



Die **GEGENWART** **GOTTES** erleben



**Spirituelle Wege im
Bildungsforum bei den Minoriten**

Mai 2026 bis April 2027

„Es gibt nur diesen Augenblick.
Alles ist nur, weil es von Gott
Augenblick für Augenblick
im Dasein gehalten wird.“

Bruder Jakobus Geiger

„In einer Welt voller Ablenkungen und Eitelkeiten
solltet ihr euch jeden Tag die Zeit nehmen,
die Augen zu schließen
und nur auf Gott zu schauen.
Manchmal scheint
ER
still oder abwesend zu sein,
doch
ER
offenbart sich denen, die
IHN
in der STILLE suchen.
Während ihr euch bemüht, Gutes zu tun,
bitte ich euch,
auch kontemplativ zu sein.“

Papst Leo XIV.

*Platz vor dem Maronitischen Patriarchat von Antiochien (Bkerké),
1. Dezember 2025*

Im Namen des **BILDUNGSFORUMs BEI DEN MINORITEN** lade ich Sie herzlich ein, in den angebotenen Veranstaltungen unserer neuen Intensiv-Reihe SPIRITUALITÄT in die Stille zu gehen und Gott zu suchen.



Foto: Neuhold

Vortrags- und Austauschabende sowie Einführungs- und Vertiefungskurse bieten in Theorie und Praxis vielfältige Möglichkeiten, (erste) Schritte in den inneren Wesenskerns der Dinge zu gehen, auf Gott zu schauen und ungeahnt neue Wege zu entdecken.

Wir freuen uns auf die gemeinsame Suche in der Stille sowie den Austausch mit Ihnen!

Ihre Kathrin Karloff & Team
www.bildungsforum-m.at

Impressum:

Diözese Graz-Seckau / Bildungsforum bei den Minoriten
Mariahilferplatz 3, 8020 Graz
Telefon: +43 316 8041-452 / E-Mail: bildungsforum@graz-seckau.at
Homepage: www.bildungsforum-m.at
DVR-Nummer: 0029874/1024

Verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes und redaktionelle Leitung: Drⁱⁿ Kathrin Karloff
Druck: Offsetdruck Bernd Dorrong e. U. / Layout: Andrea Wernhart, DigiCorner
Titelfoto: Pixabay

Papst Leo XIV. & „der Küchenbruder“ Lorenz

„Über die Übung, in Gottes Gegenwart zu sein“

Vortrag von Weihbischof JOHANNES FREITAG, MBA

„Wir mühen uns ab und üben unseren Verstand in Vernunft und Wissenschaft. Dabei vergessen wir, dass wir darin nur eine Kopie (Gottes) sehen, während wir es versäumen, auf das unvergleichliche Original zu blicken. Denn in den Tiefen unserer Seele offenbart sich Gott.“ (zit. Bruder Lorenz. In: Gabriele Ebert: Biografie. Bruder Lorenz – Die Übung, in Gottes Gegenwart zu sein, Verlag BoD, 3. Auflage 2026)

Viele horchten im Dezember 2025 auf, als Papst Leo XIV. wissen ließ, dass seine Spiritualität wesentlich von einem Laienbruder aus einem Pariser Karmelitenkloster im 17. Jahrhundert geprägt worden ist. Sein Name: „Bruder Lorenz von der Auferstehung“. Sein Beruf: Koch und Schuster!

Weihbischof JOHANNES FREITAG der Katholischen Kirche Steiermark erläutert in seinem Vortrag, wer Bruder Lorenz tatsächlich gewesen ist und welche Bedeutung er im Leben und Wirken des neuen Papstes hat. Insbesondere wird er darauf eingehen, inwiefern ihm seine Lehren in herausfordernden Situationen halfen, auf Gott zu vertrauen. Denn wesentlich ist: Papst Leo XIV. sieht in der Spiritualität des „Küchenbruders“ einen Weg, der für jeden zugänglich ist und die christliche

Ethik in der ständigen Erinnerung an Gottes Gegenwart bündelt.

Erfahren Sie mehr über die anspruchsvolle Maxime des Bruder Lorenz, sich Gottes Gegenwart, im eigenen Innern, ständig bewusst zu sein und in diesem Bewusstsein zu leben – und wenn die Zeit kommt, auch zu sterben. Mithilfe kleiner praktischer Übungen und bei einem Podiumsgespräch wird diese Maxime für Sie erlebbar.

Tauchen Sie zudem ein in ausgewählte Auszüge desjenigen Buches, das Papst Leo den römischen Kurienmitarbeitern zu Weihnachten 2025 schenkte und zur Lektüre empfiehlt: „La pratica della presenza di Dio“ („Die Praxis der Gegenwart Gottes“) von Bruder Lorenz von der Auferstehung, hrsg. von M. R. Del Genio, Verlag Libreria Editrice Vaticana. (Anmerkung: Derzeit nur in italienischer Sprache verfügbar; in Österreich noch nicht bestellbar.)

Nach der Veranstaltung besteht zudem die Gelegenheit zum gemeinsamen Austausch bei einem Glas Wein.

Termin: Do, 7. Mai 2026,
19:00 bis 20:30 Uhr

Ort: Arkadensaal im
Minoritenzentrum,
Mariahilferplatz 3,
8020 Graz

Preis: € 20,00

Moderation: Dr. Kathrin Karloff,
Pädagogische Leitung
des Bildungsforums bei
den Minoriten



