

Spiritualität und Exerzitien

Angebote 2025



Das Kardinal König Haus wurde 1884 als ein Exerzitenhaus der Jesuiten gegründet. Exerziten sind geistliche Übungen. Sie wollen helfen, während einer Zeit des Rückzugs und des Gebets das eigene Leben zu ordnen und neu auf Gott auszurichten.

Im Lauf der Jahrzehnte ist das Programm des Kardinal König Hauses breiter geworden. Spiritualität und Exerziten machen aber weiterhin die Seele des Hauses aus. Mit „Stille in Wien“ hat das spirituelle Angebot in den letzten Jahren eine neue Mitte bekommen.

Diese Broschüre umfasst das gesamte Angebot aus dem Bereich Spiritualität und Exerziten.



P. Josef Maureder SJ

Leiter des Bereichs
Spiritualität und Exerziten

Räume zum Atmen

September 2015: Wir können mit dem Projekt „Stille in Wien“ in das neu gestaltete Dachgeschoss des Kardinal König Hauses einziehen. Unsere Räume haben in den vergangenen zehn Jahren hunderte Gäste in Tagen der Stille, des Gebets und der Exerziten beherbergt. „Diese Räume sind einfach, hell und schön“, melden uns viele zurück. Einfach sind sie in ihrer Struktur und Farbgebung. Einfach und schön auch, weil nur das Notwendige da ist. Im Zentrum des Bereichs, am Ende des Gangs, die große Ikone von „Unserem Erlöser“, der jede*n erwartet und begrüßt: „Kommt alle zu mir, die ihr euch abmüht und schwere Lasten zu tragen habt, ich werde euch Ruhe verschaffen“.

Vom hl. Ignatius wird berichtet, dass er in Rom oft zwischendurch auf den Himmel blickte. Dieser vermittelte ihm etwas von der Größe und Güte Gottes. Dankbar stelle ich fest: Auch das ist für unsere Gäste und für unser Team in „Stille in Wien“ gut möglich. Die Dachschräge mit den großen Fenstern lädt gleichsam dazu ein, „auf den Himmel zu blicken“.

Wir alle kennen das: Das eine sind die Räume, das andere die Menschen, die diese Räume prägen. Manche Menschen schaffen durch ihre Wesensart und ihren Umgang für andere heilsame Lebensräume. Andere wiederum können durch Unfrieden im Herzen den Raum zum Leben verdunkeln und ganz eng werden lassen. Wie schön ist es, wenn wir Orte finden, wo es in beiderlei Hinsicht Räume gibt, die dem Leben dienen. Räume, die das Herz ankommen, heimkommen und weit werden lassen. Räume zum Atmen.

P. Josef Maureder SJ

Lehrgang „Geistliches Gespräch“

Nicht nur in der Seelsorge, sondern auch in anderen Kontexten können sich geistliche Gespräche entwickeln. Anlässe dafür können z. B. Entscheidungen, Lebenswenden, biographische Themen, die Suche nach Sinn und Orientierung sein. Der Lehrgang sieht neben Themen der Spiritualität wesentliche Grundhaltungen der Gesprächsführung und das Einüben in die konkrete Praxis vor.

Dauer vier Wochenendmodule 16.–18.05., 27.–29.06., 05.–07.09. und 07.–09.11.2025;

Beginn: 18:00 Uhr, Ende: 13:30 Uhr

Bewerbung bis 15.01.2025 (anmeldung@kardinal-koenig-haus.at)

Lehrgangsleitung Sr. Christa Huber CJ, Mag.^a Michaela E. Lugmaier

Referent P. Josef Maureder SJ

Spezialfolder anfordern

Lehrgang „Exerziten begleiten und leiten“

Exerziten sind ein intensiver Weg im Schweigen und Gebet mit Gott über mehrere Tage oder Wochen. Dabei ist das tägliche Begleitgespräch mit einer geistlichen Person wichtiger Bestandteil dieses Weges. Der Lehrgang möchte Frauen und Männer befähigen, diesen so bedeutsamen Dienst der Exerzitenbegleitung und Exerzitenleitung auszuüben.

Elemente des Lehrgangs

- zwei Einführungstage (01.–03.12.2025)
- neun Einheiten zu je vier Tagen
- Große Ignatianische Exerziten (17.07.–17.08.2026)
- Praxisgruppen zwischen den Kurseinheiten
- schriftliche Abschlussarbeit

Dauer Dezember 2025 – Februar 2028

Bewerbung bis 14.04.2025 (anmeldung@kardinal-koenig-haus.at)

Lehrgangsleitung P. Josef Maureder SJ, Sr. Johanna Schulenburg CJ

Spezialfolder mit Terminen und Kosten sowie Bewerbungsunterlagen finden Sie ab 01.11.2024 auf unserer Website (www.kardinal-koenig-haus.at).

Lehrgang „Geistliche Begleitung“

Laufender Lehrgang (Februar 2024 – Februar 2026)

Lehrgangsleitung P. Josef Maureder SJ, Sr. Christa Huber CJ

Vermittlung geistlicher Prozesse im Film

Fortbildung für Geistliche Begleiter*innen, Exerzitenbegleiter*innen und alle in der Pastoral Tätigen – Seminar

Das Seminar will Freude und Expertise bei der Vermittlung geistlicher Prozesse durch Filme wecken. Zwei eindruckliche Filme werden besprochen: „Ignatius, der Gottsucher“, der die großen Exerziten des hl. Ignatius lebendig werden lässt, und „Ignatius von Loyola: Kämpfer, Sünder, Heiliger“, eine aus den Philippinen stammende filmisch-dramatische Darstellung des Bekehrungsweges des Heiligen. Für die Vermittlung werden wir konkret: Wem und wie können solche Filme nutzbringend gezeigt werden? Als Experte in unserer Mitte: P. Christof Wolf SJ, der den ersten Film produziert hat.

