, Yoga und achtsames Gehen.

Dazu kommt eine Einheit „Waldbaden“. Aspekte des Waldbadens sind: „Eintauchen“ in den Wald mit allen Sinnen, ganzheitliche Wahrnehmungsschulung durch Achtsamkeitsübungen, offene, neugierige Haltung gegenüber der Natur (Formen, Farben, Geräusche, Bewegung ...), Wiederentdecken der Symbiose zwischen Mensch und Wald, Naturverbundenheit aktiv erleben.

**Termin** . . . . . Freitag, 16.05.2025 / 18.00 Uhr bis  
Sonntag, 18.05.2025 / 13.00 Uhr

**Leitung** . . . . . Josef Ach

**Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft**

im EZ . . . . . 270,50 €

im DZ . . . . . 260,50 €

## Stiller Tag mit Yoga – „Atemräume“

Der Stille Tag ermöglicht Ihnen, für eine kurze Zeit den Alltag zu verlassen. Mithilfe von Yogahaltungen und kurzen Impulsen dazu und im gemeinsamen Schweigen können Sie zur Ruhe kommen, sich orientieren.

**Termin** . . . . . Freitag, 16.05.2025 / 18.00 Uhr bis  
Samstag, 17.05.2025 / 17.30 Uhr

**Leitung** . . . . . Lukas Ochs, Claudia Nietsch-Ochs

**Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft**

im EZ . . . . . 138,50 €

## Raum für Dich – Yoga-Tage im Schweigen

„Was ist es, was DICH bewegt? Stille. Stille tritt in den Raum und beherrscht ihn.“ (Kübra Gümüşay)

Eine Gelegenheit, Schweigen zu üben und Stille einzuladen.

Schweigen ist die Übung, Stille ist der Zustand, auf den ich mich einstelle. Die Yoga-Tage bieten die Möglichkeit, gezielt Körper, Atmung und Geist zur Ruhe zu bringen, um einen Raum zu eröffnen. Dort hinein sollen innere Ruhe und durchdringende Stille eingeladen werden. Atemgeführte Bewegungspraxis für Yoganeulinge, sowie -erfahrene. Abgestimmte Atmungssequenzen und Meditationen begleiten Zeiten des Schweigens.

Termin . . . . . Donnerstag, 26.06.2025 / 18.00 Uhr bis  
Sonntag, 29.06.2025 / 13.00 Uhr

Leitung . . . . . Lukas Ochs, Claudia Nietsch-Ochs

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 329,00 €

---

## NEU: Qigong-Wochenende: „Herz-Qigong“

Die Übungen des Herz Qigong tragen zur Regulierung des Kreislaufs und zur Beruhigung des Herzens bei. Sie verbessern die Durchlässigkeit der Meridiane und beseitigen die Qi-Stagnationen und Blutstauungen. Sie dienen zur Vorbeugung von Herz- und Gefäßerkrankungen und tragen zu deren Behandlung und Heilung bei. Dies geschieht durch eine bestimmte Atemtechnik und durch die Förderung der inneren Ruhe. Die Übungen sind einfach zu erlernen und es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Termin . . . . . Freitag, 25.07.2025 / 18.00 Uhr bis  
Sonntag, 27.07.2025 / 13.00 Uhr

Leitung . . . . . Ingrid Auer

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 220,50 €

im DZ . . . . . 210,50 €

### Stiller Tag mit Yoga – „Herzraum“

Der Stille Tag ermöglicht Ihnen, für eine kurze Zeit den Alltag zu verlassen. Mithilfe von Yogahaltungen und kurzen Impulsen dazu und im gemeinsamen Schweigen können Sie zur Ruhe kommen, sich orientieren.

Termin . . . . . Freitag, 31.10.2025 / 18.00 Uhr bis  
Samstag, 01.11.2025 / 17.30 Uhr

Leitung . . . . . Lukas Ochs, Claudia Nietsch-Ochs

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 138,50 €

### Spirituelle Wandertage in den Westlichen Wäldern

Hinaus in die Natur, sich bewegen, Sommertage im Wald genießen und dabei sprichwörtlich über Gott und die Welt nachdenken. Oder auch einmal nicht nachdenken, sich der Bewegung überlassen und Ruhe finden. Nach dem Kennenlernen am Sonntagabend werden wir am Montag und Dienstag längere Rundwanderungen im Naturpark Augsburg Westliche Wälder machen (ca. 5 Stunden Gehzeit täglich) und anschließend ins Exerzitienhaus zurückkehren. Am letzten Tag wird es eine kürzere Wanderung sein. Elemente der Tage sind: Wandern, spirituelle Impulse, längere Phasen des Schweigens während des Gehens, Austausch und gemeinsam gefeierte Andachten. Bitte beachten Sie, dass für diese Veranstaltung eine gute körperliche Kondition Voraussetzung ist. Informationen über Ablauf und Ausrüstung bekommen Sie nach der Anmeldung zugesandt oder in unserem Büro.

Termin . . . . . Sonntag, 03.08.2025 / 18.00 Uhr bis  
Mittwoch, 06.08.2025 / 13.00 Uhr

Leitung . . . . . Dr. Daniela Kaschke, N.N.