Foto: Libri GmbH

Referent: Weihbischof
Johannes Freitag, MBA

- 1992 Eintritt ins Priesterseminar der Diözese Graz-Seckau und Beginn des Studiums der Fachtheologie in Graz, Studienabschluss 1999
- Pastoraler Praktikant im Bischöflichen Seminar und Bischöflichen Gymnasium
- 1999–2000 Pastoralpraktikum 1999/2000 in der Pfarre Fernitz
- 2000–2002 Kaplan und Dekanatsseelsorger in Murau und St. Peter am Kammersberg
- 2000–2006 Kaplan in Judenburg-St. Nikolaus
- ab 2002 Beauftragter der Diözese für Rundfunk- und Fernsehübertragungen im ORF
- 2003–2006 Diözesanseelsorger für die Katholische Jungschar
- Ab 2006 Pfarrer im Pfarrverband Trofaiach – St. Peter/Freienstein – Vordernberg
- 2012 Abschluss MBA-Studium an der WU Wien
- 2011–2015 Leiter des Bischöflichen Pastoralamts
- Militärpfarrer (ab 2021) und Militäroberkurat (ab 2023) beim Militärkommando Steiermark
- 2023 Leiter des Seelsorgeraums „An der Eisenstraße“ mit den weiteren Pfarren Eisenerz, Hieflau und Radmer
- 2025 Ernennung zum Weihbischof der Diözese Graz-Seckau



Foto: Neuhold

„Wege ins Schweigen“ – eine Ermutigung, in die Stille zu gehen

Gedanken und Impulse zur Meditation (Kontemplation) von Bruder JAKOBUS GEIGER

Hören zu können, wie die eigene Seele singt! Das Eigentliche entdecken, dem mitunter verborgenen Schatz näher kommen: Dies ist das Ziel meditativ-kontemplativer Meditationspraxis, dem sich Bruder JAKOBUS GEIGER, OSB aus der Abtei Münsterschwarzach, einer der nachgefragtesten Meditations- bzw. Kontemplationslehrer im deutschsprachigen Raum, verschrieben hat.

Sein jüngstes Buch „Wege ins Schweigen“ (2023) ist eine Ermutigung, in die Stille zu gehen und zugleich die christliche Meditationspraxis der Kontemplation kennenzulernen: Sie steht in der Tradition des frühen Mönchtums und der abendländischen Mystik, z.B. des Meister Eckhart, und ist methodisch offen gegenüber anderen spirituellen Wegen, besonders dem Zen.

Mit tief gehenden Gedanken und Impulsen zur Kontemplation ermöglicht es Bruder JAKOBUS GEIGER, der sich seit über 20 Jahren mit christlicher Meditation und fern-östlichem Zen beschäftigt, berührende Erfahrungen mit dem eigenen Innenraum zu machen und in eine offene, reine und zugleich bewusste Gegenwärtigkeit einzutauchen. Nehmen auch Sie seine Einladung, in die Stille zu gehen, an und kommen Sie dem Wesenskern des Lebens ein Stück näher.

Nach der Veranstaltung kommt Bruder JAKOBUS GEIGER gerne beim Signieren seines Buches mit Ihnen ins Gespräch. Zugleich reichen wir zum gemeinsamen, abschließenden Austausch ein Glas Wein.

Am 26. September bietet Bruder JAKOBUS GEIGER zudem einen Intensivkurs an.

Termin: Do, 11. Juni 2026, 19:00 bis 20:30 Uhr

Ort: Arkadensaal im Minoritenzentrum, Mariahilferplatz 3, 8020 Graz

Preis: € 23,00

Moderation: Dr. Kathrin Karloff, Pädagogische Leitung des Bildungsforums bei den Minoriten



Foto: Vier-Türme-Verlag

Referent: Bruder Jakobus Geiger

- Studium der Theologie und Philosophie in Freiburg im Breisgau
- 1981 Eintritt in die Benediktinerabtei Münsterschwarzach, Noviziat, zeitliche Profess und Einsatz in verschiedenen Arbeitsbereichen der Abtei
- ab 1994 Zenschulung (Koanschulung) bei Willigis Jäger und Beginn der Kurstätigkeit im Bereich Kontemplation; Erweiterung dieser Kurstätigkeit ab 1998 in den gesamten deutschsprachigen Raum
- 2015–2022: Leitung des Gästehauses der Abtei Münsterschwarzach und verantwortlich für das Kursprogramm der Abtei
- aktuell ca. 30 Kontemplationskurse pro Jahr sowie seelsorgliche Einzelbegleitungen
- Sein jüngstes Buch „Wege ins Schweigen. Impulse zur Kontemplation“ erschien im Vier-Türme-Verlag 2023.



Foto: Geiger

Papst Leo XIV. & „der Küchenbruder“ Lorenz

Die „Übung der Gegenwart Gottes“ als spirituelle Ressource für Selbstfürsorge und Seelsorge

Online-Vortrag und -Gespräch mit Dr. JOACHIM SCHNÜRLE

Im November 2025 unternahm Papst Leo XIV. seine erste Auslandsreise in den Nahen Osten – in eine Region, die von Leid, Terror und Krieg gezeichnet ist. Im Rückflug-Interview sprach er über geistliche Quellen, die ihm helfen, angesichts solch erschütternder Erfahrungen Kraft und Orientierung zu finden. Eine davon ist das schlichte, aber tiefgehende Buch „Die Übung der Gegenwart Gottes“ von Bruder Lorenz, einem Mönch, der im 17. Jahrhundert einen Weg beschrieb, Gottes Nähe mitten im Alltag zu leben.

Die Impulse aus dem Werk von Bruder Lorenz können auch heute als spirituelle und zugleich therapeutisch bedeutsame Ressource in Seelsorge und Selbstsorge fruchtbar werden. Dr. JOACHIM SCHNÜRLE, der sich intensiv mit der Bedeutung von Bruder Lorenz für Leo XIV. beschäftigt hat, geht der Frage nach, wie die „Übung der Gegenwart Gottes“ modernen Menschen helfen kann, im Alltag Achtsamkeit, Vertrauen und emotionale Balance zu entwickeln und zu vertiefen.

Im Online-Seminar werden Bruder Lorenz und seine Methode anhand biografischer Einblicke und ausgewählter Zitate vorgestellt. Teilnehmende erhalten konkrete Anregungen zur persönlichen Praxis sowie Impulse für die Weitergabe in Beratung, Begleitung und Seelsorge.

Zugleich gibt es Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch und zum Teilen eigener Zugänge zur „Übung der Gegenwart Gottes“ im eigenen Leben.