Termin Fr, 10.01.2025, 16:00–21:00 Uhr und Sa, 11.01.2025, 9:00–18:00 Uhr

Übernachtung (mit Frühstück) im Kardinal König Haus möglich

Leitung P. Christof Wolf SJ, Leiter von Loyola Productions, Filmproduzent;

P. Josef Maureder SJ, Leiter Spiritualität und Exerziten, Psychotherapeut

Teilnahmebeitrag € 165,- (inkl. Unterlagen; Abendessen am Fr und Mittagessen am Sa)

Anmeldung erforderlich; begrenzte Teilnehmer*innenzahl!

„Ökologische Umkehr“ als geistlicher Weg

Fortbildung für Geistliche Begleiter*innen, Exerzitenbegleiter*innen und alle in der Pastoral Tätigen – Seminar

Ausschließlich technische Lösungen als Antwort auf die Herausforderungen der ökologischen Krise werden nicht ausreichen. Es bedarf einer umfassenden „ökologischen Umkehr“ (Papst Franziskus, Enzyklika „Laudato Si“). Die not-wendende Transition zu einem anderen Lebensstil ist ein geistlicher Weg, den wir mit Hilfe des Exerzitenbuches von Ignatius von Loyola erkunden und einüben wollen. Theorie, Praxisbeispiele und Austausch wechseln einander bei diesem Seminar ab.

Termin Fr, 03.10.2025, 14:30–19:00 Uhr und Sa, 04.10.2025, 9:00–13:30 Uhr

Übernachtung (mit Frühstück) im Kardinal König Haus möglich

Leitung Michael Kuhn, Theologe, Geistlicher Begleiter („European Leadership

Programme“, Brüssel), Exerzitenbegleiter, Mitarbeit in verschiedenen Projekten

zu Ökologie und Spiritualität; Sr. Johanna Schulenburg CJ, Mitarbeiterin im

Bereich Spiritualität und Exerziten

Teilnahmebeitrag € 165,- (inkl. Unterlagen und Mittagessen am Sa)

Anmeldung erforderlich; begrenzte Teilnehmer*innenzahl!

Bibel in unseren Farben

Abendreihe

Dieses Seminar ist eine Einladung, sich von Bibeltexten des Neuen Testaments berühren zu lassen und in der Stille persönliche Bilder zu gestalten, die durch die Inspiration des Wortes in unserer Phantasie entstehen. Hören und kreatives Gestalten des Bibelwortes finden in diesem gemeinsamen Weg zu einem spontanen Ausdruck, zu persönlichen Einsichten und zu einem tieferen Verständnis der Botschaft. Durch den Austausch in der Gruppe werden die eigenen Erfahrungen vertieft und erweitert.

Material wird zur Verfügung gestellt und ist frei wählbar. Keine Vorkenntnisse nötig.

Termine Di, 11.03., 18.03., 25.03., 01.04., 08.04.2025, jeweils 18:00–21:00 Uhr

Leitung Mag.^a pharm. Judith Judt, Ausbildung in Lebens- und Sozialberatung im Bereich Logotherapie und Existenzanalyse, Mal- und Gestaltungstherapie.

Teilnahmebeitrag € 125,- für alle fünf Abende; € 10,- Materialkosten pro Abend (€ 50,- werden am ersten Abend direkt im Seminar von der Leitung eingehoben)

Anmeldung erforderlich; begrenzte Teilnehmer*innenzahl!

Nach innen lauschen (online)

Beten mit dem Leib und Übungen aus *Focusing* – Abendreihe per Zoom

An jedem Abend Formen des Betens mit dem Leib kennenlernen und gemeinsam üben. In Gebärden lassen sich innere Haltungen erfahren und ausdrücken.

Focusingübungen unterstützen dabei, mit den inneren Regungen in Kontakt zu kommen. Wie eine Tür zu einem tieferen Wissen, das im Körper verborgen da ist.

Termine Mi, 19.03., 26.03., 02.04.2025, 19:30–20:30 Uhr

Leitung Sr. Christa Huber CJ, Mitarbeiterin im Bereich Spiritualität und Exerzitien

Teilnahmebeitrag € 60,- (für die ganze Abendreihe)

Anmeldung für die ganze Abendreihe bis 10.03.2025 erforderlich (anmeldung@kardinal-koenig-haus.at)

Für **Meditation in Bewegung** sind auch einzelne Abende in Präsenz möglich

Mo, 29.09.2025, 19:00–21:00 Uhr, Thema Schöpfungs-Zeit

Mo, 01.12.2025, 19:00–21:00 Uhr, Thema Advent

Leitung Sr. Christa Huber CJ, Mitarbeiterin im Bereich Spiritualität und Exerzitien

Teilnahmebeitrag € 25,- für einen Abend

Anmeldung erforderlich; begrenzte Teilnehmer*innenzahl!

Geistlicher Abend

Gipfelerfahrungen

Im Zentrum dieses Abends steht die anregende PowerPoint-Präsentation von Renate und Fritz Wintersteiner über die berührenden Lebensgeschichten von André Frossard, Simone Weil, Arnulf Fleissner und Jacques Fesch. Sie alle verbindet eine einzigartige Erfahrung – die der Existenz Gottes und seiner Liebe – die ihr Leben geprägt und verwandelt hat.

Der „Geistliche Abend“ soll Anregung für den eigenen Glauben an Gott und seine Liebe auch in schweren Zeiten sein. Nach der Präsentation gibt es Zeit für die persönliche Besinnung und einen kurzen Austausch. Umrahmt wird dieser Abend von P. Maureder in der Kapelle mit einer geistlichen Einstimmung zu Gotteserfahrungen und am Ende mit einem „Gebet der liebenden Aufmerksamkeit“.

