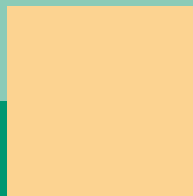


# Spiritualität und Exerzitien

Angebote 2026



Das Kardinal König Haus wurde 1884 als ein Exerzitienhaus der Jesuiten gegründet. Exerzitien 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 Exerzitien machen aber weiterhin die Seele des Hauses aus. Mit „Stille in Wien“ hat unser spirituelles Angebot 2009 eine neue Mitte bekommen.

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

## Übergabe



Es gibt verschiedene Weisen, das zu bezeichnen, was geschieht, wenn ein Mensch geht und ein anderer an seiner Stelle kommt. Ein Ausdruck dafür gefällt mir besonders: Übergabe. Josef Maureder übergibt die Leitung des Bereichs Spiritualität und Exerzitien an mich. Damit reicht er weiter, was er selbst von seinem Vorgänger erhalten hat. Er gibt diesen Bereich natürlich nicht so an mich weiter, wie er ihn bekommen hat. In seinen Händen hat sich der Bereich auch verändert. Ich fühle mich beschenkt, diese wunderbare Aufgabe im Team mit Sr. Christa Huber und Sr. Johanna Schulenburg zu übernehmen. Treue und Veränderung – das ist einer der vielen Spannungsbögen, die der ignatianischen Spiritualität eingeschrieben sind. Seit 140 Jahren sind Jesuiten in Lainz und fast ebenso lange kommen Menschen hierher, um sich betend und meditierend auf Gott auszurichten. Seien Sie alle herzlich willkommen, das Kardinal König Haus zum Ort Ihrer Begegnung mit dem lebendigen Gott zu machen!

*P. Sebastian Maly SJ*

## Dank



Danke sage ich so vielen guten Menschen im Kardinal König Haus, meinem Team, der Assistenz und Anmeldung. Ich danke allen, die zu unseren Veranstaltungen gekommen sind und uns betend oder finanziell unterstützt haben. Vor allem verdanke ich es dem Segen Gottes, dass ich trotz schlechter Diagnose gesund geblieben bin und im Bereich Spiritualität und Exerzitien in den letzten zehn Jahren so viel wachsen und gelingen durfte. Ich freue mich, mit Pater Maly die Aufgabe in gute Hände übergeben zu können.

*P. Josef Maureder SJ*

## Lehrgang „Exerzitien begleiten und leiten“

Exerzitien 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 Exerzitienbegleitung und Exerzitienleitung auszuüben.

**Dauer** Dezember 2025 – Februar 2028

**Bewerbungsmöglichkeit** nur noch nach Rücksprache

**Lehrgangsleitung** P. Sebastian Maly SJ, Sr. Johanna Schulenburg CJ

**Spezialfolder** mit Terminen und Kosten finden Sie auf unserer Website.

## Lehrgang „Geistliche Begleitung“

Geistliche Begleitung ist ein Dienst in der Kirche, dem Einzelnen zu helfen, sein Leben mit Gott ins Gespräch zu bringen und es zunehmend aus der Beziehung mit ihm zu gestalten. Die Ausbildung soll dazu befähigen, den Lebens- und Glaubensweg Einzelner zu begleiten. Sie vermittelt nicht vorrangig Methoden oder Techniken, sondern hilft vor allem Grundhaltungen für die Geistliche Begleitung einzuüben.

**Laufender Lehrgang** (Februar 2024 – Februar 2026)

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

**Neuer Lehrgang** (Februar 2027 – März 2029)

**Bewerbung** 15.04.2026 – 15.10.2026

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

**Lehrgangsleitung** P. Sebastian Maly SJ, Sr. Christa Huber CJ

**Spezialfolder** anfordern

Termine, Kosten und ausführliche Beschreibung im Spezialfolder und auf der Website.