Schwerpunkte des Online-Seminars:

- Die Nähe Gottes suchen und sich darin „halten“ – wie es Bruder Lorenz im Alltag verstand.
- Der Unterschied zwischen Vertröstung und tröstender Gegenwart – Christus als Begleiter
- Alltagstaugliche Anwendung: Wie das Bewusstmachen von Gottes Gegenwart zu innerer Distanz (kognitiver Defusion) und innerem Frieden führen kann.
- Praktische Wege, diese geistliche Haltung im persönlichen Leben zu verankern und im seelsorgerlichen Gespräch fruchtbar zu machen.

Zielgruppe:

Für Menschen in helfenden Berufen (Seelsorge, Beratung, Therapie, Pädagogik, Pflege) und geistliche Begleiter:innen; alle, die nach einer vertiefenden Praxis der „Übung der Gegenwart Gottes“ im Alltag suchen, sowie für diejenigen, die eine vertiefende Praxis der Übung entwickeln möchten.

Termin:

Mo, 22. Juni 2026,
18:00 bis 20:00 Uhr
(mit einer kurzen Pause)

Ort:

Online. – Der Link wird Ihnen rechtzeitig vor Veranstaltungsbeginn zugesandt.

Preis:

€ 23,00

Moderation:

Dr. Kathrin Karloff,
Pädagogische Leitung
des Bildungsforums bei
den Minoriten



Referent:

Dr. Joachim Schnürle

- Internist und ärztlicher Psychotherapeut, der in der Rehabilitation von psychosomatischen Patient:innen an der Altmühlseeklinik Hensoltshöhe in der Region Nürnberg als Oberarzt tätig ist.
- Ein Interessenschwerpunkt ist, aus Kirchenliedern und Erbauungsliteratur Richtungsweisung für ein ganzheitliches seelsorgerliches und therapeutisches Handeln zu erhalten.
- Veröffentlichung von Untersuchungen zur Rezeption und zum seelsorgerlichen Gebrauch der Schriften von Gerhard Tersteegen, Philipp Friedrich Hiller und Thomas von Kempen



Foto: Schürle



Foto: Pixabay

Die Gegenwart Gottes erleben

Spirituelle Wege. Persönliche Zugänge. Gemeinsames Üben.

Veranstaltungsreihe mit verschiedenen Referent:innen

Wie lässt sich Gottes Gegenwart im eigenen Leben erfahren? Menschen nähern sich dem Göttlichen auf sehr unterschiedliche Weise – oft leise und unspektakulär, manchmal in tiefen Grenzerfahrungen.

In dieser mehrteiligen Veranstaltungsreihe mit spirituellen Persönlichkeiten wird deutlich: Das Erleben der göttlichen Gegenwart lässt sich nicht erzwingen. Es ist ein Geschehen, das uns unmittelbar berührt, uns ergreift, überwältigt und bisweilen auch erschüttert. „Die Erfahrung von Gottes Gegenwart ist das eigentlich Innerste jeder Religion. Ohne diese wäre sie tot wie ein Baum ohne Saft“, so Bruder Jakobus Geiger OSB. Viele beschreiben jene Erfahrung als ein Geschenk, das sich dort zeigt, wo Offenheit, Geduld und vertrauende Hingabe Raum bekommen.

Die Referierenden erzählen aus ihrer eigenen Praxis und Lebenserfahrung und geben Einblick in ihre persönlichen Zugänge zur Gegenwart Gottes – in Stille und Gebet, bei der Arbeit, in der Natur, in Beziehungen oder im inneren Ringen. Die

Impulse und persönlichen Zeugnisse geben Raum für eigene Erfahrungen und praktische Vertiefung. Kurze angeleitete Übungen, Zeiten der Stille und spirituelle Elemente schenken zudem die Möglichkeit, das Gehörte nicht nur mitzudenken, sondern es behutsam im eigenen Leben zu erproben und weiterzuführen.

Die Veranstaltung richtet sich an Menschen,

- die sich nach einer vertieften und lebendigen Gotteserfahrung sehnen
- die neue spirituelle Zugänge kennenlernen möchten
- oder die ihre eigene Praxis auffrischen und beleben wollen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – Offenheit und Neugier genügen.

Sie sind herzlich willkommen – mit Ihren Fragen, Ihrer Sehnsucht und Ihrem eigenen Weg.

Bei der abschließenden Agape kommt der:die Referierende gerne mit Ihnen ins Gespräch.

Termine:
(immer
mittwochs)

08.07.2026, 18:00 bis 20:00 Uhr – Sr. Magda Schmidt FIC
16.09.2026, 18:00 bis 20:00 Uhr – Pater Mag. Egon Homann OSB
25.11.2026, 18:00 bis 20:00 Uhr – Pater Johannes Paul Abrahamowicz OSB
13.01.2027, 18:00 bis 20:00 Uhr – Pater Leo Thenner SDS
10.03.2027, 18:00 bis 20:00 Uhr – Abt Alfred Eichmann
21.04.2027, 18:00 bis 20:00 Uhr – Sr. Anna Elvira Kurz OSU

Ort:

Arkadensaal im
Minoritenzentrum,
Mariahilferplatz 3,
8020 Graz

Preis:

**€ 125,00 für die gesamte
Reihe** – Sie sparen sich
€ 13,00 bei Buchung aller
Termine!
€ 23,00 pro Veranstaltung –
Jeder Termin kann auch einzeln
gebucht werden.

Moderation: Mag. Helmut Kirchengast

- Theologe und ausgebildeter Pastoralreferent
- Ombudsmann der Diözese Graz-Seckau,
Referent:innen und Beauftragte
- Fachreferent, Weltanschauungsfragen



Foto: Kath. Kirche Stmk.



Foto: Pisabay

Auf der nächsten
Doppelseite finden Sie
nähere Informationen zu
den Referent:innen dieser
Veranstaltungsreihe!

Termin:
Referentin:

8. Juli 2026, 18:00 bis 20:00 Uhr
Sr. Magda Schmidt FIC

Foto: Kath. Kirche Stmk.