Termin Di, 18.03.2025, 18:00–20:30 Uhr

Leitung P. Josef Maureder SJ, Leiter Spiritualität und Exerzitien, Psychotherapeut; Renate und Fritz Wintersteiner, PowerPoint-Präsentationen zu Anliegen wie Neuevangelisierung und Verbreitung karmelitanischer Spiritualität; www.erfuelltesleben.net

Teilnahmebeitrag € 25,-

Anmeldung erforderlich

Schreiben ist das Beten mit der Hand

Stille Meditationstage vor dem Jahreswechsel

Stehen Schreiben und Beten nicht zueinander im Widerspruch? – Die Kunst ist, sie zusammenwirken zu lassen. Das Schreiben bringt deine natürliche innere Stimme zu Tage. Du kommst mit ihr ins Gespräch und bringst sie zum Ausdruck. Auch Schmerzhaftes bekommt aufmerksame Zuwendung aus der Stille und wird kraft des Wortes losgelassen und verwandelt. Dazu hilft ein Tagesrhythmus aus Stille/Schweigen, gemeinsamem Beten mit Schreiben und Vorlesen, achtsamem Hören der entstandenen Texte, Bei-sich-selbst-Sein, einem Begleitgespräch und gemeinsamen Mahlzeiten.

Keine Vorkenntnis erforderlich, jedoch gesunde psychische Verfassung.

Termin Sa, 27.12.2025, 18:00 Uhr – Mi, 31.12.2025, 9:00 Uhr

Leitung Mag.^a Monika Tieber-Dorneger, zertifizierte Leiterin für Literarische Werkstätten und Poesie- und Bibliothekstherapie, Exerzitienleiterin

Teilnahmebeitrag € 370,- zzgl. € 450,- für Unterkunft und Verpflegung

Anmeldung und Wohnen im Kardinal König Haus erforderlich; begrenzte Teilnehmer*innenzahl!

...weil jede und jeder etwas zu sagen hat!

Bibliolog-Grundkurs

Bibliolog ist ein relativ junger kreativer Zugang, der auf rasche und unkomplizierte Weise ermöglicht, gemeinsam mit anderen in die Vielschichtigkeit, Lebendigkeit und Aktualität biblischer Texte einzutauchen. Durch Rollenidentifikationen der Teilnehmenden mit biblischen Gestalten verweben sich biblische Geschichte und Lebensgeschichte und legen sich gegenseitig aus.

Die erforderlichen Kenntnisse der Methodik, bestimmter Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Leitung eines Bibliologs werden in dieser Ausbildung erlernt und eingeübt. Bei durchgehender Anwesenheit und erfolgreicher Absolvierung der Ausbildung schließt diese mit einem vom „Bibliolog Netzwerk International“ ausgestellten Zertifikat ab.

Termin Sa, 05.07.2025 – Mo, 07.07.2025, jeweils von 9:00–ca. 21:00 Uhr
und Di, 08.07.2025, 9:00–17:00 Uhr

Übernachtung (mit Frühstück) im Kardinal König Haus möglich

Leitung: Mag.^a Sandra Ranner, Theologin, Bibliologtrainerin

Teilnahmebeitrag € 480,- (inkl. vier Mittagessen und drei Abendessen)

Anmeldung erforderlich; begrenzte Teilnehmer*innenzahl!

Die biblische Schöpfungstheologie im Lichte der Umweltkrise

Seminar

Seit den 1970er Jahren steht der Vorwurf im Raum, der biblische Monotheismus sei an der modernen Umweltkrise schuld. Denn mit dem Bekenntnis zu dem einen Gott seien die vielen Götter aus der Welt vertrieben worden, die Welt habe ihre numinose Qualität verloren und sei der freien Verfügungsgewalt des Menschen ausgeliefert worden. Der biblische Herrschaftsauftrag aus dem Buch Genesis: „Macht euch die Erde untertan!“ sei Ausdruck dieser Mentalität. Deshalb sei eine Rückkehr zu einem aufgeklärten Polytheismus mit der ihm eigentümlichen Ehrfurcht vor den in der Natur wirkenden göttlichen Mächten die spirituell angemessene Antwort. Im Seminar wollen wir uns mit diesen Fragen auseinandersetzen.

Termin Sa, 27.09.2025, 9:00–16:00 Uhr

Leitung Dr. Ludger Schwienhorst-Schönberger, em. Univ.-Prof. am Institut für Alttestamentliche Bibelwissenschaft der Universität Wien

Teilnahmebeitrag € 80,- (inkl. Mittagessen)

Anmeldung erforderlich

„Herr, lehre uns beten!“ (Lk 11,1)

Seminar

Die Evangelien stellen uns Jesus als einen betenden Menschen vor Augen. Er zieht sich oft zum Gebet zurück, betet an den Höhepunkten seines Wirkens und auch in der Stunde seines Todes.

Jesus ist zugleich Lehrmeister des Betens. Er motiviert zu einem neuen und erhörungsgewissen Beten, das zusammenhängt mit seinem einzigartigen Gottesverständnis. Im Zentrum seiner Lehre über das Gebet steht das Vaterunser. Im Seminar befassen wir uns mit einzelnen Aspekten der Gebetsunterweisung Jesu und widmen uns besonders den Bitten des Vaterunsers.

Termin Sa, 22.02.2025, 9:00–16:00 Uhr

Leitung P. Martin Hasitschka SJ, em. Univ.-Prof. am Institut für Bibelwissenschaften und Historische Theologie an der Universität Innsbruck

Teilnahmebeitrag € 80,- (inkl. Mittagessen)

Anmeldung erforderlich

Jesus ist „Bild des unsichtbaren Gottes“ (Kol 1,15)

Seminar

Im Blick auf das Weltgeschehen und unsere Lebenssituation stellt sich uns stets neu die Frage nach Gott. Er, „der in unzugänglichem Licht wohnt, den kein Mensch gesehen hat noch je zu sehen vermag“ (1 Tim 6,16), wird für uns in Jesus sichtbar und offenbar. Im Sinne von „Ikone“ ist Jesus sein Bild.