## Lehrgang „Geistliches Gespräch“

**Laufender Lehrgang** (Mai 2025 – November 2025)

**Lehrgangsleitung** Sr. Christa Huber CJ, Mag.<sup>a</sup> Michaela E. Lugmaier

## Von Todsünden und Lastern – und was diese mit der Unterscheidung der Geister zu tun haben

Fortbildung für Begleiter\*innen und alle in der Pastoral Tätigen – Seminar

Unsere christliche Tradition ist nicht nur reich an spiritueller Weisheit, sondern auch an psychologischen Einsichten. Ignatius von Loyola hat daran angeknüpft, als er die Geistlichen Übungen entwickelte und dabei besonderen Wert auf das Thema Unterscheidung der Geister legte. In der Fortbildung wollen wir uns mit der Tradition der sieben Todsünden oder Hauptlaster beschäftigen und erkunden, auf welche Weise diese für das Thema der Unterscheidung der Geister fruchtbar gemacht werden können. Neben Ausblicken in die Geschichte und Theologie der Hauptlaster werden wir auch reflektieren, wie mit solchen inneren Bewegungen in Begleit- oder Seelsorgeprozessen gearbeitet werden kann.

**Termin** Fr, 23.10.2026, 15:00–21:00 Uhr und Sa, 24.10.2026, 9:00–17:00 Uhr

**Übernachtung** (mit Frühstück) im Kardinal König Haus möglich

**Leitung** P. Sebastian Maly SJ, Leiter des Bereichs Spiritualität und Exerzitien

**Teilnahmebeitrag** € 150,- (inkl. Unterlagen; Abendessen am Fr und Mittagessen am Sa)

**Anmeldung** erforderlich; begrenzte Teilnehmer\*innenzahl!

## Innere Prozesse begleiten – Focusing-Impulse für die Geistliche Begleitung

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

Focusing kann die geistliche Gesprächsführung unterstützen: Es schult ein achtsames, leiblich orientiertes Hören und ist offen für das, was noch vage und ohne Worte ist. Es bietet eine strukturierte Weise des Hineinhorchens und unterstützt Wachstumsprozesse – auch bei Entscheidungen und Übergängen. Entwickelt wurde Focusing vom Wiener Eugene Gendlin, der in den USA lehrte (1926–2017).

**Termin** Fr, 06.11.2026, 14:30–19:00 Uhr und Sa, 07.11.2026, 9:00–13:30 Uhr

(Abschluss mit dem gemeinsamen Mittagessen)

**Übernachtung** (mit Frühstück) im Kardinal König Haus möglich

**Leitung** Sr. Christa Huber CJ, Geistliche Begleiterin, Ausbildung in Focusing bei Ruth Sar-Shalom (Focusing New-York-Institute). Ruth Sar-Shalom bietet Ausbildungen in Wien an und wird bei diesem Seminar in einer Einheit mitwirken.

**Teilnahmebeitrag** € 180,- (inkl. Abendsnack, Mittagessen, Materialien)

**Anmeldung** erforderlich; begrenzte Teilnehmer\*innenzahl! Spezialfolder anfordern

## Besinnungstag mit Texten aus dem Exerzitienbuch

Wir wollen uns für einen Tag zum Schweigen und Beten ins Kardinal König Haus zurückziehen. Als Anregung nehmen wir Texte aus dem Exerzitienbuch des hl. Ignatius von Loyola – thematisch passend zur Fastenzeit. Sein Menschenbild ist sowohl realistisch als auch zugleich optimistisch: wir befassen uns mit seinem Zugang zum Erlösungsgeschehen („Dialog mit dem Gekreuzigten“) und der Einladung, „das Leben zu reformieren“. Und wie sehe und lebe ich das ganz persönlich? Eingeladen sind alle Interessierten.

**Termin** Sa, 07.03.2026, 10:00–17:30 Uhr

**Leitung** P. Sebastian Maly SJ, Sr. Johanna Schulenburg CJ

**Abschluss** mit einer Eucharistiefeier um 16:30 Uhr

**Kosten** € 80,- (inkl. Mittagessen)

## 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. Dieser Weg des Ausdrucks führt zu persönlichen Einsichten und zu einem tieferen Verständnis der Botschaft an uns. Durch den Austausch in der Gruppe werden die eigenen Erfahrungen vertieft und erweitert.

Gestaltungsmaterial ist vorhanden. Keine Vorkenntnisse nötig.