- Franziskanerin, Pädagogin, Ausbildung für Geistliche Begleitung und Exerzitienbegleitung, Bibelschule, Erwachsenenbildung
- Berufserfahrungen in verschiedenen Pfarren, Dekanaten und Seelsorgeräumen
- aktuell ehrenamtliche Mitarbeit im Raum Graz, Standort Franziskanerinnen (Schulschwestern) Graz Eggenberg, mit dem Schwerpunkt Spiritualität (Mitarbeiter:innenbegleitung, Bibel, Exerzitien im Alltag, Besinnungstage, geistliche Begleitung)

Termin:
Referent :

16. September 2026, 18:00 bis 20:00 Uhr
Pater Mag. Egon Homann OSB (Benediktinerstift Admont)

Foto: Homann



- Leiter des Seelsorgeraums, Seelsorgeraum St. Michael
- Pfarrer in Mautern, Kammern, Kalwang, Traboch und Wald am Schoberpaß
- Leiter des Hauses der Begegnung, Abtei Admont
- Seelsorger im Studentenwohnheim Münzgrabenstraße, Graz, Abtei Admont
- Verantwortlicher des Begegnungszentrums Benediktinerstift Admont (BBA)
- Leiter des Hauses der Begegnung in Graz

Termin:
Referent:

25. November 2026, 18:00 bis 20:00 Uhr
Pater Johannes Paul Abrahamowicz OSB (Benediktinerstift Göttweig)

Foto: Abrahamowicz



- 1985: Priesterweihe
- 1997/98–2005: 2005 Subprior im Collegio Sant'Anselmo, Rom
- 2005–2009: Prior in San Paolo fuori le Mura, Rom
- 2010 verschiedene Tätigkeiten im Stift Göttweig, u.a. Referierender der „Göttweiger Dialoge für Führungskräfte“ (2026)
- Autor verschiedenster Werke, u.a.: „Mensch ist Mensch. Punkt.“ (2024), „Paulus für Anfänger“ (2024), „Fasten mit Humor“ (2026)

Termin:
Referent:

13. Jänner 2027, 18:00 bis 20:00 Uhr
Pater Leo Thenner SDS

Foto: Neuhold



- Salvatorianer, Superior der Kommunität Graz
- Krankenhausseelsorger, Krankenhausseelsorge LKH Graz II Standort West
- Seelsorger in St. Rupert in Hohenrain, Pfarre Graz-St. Peter
- Seelsorger am UKH Graz, Krankenhausseelsorge UKH Graz

Termin:
Referent:

10. März 2027, 18:00 bis 20:00 Uhr
Abt Alfred Eichmann (Stift St. Lambrecht)

Foto: Eichmann



- 2002 – Priesterweihe
- Theologiestudium in Salzburg und Rom
- 2021 – Ernennung zum Seelsorgeraumleiter-Stellvertreter und Pastoralverantwortlichen im Seelsorgeraum St. Lambrecht
- seit 2025 – Abt der Benediktinerabtei St. Lambrecht
- Kontaktperson für die Pfarren: Greith, Mariahof, Neumarkt, Perchau, Zeuschach

Termin:
Referentin:

21. April 2027, 18:00 bis 20:00 Uhr
Sr. Anna Elvira Kurz OSU

Foto: Ursulinen Graz



- HR Direktorin Ursulinen Graz
- Studium der Theologie, Anglistik und Amerikanistik
- pflegt intensiv Kontakte zu Ursulinen-Schulen auf der ganzen Welt
- Gründung einer Projektgruppe zur Unterstützung von Kindern in Botswana

„Höre, mein Herz!“ – Gott in der Stille begegnen

Ein Tag in klösterlicher Atmosphäre mitten in Graz – und doch wie außerhalb der Zeit mit Pater Mag. Dr. PETRUS DREYHAUPT OSB

Im Trubel des Alltags bewusst innehalten: Dieser Tag lädt dazu ein, zur Ruhe zu kommen, nach innen zu hören und sich neu auf Gott auszurichten. In Zeiten der Stille, im Gebet und in der Meditation entsteht Raum für eine lebendige Erfahrung der Gegenwart Gottes und für stärkende Gemeinschaft.

Was diesen Tag besonders macht:

- Stille als heilsamer Ort, an dem Gott erfahrbar wird
- Impulse, die Herz und Seele berühren
- Momente, die helfen, Gott im eigenen Alltag neu zu entdecken
- Wege, wie Gebet und Meditation innere Balance schenken können.

Zielgruppe:

Eingeladen sind Christinnen und Christen sowie alle, die sich für Stille, Meditation und eine vertiefte Gottesbeziehung interessieren.

Das erwartet Sie:

- Schätze des kirchlichen Erfahrungsraumes
- Benediktinische Impulse zur Stille
- Stärkung der Aufmerksamkeit
- Gemeinsames Gebet.

- Ein einfaches, gemeinsames Mittagessen in klösterlicher Atmosphäre
- Freiwilliger Austausch in kleinen Gruppen
- Eine abschließende Messe.

Mitzubringen:

bequeme und wetterfeste Kleidung, Offenheit für Stille

Termin: Sa, 18. Juli 2026,
9:00 bis 17:00 Uhr

Ort: Arkadensaal im
Minoritenzentrum,
Mariahilferplatz 3,
8020 Graz

Preis: € 110,00

Moderation: Dr. Kathrin Karloff,
Pädagogische Leitung
des Bildungsforums bei
den Minoriten



Referent: Pater Mag. Dr. Petrus
Dreyhaupt OSB,
Benediktinerstift Admont

- in Bremen geboren; Jugendjahre sowohl an der Nordseeküste in Wilhelmshaven als auch in der Nähe von Altötting in Bayern
- erste Zeitliche Profess im Stift Göttweig
- Ewige Profess am 7. Juli 2024 im Stift Admont
- Religionsunterricht am Stiftsgymnasium
- Kaplan der Pfarren Kalwang, Kammern, Traboch, Mautern, Wald am Schoberpass
- Pater, Abtei Admont



Foto: Dreyhaupt



Foto: Pixabay

Sich aus der Stille wandeln: Einführung in die Meditation (Kontemplation)

Intensivkurs mit Bruder JAKOBUS GEIGER

Ziel des kontemplativen Meditierens ist es, den Menschen über mehrere Übungsschritte zu einem achtsamen und absichtslosen Verweilen in der Gegenwart Gottes zu führen. Erlebt wird eine innere Stille, aus der man sich selbst formen, wandeln und gestalten kann.

