

Inhalt

Das prägt unsere Kurse	2–3
Exerzitienangebote kalendarisch	4–13
30-tägige Exerzitien	14–15
Exerzitienbegleiter:innen	16–18
Zur GCL-Lebensweise:	
– Sieben Monate Such-Weg	19
– Materialien: Newsletter, Werkmappe, Korrespondenz	19–20
Weiterbildung:	
– Auf Spurensuche: spirituelle Resilienz	21
– Begleitung und Trauer	21–22
– „Du gibst meinen Schritten weiten Raum“	22
– GCL – Esprit: besser kommunizieren, gemeinsam entscheiden	23
Vernetzungsinitiativen:	
– Für Selbstständige und Führungskräfte	24
– Für heilende und pflegende Berufe	25
– Offenes Netzwerk Migration	25
– Für kranke und ältere Menschen	26
– Für Priester und Priesterkandidaten	27
– GCL-Initiative Bildung und Erziehung	28
Junge Leute	29–31
Weitere Angebote:	
– Aufbäumen für die Schöpfung	32–33
– Wochenende mit Bibliolog	33
– Resilienz stärken mit biblischen Texten und sozialtherapeutischem Rollenspiel	34
– Männer-Pilgern in den französischen Alpen	34
– Wanderexerzitien	35
– Als Paar mit der Bibel unterwegs	35
– Rhythmus.Atem.Bewegung	36
Kurse für Eltern und Kinder	37
Kontaktpersonen in den Diözesen	38–39
Anschriften der Arbeitsstellen	40
www.gcl.de / Impressum	41
Kursinformationen	42
Anmeldeformular	am Ende des Heftes
Wer wir sind	3. Umschlagseite

Website: www.gcl.de



Folgen Sie uns auf facebook: ‚GCL Deutschland‘

Das prägt unsere Exerzitienangebote

Unsere Kurse können als einzelne „Oasen“ genutzt oder als Schritte eines Weges gegangen werden. Sie helfen, den eigenen Weg zu finden und die Einladung aus dem Exerzitienbuch des Ignatius von Loyola aufzugreifen: „Jesus je mehr kennen und lieben zu lernen, um ihm so besser nachzufolgen.“ (vgl. Exerzitienbuch 104)

Dazu dienen folgende grundlegende Elemente:

- Durchgehendes **Schweigen** oder Zeiten der Stille unterstützen den Weg in die Tiefe, dorthin, wo wir mit unserer Sehnsucht, mit dem Grundziel unseres Lebens in Berührung kommen.
- In den täglichen persönlichen **Gebetszeiten** und in der gemeinsamen Feier der Eucharistie wächst die Beziehung zu Gott, zu Jesus Christus.
- Das **Begleitgespräch** bietet Raum, die Lebenswirklichkeit des Exerzitanten/der Exerzitantin gemeinsam anzuschauen und den nächsten Schritt für den persönlichen Gebetsweg zu finden.
- Auch die **Übungen zur Körperwahrnehmung** helfen, ganzheitlich aufmerksamer zu werden für die Wirklichkeit. In vielen unserer Kurse laden wir durch Übungen auf der Grundlage von „Rhythmus.Atem.Bewegung“ nach Hanna Lore Scharing dazu ein.

Prävention

Die Spiritualität der GCL ist ein Weg zu mehr Lebendigkeit und Freiheit, zu mehr Beziehung, Verantwortung und Selbstbestimmung. Wir wollen, dass Menschen unsere Kursangebote und unsere Gemeinschaft als Schutzraum erfahren. Entsprechend achten wir darauf, dass Menschen in der GCL geistlich und emotional nicht in Abhängigkeit, Angst, Enge und Unmündigkeit geführt werden.

→

Nur in spiritueller Selbstbestimmung wachsen Lebendigkeit, Reife, Eigenverantwortung und Entscheidungsfähigkeit, ist Glauben möglich.