**Termine** Di, 06.10., 13.10., 20.10., 27.10., 03.11.2026, jeweils 18:00–21:00 Uhr

**Leitung** Mag.<sup>a</sup> pharm. Judith Judt, Ausbildung in Lebens- und Sozialberatung im Bereich Logotherapie und Existenzanalyse, Exerzitien-Begleitung im Alltag, Mal- und Gestaltungstherapie.

**Teilnahmebeitrag** € 140,- 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, 18.11., 25.11., 02.12.2026, 19:30–20:30 Uhr

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

**Teilnahmebeitrag** € 70,- (für die ganze Abendreihe)

**Anmeldung** für die ganze Abendreihe bis 10.11.2026 erforderlich

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

Mo, 28.09.2026, 19:00–21:00 Uhr, Thema „Schöpfungs-Zeit“

Mo, 30.11.2026, 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!

## 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 zutage. 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** So, 27.12.2026, 18:00 Uhr – Do, 31.12.2026, 9:00 Uhr

**Leitung** Mag.<sup>a</sup> Monika Tieber-Dorneger, zertifizierte Leiterin für Literarische Werkstätten und Poesie- und Bibliothherapie, Exerzitienleiterin

**Teilnahmebeitrag** € 295,- zzgl. € 480,- für Unterkunft und Verpflegung

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

## Wenn „Schwarzes und Weißes Feuer“ Gestalt annimmt!

Aufbaukurs Bibliolog mit Biblischen Erzählfiguren

Beim Bibliolog mit Biblischen Erzählfiguren wird die Grundform um eine visuelle Dimension erweitert. Biblische Gestalten und Szenen können mittels Erzählfiguren, Tüchern usw. sichtbar gemacht werden. Dabei kann deutlich werden, wie biblische Personen zueinander in Beziehung stehen oder wie sich ihre Haltungen im Verlauf einer Geschichte verändern.

Arbeitsweise: theoretische Impulse, praktische Übungen, Anleiten eines Bibliologs mit Figuren. Wenn vorhanden, bitte eigene Figuren mitbringen.

Voraussetzungen: Grundkurszertifikat und bibliologische Erfahrungen in der eigenen Praxis. Abschluss des Kurses mit Zertifikat.

**Termin** Fr, 16.01.2026, 15:00 – So 18.01.2026, 13:00 Uhr

Durchgehende Anwesenheit erforderlich

**Übernachtung** (mit Frühstück) im Kardinal König Haus möglich

**Leitung:** Dorothea Kleele-Hartl, Geistliche Mentorin; Mag.<sup>a</sup> Johanna Raml-Schiller,

Pastoralreferentin; Mag.<sup>a</sup> Sandra Ranner; alle: Bibliologtrainerinnen

**Teilnahmebeitrag** € 400,- (inkl. zwei Mittagessen und zwei Abendessen)

**Anmeldung** erforderlich; begrenzte Teilnehmer\*innenzahl

## Die Gleichnisse Jesu

Seminar

Die Evangelien nach Matthäus, Markus und Lukas überliefern uns zahlreiche Gleichnisse. Jesus verkündet die frohe Botschaft vom nahegekommenen Reich Gottes vorwiegend in Gleichnissen. Die Evangelien bringen sie mit teilweise unterschiedlichen Akzenten. Anhand ausgewählter und genauer untersuchter Texte werden wir uns nach der tieferen Bedeutung der Rede in Gleichnissen fragen und auch nach ihrer aktuellen Bedeutung für uns.

**Termin** Sa, 14.03.2026, 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

## „Gebt dem Kaiser, was des Kaisers ist, und Gott, was Gottes ist.“

Das Verhältnis von Politik und Religion im Alten und Neuen Testament – Seminar

Das Verhältnis von Religion und Politik prägt die Kulturgeschichte der Menschheit seit ihren Anfängen. In den altorientalischen Großreichen waren Religionen Staatsreligionen. Der JHWH-Glaube war von etwa 1000 bis 586 v. Chr. die Religion der Staaten Israel und Juda. Mit der Eroberung Jerusalems und dem Exil löste sich die JHWH-Religion von ihrem staatlichen Kontext und wurde zum Glauben des Gottesvolkes. Im Neuen Testament betont Jesus, dass sein Königtum „nicht von dieser Welt“ ist. Mit der „Konstantinischen Wende“ im 4. Jh. n. Chr. verband sich das Christentum wieder mit dem Staat. Im Mittelalter kam es zu Konflikten zwischen Papst und Kaiser. Moderne Gesellschaften streben an, Religion von der Politik zu trennen, während politische Theologien und postliberale Strömungen diese Trennung herausfordern. Der Studientag wird die biblischen Grundlagen dieser Themen beleuchten.