Wir werden uns vor allem mit dem Christushymnus im Kolosserbrief (Kol 1,15–20) befassen, aber auch mit Stellen in anderen Paulusbriefen, in denen Christus als Bild Gottes bezeichnet wird und davon die Rede ist, dass wir diesem Bild gleichgestaltet werden. Nicht zuletzt geht es uns auch um die Frage, wie das Johannesevangelium Jesus als Offenbarer des unsichtbaren Gottes darstellt.

Die Beschäftigung mit ausgewählten Texten des Neuen Testaments wird begleitet sein von der Frage nach ihrer Aktualität für uns und unsere Kirche.

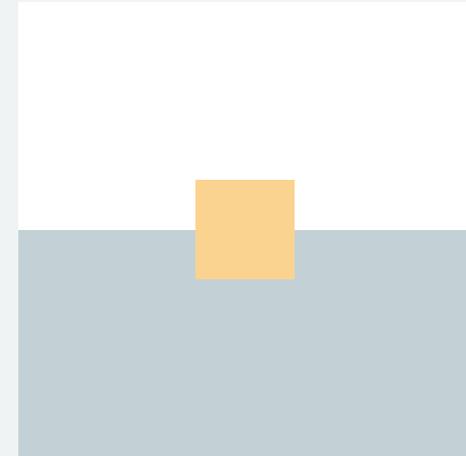
Termin Sa, 15.11.2025, 9:00–16:00 Uhr

Leitung P. Martin Hasitschka SJ, em. Univ.-Prof. am Institut für Bibelwissenschaften und Historische Theologie an der Universität Innsbruck

Teilnahmebeitrag € 80,- (inkl. Mittagessen)

Anmeldung erforderlich

Stille in Wien



Im Kardinal König Haus gibt es einen geschützten Bereich: „Stille in Wien“. Hier finden die meisten unserer Exerzitenkurse statt.

„Stille in Wien“ bietet aber auch die Möglichkeit, sich nach Absprache für ein paar Tage zurückzuziehen, um in Gebet und Stille zu Gott und zur eigenen Mitte zu finden. Jemand vom Team begleitet gerne diesen persönlichen Weg.

GEBET

BIBEL IN UNSEREN FARBEN

Di 11.03., 18.03., 25.03., 01.04., 08.04.2025 – jeweils 18:00–21:00 Mag.^a Judith Judt
125,00 Euro (für alle fünf Abende), 10,00 Euro Materialkosten pro Abend

JESUS BEGEGNEN IN DER BIBEL

Mo 13.10., 20.10., 27.10.2025 – jeweils 19:00–20:30 Sr. Christa Huber CJ
60,00 Euro (für alle drei Abende)

EINFÜHRUNG INS BETEN MIT DEM LEIB

Di 18.11., 25.11., 09.12., 16.12.2025 – jeweils 19:00–21:00 P. Josef Maureder SJ
100,00 Euro (für alle vier Abende)

EINFÜHRUNG INS ZEN

Fr 31.10.2025, 18:00 – So 02.11.2025, 17:00 Dr.ⁱⁿ Ursula Baatz
260,00 Euro (für das gesamte Wochenende: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung)

KONTEMPLATION

KONTEMPLATIVE EXERZITIEN

Mo 20.01.2025, 18:00 – Di 28.01.2025, 13:00 Sr. Christa Huber CJ / P. Thomas Lemp SAC
Mo 10.03.2025, 18:00 – Di 18.03.2025, 13:00 Sr. Christa Huber CJ / P. Michael Meßner SJ
Sa 12.04.2025, 18:00 – So 20.04.2025, 10:00 Sr. Johanna Schulenburg CJ / P. Wilfried Dettling SJ
So 11.05.2025, 18:00 – Sa 17.05.2025, 13:00 Sr. Johanna Schulenburg CJ / P. Markus Franz SJ
Sa 02.08.2025, 18:00 – Sa 09.08.2025, 13:00 Sr. Christa Huber CJ / Pfr. Markus Bolowich
Mo 01.09.2025, 18:00 – Mi 10.09.2025, 13:00 Sr. Johanna Schulenburg CJ / Pfr. Ernst Ritter
Mo 08.12.2025, 18:00 – So 14.12.2025, 13:00 Sr. Johanna Schulenburg CJ / Br. Konrad Schneermann

EINFÜHRUNG KONTEMPLATION

Fr 28.03.2025, 18:00 – So 30.03.2025, 13:00 Sr. Christa Huber CJ
260,00 Euro (für das gesamte Wochenende: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung)

WOCHELENDE KONTEMPLATION

Fr 07.11.2025, 18:00 – So 09.11.2025, 13:00 Dr. Ludger Schwienhorst-Schönberger
260,00 Euro (für das gesamte Wochenende: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung)

CONTEMPLATIVE RETREAT IN ENGLISH

Mi 28.05.2025, 18:00 – So 01.06.2025, 10:00 Sr. Johanna Schulenburg CJ
350,00 Euro (for the whole retreat: accommodation, meals and accompaniment)

KONTEMPLATIVE EXERZITIEN MIT DEM SCHWERT

Mo 17.11.2025, 18:00 – Fr 21.11.2025, 13:00 Pfr. Matthias Karwath
532,00 Euro (für den gesamten Kurs: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung)

EXERZITIEN

GROSSE EXERZITIEN IN DREI TEILEN (2025–2026)

Do 21.08.2025, 18:00 – So 31.08.2025, 13:00 (Teil 1) P. Josef Maureder SJ / Sr. Christa Huber CJ