Alle Begleiter:innen für Einzelgespräche und Mitarbeitende in unseren Kursen werden in Prävention von Machtmissbrauch in all seinen Formen geschult und haben auch eine entsprechende Selbstverpflichtungserklärung unterschrieben.

Für weitere Informationen: <https://gcl.de/praevention/>

Exerzitien mit Impulsen

In Exerzitien mit Impulsen liegt der Akzent deutlicher als bei Einzelexerzitien auf der Erfahrung des gemeinschaftlichen Unterwegsseins, was sich zum Teil durch Austausch in der Gruppe konkretisiert. Je nach Länge der Angebote beinhalten sie folgende Elemente:

- Impulse in der Gruppe
- Zeiten der Stille/durchgehendes Schweigen
- Anregung zum persönlichen Beten
- Möglichkeit zum Einzelgespräch/tägliches Begleitgespräch
- Übungen zur Körperwahrnehmung
- Feier der Eucharistie

Einige Angebote mit Kinderbetreuung



Einzelexerzitien

- durchgehendes Schweigen
- persönliche Gebetszeiten
- tägliches Begleitgespräch
- Übungen zur Körperwahrnehmung
- Feier der Eucharistie

Einzelexerzitien zu Hause

Die Teilnehmenden wohnen bei sich zu Hause, widmen sich aber ganz den Exerzitien.

tägliche Begleitgespräche per Video oder Telefon

gemeinsames Morgenlob per Zoom

ggf. Übungsanleitungen über Audio und Video

Oktober 2025

24. – 31.10.2025

EINZELEXERZITIEN

8 Tage

59955 Winterberg-Elkeringhausen

Begleitung: Daniela Frank, Augsburg

Pfr. Liudger Gottschlich, Dortmund

Anmeldung: Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

Bonifatiusweg 1-5, 59955 Winterb.-Elkeringh.

☎ 02981 9273-0

info@bonifatius-elkeringhausen.de

27. – 31.10.2025

EXERZITIEN MIT IMPULSEN

5 Tage

für Familien

748211 Mosbach-Neckarelz, Bildungshaus Bruder Klaus

Begleitung: Pfr. Franz Reiser, St. Peter

Bettina Richter-Klahs, Lahr



Kinderbetreuung auch für Kinder unter 3 Jahren, bis max. 12 Jahre.