**Termin** Sa, 10.10.2026, 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

## Die Kindheitsgeschichte Jesu

Seminar

In unterschiedlicher Weise berichten die Evangelien nach Matthäus und Lukas von der Geburt und Kindheit Jesu. Die kunstvoll gestalteten Berichte stehen in enger Beziehung zum Gesamtaufbau und zur Gesamtbotschaft der beiden Evangelien. Das Seminar möchte dazu beitragen, einzelne Texte der Evangelien, die uns aus der weihnachtlichen Liturgie vertraut sind, in ihrem größeren Zusammenhang zu deuten. Darüber hinaus wird die Auslegung der Berichte von der Geburt und Kindheit Jesu von der Frage nach ihrer aktuellen Bedeutung begleitet sein.

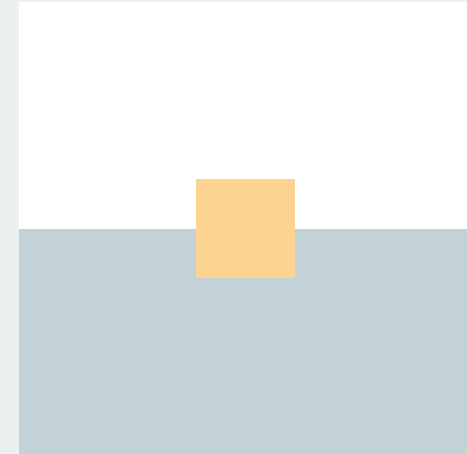
**Termin** Sa, 14.11.2026, 9:00–16:00 Uhr

**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.

Aufgrund von Modernisierungsarbeiten im Kardinal König Haus finden die mit ● markierten Kurse in Hall in Tirol statt.

#### KURSORT WIEN

Kardinal König Haus  
1130 Wien, Kardinal König Platz 3  
Tel.: +43 (0)1 8047593-649

#### KURSORT HALL IN TIROL

Exerzitienhaus der Kreuzschwestern  
6060 Hall in Tirol, Bruckergasse 24  
Tel.: +43 (0)699 16002113

Es gelten unterschiedliche Tagessätze.

#### TAGESSATZ WIEN

73,00 Euro/Tag  
für Unterkunft und Verpflegung

zzgl. 25,00 Euro/Tag  
für Begleitung

#### TAGESSATZ HALL IN TIROL

62,00 Euro/Tag (EZ ohne Bad)  
72,00 Euro/Tag (EZ mit Bad)  
für Unterkunft und Verpflegung

zzgl. 30,00 Euro/Tag  
für Organisation und Begleitung

Für Studierende und Nichtverdienende ist  
auf Anfrage eine Ermäßigung möglich.

#### ANMELDUNG

Für beide Kursorte erfolgt die Anmeldung über das Kardinal König Haus.  
anmeldung@kardinal-koenig-haus.at, Tel: +43 (0)1 8047593-649

#### HINWEIS

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

## GEBET

### BIBEL IN UNSEREN FARBEN

Di 06.10., 13.10., 20.10., 27.10., 03.11.2026 – jeweils 18:00–21:00 Mag.<sup>a</sup> Judith Judt  
140,00 Euro (für alle fünf Abende), 10,00 Euro Materialkosten pro Abend

### JESUS BEGEGNEN IN DER BIBEL

Mo 02.03., 09.03., 23.03.2026 – jeweils 19:00–20:30 Sr. Christa Huber CJ  
70,00 Euro (für alle drei Abende)

### EINFÜHRUNG INS HERZENS-/JESUSGEBET

Mi 21.10., 28.10., 04.11.2026 – jeweils 19:00–21:00 P. Sebastian Maly SJ / Sr. Emese Vormair sa  
70,00 Euro (für alle drei Abende)