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 289,00 €

im DZ . . . . . 274,00 €

## **MBSR kennenlernen – Einübung in Achtsamkeit**

Mindfulness Based Stress Reduction – achtsamkeitsbasierte Stressbewältigung nach Jon Kabat-Zinn ist ein bewährtes Programm aus dem Gesundheitsbereich. Es schult die Wahrnehmungsfähigkeit und Achtsamkeit mit dem eigenen Körper, was nachweislich gesundheitsfördernde Wirkung hat. Dieser Kurs wird in Elemente des MBSR einführen. Dazu gehören sanfte Körperübungen, angeleitete Meditationen, Kurzvorträge und Austausch. Probieren Sie es aus: sich mit allen Sinnen für den jeweiligen Augenblick öffnen und das Leben in neuer Tiefe und Intensität erfahren.

**Termin** . . . . . Freitag, 01.08.2025 / 18.00 Uhr bis  
Sonntag, 03.08.2025 / 13.00 Uhr

**Leitung** . . . . . Elisabeth Huber

**Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft**

**im EZ** . . . . . 260,50 €

---

## **Qigong-Weekende: Wasserphase – Zeit der Stille**

Die TCM (Traditionelle Chinesische Medizin) spricht von fünf Wandlungsphasen. Der Winter, als Zeit der Stille und der Regeneration, wird der Phase „Wasser“ zugeordnet. Als Organe stehen Nieren und Blase im Vordergrund. Dieses Wochenende ist geprägt durch Übungen aus dem Nieren-Qigong und dem stillen Qigong sowie Zeiten der Ruhe und des Innehaltens.

**Termin** . . . . . Freitag, 21.11.2025 / 18.00 Uhr bis  
Sonntag, 23.11.2025 / 13.00 Uhr

**Leitung und Begleitung** . . . . Sr. Benedicta Depuhl OSB

**Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft**

**im EZ** . . . . . 220,50 €

**im DZ** . . . . . 210,50 €

## Yoga und Jesus – eine Begegnung der besonderen Art

Pater Gilbert leitet an vielen Orten in Indien und im Ausland Yoga-Meditationskurse. Seine von der religiösen Kultur seines Heimatlands und vom Evangelium geprägte christliche Spiritualität öffnet Wege zur Selbstfindung und Gotteserfahrung. Die gezeigten Übungen sind leicht verständlich, sie sprechen Körper, Geist und Seele in gleicher Weise an.

Termin . . . . . Freitag, 05.12.2025 / 18.00 Uhr bis  
Sonntag, 07.12.2025 / 13.00 Uhr

Leitung . . . . . P. Gilbert Carlo SVD

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 235,50 €

im DZ . . . . . 225,50 €

## Yoga und Jesus – eine Begegnung der besonderen Art

### Vertiefungskurs

Die im Grundkurs vermittelten Inhalte werden in längeren Stille- und Übungseinheiten vertieft. Es besteht die Möglichkeit zum seelsorglichen Gespräch.

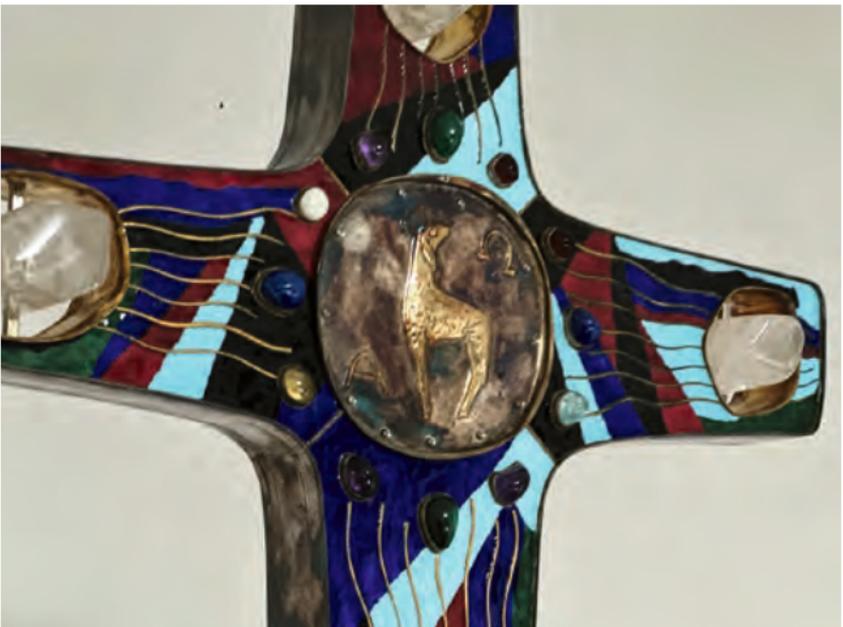
Termin . . . . . Sonntag, 07.12.2025 / 18.00 Uhr bis  
Dienstag, 09.12.2025 / 13.00 Uhr

Leitung . . . . . P. Gilbert Carlo SVD

Kursgebühr inkl. Verpflegung und Unterkunft

im EZ . . . . . 235,50 €

im DZ . . . . . 225,50 €





# Brautleutetage

Paare, die an einem Ehevorbereitungsseminar teilgenommen haben, melden zurück, dass es gutgetan habe, vor der Hochzeit innezuhalten. Es sei schön, sich mitten im Vorbereitungsstrubel auf das Eigentliche zu besinnen. So können Sie als Brautpaar an diesem Tag die Spuren der gemeinsamen Liebe und der Liebe Gottes entdecken. Bei Anregungen zu Inhalt, Ablauf und Gestaltung der kirchlichen Trauung werden Ihre Fragen geklärt. Die Ehevorbereitungsseminare sind offen für Brautpaare verschiedener Konfessionen.