In diesem Intensivkurs, der von BRUDER JAKOBUS GEIGER OSB aus der Abtei Münsterschwarzach, einem der gefragtesten Meditations- bzw. Kontemplationslehrer im deutschsprachigen Raum, geleitet wird, lernen Sie die Wirkungen der Kontemplation kennen. Diese ist eine christliche Form der Meditation, die sich in der Tradition des frühen Mönchtums und der abendländischen Mystik bewegt. Erleben Sie die Kontemplation als methodisch offen gegenüber anderen spirituellen Wegen, besonders dem ZEN!

Weiters wird die Einübung in diese Meditationsform durch Körperspürübungen auf dem Boden und Gespräche in der Gruppe unterstützt. Dabei spielt das Üben mit dem Atem und einem Gebetswort (Mantra) eine wichtige Rolle. BRUDER JAKOBUS

GEIGER OSB erklärt Ihnen die äußere Sitzhaltung und führt Sie schrittweise in die innere Übung. Meditatives Gehen, ein Erfahrungsaustausch und die Möglichkeit zum Einzelgespräch runden das Angebot ab.

Damit Sie bei sich und in der Wahrnehmung bleiben können, findet der Kurs im Schweigen statt. Voraussetzung für die Anmeldung zu diesem Kurs ist, dass Sie psychisch gesund sind und sich auf das Schweigen und die Übungen einlassen können. Bitte bequeme, warme Kleidung mitbringen.

Ein einfaches Mittagessen, das gemeinsam in Stille genossen wird, ist im Preis inkludiert.

Wichtiger Hinweis: Im kommenden Jahr 2027 wird BRUDER JAKOBUS GEIGER OSB einen Fortführungskurs im Bildungsforum bei den Minoriten anbieten.

Termin: Sa, 26. September 2026, 8:30 bis 18:00 Uhr

Ort: Arkadensaal im Minoritenzentrum, Mariahilferplatz 3, 8020 Graz

Preis: € 145,00

Moderation: Dr. Kathrin Karloff, Pädagogische Leitung des Bildungsforums bei den Minoriten



Foto: Pixabay

Referent: Bruder Jakobus Geiger

- Studium der Theologie und Philosophie in Freiburg im Breisgau
- 1981 Eintritt in die Benediktinerabtei Münsterschwarzach, Noviziat, zeitliche Profess und Einsatz in verschiedenen Arbeitsbereichen der Abtei
- ab 1994 Zenschulung (Koanschulung) bei Willigis Jäger und Beginn der Kurstätigkeit in Bereich Kontemplation; Erweiterung dieser Kurstätigkeit ab 1998 in den gesamten deutschsprachigen Raum
- 2015–2022: Leitung des Gästehauses der Abtei Münsterschwarzach und verantwortlich für das Kursprogramm der Abtei
- aktuell ca. 30 Kontemplationskurse pro Jahr sowie seelsorgliche Einzelbegleitungen
- Sein jüngstes Buch „Wege ins Schweigen. Impulse zur Kontemplation“ erschien im Vier-Türme-Verlag 2023.



Foto: Geiger

Meditative Erkundungen des Selbst

Kurze Meditation, Autorenlesung & Gespräch mit CHRISTIAN TRÖSTER

Wer Meditationserfahrung hat, mag sich die Frage gestellt haben, was übrig bleibt, wenn alle Gedanken, Empfindungen und Wahrnehmungen vorübergezogen, sprich: „losgelassen“, sind. Was umfasst dieses übrig Gebliebene und wo genau ist das „Innen“, in dem es verortet zu sein scheint? Die Frage ist zudem, was angenehme mit unangenehmen Gefühlen verbindet, und was, trotz wechselhafter Wahrnehmungen, immer gleich bleibt.

Diesen und anderen Aspekten meditativer Erkundungen des Selbst geht CHRISTIAN TRÖSTER, Meditierender und Kontemplationslehrer, in einer Autorenlesung, gepaart mit einer kurzen, angeleiteten Meditation, und einem anschließenden Podiumsgespräch nach. Als kontinuierlich Forschender der inneren Welt findet er Hinweise in den alten indischen Weisheitslehren des „Advaita“ (übersetzt: „Nicht-Zwei“) sowie in der christlichen Mystik, v.a. in der „Wolke des Nichtwissens“ und bei Meister Eckhart.

CHRISTIAN TRÖSTER schlägt einen praxisorientierten meditativen Weg vor, der ergänzt wird durch genaues Fragen über das, was ist und das, was nicht ist. Im Mittelpunkt seiner Erkundungsreise steht die Verbindung von Meditation und spiritueller Selbst-Erforschung.

Bemerkenswerte Textstellen liest der Kontemplationslehrer aus seinem jüngsten Buch „Die Frage nach dem Ich – Kontemplation vertiefen“ (Vier-Türme-Verlag 2025) und gibt mit ihnen wertvolle Hinweise zur Meditationspraxis, die in einer kurzen Sequenz kennengelernt werden können. Buchsignierung, Agape und gemeinsamer Austausch runden den Veranstaltungsabend im Minoritenzentrum ab.

Hinweis: Am Folgetag findet ein Intensivseminar mit CHRISTIAN TRÖSTER, ebenfalls im Arkadensaal, statt. Die beiden Veranstaltungen sind getrennt voneinander buchbar.

Termin: Fr, 9. Oktober 2026,
19:00 bis 20:30 Uhr

Ort: Arkadensaal im
Minoritenzentrum,
Mariahilferplatz 3,
8020 Graz

Preis: € 27,00

Moderation: Dr. Kathrin Karloff,
Pädagogische Leitung
des Bildungsforums bei
den Minoriten



Foto: Vier-Türme-Verlag

Referent: Christian Tröster

- arbeitete als Journalist für zahlreiche Leitmedien in Deutschland
- Seit 2005 ist er auf dem kontemplativen Weg und gibt Kurse zum Thema.
- In seinem 2025 veröffentlichten Buch „Die Frage nach dem Ich – Kontemplation vertiefen“ (Vier-Türme-Verlag) beschreibt er, wie sich christliche Kontemplation und indische Advait-Philosophie ergänzen können.