### EINFÜHRUNG INS ZEN

Fr 06.11.2026, 18:00 – So 08.11.2026, 17:00 Dr.<sup>in</sup> Ursula Baatz  
275,00 Euro (für das gesamte Wochenende: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung)

## KONTEMPLATION

### KONTEMPLATIVE EXERZITIEN

Sa 17.01.2026, 18:00 – So 25.01.2026, 13:00	Sr. Christa Huber CJ / Pfr. Markus Bolowich
Sa 28.03.2026, 18:00 – So 05.04.2026, 10:00	Sr. Johanna Schulenburg CJ / P. Wilfried Dettling SJ
● So 14.06.2026, 18:00 – So 21.06.2026, 9:00	P. Sebastian Maly SJ
● Sa 01.08.2026, 18:00 – So 09.08.2026, 9:00	Sr. Christa Huber CJ / P. Thomas Lemp SAC
● Di 01.09.2026, 18:00 – Do 10.09.2026, 9:00	Pfr. Ernst Ritter / Maria Fischer
Mo 05.10.2026, 18:00 – So 11.10.2026, 13:00	Sr. Christa Huber CJ / Pfr. Matthias Karwath
So 06.12.2026, 18:00 – Sa 12.12.2026, 13:00	Sr. Emese Vormair sa / Br. Konrad Schneermann

### EINFÜHRUNG KONTEMPLATION

Fr 13.03.2026, 18:00 – So 15.03.2026, 13:00 Sr. Christa Huber CJ  
275,00 Euro (für das gesamte Wochenende: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung)

### WOCHENENDE KONTEMPLATION

Fr 30.10.2026, 18:00 – So 01.11.2026, 13:00 Dr. Ludger Schwienhorst-Schönberger  
275,00 Euro (für das gesamte Wochenende: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung)

## EXERZITIEN

## GROSSE EXERZITIEN IN DREI TEILEN (2025–2026)

Do 29.01.2026, 18:00 – So 08.02.2026, 13:00 (Teil 2)	P. Josef Maureder SJ / Sr. Christa Huber CJ
● Fr 21.08.2026, 18:00 – Mo 31.08.2026, 9:00 (Teil 3)	P. Josef Maureder SJ / Sr. Christa Huber CJ

## IGNATIANISCHE EXERZITIEN

Sa 10.01.2026, 18:00 – Fr 16.01.2026, 13:00	P. Willi Lambert SJ / Sr. Christa Huber CJ
Sa 28.03.2026, 18:00 – So 05.04.2026, 10:00	P. Sebastian Maly SJ / P. Anton Aigner SJ / Sr. Christa Huber CJ
Mo 13.04.2026, 18:00 – So 19.04.2026, 13:00	P. Peter Gangl SJ / Sr. Regina Köhler CJ
Do 14.05.2026, 18:00 – Fr 22.05.2026, 13:00	P. Sebastian Maly SJ / Sr. Christa Huber CJ
● So 19.07.2026, 18:00 – Sa 25.07.2026, 9:00	P. Thomas Neulinger SJ
● Di 11.08.2026, 18:00 – Mi 19.08.2026, 9:00	P. Bernhard Bürgler SJ / Sr. Emese Vormair sa
● So 13.09.2026, 18:00 – So 20.09.2026, 9:00	P. Sebastian Maly SJ / Sr. Stefanie Strobel sa
Mo 19.10.2026, 18:00 – So 25.10.2026, 13:00	P. Gunnar Bauer SJ / Sr. Petra Hiemetzberger CJ
Mo 09.11.2026, 18:00 – So 15.11.2026, 13:00	P. Albert Holzknacht SJ / Sr. Christa Huber CJ
So 27.12.2026, 18:00 – So 03.01.2027, 13:00	P. Sebastian Maly SJ / Sr. Katharina Fuchs sa

## EXERZITIEN FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE

Mo 16.03.2026, 18:00 – So 22.03.2026, 13:00	P. Stefan Kiechle SJ
---	----------------------

690,00 Euro (für den gesamten Kurs: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung)

## KURZEXERZITIEN

Fr 20.02.2026, 18:00 – So 22.02.2026, 16:30	P. Sebastian Maly SJ / P. Peter Gangl SJ / Sr. Emese Vormair sa
---	---

220,00 Euro (für das gesamte Wochenende: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung)

