



## INFORMATIONEN

### LEHRGANGSLEITUNG

**Mag. Michaela E. Lugmaier**  
Abteilung Erwachsenenbildung  
M +43 676 8266 88 202

### REFERENT / REFERENTIN

**Mag. Gottfried Klima**  
Pfarrer i. R., Exerzitienbegleiter  
M +43 664 8863 25 32

**Mag. Maria-Luise Zwölfer**  
Theologin, Exerzitienbegleiterin  
M +43 676 8266 88 192

### KOSTEN

- » **Kursbeitrag:**  
Modul 1-5: € 1.100,- (exkl. Exerzitien)  
Exerzitien: € 125,-  
Upgrade Modul 6-7: € 375,-  
*Zahlbar in zwei bzw. drei Raten.*
- » **Nächtigung und Vollpension:**  
Bildungshaus St. Hippolyt: ca. € 100,- im EZ  
Bildungszentrum St. Benedikt: ca. € 80,- im EZ  
(Zimmerpreise mit Vorbehalt)  
*Die Aufenthaltskosten tragen zur Gänze die Teilnehmerinnen und Teilnehmer selbst.*

## Infos & Anmeldung

Diözese St. Pölten  
Abteilung Erwachsenenbildung  
Mag. Michaela E. Lugmaier  
Eybnerstraße 5  
3100 St. Pölten  
M +43 676 8266 88 202  
E [m.lugmaier@dsp.at](mailto:m.lugmaier@dsp.at)  
W [www.dsp.at](http://www.dsp.at)

Zur Anmeldung



**Anmeldeschluss:** 30. Juni 2026

**Veranstaltungsort:**  
Bildungshaus St. Hippolyt  
Eybnerstraße 5  
3100 St. Pölten  
T +43 2742 352 104 0  
W [www.hipphaus.at](http://www.hipphaus.at)

Die Einzelexerzitien finden im Bildungs-  
Zentrum St. Benedikt, Seitenstetten, statt.

Ein Angebot der Diözese St. Pölten



# DAS LEBEN WÄHLEN – WEITE GEWINNEN

*Grundkurs  
Ignatianische Spiritualität*

2026–2027

*Bildungshaus  
St. Hippolyt, St. Pölten*

# Grundkurs Ignatianische Spiritualität

## ZIELE

- » Der Kurs will dabei unterstützen, auf Gottes Wirken im eigenen Leben aufmerksamer zu werden und bietet die Möglichkeit, sich über eigene geistliche Erfahrungen auszutauschen.
- » Die Kurseinheiten wollen helfen, verschiedene Gebetsweisen kennenzulernen und einzuüben, eigene geistliche Erfahrungen auszuwerten und auszutauschen.
- » Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer gehen über einen bestimmten Zeitraum einen intensiven Glaubens- und Gebetsweg (Übungsweg im Alltag; regelmäßige geistliche Begleitung).
- » Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lernen den Prozess und die Dynamik des Exerzitienweges des heiligen Ignatius sowie wesentliche Grundelemente der Ignatianischen Spiritualität in Theorie und Praxis kennen und mit allen Sinnen (ganzheitlich) einzuüben, um immer mehr an heilsamen Prozessen in Kirche und Gesellschaft mitwirken zu können.
- » Upgrade: Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lernen, die eigenen Erfahrungen in der Begleitung von Exerzitien im Alltag umzusetzen und einzuüben.



## INFORMATIONEN

### VORAUSSETZUNGEN

*Vorgespräch mit der Kursleitung  
(mit der Anmeldung verbunden)*

*Bereitschaft, sich auf einen eigenen  
geistlichen Weg einzulassen:*

- » Tägliche Gebetszeit (1/2 Stunde Schriftmeditation, Gebet der liebenden Aufmerksamkeit)
- » Monatliches Begleitgespräch
- » Teilnahme an den im Kurs vorgesehenen Einzelexerzitien
- » Teilnahme an allen Modulen verbindlich
- » Psychische Stabilität und Belastbarkeit
- » Nächtigung im Bildungshaus

### Für das Upgrade:

- » Bereitschaft, Exerzitien im Alltag vorzubereiten und zu begleiten

### ZIELGRUPPE

- » Menschen, die den ignatianischen Übungsweg näher kennenlernen und vertiefen wollen
- » Menschen, die Interesse haben, solche Übungswege zu begleiten und dafür Unterstützung suchen (Upgrade)

**„Wenige Menschen  
ahnen, was Gott  
aus ihrem Leben  
machen würde,  
wenn sie sich IHM  
ganz überließe.“**

Ignatius von Loyola,  
1491–1556

### TERMINE KURSEINHEITEN

- » Modul 1: 16.–18. Oktober 2026
- » Modul 2: 13.–15. November 2026
- » Modul 3: 15.–17. Jänner 2027
- » Modul 4: 12.–14. März 2027
- » Modul 5: 4.–6. Juni 2027
- » Exerzitien: 4.–10. Juli 2027

### Upgrade:

- » 10.–11. September 2027
- » 8.–9. Oktober 2027
- » 15. Jänner 2028 (Auswertung)

Die Kurseinheiten 1–5 beginnen jeweils Freitag, 17:00 Uhr und enden Sonntag, 13:00 Uhr.  
Die Einheiten des Upgrades beginnen jeweils Freitag, 17:00 Uhr und enden Samstag, 17:30 Uhr.