Foto: Tröster

Die Frage nach dem Ich – Fortführung Meditation

Intensivseminar mit CHRISTIAN TRÖSTER

„Die Frage nach dem Ich“, Titel des gleichnamigen und neuesten Buches von CHRISTIAN TRÖSTER (2025 im Vier-Türme-Verlag), bestimmt dieses Intensivseminar. Sie wird meditativ und im Austausch erkundet, wobei CHRISTIAN TRÖSTER zusätzliche Impulse und praktische Anleitungen gibt.

„Die Frage nach dem Ich“ ist alles andere als trivial. Mit ihr überschreitet man die Grenze von der „Meditation des Schauens“ zur „Meditation des Seins“, wie es der große Kontemplationslehrer Franz Jalics ausgedrückt hat. Traditionell wird „die Frage nach dem Ich“ ans Ende des Meditationsweges gestellt, nicht nur in der christlichen Kontemplation. Tiefe Hinweise dazu finden sich auch im tibetischen Dzogchen (Lehren, die traditionell in der Nyingma-Schule des tibetischen Buddhismus und im tibetischen Bön als Essenz der Lehren Buddhas übertragen werden) sowie in der indischen Spiritualität unter dem Schlagwort „Advaita“ („Nicht-Zwei“).

An diesem Tag wollen wir gemeinsam der Frage direkt und meditativ nachgehen – durch genaues Hinschauen, Zeiten der Stille und ohne den Anspruch, eine Antwort zu finden.

Eine zweimalige Jause ist im Preis inbegriffen.

Hinweis: Am Vorabend findet die Veranstaltung „Meditative Erkundungen des Selbst – Kurze Meditation, Autorenlesung & Gespräch mit CHRISTIAN TRÖSTER“ von 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr, ebenfalls im Arkadensaal, statt. Beide Veranstaltungen sind getrennt voneinander buchbar.

Termin: Sa, 10. Oktober 2026,
10:00 bis 18:00 Uhr

Verpflegung: zweimalige Tee- bzw.
Kaffeepause

Ort: Arkadensaal im
Minoritenzentrum,
Mariahilferplatz 3,
8020 Graz

Preis: € 145,00

Moderation: Dr. Kathrin Karloff,
Pädagogische Leitung
des Bildungsforums bei
den Minoriten



Foto: Pixabay

Referent: Christian Tröster

- arbeitete als Journalist für zahlreiche Leitmedien in Deutschland
- Seit 2005 ist er auf dem kontemplativen Weg und gibt Kurse zum Thema.
- In seinem 2025 veröffentlichten Buch „Die Frage nach dem Ich – Kontemplation vertiefen“ (Vier-Türme-Verlag) beschreibt er, wie sich christliche Kontemplation und indische Advait-Philosophie ergänzen können.



Foto: Tröster

Therapiegestütztes Meditatives Bogenschießen

Vortrag, Erfahrungsimpulse & Austausch mit Dr. HEINZ P. BINDER

Vielleicht ist es genau das, was Kinder am Pfit-schipeil so fasziniert. Noch bevor es um Zielen oder Treffen geht, ist da dieses Etwas in der Hand: ein Gegenstand, der zum Halt vor der Bewegung wird, zu einer Stütze, an der sich der Körper orientieren kann. Dies bedeutet Sicherheit – nicht erklärt, sondern erlebt. Sie spüren: Ich habe etwas in der Hand, ich bin im Kontakt, ich bin da. Und aus diesem Gefühl heraus wird Bewegung möglich – spielerisch, neugierig und ohne Druck.

Dr. HEINZ P. BINDER MSc, Philosoph, Psychotherapeut und Gesundheitswissenschaftler, führt uns mit Vortrag und Gespräch in das Therapiegestützte Meditative Bogenschießen (TMB) ein – und damit auf einen Weg zu Erdung und innerer Orientierung. Auf der Grundlage seines 2018 im Keiper-Verlag herausgegebenen Buches „Die Mitte bin ich“ widmet er sich nun dem Thema des Haltfindens in bewegten Zeiten. Mit dem körper- und handlungsorientierten Ansatz des Therapiegestützten Meditativem Bogenschießens werden Körper, Handlung und Wahrnehmung miteinander verbunden. Wesentlich hierbei: Im Mittelpunkt steht nicht die

Technik, sondern Erfahrung im Tun. Und: Therapiegestütztes Meditative Bogenschießen richtet sich an Menschen, die über Erfahrung statt Erklärung in Kontakt mit sich selbst kommen möchten.

Dabei vollzieht sich folgender Prozess: Der Bogen wird zum vermittelnden Medium zwischen innerem Erleben und äußerer Handlung. Halt entsteht nicht mehr nur im Körper und nicht mehr nur im Gegenstand, sondern im Zusammenspiel beider. Das Symbolische, das Materielle und das Therapeutische greifen ineinander und eröffnen einen Erfahrungsraum, in dem Ausrichtung, Sicherheit und Regulation leiblich erfahrbar werden.

TMB ist an der Schnittstelle von Psychotherapie und Körperarbeit verortet. Der Ansatz ist theoretisch fundiert und wissenschaftlich anschlussfähig. Er versteht sich nicht als Diagnostik- oder Heilmethode und ersetzt keine Psychotherapie oder medizinische Behandlung, sondern eröffnet einen begleiteten Erfahrungs- und Lernraum.