## KURZEXERZITIEN FÜR JUNGE ERWACHSENE

Fr 24.04.2026, 18:00 – So 26.04.2026, 13:00	P. Sebastian Maly SJ / Sr. Joanna Jimin Lee MC
Fr 16.10.2026, 18:00 – So 18.10.2026, 13:00	P. Hans Brandl SJ / Sr. Isabelle Allmendinger SDS

155,00 Euro (für das gesamte Wochenende: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung)

## ECO-RETREAT – KURZEXERZITIEN MIT ÖKOLOGISCHEN IMPULSEN

Mi 30.09.2026, 18:00 – So 04.10.2026, 13:00	Sr. Christa Huber CJ / Michael Kuhn
---	-------------------------------------

392,00 Euro (für den gesamten Kurs: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung)

## TAGE DER STILLE

Fr 27.11.2026, 18:00 – So 29.11.2026, 16:30	P. Anton Aigner SJ / Sr. Emese Vormair sa
So 13.12.2026, 18:00 – Di 15.12.2026, 16:30	P. Sebastian Maly SJ / Sr. Christa Huber CJ

220,00 Euro (für das gesamte Wochenende: Unterkunft, Verpflegung und Begleitung)

## BEGLEITER\*INNEN

P. Anton Aigner SJ (*1938)	Geistlicher Begleiter, Exerzitienbegleiter – Wien
Sr. Isabelle Allmendinger SDS (*1988)	Ärztin, Mitarbeiterin bei IMPulsLEBEN – Linz
Dr. <sup>in</sup> Ursula Baatz (*1951)	Achtsamkeitslehrerin, Zen-Lehrerin, Autorin – Wien
P. Gunnar Bauer SJ (*1979)	Kirchlicher Assistent der GCL Deutschland – München
Pfr. Markus Bolowich (*1967)	Leiter der „Katholischen Innenstadtkirche Nürnberg“
P. Hans Brandl SJ (*1972)	Lehrer und Schulseelsorger am Kollegium Kalksburg – Wien
P. Bernhard Bürgler SJ (*1960)	Geistlicher Begleiter, Exerzitienbegleiter, Psychoanalytiker – Innsbruck
P. Wilfried Dettling SJ (*1965)	Oberer der Jesuitenkommunität – St. Blasien
Maria Fischer (*1957)	Atemtherapeutin – Passau
Sr. Katharina Fuchs sa (*1977)	Musiktherapeutin, Seelsorgerin für kath. Studierende – Graz
P. Peter Gangl SJ (*1967)	Kirchlicher Assistent der GCL Österreich – Wien
Sr. Petra Hiemetzberger CJ (*1949)	Geistlicher Begleiterin, Exerzitienbegleiterin – Bad Reichenhall
P. Albert Holzknacht SJ (*1963)	Leiter des Exerzitienhauses HohenEichen – Dresden
Sr. Christa Huber CJ (*1964)	Mitarbeiterin im Bereich Spiritualität und Exerzitien im Kardinal König Haus – Wien
Mag. <sup>a</sup> Judith Judt (*1951)	Lebens- & Sozialberaterin, Mal- & Gestalttherapeutin – Wien
Pfr. Matthias Karwath (*1963)	Pfarrvikar, Gestalttherapeut, Meditationslehrer – Bad Kissingen
P. Stefan Kiechle SJ (*1960)	Chefredakteur der Zeitschrift „Stimmen der Zeit“ – Frankfurt
Sr. Regina Köhler CJ (*1966)	Exerzitienbegleiterin, Supervisorin – Bad Reichenhall
Michael Kuhn (*1958)	Exerzitienbegleiter „Europ. Leadership Programme“ – Brüssel
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. Sebastian Maly SJ (*1976)	Leiter des Bereichs Spiritualität und Exerzitien im Kardinal König Haus – Wien
P. Josef Maureder SJ (*1961)	Spiritual am Collegium Canisianum, Exerzitienbegleiter – Innsbruck
P. Thomas Neulinger SJ (*1963)	Spiritual im Priesterseminar der Diözesen Graz-Seckau und Gurk – Graz
Pfr. Ernst Ritter (*1962)	Pfarrer für einen Seelsorgeverbund – Klösterle am Arlberg
Br. Konrad Schneermann (*1969)	Leiter der Gemeinschaft der Canisianer, Pfarrseelsorger – Münster
Sr. Johanna Schulenburg CJ (*1969)	Mitarbeiterin im Bereich Spiritualität und Exerzitien im Kardinal König Haus – Wien
Dr. Ludger Schwienhorst-Schönberger (*1957)	em. Univ.-Prof. für Alttestamentliche Bibelwissenschaft, Kontemplationslehrer – Salzburg
Sr. Stefanie Strobel sa (*1970)	Geistliche Direktorin der Katholischen Journalistenschule ifp – München
Sr. Emese Vormair sa (*1968)	Seelsorgerin, Exerzitienbegleiterin – Targu Mures