Termine . . . . . Sonntag, 23.03.2025  
 . . . . . Sonntag, 01.06.2025  
 . . . . . Sonntag, 21.09.2025

Kosten pro Person . . . . . 17,50 €

Die Anmeldung erfolgt über die Ehe- und Familienseelsorge,  
 Außenstelle Augsburg.

Telefon . . . . . 08 21 / 31 66 - 21 11

E-Mail . . . . . efs-augsburg@bistum-augsburg.de





# Zu Gast im Exerzitenhaus

**Sie kommen zu uns ...**

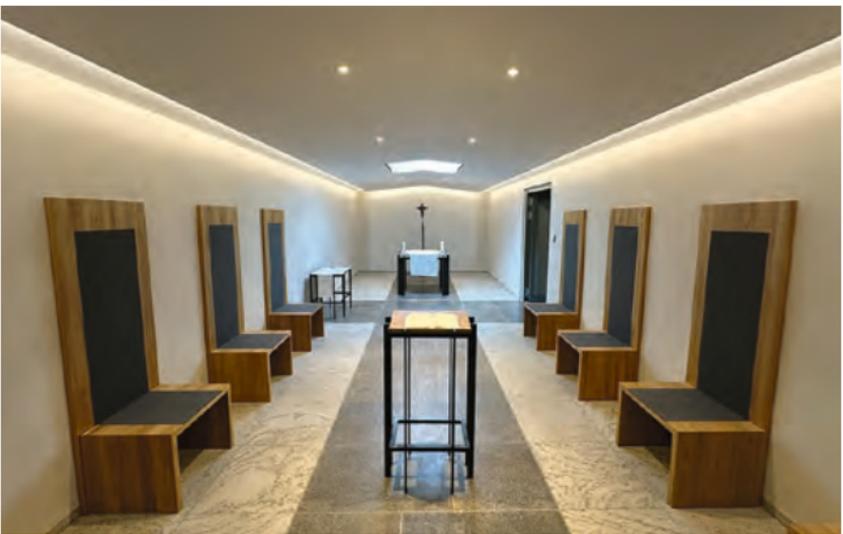
um Exerzitien zu machen, Stille Tage zu verbringen,  
an Kursen, Tagungen, Veranstaltungen oder Fortbildungen  
teilzunehmen – oder als Einzelgast, wenn Sie ein paar  
Tage Auszeit nehmen wollen.



# Tauchen Sie ein in eine besondere geistliche Stimmung

- Als Gast sind Sie zu unseren täglichen Gottesdiensten eingeladen.
- Zur persönlichen Einkehr, für Stille und zum Gebet bietet das Haus zahlreiche (Rückzugs-)Räume: Hauskirche, Kreuzkapelle, Auferstehungskapelle, Kreuzweg im Park, Meditationsraum, Raum der Stille.
- Zur Vertiefung und Begleitung steht Ihnen die geistliche Bibliothek im Wintergarten zur Verfügung. Zudem bietet der Buchladen des Klosters Oberschönenfeld eine Auswahl von Büchern und Devotionalien zum Erwerb an.
- Die Referentinnen und Referenten des Hauses haben immer ein offenes Ohr, auch für ein persönliches Gespräch.
- Nutzen Sie unseren weitläufigen Park zum Atemholen und Entspannen und entdecken Sie auch den angrenzenden Naturpark Augsburg Westliche Wälder, der sich für ausgedehnte Spaziergänge eignet.
- Genießen Sie die Speisen unserer Küche, täglich frisch zubereitet aus weitgehend regionalen Produkten – reichhaltig, vielseitig und lecker.
- In unserer Café-Bar und im Bistro können Sie sich zwischendurch stärken und miteinander ins Gespräch kommen.
- Einfache Zimmer mit Bad dienen Ihnen als persönlicher Rückzugsraum.





Kommen Sie an und erleben Sie eine Atmosphäre der Stille, der Freundlichkeit und des menschlichen Miteinanders, einen Ort der Begegnung mit sich selbst und mit Gott.

Wir möchten, dass Sie sich in unserem Haus rundum wohlfühlen und ein Obdach für die Seele finden.

Meditationsraum, Kreuzkapelle und Hauskirche sind spirituelle Orte im Exerzitienhaus

Ob reichhaltige  
Menüs oder  
Buffet – die  
Küche ist für  
alle Wünsche  
offen.



Raum für Inspiration:  
die Geistliche Biblio-  
thek und der Raum  
der Stille.





Ankommen in den freundlichen Zimmern des Exerzitieshauses, die über eine moderne und zeitgemäße Ausstattung verfügen.



Das Team des Exerzitieshauses freut sich auf Ihren Besuch!



# CHRONIK IN KÜRZE

## Baubeginn

Auftraggeber: Bischof Dr. Joseph Freundorfer

Konzeption: Architekt Thomas Wechs sen.