Anmeldung an die Diözesanstelle Freiburg s. S. 40

31.10. – 08.11.2025

EINZELEXERZITIEN

9 Tage

mit Bibliodrama-Elementen

86633 Neuburg a. d. Donau

Begleitung: Hildegard Joeres, Augsburg

Anmeldung an das GCL-Sekretariat in Augsburg s. S. 40

Januar 2026

09. – 18.01.2026

EINZELEXERZITIEN

10 Tage

01326 Dresden

Begleitung: P. Albert Holzknecht SJ, Dresden

Veronika Jodlbauer

Anmeldung: Haus HohenEichen

Dresdner Str. 73, 01326 Dresden

☎ 0351 26164-10

info@haus-hoheneichen.de

23.01. – 05.02.2026

EXERZITIEN

nach Maß

01326 Dresden

Begleitung: P. Albert Holzknecht SJ, Dresden

Herbert Rieger SJ, Dresden

Sr. Dorothee Laufenberg SSsS, Eriskirch

Anmeldung: Haus HohenEichen

Dresdner Str. 73, 01326 Dresden

☎ 0351 26164-10

info@haus-hoheneichen.de

Februar 2026

15. – 22.02.2026

EINZELEXERZITIEN

8 Tage

81475 München

Begleitung: Pfr. Gerhard Beham, Wolfratshausen

Josef Huber, München

Anmeldung: Exerzitienhaus Schloss Fürstenried

Forst-Kasten-Allee 103, 81475 München

☎ 089 7450 829-34

exerzitien@schloss-fuerstenried.de

18. – 22.02.2026

KURZEXERZITIEN

5 Tage

mit Kinderbetreuung

74214 Schöntal

Begleitung: M. Carmen Ehlert, Asperg

Doris Fischer, Schwäbisch Gmünd

Pfr. Jens Göltenboth, Schöntal

Anmeldung: Landpastoral Kloster Schöntal

Klosterhof 6, 74214 Schöntal

☎ 07943 894-335

landpastoral.kloster-schoental@drs.de



19. – 22.02.2026

KURZEXERZITIEN

4 Tage

in der Fastenzeit

94032 Passau

Begleitung: Frank Beyersdörfer, München

Martina Kochmann, Passau

Anmeldung: Exerzitien- u. Bildungshaus auf Mariahilf

Schärdinger Str. 6, 94032 Passau

☎ 0851 931 44-0

spectrum.kirche@bistum-passau.de

März 2026

01. – 08.03.2026

EINZELEXERZITIEN

8 Tage

86941 St. Ottilien, Oberbayern

Begleitung: Gerlinde Neufurth, Mainz
 Marcus Volpert, München

Anmeldung: Erzabtei St. Ottilien, Exerzitienhaus

86941 St. Ottilien

☎ 07943 894-335

exhaus@erzabtei.de; www.erzabtei.de

03. – 11.03.2026

EINZELEXERZITIEN

9 Tage

mit Bibliodrama-Elementen

49090 Osnabrück, Kloster Nette

Begleitung: Hildegard Joeres, Augsburg

Roberto Piani, Osnabrück

Anmeldung an die Regionalstelle Nord s. S. 40

08. – 12.03.2026

KURZEXERZITIEN

5 Tage

für Einsteiger:innen

82327 Tutzing, Maria Hilf

Begleitung: Gunther Bös, München

Sr. Dorothea Gnau sa, München

Anmeldung: Exerzitienhaus Schloss Fürstenried

Forst-Kasten-Allee 103, 81475 München

☎ 089 7450829-34

exerzitien@schloss-fuerstenried.de

27.03. – 05.04.2026

EINZELEXERZITIEN

10 Tage

78713 Schramberg

Begleitung: Maria Boxberg, Augsburg

Thomas Gertler SJ, Frankfurt

Sr. Dorothea Thomalla, Schramberg

Anmeldung: Haus Lebensquell, Kloster Heiligenbronn

Kloster 3, 78713 Schramberg

☎ 07422 569-3232

hauslebensquell@kloster-heiligenbronn.de

28.03. – 01.04.2026 EXERZITIEN MIT IMPULSEN

5 Tage

mit Kinderbetreuung

86391 Stadtbergen, Leitershofen

Begleitung: Pfr. Christian Hartl, Stadtbergen

Veronika Jodlbauer, München

Gerlinde Knoller, Augsburg



Anmeldung: Exerzitienhaus Leitershofen St. Paulus

Krippackerstr. 6, 86391 Stadtbergen

☎ 0821 90754-0

info@exerzitienhaus.org

April 2026

12. – 26.04.2026

EINZELEXERZITIEN

nach Maß

01326 Dresden

Begleitung: Ludger Hillebrand SJ, Essen

Ursula Kaul, Limburg

Herbert Rieger SJ, Dresden

Anmeldung: Haus HohenEichen

Dresdner Str. 73, 01326 Dresden

☎ 0351 26164-10

info@haus-hoheneichen.de

26.04. – 03.05.2026

EINZELEXERZITIEN

8 Tage

mit Bibliodrama-Elementen

81475 München

Begleitung: Bernhard Heindl SJ, Hamburg

Veronika Jodlbauer, München

Anmeldung: Exerzitienhaus Schloss Fürstenried

Forst-Kasten-Allee 103, 81475 München

☎ 089 7450 829-34

exerzitien@schloss-fuerstenried.de

Mai 2026

10. – 15.05.2026

EINZELEXERZITIEN

6 Tage

38838 Dingelstedt, Kloster Huysburg

Begleitung: Christoph Kohl, Speyer

Cordula Leidner, Bad Klosterlausnitz

Anmeldung an das GCL-Sekretariat in Augsburg s. S. 40

25. – 31.05.2026

EINZELEXERZITIEN
7 Tage

93152 Nittendorf
Begleitung: Edna Auer, Mainz
Pfr. Matthias Eller, Wiesentheid
Anmeldung: Haus Werdenfels
Waldweg 15, 93152 Nittendorf
☎ 09404 9502-0, Fax: -950
buero@haus-werdenfels.de