Termin: Mi, 2. Dezember 2026,
18:30 bis 20:00 Uhr

Ort: Arkadensaal im
Minoritenzentrum,
Mariahilferplatz 3,
8020 Graz

Preis: € 24,00

Moderation: Dr. Kathrin Karloff,
Pädagogische Leitung
des Bildungsforums bei
den Minoriten

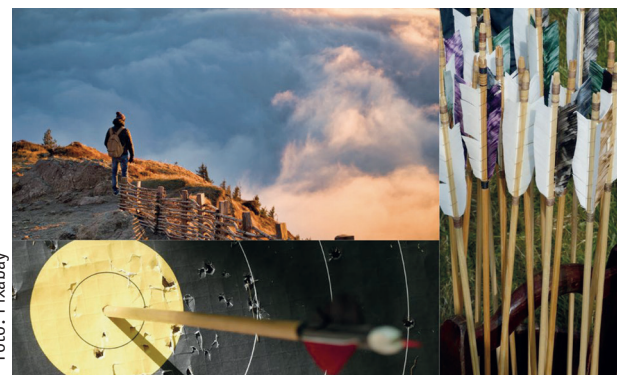


Foto: Pixabay

Referent: Dr. Heinz P. Binder MSc

- Psychotherapeut (Integrative Gestalttherapie), Gesundheitswissenschaftler (MSc) und promovierter Philosoph
- Verbindung von leiborientierter Psychotherapie, Atem- und Bewegungsarbeit mit langjähriger Feldforschung im Himalaya
- Entwicklung des Therapiegestützten Meditativem Bogenschießens (TMB – Shikari Archery); Konzeptionelle Verortung dieses Ansatzes in der Integrativen Bewegungs- und Leibtherapie
- Arbeit in freier Praxis, Leitung von Seminaren und Retreats

Autor mehrerer Bücher zu Körper, Ritual und Orientierung:

- Binder, H. P. (2018). *Die Mitte bin ich*.
- Binder, H. P. (im Druck). *Shikari – Der Weg des Bogens*.
- Binder, H. P. (im Druck). *Bhutan – Wo Pfeile den Himmel berühren*.
- Binder, H. P. (2025). *Chill deine Base – Therapiegestütztes Meditatives Bogenschießen als Weg zur Selbstermächtigung*



Foto: keiper-Verlag

Von den „Wüstenvätern“ bis zur Achtsamkeit

Ein praxisorientierter Meditationskurs mit Dr. LUDGER SCHWIENHORST-SCHÖNBERGER

An der Wende vom dritten ins vierte Jahrhundert treten sie ins Licht der Quellen: Zahlreiche Ägypter strömten vom fruchtbaren Niltal in die Wüste, um Gott und sich selbst zu suchen. Das Pflegen der Herzensruhe wurde zum Programm einer ganzen christlichen Lebens-Bewegung: das der „Wüstenväter“. Von ihrem Wissens- und Erfahrungsschatz ausgehend, bietet dieser Meditations- bzw. Kontemplationskurs bewährte Übungen aus 1700 Jahren christlicher Mystik – im Dialog mit Zen und moderner Achtsamkeit. Ausgewählt wurden Mystikerinnen und Mystiker danach, wie konkret und heute aktuell praktikierbar ihre Wege sind.

Mit Referent LUDGER SCHWIENHORST-SCHÖNBERGER, Professor für alttestamentliche Bibelwissenschaften und gefragter Leiter von Kontemplationskursen, lernen Sie einige bedeutende Lehrerinnen und Lehrer des geistlichen Lebens sowie des kontemplativen Gebetes kennen und probieren geführte Meditations- bzw. Kontemplationsübungen selbst aus. Wertvolle Impulse für Herz und Geist nehmen Sie nach dem eineinhalbtägigen Seminar in Ihren Lebensalltag mit.

Im Mittelpunkt steht die eigene Erfahrung.

Geübt werden:

- Sitzen in der Stille
- Einwortgebet
- Herzensgebet
- Atemwahrnehmung
- kleine Schritte der Achtsamkeit im Alltag.

Kurze Theorieimpulse führen jeweils in die Praxis ein.

Praxisquellen:

- Evagrius Ponticus – Die heilende Kraft des Gebetes
- Meister Eckhart – Gelassenheit und inneres Loslassen
- Wolke des Nichtwissens – von der Meditation zur Kontemplation
- Teresa von Ávila – „Inneres Beten“
- Johannes vom Kreuz – „Die Dunkle Nacht“
- Thomas Merton – Weisheit der Stille im Dialog mit dem Zen
- Hugo Enomiya-Lassalle – christlich inspirierte Zazen-Praxis

Zielgruppen:

- Menschen mit Sehnsucht nach Stille
- christlich Suchende
- für Meditierende mit oder ohne Vorerfahrung

Termin: Fr, 29. Jänner 2027,
18:00 Uhr bis
Sa, 30. Jänner 2027,
16:00 Uhr

Ort: Arkadensaal im
Minoritenzentrum,
Mariahilferplatz 3,
8020 Graz

Preis: € 155,00

Moderation: Dr. Kathrin Karloff,
Pädagogische Leitung
des Bildungsforums bei
den Minoriten



Foto: Pixabay

Referent: Univ.-Prof. Dr. Ludger
Schwienhorst-Schönberger

- Studium der Philosophie, Theologie und Pädagogik (in München, Münster und in Jerusalem)
- 1993–2007: Professor für alttestamentliche Exegese und Hebräische Sprache an der Kath.Theol. Fakultät der Universität Passau
- 2007–2022: Professor für Alttestamentliche Bibelwissenschaft an der Kath. Theol. Fakultät der Universität Wien
- mehrfach Gastprofessuren in Jerusalem
- seit 1983: Zen- und Kontemplationspraxis. Seit 2002 gefragter Leiter für Kontemplationskurse
- Mitherausgeber der Internationalen Katholischen Zeitschrift *Communio*
- Auszeichnung mit dem Joseph-Ratzinger-Preis der Fondazione Vaticana Joseph Ratzinger – Benedetto XVI.



Foto: Messenbaeck

Wichtig: Bei guter Nachfrage werden weitere drei Einzeltage als **VERTIEFUNGSKURSE** angeboten.

„Der Berg der sieben Stufen“ – Etappen des spirituellen Weges von Thomas MERTON

Vortrag & Austausch mit Dr. LUDGER SCHWIENHORST-SCHÖNBERGER zum „Gehen der ersten Schritte“

Das Leben Thomas Mertons (1915–1968), eines US-amerikanischen Trappisten, Bestseller-Autors und Mystikers, war von einer intensiven existenziellen Suche geprägt: nach Wahrheit, Sinn und einer tragfähigen spirituellen Lebensgrundlage – jenseits eines rein materialistischen Weltbildes.