**1961**

**22.12.1963**

## Einweihung

des ersten Erweiterungsbaus  
(Westbau) mit Petrusaal



**1969**

Einweihung  
des Hauptbaus  
mit der Haus-  
kirche durch  
Bischof Dr. Josef  
Stimpfle



Einweihung  
des zweiten  
Erweiterungsbaus  
(Südbau) durch Bischof  
Dr. Viktor Josef  
Dammertz

Umbau aller  
Zimmer (Nasszellen),  
Wirtschaftshof mit  
Tiefgarage

**1988**

**1999**

Zum 25-jährigen  
Bestehen des  
Hauses entsteht die  
Paulussäule von  
Max Faller



**2015 – 2017**

Generalsanierung und  
Modernisierung des  
Hauses (Zugang und  
Paulussaal barrierefrei)

**2016**

Einzug der Abteilung  
Spirituelle Dienste  
(seit 2022: Geistliches Leben)  
des Bischöflichen Ordinariats

**2023**

60-jähriges  
Hausjubiläum

### Direktoren des Hauses

- 1963 bis 1975 Prälat Josef Hoser
- 1975 bis 2003 Prälat Simon Eding
- 2003 bis 2012 Msgr. Dr. Bernhard Ehler
- 2012 bis 2014 Dr. Michael Lechner
- 2014 bis 2020 P. Thomas A. Schuster OP
- 2014 bis 2022 Norbert Streit
- seit 2021 Pfarrer Dr. Christian Hartl

# Team



Direktor

**Pfarrer Dr. Christian Hartl**

geboren 1964

Dr. theol., Ausbildung in Logotherapie, Rundfunkprediger. Seit 2021 Bischöflicher Beauftragter für Geistliches Leben im Bistum Augsburg und Direktor des Exerzitenhauses Leitershofen, Hauptgeschäftsführer von Renovabis (2016–2021), Spiritual am Interdiözesanen Seminar für Priesterausbildung St. Lambert in Lantershofen (2012–2016), Pfarrer in Bad Heilbrunn, Klinikseelsorger an der dortigen Reha-Klinik (2009–2012), Regens am Priesterseminar der Diözese Augsburg; zugleich Lehrbeauftragter für Homiletik an der Katholisch-Theologischen Fakultät der Universität Augsburg (2003–2009), Subregens am Priesterseminar der Diözese Augsburg (2000–2003), Sekretär und Zeremoniar bei Bischof Dr. Viktor Josef Dammertz OSB (1993–1997), Kaplan in Füssen und dann in Murnau (1990–1993)



Kaufmännischer Geschäftsführer

**Florian Reitemann**

geboren 1990

Betriebswirt (Master of Arts), Unterstützung der Geschäftsführung im Familienbetrieb, Kempten, Lehrbeauftragter im Studiengang Betriebswirtschaft, HTWG Konstanz (seit 2020), Manager Controlling & Reporting in Regensburg (2017–2022), Referententätigkeit für Tage der Orientierung, Jugendhaus Elias, Seifriedsberg (2012–2019), Vorstandsmitglied im BDKJ-Stadtverband Kempten (2016–2019), Gemeinderat in der KHG Regensburg (2015–2016) und KHG Konstanz (2013–2015)



Referentin

**Dr. Daniela Kaschke**

geboren 1983

Dr. theol., Diplomtheologin, Pastoralreferentin, Ausbildung in Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor Frankl (Tübingen/Wien),

NLP Practitioner, Pastoralassistentin in Königsbrunn (2018–2021), Elternzeit (2016–2018), Wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Katholisch-Theologischen Fakultät der Universität Augsburg (2013–2016)



Referentin

**Sr. M. Martha Lang, OSF**

geboren 1961

Industriekauffrau, Gemeindereferentin, Ausbildung in Geistlicher Begleitung, Exerzitienbegleitung, Klinikseelsorge, Trauerbegleitung,

Oberin (2016–2021), Konventoberin (2004–2006), Leiterin des Theologischen Ordensseminars Augsburg (2007–2013), Klinikseelsorgerin am Klinikum Kaufbeuren (2013–2015 und 1998–2004), Gemeindeassistentin/-referentin in Kaufbeuren (1988–1998), Franziskanerin im Crescentiakloster (seit 1983)



Referent

**Thomas Lechner**

geboren 1966

Diplomtheologe, Pastoralreferent, verheiratet, zwei erwachsene Kinder, Pastoralreferent in der Pfarreiengemeinschaft Augsburg-Lechhausen,

St. Pankratius + Unsere Liebe Frau (2008–2022), Pastoralassistent/-referent in der Pfarrei St. Pius, Augsburg-Haunstetten (2001–2008), Kirchlicher Assistent in den Jugendverbänden der Gemeinschaft Christlichen Lebens (J-GCL) auf Bundesebene (1995–2001)

# Referentinnen und Referenten



**Josef Ach** IT-Kaufmann, Studium Wirtschaftsingenieurwesen, langjährige Tätigkeit in der Automobilbranche, Ausbildung zum MBSR-Trainer und Waldgesundheitstrainer, Ausbildung in Zen-Meditation (Dietfurt) und Karate, Ingolstadt