## 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** Sr. Christa Huber CJ, P. Sebastian Maly SJ, Sr. Johanna Schulenburg CJ

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

## Die Großen Ignatianischen Exerzitien in verschiedenen Formen

**Im Alltag über neun Monate (Oktober 2026 – Juni 2027)**

**Beginn** Mo, 12.10.2026, 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, 29.01.–08.02.2026, 21.08.–31.08.2026 (Hall in Tirol)

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

**In der klassischen Form in einem Monat** (wieder im August 2027 in Hall in Tirol)

**Begleitung** P. Josef Maureder SJ

## Eco-Retreat – Kurzexerzitien mit ökologischen Impulsen

„Den ruhigen Einklang mit der Schöpfung wiedergewinnen“ (Laudato Si' 225)

Angesichts der Herausforderungen durch die Klimakrise fragen sich viele Menschen: Was kann ich, was muss ich tun? In der Stille wollen wir versuchen, die Stimme der Natur wieder zu hören, Gottes Schöpfung mit neuen Augen zu sehen und mit Impulsen aus der Bibel und der Enzyklika „Laudato Si'“ Hoffnung zu schöpfen. Wir möchten Schritte in Richtung „ökologischer Wandel“ erkennen.

**Termin** Mi, 30.09.2026, 18:00 – So, 04.10.2026, 13:00

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

Michael Kuhn, Theologe, Geistlicher Begleiter („European Leadership Programme“, Brüssel), Mitarbeit in verschiedenen Projekten zu Ökologie und Spiritualität

**Teilnahmebeitrag** € 392,- (Unterkunft, Verpflegung, Begleitung)

**Spezialfolder** anfordern

Im August 2026 bieten wir zusätzlich zu den Exerzitien im Kardinal König Haus, die diesmal wegen des Umbaus ebenfalls in Hall in Tirol durchgeführt werden, drei Kurse im Exerzitienhaus der Kreuzschwestern in Hall in Tirol an.

## Ignatianische Exerzitien

**Termin** Sa, 01.08.2026, 18:00 Uhr – So, 09.08.2026, 9:00 Uhr

**Begleitung** P. Toni Witwer SJ

## Ignatianische Exerzitien

**Termin** Di, 11.08.2026, 18:00 Uhr – Mi, 19.08.2026, 9:00 Uhr

**Begleitung** P. Josef Thorer SJ

## Ignatianische Exerzitien

**Termin** So, 23.08.2026, 18:00 Uhr – Mo, 31.08.2026, 9:00 Uhr

**Begleitung** P. Hans Brandl SJ



### Veranstaltungsort

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

### Kosten

Zimmer mit WC/DU: € 72,- / Tag  
Zimmer, WC/DU am Gang: € 62,- / Tag  
Kursbeitrag: € 30,- / Tag  
In Absprache ist eine Ermäßigung möglich.

### Anmeldung

Kardinal König Haus  
1130 Wien, Kardinal-König-Platz 3  
Tel.: +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 Kurzexerzitionen sind eine Gelegenheit, um in Stille, Gebet und Einzelgesprächen dem persönlichen Lebensruf nachzugehen.