Der angebotene Vortragsabend dreht sich ganz um die meditativ-kontemplative Praxis, die im Zentrum des späteren Lebens von Thomas Merton steht: Prof. Dr. LUDGER SCHWIENHORST-SCHÖNBERGER erläutert Mertons praktischen Weg: wie der christliche Glaube – in Stille und im Gebet – und unter den Herausforderungen des täglichen Lebens tiefer und reifer werden kann, wenn er kontemplativ-mystische Wege nutzt. Eine wesentliche Rolle spielt hierbei auch Mertons Zugang zum Zen-Buddhismus über die christliche Mystik, wodurch er schließlich zu einem Pionier des christlich-buddhistischen Dialogs wurde.

Anhand ausgewählter Texte aus der Autobiographie „Der Berg der sieben Stufen“, die allen Teilnehmer:innen zur Verfügung gestellt werden, werden Etappen und Aspekte des spirituellen Weges von Thomas Merton dargestellt.

Nach dem Vortrag gibt es Gelegenheit zum gemeinsamen Austausch. Auch eine Agape wartet auf Sie.

Zielgruppen:

- Menschen mit Sehnsucht nach dem Eigentlichen, dem Entscheidenden im Leben
- christlich Suchende
- für Interessierte mit oder ohne Vorerfahrung in der Meditation/Kontemplation

Termin: Fr, 9. April 2027,
18:00 bis 20:00 Uhr

Ort: Arkadensaal im
Minoritenzentrum,
Mariahilferplatz 3,
8020 Graz

Preis: € 24,00



Foto: Pixabay

Referent: Univ.-Prof. Dr. Ludger
Schwienhorst-Schönberger

- Studium der Philosophie, Theologie und Pädagogik (in München, Münster und in Jerusalem)
- 1993–2007: Professor für alttestamentliche Exegese und Hebräische Sprache an der Kath.Theol. Fakultät der Universität Passau
- 2007–2022: Professor für Alttestamentliche Bibelwissenschaft an der Kath. Theol. Fakultät der Universität Wien
- mehrfach Gastprofessuren in Jerusalem
- seit 1983: Zen- und Kontemplationspraxis. Seit 2002 gefragter Leiter für Kontemplationskurse
- Mitherausgeber der Internationalen Katholischen Zeitschrift *Communio*
- Auszeichnung mit dem Joseph-Ratzinger-Preis der Fondazione Vaticana Joseph Ratzinger – Benedetto XVI.



Foto: Messenbaeck

„Der Weg nach Innen“ – Meditation/Kontemplation nach Thomas Merton

Praxistag mit Dr. LUDGER SCHWIENHORST-SCHÖNBERGER

Thomas Merton gehört zu den bedeutendsten spirituellen Lehrern des 20. Jahrhunderts. Sein Weg führte ihn, zunächst als atheistischer Student und mit der Erfahrung von Sinnleere und inneren Krisen, schließlich zum „Entdecken“ christlicher und fernöstlicher Wege der Meditation bzw. Kontemplation. Besonders prägend wurde seine Autobiographie „Der Berg der sieben Stufen“, die bis heute viele Menschen auf ihrem geistlichen Weg begleitet.

Prof. Dr. LUDGER SCHWIENHORST-SCHÖNBERGER führt Sie während dieses Praxistages in die Übung der Kontemplation in Theorie und Praxis nach Thomas Merton ein. Der Kurs findet weitgehend im Schweigen statt. So können (erste) Schritte in den inneren Wesenskern der Dinge gegangen und neue Wege entdeckt werden.

Ein kleines, einfaches Mittagessen sowie eine Jause werden für Sie gerichtet sein.

Zielgruppen:

- Personen, die meditativ/kontemplative Wege und Impulse suchen, um sich persönlich/spirituell weiterzuentwickeln
- Menschen mit Sehnsucht nach dem Eigentlichen, dem Entscheidenden im Leben
- christlich Suchende, die neue, frische Praxisimpulse suchen
- für Interessierte mit oder ohne Vorerfahrung in der Meditation/Kontemplation

Termin: Sa, 10. April 2027,
9:00 bis 16:00 Uhr

Ort: Arkadensaal im
Minoritenzentrum,
Mariahilferplatz 3,
8020 Graz

Preis: € 130,00

Moderation: Dr. Kathrin Karloff,
Pädagogische Leitung
des Bildungsforums bei
den Minoriten



Foto: Pixabay

Referent: Univ.-Prof. Dr. Ludger
Schwienhorst-Schönberger

- Studium der Philosophie, Theologie und Pädagogik (in München, Münster und in Jerusalem)
- 1993–2007: Professor für alttestamentliche Exegese und Hebräische Sprache an der Kath.Theol. Fakultät der Universität Passau
- 2007–2022: Professor für Alttestamentliche Bibelwissenschaft an der Kath. Theol. Fakultät der Universität Wien
- mehrfach Gastprofessuren in Jerusalem
- seit 1983: Zen- und Kontemplationspraxis. Seit 2002 gefragter Leiter für Kontemplationskurse
- Mitherausgeber der Internationalen Katholischen Zeitschrift *Communio*
- Auszeichnung mit dem Joseph-Ratzinger-Preis der Fondazione Vaticana Joseph Ratzinger – Benedetto XVI.



Foto: Messenbaeck

„Der richtige Weg ist der
des einfachen, liebenden Vertrauens.“

Hl. Therese von Lisieux

Wir danken unserem
ehrenamtlichen
Bildungsreferenten,
Herrn Franz Pojer,
sehr herzlich für
seinen kontinuierlich
engagierten Einsatz
bei der Entwicklung
der angebotenen
Veranstaltungen, um
die Gegenwart Gottes zu
erleben.



Weiters möchten wir uns beim
Fachbereich Pastoral & Theologie der Diözese Graz-Seckau
für die Verteilung dieser Broschüre bzw. die Mitbewerbung unserer
Veranstaltungen bedanken.



BILDUNGSFORUM
bei den MINORITEN

KATHOLISCHE 
KIRCHE STEIERMARK