**Edna Auer** Juristin, Studium Theologie im Fernkurs, Exerzitien- und Geistliche Begleiterin, Mitglied der Gemeinschaft Christlichen Lebens (GCL), tätig im rheinland-pfälzischen Landesdienst, Mainz



**Inge Auer** AOK-Betriebswirtin, Qigong-Lehrerin, zertifiziert von der Sebastian-Kneipp-Akademie (SKA) und dem Deutschen Dachverband für Qigong und Taijiquan (DDQT), Vorstandsmitglied im DDQT



**P. Gilbert Carlo SVD** Steyler Missionar aus Bombay, Indien, Studium der Philosophie und Theologie, seit 1989 Yogakurse in Indien, USA, Großbritannien, Australien und Deutschland



**Dr. Dr. Katharina Ceming** promovierte Philosophin und Theologin sowie habilitierte Theologin. 2003–2010 Professorin und wissenschaftliche Mitarbeiterin an den Universitäten Paderborn und Augsburg, Lehraufträge an verschiedenen Universitäten in Deutschland und Österreich. Seit 2011 als freiberufliche Dozentin und Publizistin tätig.



**Sr. Benedicta Depuhl OSB** Krankenschwester mit Weiterbildung in Palliativ Care, Ausbildung zur Qigong-Lehrerin und zur Tai-Chi-Ch'uan-Übungsleiterin, Qigongtherapeutin in Kliniken, Missionsbenediktinerin in Tutzing



**Josef Epp** Studium der Religionspädagogik und Kirchlichen Bildungsarbeit, viele Jahre als Religionslehrer, Ausbilder, Klinikseelsorger und in verschiedenen Bereichen der Erwachsenenbildung tätig, Autor mehrerer Bücher, Bad Grönenbach



**Margret Färber** Dipl.-Rel.-Päd. (FH), Dipl.-Soz.-Päd. (FH), Gestaltseelsorgerin (DGfP), seit über 14 Jahren Arbeit mit Kalligraphie, Leitung Fachbereich Pastoral in Kindertageseinrichtungen im Bistum Augsburg, Günzburg



**Prof. Dr. Georg Gasser** Professor für Philosophie und geschäftsführender Direktor des Instituts für Philosophie, Universität Augsburg



**Ralf Gössl** Pfarrer, Geistlicher Begleiter, Begleiter im Ruhegebet nach Johannes Cassian, Notfallseelsorger, Seelsorger im St.-Vinzenz-Hospiz, Leiter des päpstlichen Werkes für geistliche Berufe (PWB), Präses der Marianischen Priesterkongregation im Bistum Augsburg



**Peter Greiff** Priester im Erzbistum München und Freising, Leitung eines Bildungshauses in der Schweiz und dort Leiter von Kursen mit Schwerpunkt Fasten und Meditation. Langjähriger Klinikseelsorger und therapeutischer Berater mit Ausbildung in Psychosynthese. Lebt heute in Augsburg.



**Helmut Haug** Priester, Stadtdekan in Augsburg und Pfarrer der Moritzkirche, Bischöflicher Beauftragter für Ökumene und Interreligiösen Dialog

# Referentinnen und Referenten



**Elisabeth Huber** Krankenschwester, Dipl.-Pflegewirtin (FH), Studium der Caritaswissenschaften, langjährige leitende Tätigkeit im Krankenhausbereich und freiberuflich in Bildung und Beratung im Gesundheitswesen, MBSR-Lehrerin, Exerzitien- und Geistliche Begleiterin, Geretsried



**Veronika Jodlbauer** Dipl.-Soz.-Päd., Exerzitien- und Geistliche Begleiterin, Bibliodramaleiterin, Mitglied der Gemeinschaft Christlichen Lebens (GCL), München



**Martin Knöferl** Dipl.-Rel.-Päd., Leiter der Koordinationsstelle Supervision, Künstler, Initiator der Homepage „Resonanz jetzt“, Hörzhausen



**Gerlinde Knoller** Studium Germanistik und Geschichte (M. A.), Studium „Theologie des Geistlichen Lebens“ (M.A.), Journalistin, Doktorandin Neuere deutsche Literaturwissenschaft, Mitglied der GCL (Gemeinschaft Christlichen Lebens), Augsburg



**P. Guido Kreppold OFMCap** Kapuzinerpater, Diplompsychologe, spiritueller Begleiter und Therapeut, Kursleiter, Autor vieler Bücher im Themenfeld Spiritualität und Tiefenpsychologie, St. Ottilien.