### Kurzexerzitionen für junge Erwachsene

**Termin** Fr, 24.04.2026, 18:00 Uhr – So, 26.04.2026, 13:00 Uhr

**Begleitung** P. Sebastian Maly SJ, Sr. Joanna Jimin Lee MC

### Kurzexerzitionen für junge Erwachsene

**Termin** Fr, 16.10.2026, 18:00 Uhr – So, 18.10.2026, 13:00 Uhr

**Begleitung** P. Hans Brandl SJ, Sr. Isabelle Allmendinger SDS

**Teilnahmebeitrag** € 155,- für Unterkunft, Verpflegung und Begleitung für das gesamte Wochenende

**Anmeldung** jeweils unter [anmeldung@kardinal-koenig-haus.at](mailto: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** 13.–15.02., 08.–10.05., 09.–11.10., 11.–13.12.2026

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.<sup>in</sup> 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** montags, wahlweise 8:30–10:30 Uhr oder 10:45–12:45 Uhr

**Leitung** Hannes Hochmeister, Yoga-Lehrer

**Teilnahmebeitrag** € 290,- 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, 27.01., 03.02., 10.02., 17.02., 24.02., 03.03., 10.03., 17.03.2026,  
jeweils 18:00–21:00 Uhr, sowie Samstag, 28.02.2026, 9:00–17:00 Uhr

**Leitung** Dr.<sup>in</sup> 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** € 480,- (inkl. Mittagessen am Ganztage)

**Anmeldung** erforderlich

### Achtsamkeit in personalen Beziehungen (IPM)

**Termine** Di, 29.09., 06.10., 13.10., 20.10., 03.11., 10.11., 17.11., 01.12.2026,  
jeweils 18:00–21:00 Uhr, sowie Samstag, 24.10.2026, 9:00–17:00 Uhr

**Leitung** Dr.<sup>in</sup> Ursula Baatz

**Teilnahmebeitrag** € 480,- (inkl. Mittagessen am Ganztage)

**Anmeldung** erforderlich



**P. Sebastian Maly** leitet den Bereich Spiritualität und Exerzitien. Als Priester mit therapeutischer Ausbildung begleitet er Ignatianische und Kontemplative Exerzitien. Er ist Referent und veröffentlicht Artikel zu verschiedenen theologischen und spirituellen Themen.

*maly@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*



**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*

**Anmeldung**

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

**Bankverbindung**

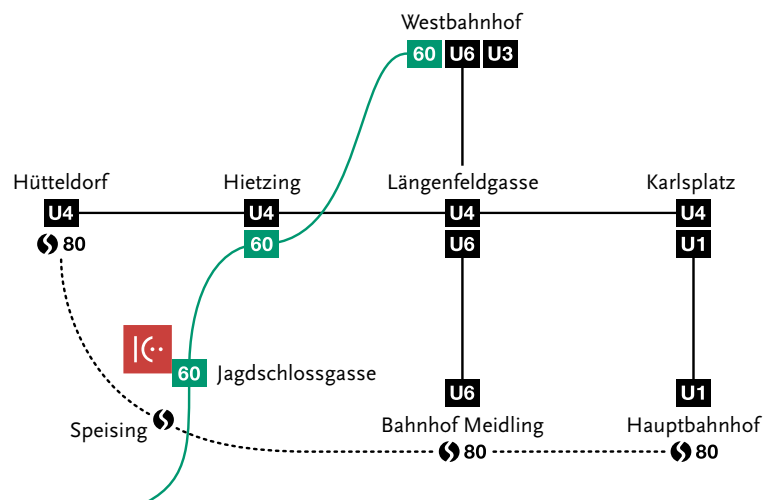
Raiffeisenlandesbank Niederösterreich-Wien  
IBAN: AT46 3200 0000 0870 0155  
BIC: RLNWATWW

**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



## Ignatius von Loyola über die Gabe der liebenden Ehrfurcht:

„Ich hatte also den Weg gefunden, der sich mir hatte zeigen wollen. Mir schien, er ist der beste von allen, und ich muss ihn für immer einschlagen.“

(Geistliches Tagebuch, 17. März 1544)

**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, 19 (oben); Thomas Werchota: 8 (rechts unten); Christian Bargehr: 8 (rechts oben), 15; Edith Franz/Kardinal König Haus: 19 (Mitte); privat: 19 (unten).

[www.kardinal-koenig-haus.at](http://www.kardinal-koenig-haus.at)  
[www.stille-in-wien.at](http://www.stille-in-wien.at)