IGNATIANISCHE EXERZITIEN

So 02.02.2025, 18:00 – Sa 08.02.2025, 13:00 P. Stefan Kiechle SJ / Sr. Christa Huber CJ
Sa 12.04.2025, 18:00 – So 20.04.2025, 10:00 P. Josef Maureder SJ / P. Anton Aigner SJ / Sr. Christa Huber CJ
Do 12.06.2025, 18:00 – So 22.06.2025, 10:00 P. Josef Maureder SJ / Sr. Christa Huber CJ
So 06.07.2025, 18:00 – Sa 12.07.2025, 13:00 P. Josef Maureder SJ / Sr. Stefanie Strobel sa
So 20.07.2025, 18:00 – Sa 26.07.2025, 13:00 P. Thomas Neulinger SJ / Sr. Johanna Schulenburg CJ
So 10.08.2025, 18:00 – Sa 16.08.2025, 13:00 P. Christian Modemann SJ / Sr. Emese Vormair sa
So 14.09.2025, 18:00 – Sa 20.09.2025, 13:00 P. Josef Maureder SJ / Sr. Isabelle Allmendinger SDS
Mo 06.10.2025, 18:00 – So 12.10.2025, 13:00 P. Anton Aigner SJ / Sr. Petra Hiemetzberger CJ
Mo 10.11.2025, 18:00 – So 16.11.2025, 13:00 P. Willi Lambert SJ / Sr. Christa Huber CJ
So 28.12.2025, 18:00 – So 04.01.2026, 13:00 P. Josef Maureder SJ / Sr. Joanna Jimin Lee MC

EXERZITIEN FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE

Mo 28.04.2025, 18:00 – So 04.05.2025, 13:00 P. Stefan Kiechle SJ
630,00 Euro (für den gesamten Kurs: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung)

KURZEXERZITIEN

Fr 07.03.2025, 18:00 – So 09.03.2025, 16:30 P. Anton Aigner SJ / Sr. Emese Vormair sa / Sr. Joanna Jimin Lee MC
190,00 Euro (für das gesamte Wochenende: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung)

KURZEXERZITIEN FÜR JUNGE ERWACHSENE

Fr 04.04.2025, 18:00 – So 06.04.2025, 13:00 P. Hans Brandl SJ / Sr. Bärbel Thomä MC
Fr 17.10.2025, 18:00 – So 19.10.2025, 13:00 P. Hans Brandl SJ / Sr. Katharina Fuchs sa
145,00 Euro (für das gesamte Wochenende: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung)

EXERZITIEN MIT MEDITATIVEM TANZ

Mi 22.10.2025, 18:00 – So 26.10.2025, 13:00 Sr. Christa Huber CJ
352,00 Euro (für den gesamten Kurs: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung)

TAGE DER STILLE

Fr 28.11.2025, 18:00 – So 30.11.2025, 16:30 P. Anton Aigner SJ / Sr. Christa Huber CJ
Fr 05.12.2025, 18:00 – So 07.12.2025, 16:30 P. Josef Maureder SJ / Sr. Emese Vormair sa
190,00 Euro (für das gesamte Wochenende: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung)

Für die Teilnahme an Exerzitien setzen wir die Bereitschaft zu schweigen und sich begleiten zu lassen sowie psychische Belastbarkeit voraus.

BEGLEITER*INNEN

P. Anton Aigner SJ (*1938)	Mitarbeiter im Bereich Spiritualität & Exerzitien im Kardinal König Haus
Sr. Isabelle Allmendinger SDS (*1988)	Ärztin, Mitarbeiterin bei IMPulsLEBEN – Linz
Dr. ⁱⁿ Ursula Baatz (*1951)	Achtsamkeitslehrerin, Zen-Lehrerin, Autorin – Wien
Pfr. Markus Bolowich (*1967)	Pfarrer eines Seelsorgebereichs – Nürnberg
P. Hans Brandl SJ (*1972)	Lehrer und Schulseelsorger am Kollegium Kalksburg – Wien
P. Wilfried Dettling SJ (*1965)	Bildungsleiter des Lassalle-Hauses – Bad Schönbrunn
P. Markus Franz SJ (*1950)	Leiter der Seniorenkommunität Friedrich Spee – Köln
Sr. Katharina Fuchs sa (*1977)	Musiktherapeutin, Seelsorgerin für kath. Studierende – Graz
Sr. Petra Hiemetzberger CJ (*1949)	Geistliche Begleiterin, Exerzitienbegleiterin – Bad Reichenhall
Sr. Christa Huber CJ (*1964)	Mitarbeiterin im Bereich Spiritualität & Exerzitien im Kardinal König Haus
Mag. ^a Judith Judt (*1951)	Lebens- & Sozialberaterin, Mal- und Gestalttherapeutin – Wien
Pfr. Matthias Karwath (*1963)	Pfarrvikar, Gestalttherapeut, Meditationslehrer – Bad Kissingen
P. Stefan Kiechle SJ (*1960)	Chefredakteur der Kulturzeitschrift „Stimmen der Zeit“, Beauftragter für ignatianische Spiritualität – Frankfurt a. M.
P. Willi Lambert SJ (*1944)	Geistlicher Begleiter, Exerzitienbegleiter, Autor – Berlin
Sr. Joanna Jimin Lee MC (*1976)	Seelsorgerin, Ordensjahr-Koordinatorin, Pianistin – München
P. Thomas Lemp SAC (*1961)	Geistlicher Begleiter, Exerzitienbegleiter – Konstanz
P. Josef Maureder SJ (*1961)	Leiter des Bereichs Spiritualität & Exerzitien im Kardinal König Haus
P. Michael Meißner SJ (*1947)	Seelsorger an der Jesuitenkirche St. Michael – München
P. Christian Modemann SJ (*1974)	Leiter der Katholischen Glaubensinformation – Hamburg
P. Thomas Neulinger SJ (*1963)	Spiritual im Priesterseminar – Graz
Pfr. Ernst Ritter (*1962)	Pfarrer für Seelsorgeverbund – Klösterle am Arlberg
Br. Konrad Schneermann (*1969)	Leiter der Brüdergemeinschaft der Canisianer, Pfarrseelsorger – Münster
Sr. Johanna Schulenburg CJ (*1969)	Mitarbeiterin im Bereich Spiritualität & Exerzitien im Kardinal. König Haus
Dr. Ludger Schwienhorst-Schönberger (*1957)	em. Univ.-Prof. für Alttestamentliche Bibelwissenschaft, Kontemplationslehrer – Salzburg
Sr. Stefanie Strobel sa (*1970)	Geistliche Direktorin der Journalistenschule ifp – München
Sr. Bärbel Thomä MC (*1965)	Religions- und Atempädagogin – München
Sr. Emese Vormair sa (*1968)	Seelsorgerin, Exerzitienbegleiterin – Targu Mures

KOSTEN FÜR EXERZITIEN / TAGE DER BESINNUNG IN STILLE IN WIEN

€ 68,- / Tag für Unterkunft und Verpflegung und € 20,- / Tag für Begleitung.
Für Studierende und Nichtverdienende ist auf Anfrage Ermäßigung möglich.