**Gaby Kubitz** Anästhesieschwester, Logotherapeutin (Ausbildung bei Elisabeth Lukas), Krisenintervention, Beratung, derzeit Geistliche Begleiterin in einem Altenheim für Ordensschwestern, Bad Tölz



**Thomas Lemp SAC** Pallottinerpater, Studium der Theologie, Studium „Spiritual Integrative Counselling“ am Institut of St. Anselm (Kent/heute Rom), Ausbildung in Ignatianischer Exerzitienbegleitung, 2007–2017 Leiter des Pastoraltheologischen Instituts der Pallottiner in Friedberg. Seit 1997 Begleitung von Kontemplativen Exerzitien nach Franz Jalics SJ, Konstanz



**Alfons Mayer** Dipl.-Theol., Dipl.-Soz.-Päd. (FH), Supervisor, Psychodramaleiter, Enneagrammlehrer (Deutsches Enneagramm Zentrum), Stadtbergen



**Claudia Nietsch-Ochs** Dipl.-Theol., Pastoralreferentin i. R., Vordiplom in Pädagogik, Weiterbildung in TZI und Bibliodrama, Grundkurs Geistliche Begleitung, Merching



**Birgit Oberhofer** Studium Pädagogik (M.A.) und Pastoral Ministry (M.A.), Geistliche Begleiterin, Referentin für Exerzitien im Alltag an der Fachstelle Geistliches Leben der Diözese Augsburg, Leitershofen



**Lukas Ochs** Staatl. geprüfter Physiotherapeut, Atemphysiotherapeut, Anusara-Inspired Yogalehrer, München



**Bernhard Offenberger** Pfarrer in der evangelisch-lutherischen Kirchengemeinde St. Ulrich, Dekanatsjugendpfarrer, Augsburg

# Referentinnen und Referenten



**P. Dr. Sebastian Painadath SJ** Jesuit, Meditationslehrer, Autor spiritueller Bücher, Referent zu spirituellen Themen und Leiter des christlichen Ashrams Sameeksha in Kalady, Indien.



**Karola Pretzl-Weigant** Dipl.-Rel.-Päd., Gemeindereferentin, Exerzitien- und Geistliche Begleiterin, Referentin für Religiöse Bildung und Begleitung beim Caritasverband für die Diözese Augsburg e. V., Stadtbergen



**Jakob David Rattinger** Studium der Viola da Gamba an der Musikhochschule in Graz, am Konservatorium für Alte Musik in Wien, an der Schola Cantorum Basiliensis und an der Hochschule für Musik in Nürnberg. Konzerttätigkeit mit verschiedenen Orchestern und Ensembles der Alten Musik, Intendant und Leiter verschiedener Konzertreihen und Seminare, Graz



**Dr. Ludwig Schick** Emeritierter Erzbischof von Bamberg



**Patricia Schweier** Studium der Theologie und Romanistik, Exerzitien- und Geistliche Begleiterin (GCL), Königsbrunn



**Prof. em. Dr. Franz Sedlmeier** Priester der Diözese Eichstätt, 2000–2020 Professor für Altes Testament an der Universität Augsburg, seit Juni 2018 ordentliches Mitglied der Päpstlichen Akademie für Theologie, Gastdozent am Studium Biblicum Franciscanum, Jerusalem, Mitarbeit in der Seelsorge in St. Pankratius / Unsere Liebe Frau in Augsburg-Lechhausen



**Prof. em. Dr. Roman Siebenrock** 2006–2022 Professor für Dogmatik an der Theologischen Fakultät der Universität Innsbruck



**Theresa Steinbach** Sopranistin, Studium Elementare Musikpädagogik und Instrumentalpädagogik mit den Hauptfächern Harfe und Gesang am Leopold-Mozart-Zentrum Augsburg, Masterstudium Musiktheater an der Hochschule für Musik Nürnberg, 2015 Kunstförderpreis der Stadt Augsburg, zahlreiche Opern-Engagements und vielfältige solistische Konzerttätigkeit



**Stefan Steinemann** Studium Katholische Kirchenmusik, Gesang und Chordirigieren, künstlerischer Leiter des Vokalensembles AUXantiqua, vielfältige Konzerttätigkeit, Domkapellmeister an der Augsburger Kathedrale und Leiter der Augsburger Domsingknaben, Augsburg



**Prof. Dr. phil. Dr. med. Gabriele Stotz-Ingenlath** Professur für Psychische Gesundheit, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, Katholische Stiftungshochschule München



**Wolfgang Thoma** Konzertorganist und Komponist, Studium der Schul- und Kirchenmusik an der Hochschule für Musik in München mit Meisterklasse Orgel, langjährige Tätigkeit als Kirchenmusiker und Lehrer in Augsburg



**Dr. Thomas Vogl** Stadtpfarrer und Dekan in Waldsassen, Lehrbeauftragter für Homiletik an der Katholisch-Theologischen Fakultät der Universität Regensburg

# Referentinnen und Referenten



**Thomas Wagner** Pfarrer, Klinikseelsorger an den Kliniken Günzburg, Exerzitien- und Geistlicher Begleiter



**Holger Wenzig** Buchhändler (Abteilung Philosophie, Religion, Psychologie), nebenberuflicher Kirchenmusiker, als Organist und Chorleiter tätig, Ausbildung in Geistlicher Gesprächsführung, verortet in benediktinischer und kontemplativer Spiritualität, Braunschweig



**Regina Wühr** Dipl.-Rel.-Päd., Gemeindeferentin i. R., Exerzitien- und Geistliche Begleiterin, Gestaltpädagogin, Weiterbildungen in Bibliolog und Biografiearbeit, Augsburg

# Anmeldeformular

---

Bezeichnung

Einzelzimmer     Doppelzimmer

(Medizinisch notwendige Diätwünsche versuchen wir nach Möglichkeit für Sie umzusetzen.  
Kontaktieren Sie bitte dazu ca. 1 bis 2 Wochen vor Anreise unser Büro.)

---

Name, Vorname

---

Geburtstag (optional)

---

Straße, Hausnummer

---

PLZ, Ort

---

Telefon

---

E-Mail

---

Datum, Unterschrift

Ich möchte von Zeit zu Zeit über das Programm und Veranstaltungen im Exerzitienhaus St. Paulus in Leitershofen per E-Mail oder Post informiert werden und willige der Nutzung meiner Daten durch das Exerzitienhaus dazu ein.

---

**Anmerkung:** Wenn Sie bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn nichts von uns hören, findet Ihr Kurs statt und Sie gelten als angemeldet. Sie erhalten keine schriftliche Bestätigung!

Diözesan-Exerzitienhaus St. Paulus  
Krippackerstr. 6  
86391 Stadtbergen

Anmeldung auch gerne per Telefax: 0821/90754-19

oder per E-Mail: [info@exerzitienhaus.org](mailto:info@exerzitienhaus.org)

# Anfahrt



**Bahn** Die Straßenbahnlinie 6 fährt ab Hauptbahnhof Augsburg Richtung Stadtbergen bis Haltestelle Pfersee. Ab Pfersee mit der Buslinie 641 bis zur Haltestelle Leitershofen, Brunnenplatz. Von hier aus sind es ca. fünf Minuten zu Fuß zum Exerzitenhaus Leitershofen. Hinweis: Wenn Sie mit dem Bayernticket reisen, sind die Nahverkehrsmittel (Straßenbahn und Bus) eingeschlossen! Informationen finden Sie auch unter: [www.avv-augsburg.de/fahrplan/fahrplanauskunft](http://www.avv-augsburg.de/fahrplan/fahrplanauskunft)

**Pkw** Aus Richtung Landsberg oder Donauwörth auf der B17 bis Ausfahrt Leitershofen. Im Ort ist das Exerzitenhaus Leitershofen gut beschildert. Von der Autobahn A8 Ausfahrt Augsburg-West Richtung Landsberg bis zur Ausfahrt Leitershofen. Von Augsburg Hauptbahnhof durch die Bahnunterführung Richtung Pfersee. In Pfersee beginnt die Beschilderung nach Leitershofen.

Parkplätze finden Sie direkt vor dem Haus oder in unserer Tiefgarage (kostenfrei, keine Reservierung möglich).

# Terminübersicht

von	bis	Titel	Seite
29.12.24	01.01.25	■ Geistliche Tage zur Jahreswende	19
10.01.25	12.01.25	■ Kalligraphieseminar: Mit einem guten Wort ins neue Jahr	44
16.01.25	19.01.25	■ Exerzientage – Meiner Sehnsucht auf der Spur	17
26.01.25		■ Festgottesdienst zum Patrozinium	4
26.01.25		■ ■ Wandelkonzert „glauben, lieben und hoffen“ mit dem DuoVoice <sup>2</sup>	44
31.01.25	02.02.25	■ Ökumenisches Wochenende für junge Erwachsene	36
07.02.25	09.02.25	■ Neun Bilder der Seele – Die Weisheit des Enneagramms	37
14.02.25	15.02.25	■ Stiller Tag im Februar: Sinnspuren	26
15.02.25		■ Angebote für Männer: Hektik? Nein, danke!	40
24.02.25		■ Informationsabend zu Alltagsexerziten	31
27.02.25	02.03.25	■ Angebote für Männer: AIKIDO-Exerziten	41
28.02.25	04.03.25	■ Ignatianische Kurzexerziten	11
08.03.25	09.03.25	■ Wochenende der Landvolkgemeinschaft Aichach	21
08.03.25		■ Das geistliche Lied im Kirchenjahr	45
09.03.25	14.03.25	■ Exerziten für Priester und Diakone	13
14.03.25	16.03.25	■ Besinnungswochenende für Frauen aus dem Bezirk Rain	21
15.03.25	22.03.25	■ Fastenkurs	13
16.03.25		■ ■ „Kunst im Exerzitenhaus“ – Eröffnung Frühjahrsausstellung	48
21.03.25	23.03.25	■ Besinnungswochenende Region Altbayern	21
23.03.25		■ Brautleutetag	59
23.03.25	24.03.25	■ Oasentag für Priester – glauben?	29
29.03.25		■ „Leitershofer Dialog“: Was darf ich hoffen?	5
11.04.25	12.04.25	■ ■ Stiller Tag mit Tanz	52
12.04.25		■ art.walk – Architektur, Kunst und Spiritualität im Exerzitenhaus	49
12.04.25	16.04.25	■ Exerziten mit Impulsen – auch für Eltern mit Kindern	14
17.04.25	20.04.25	■ Kar- und Ostertage im Exerzitenhaus miterleben	19