Stille in Wien

Persönliche Einkehr – Tage der Stille – Exerzitien à la carte

Nach Absprache kann man sich in diesen schönen, geschützten Bereich zurückziehen, um in Gebet und Stille zu Gott und zur eigenen Mitte zu finden. Jemand vom Team begleitet gerne diesen Weg.

Begleiter*innen P. Anton Aigner SJ, Sr. Christa Huber CJ, P. Josef Maureder SJ, Sr. Johanna Schulenburg CJ

Anmeldung +43 (0)1 8047593 649, anmeldung@kardinal-koenig-haus.at

Die großen Ignatianischen Exerzitien in drei verschiedenen Formen

Im Alltag über neun Monate (Oktober 2024 – Juni 2025)

Beginn Mo, 07.10.2024, 19:00 Uhr im Kardinal König Haus

Begleitung Sr. Christa Huber CJ und Team

In drei Teilen innerhalb eines Jahres

Termine 21.08. – 31.08.2025, 10 Tage im Februar 2026, 10 Tage Ende August 2026

Begleitung P. Josef Maureder SJ, Sr. Christa Huber CJ

In der klassischen Form in einem Monat (wieder im August 2026 in Hall in Tirol)

Kontemplative Exerzitien mit dem Schwert

Stilles Verweilen in der Gegenwart Gottes (Kontemplation) und Iaido (Übungen am Schwert) verbindet die Sehnsucht nach größtmöglicher Präsenz. Die Erfahrung der Gegenwart wiederum führt zu einer ganz anderen inneren und äußeren Klarheit und Ausrichtung auf das Wesentliche.

Dieser Kurs ist für Frauen und Männer geeignet, mit und ohne Vorerfahrungen in der Schwertkunst bzw. dem kontemplativen Beten. Übungsschwerter am Holz und am Metall werden zur Verfügung gestellt.

Durchgängiges Schweigen; Möglichkeit für Gottesdienst und Einzelgespräche.

Termin Mo, 17.11.2025, 18:00 Uhr – Fr, 21.11.2025, 13:00 Uhr

Leitung Matthias Karwath, kath. Priester, Exerzitienbegleiter, Gestalttherapeut

Teilnahmebeitrag € 200,- zzgl. € 332,- für Unterkunft und Verpflegung

Im August 2025 bieten wir zusätzlich zu den Exerzitien im Kardinal König Haus fünf Kurse im Exerzitienhaus der Kreuzschwestern in Hall in Tirol an.

Ignatianische Exerzitien

Termin Fr, 01.08.2025, 18:00 Uhr – Sa, 09.08.2025, 9:00 Uhr
Begleitung P. Toni Witwer SJ

Ignatianische Exerzitien

Termin Di, 12.08.2025, 18:00 Uhr – Mi, 20.08.2025, 9:00 Uhr
Begleitung P. Albert Holzknecht SJ

Ignatianische Exerzitien

Termin Di, 12.08.2025, 18:00 Uhr – Mi, 20.08.2025, 9:00 Uhr
Begleitung P. Josef Maureder SJ

Ignatianische Exerzitien

Termin Sa, 23.08.2025, 18:00 Uhr – So, 31.08.2025, 9:00 Uhr
Begleitung P. Peter Paul Gangl SJ

Ignatianische Exerzitien

Termin Sa, 23.08.2025, 18:00 Uhr – So, 31.08.2025, 9:00 Uhr
Begleitung P. Josef Thorer SJ

Veranstaltungsort

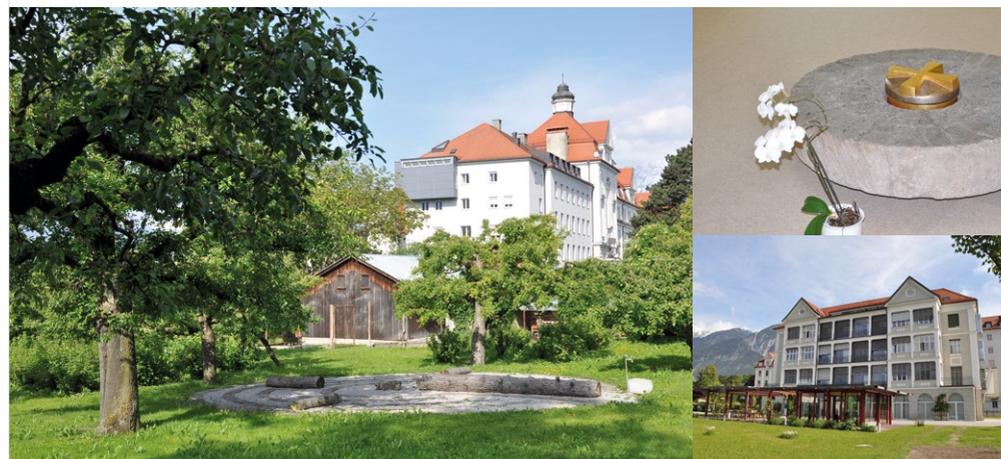
Exerzitienhaus der Kreuzschwestern
 6060 Hall in Tirol, Bruckergasse 24
 Telefon: +43 (0)699 16002113
 E-Mail: info@hall.kreuzschwestern.at

Kosten

Zimmer mit WC/DU (begrenzte Anzahl): € 69,- / Tag
 Zimmer, WC/DU am Gang: € 59,- / Tag
 Kursbeitrag: € 20,- / Tag
 In Absprache ist eine Ermäßigung möglich.