von	bis	Titel	Seite
21.04.25	27.04.25	■ Ignatianische Einzelexerziten	11
21.04.25	26.04.25	■ Exerziten für Ordenschristen	14
02.05.25	04.05.25	■ Qigong-Wochenende: Tai-Chi-Qigong in 28 Schritten – Teil II	52
09.05.25	11.05.25	■ Eine Kantate von Johann Sebastian Bach – geistlich und musikalisch erschlossen	45
16.05.25	18.05.25	■ Wochenende der Achtsamkeit mit Waldbaden	53
16.05.25	17.05.25	■ Stiller Tag mit Yoga	53
16.05.25	18.05.25	■ Glück als Lebenskunst – Wege zu einem erfüllten Leben	37
18.05.25	24.05.25	■ Ignatianische Einzelexerziten	11
23.05.25	28.05.25	■ Meditationskurs mit dem Gestaltsymbol Baum	23
23.05.25	24.05.25	■ ■ 24h-Auszeit: Raus in die Natur – Auszeit für Körper und Geist	33
24.05.25		■ Angebote für Männer: Lebens-Reise	41
31.05.25	07.06.25	■ Kontemplative Exerziten	23
01.06.25	02.06.25	■ Oasentag für Priester – lieben?	29
01.06.25		■ Brautleutetag	59
06.06.25	12.06.25	■ Exerziten mit Bibliolog und Bibliodrama-Elementen	15
26.06.25	29.06.25	■ Yoga-Tage im Schweigen	54
27.06.25	29.06.25	■ Kontemplationskurs	24
04.07.25	05.07.25	■ Stiller Tag im Juli: Transformationen	27
18.07.25		■ Sommerserenade	4
25.07.25	27.07.25	■ Qigong-Wochenende: „Herz-Qigong“	54
01.08.25	03.08.25	■ MBSR kennenlernen – Einübung in Achtsamkeit	56
03.08.25	06.08.25	■ Spirituelle Wandertage in den Westlichen Wäldern	55
31.08.25	07.09.25	■ Ignatianische Einzelexerziten	11
04.09.25	07.09.25	■ Geistliche Tage mit Film – Der Hoffnung ein Fenster öffnen	19
05.09.25	07.09.25	■ Meine Träume – Seelenwerkstatt für eine bessere Zukunft	39
14.09.25		■ Tag des offenen Denkmals	4

von	bis	Titel	Seite
21.09.25		■ Brautleutetag	59
26.09.25	28.09.25	■ ■ Kontemplatives Wochenende mit Hagios-Gesang	24
26.09.25	28.09.25	■ Logotherapeutische Hoffnungsimpulse	38
05.10.25	06.10.25	■ Oasentag für Priester – hoffen?	29
12.10.25	17.10.25	■ Exerziten für Priester, Diakone und Ordensleute	15
12.10.25		■ ■ „Kunst im Exerzitenhaus“ – Eröffnung Herbstausstellung	48
23.10.25	26.10.25	■ Exerzientage – „Und ich lasse mich von euch finden“	17
24.10.25		■ art.walk – Architektur, Kunst und Spiritualität im Exerzitenhaus	49
24.10.25	26.10.25	■ Mein Leben als Helden-Reise – mein Leben vertiefen	38
31.10.25	01.11.25	■ Stiller Tag mit Yoga	55
21.11.25	23.11.25	■ Qigong-Wochenende: Wasserphase – Zeit der Stille	56
21.11.25	22.11.25	■ ■ 24h-Auszeit: „... also tanz, als wär's der letzte Tanz“	33
24.11.25	29.11.25	■ Exerziten für Priester und Diakone	15
30.11.25	01.12.25	■ Oasentag für Priester – ausharren?	29
05.12.25	06.12.25	■ Stiller Tag im Dezember: Star of Wonder	27
05.12.25	07.12.25	■ Yoga und Jesus – eine Begegnung der besonderen Art	57
07.12.25	09.12.25	■ Yoga und Jesus – Vertiefungskurs	57
12.12.25	14.12.25	■ Spiritualität in der Gegenwartsliteratur	47
29.12.25	01.01.26	■ Geistliche Tage zur Jahreswende	20

■ Exerziten & Stille

■ Persönlichkeit & Leben

■ Kunst & Kreativität

■ Bewegen & Vertrauen

■ Brautleutetage

■ Veranstaltungen

# Kontakt

Diözesan-Exerzitienhaus St. Paulus  
Krippackerstraße 6  
86391 Stadtbergen  
Telefon: 0821/90754-0  
E-Mail: [info@exerzitienhaus.org](mailto:info@exerzitienhaus.org)  
Website: [www.exerzitienhaus.org](http://www.exerzitienhaus.org)

Folgen Sie uns bei



@exerzitienhaus\_leitershofen

Einzelne Veranstaltungen finden in Zusammenarbeit  
mit der Katholischen Erwachsenenbildung Augsburg statt.

**KEB** Katholische Erwachsenenbildung  
im Bistum Augsburg e.V.

---

## Impressum

**Herausgeber:** Diözesan-Exerzitienhaus St. Paulus, Krippackerstraße 6,  
Leitershofen, 86391 Stadtbergen, Telefon: 0821/90754-0,  
[info@exerzitienhaus.org](mailto:info@exerzitienhaus.org)  
**Direktor:** Pfarrer Dr. Christian Hartl  
**kaufmännischer Geschäftsführer:** Florian Reitemann

**Gestaltung, Herstellung und Druck:** mk Medienmanufaktur GmbH, Augsburg

**Stand:** Oktober 2024, Irrtum vorbehalten

**Bildnachweis:** Exerzitienhaus, Daniela Kaschke, Michael Kießling,  
Bernhard Stappel, privat