Anmeldung

Kardinal König Haus
 1130 Wien, Kardinal-König-Platz 3
 Telefon: +43 (0)1 8047593 649
 E-Mail: anmeldung@kardinal-koenig-haus.at





Mit zwei Angeboten wenden wir uns besonders an Frauen und Männer bis 30, die sich eine intensivere Nachfolge Jesu überlegen. Manchmal braucht es Orte, Zeiten und Menschen, die helfen, die eigenen Fragen und inneren Regungen zu ordnen und zu unterscheiden. Diese Kurzexerziten sind eine Gelegenheit, um in Stille, Gebet und Einzelgesprächen dem persönlichen Lebensruf nachzugehen.

Kurzexerziten für junge Erwachsene

Termin Fr, 04.04.2025, 18:00 Uhr – So, 06.04.2025, 13:00 Uhr
Begleitung P. Hans Brandl SJ, Sr. Bärbel Thomä MC

Kurzexerziten für junge Erwachsene

Termin Fr, 17.10.2025, 18:00 Uhr – So, 19.10.2025, 13:00 Uhr
Begleitung P. Hans Brandl SJ, Sr. Katharina Fuchs sa

Ort Kardinal König Haus, Kardinal-König-Platz 3, 1130 Wien
Teilnahmebeitrag € 145,- für Unterkunft, Verpflegung und Begleitung für das gesamte Wochenende
Anmeldung jeweils unter anmeldung@kardinal-koenig-haus.at

Ikonmalen als spirituelles Wirken

Workshop

Die altkirchliche Tradition des Ikonmalens verstand sich nie als bloße Handfertigkeit, sie war immer spirituelles Wirken in Form und Farbe. Erlernt wird der Ausdruck der Barmherzigkeit und der inneren Freude, wodurch erst ein Bild zur Ikone wird, zum Bild des Gebetes. Dazu ist jede*r eingeladen, unabhängig von künstlerischer Vorbildung und Befähigung, der oder die ein paar Tage in die Stille gehen möchte. Im Seminar wird auf eine ruhige und rücksichtsvolle Atmosphäre Wert gelegt.

Termine 14.–16.02., 23.–25.05., 19.–21.09., 12.–14.12.2025
 jeweils Fr, 18:00 Uhr – So, 17:00 Uhr

Leitung P. Iwan Sokolowsky SJ, Sr. Mary Pauline Anthony FSAG

Teilnahmebeitrag € 95,-

Anmeldung erforderlich

Zen-Meditation

Die Zen-Abende sind ein offenes Angebot an alle, die an einem Einführungsseminar für die Zen-Meditation teilgenommen haben oder eine andere Erfahrung mit Zen/Stille-Sitzen haben.

Ablauf 3mal 20 Minuten Sitzmeditation (Zazen) mit Gehen (Kinhin) und Kurzvortrag.

Termin Donnerstag, 19:00–21:00 Uhr

Leitung Dr.ⁱⁿ Ursula Baatz

Teilnahmebeitrag € 7,- bis € 12,- (Selbsteinschätzung); Student*innen € 5,-

Hatha-Yoga

Der Hatha-Yoga (Yoga der Willenskraft) setzt bei der leiblichen Selbsterfahrung an. Durch Körper- und Atemübungen werden Konzentration und Willenskraft geschult; Körper und Geist werden wach und harmonisch. B. K. S. Iyengar, einer der bedeutendsten Repräsentanten des Yoga im 20. Jh., entwickelte einen neuartigen Zugang zur Praxis des traditionellen Hatha-Yoga.

Termin Montag, wahlweise 8:30–10:30 Uhr oder 10:45–12:45 Uhr

Leitung Hannes Hochmeister, Yoga Lehrer.

Teilnahmebeitrag € 270,- pro Semester

(unabhängig von der Anzahl der besuchten Einheiten)

Achtsamkeit üben heißt, das Leben Augenblick für Augenblick zu leben, in immer tieferer Fülle. Sich der gegenwärtigen Erfahrung zuwenden, sich selbst mitfühlend und liebevoll annehmen, statt sich (und die Welt) zu beurteilen – dies beruhigt, zentriert und bringt Freude. Wenn wir lernen, unsere Empfindungen, Gedanken und Gefühle achtsam wahrzunehmen, können wir immer klarer erkennen, was wir wirklich brauchen, um gemeinsam mit anderen gut zu leben. Achtsam und gelassen leben zu lernen ist eine Kunst, ein Übungsweg, der unabhängig von Alter oder Vorwissen Zugänge zu einem gelassenen, freudvollen und vertieften Leben vermittelt.

Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR)

Termine Di, 28.01., 04.02., 11.02., 18.02., 25.02., 04.03., 11.03., 18.03.2025,
jeweils 18:00–21:00 Uhr, sowie Sonntag, 09.03.2025, 9:00–17:00 Uhr

Leitung Dr.ⁱⁿ Ursula Baatz, langjährige Lehrbeauftragte für Philosophie, Wissenschafts- und Religionsjournalistin, Zen-Lehrerin (Escuela Zen „Zendo Betania“) und langjährige Zenpraxis u. a. bei Hugo Makibi Enomiya-Lassalle, Qi Gong Lehrerin, Ausbildungen in MBSR („Center for Mindfulness“ der University of Massachusetts, USA), IMP (Interpersonal Mindfulness) und MSC (Mindful Self Compassion), Gründungsmitglied von MBSR Austria (mbsr-mbct.at)

Teilnahmebeitrag € 445,- (inkl. Mittagessen am Ganztage)

Anmeldung erforderlich

Achtsames Selbstmitgefühl (MSC)

Termine acht Termine (jeweils Mo, 18:00–21:00 Uhr) im Herbst 2025,
sowie einen ganzen Tag (Samstag oder Sonntag, 9:00–17:00 Uhr)
Die genauen Termine entnehmen Sie bitte unserer Website.

Leitung Dr.ⁱⁿ Ursula Baatz

Teilnahmebeitrag € 445,- (inkl. Mittagessen am Ganztage)

Anmeldung erforderlich

Jesus begegnen in der Bibel

Im Neuen Testament machen Menschen, die Jesus begegnen, heilsame, aufrichtende, befreiende Erfahrungen. Angeleitete Meditationsübungen.

Termine 13.10., 20.10., 27.10.2025 – jeweils 19:00–20:30 Uhr

Leitung Sr. Christa Huber CJ, Mitarbeiterin im Bereich Spiritualität und Exerzitien

Teilnahmebeitrag € 60,- (für alle drei Abende)

Anmeldung erforderlich



Sr. Christa Huber CJ, P. Anton Aigner SJ, Sr. Johanna Schulenburg CJ, P. Josef Maureder SJ

P. Josef Maureder SJ leitet den Bereich Spiritualität und Exerzitien. Als Priester und Psychotherapeut begleitet er Menschen auf dem Weg zu menschlichem und geistlichem Wachstum. Er ist Referent und hat mehrere Veröffentlichungen.
maureder@kardinal-koenig-haus.at

Sr. Johanna Schulenburg CJ begleitet neben ignatianischen Exerzitien vor allem kontemplative Exerzitien und ist Referentin. Die Theologin ist in ihrer Gemeinschaft der Congregatio Jesu Noviziatsleiterin.
schulenburg@kardinal-koenig-haus.at

Sr. Christa Huber CJ arbeitet vor allem in den Bereichen Kontemplation, große Exerzitien, Biblische Spiritualität. Als Ordensfrau in der Congregatio Jesu begleitet sie Menschen bei der Suche nach ihrer Berufung.
huber@kardinal-koenig-haus.at

P. Anton Aigner SJ hatte im Jesuitenorden verschiedene Leitungsaufgaben inne und begleitet seit vielen Jahren Menschen in Exerzitien und auf ihrem geistlichen Weg.
aigner@kardinal-koenig-haus.at

Anmeldung

anmeldung@kardinal-koenig-haus.at
Tel.: +43 (0)1 804 75 93-649

Bankverbindung

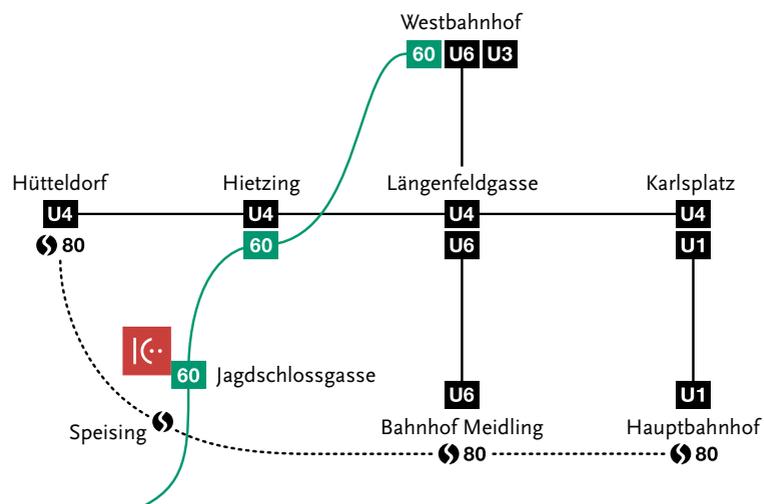
Raiffeisenlandesbank Niederösterreich-Wien
IBAN: AT46 3200 0000 0870 0155
BIC: RLNWATWW

Stornobedingungen

Anmeldungen können bis 30 Tage vor Veranstaltungsbeginn kostenlos storniert werden. Bei einem späteren Rücktritt bis 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn wird eine Stornogebühr von 50% der Kosten einbehalten. Bei späterer Abmeldung werden Stornogebühren in Höhe der gesamten Kurskosten fällig, es sei denn, Sie vermitteln eine*n Ersatzteilnehmer*in.

Ort

Kardinal König Haus
Bildungszentrum der Jesuiten und der Caritas
Kardinal-König-Platz 3
1130 Wien



Auf Youtube finden Sie eine Reihe von Kurzvideos zu Ignatianischen Exerzitien. Hier nur drei „Appetizer“. Scannen Sie einfach den QR-Code!



WER KANN DIE IGNATIANISCHEN EXERZITIEN MACHEN?
Johanna Schulenburg CJ



DIE IGNATIANISCHEN EXERZITIEN: DIE DYNAMIK DER VIER WOCHEN
Christa Huber CJ



WIE ERKENNE ICH DEN WILLEN GOTTES FÜR MEIN LEBEN?
WIE TREFFE ICH EINE GUTE WAHL?
Josef Maureder SJ

Spendenbitte

Die Kosten für unsere Angebote sind vom Jesuitenorden gestützt. Wir versuchen sie möglichst niedrig zu halten. Wer mehr zahlen kann, ist eingeladen mehr zu geben. Spenden ermöglichen es, dass alle Exerzitien machen können, weil wir damit Studierende und Nichtverdienende unterstützen.

<https://kardinal-koenig-haus.at/unterstuetzen/spenden>
Spendenzweck: **Stille in Wien**

Herzlichen Dank!

Impressum

Medieninhaber und Verleger Kardinal König Haus, Bildungszentrum der Jesuiten und der Caritas gemeinnützige GmbH, Kardinal-König-Platz 3, 1130 Wien **Hersteller** druck.at, Aredstr. 7, 2544 Leobersdorf, **Fotos** Christian Ender/SJ-Bild: 1, 8 (links), 16; Thomas Werchota: 8 (rechts unten); Christian Bargehr: 8 (rechts oben), 15; Elisabeth Friessnegg-Fahrngruber: 19

www.kardinal-koenig-haus.at
www.stille-in-wien.at