25. – 31.05.2026

EINZELEXERZITIEN
7 Tage

mit Bibliodrama-Elementen
86391 Stadtbergen, Leitershofen
Begleitung: Veronika Jodlbauer, München
Thomas Lechner, Augsburg
Anmeldung: Exerzitienhaus Leitershofen St. Paulus
Krippackerstr. 6, 86391 Stadtbergen
☎ 0821 90754-0
info@exerzitienhaus.org

31.05. – 04.06.2026

EINZELEXERZITIEN
5 Tage
für Paare

93152 Nittendorf
Begleitung: Ruth und Matthias Helfrich, Rupertsbuch
Anmeldung: Haus Werdenfels
Waldweg 15, 93152 Nittendorf
☎ 09404 9502-0, Fax: -950
buero@haus-werdenfels.de

Juni 2026

17. – 21.06.2026

EINZELEXERZITIEN
5 Tage
mit AIKIDO-Elementen
für Männer

56179 Vallendar, Forum Vinzenz Pallotti
Begleitung: Matthias Helfrich, Rupertsbuch
Anmeldung an das GCL-Sekretariat in Augsburg s. S. 40

Juli 2026

05. – 12.07.2026

EINZELEXERZITIEN

8 Tage

59955 Winterberg-Elkeringhausen

Begleitung: Cordula Leidner, Bad Klosterlausnitz

Matthäus Niesmann, Münster

Anmeldung: Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

Bonifatiusweg 1-5, 59955 Winterb.-Elkeringh.

☎ 02981 9273-0

info@bonifatius-elkeringhausen.de

06. – 16.07.2026

EINZELEXERZITIEN

11 Tage

31139 Hildesheim, Kloster Marienrode

Begleitung: Sr. Debora Decker OSB, Marienrode

Anna-Maria Wielenberg, Wilhelmshaven

Anmeldung an die GCL Regionalstelle Nord s. S. 40

12. – 19.07.2026

EINZELEXERZITIEN

8 Tage

86941 St. Ottilien

Begleitung: Gerlinde Neufurth, Mainz

Marcus Volpert, München

Anmeldung: Erzabtei St. Ottilien, Exerzitienhaus

86941 St. Ottilien

☎ 07943 894-335

exhaus@erzabtei.de

31.07. – 09.08.2026

EINZELEXERZITIEN

10 Tage

93152 Nittendorf

Begleitung: Bernhard Kranebitter, Innsbruck

Sr. Maria Judith Tappeiner, Wien

Anmeldung an das GCL-Sekretariat in Augsburg s. S. 40

31.07. – 09.08.2026

EINZELEXERZITIEN

10 Tage

78713 Schramberg

Begleitung: Pfr. Roland Rossnagel, Heilbronn

Sr. Dorothea Thomalla, Schramberg

Petra Schwaiger, München

Anmeldung an das GCL-Sekretariat in Augsburg s. S. 40

August 2026

12. – 16.08.2026

EXERZITIEN

5 Tage

für Einsteiger:innen

49090 Osnabrück, Kloster Nette

Begleitung: Sr. Rita Niehaus, Osnabrück

Roberto Piani, Osnabrück

Anmeldung an die Regionalstelle Nord s. S. 40

20. – 27.08.2026

EINZELEXERZITIEN

8 Tage

mit AIKIDO-Elementen

01326 Dresden

Begleitung: Ruth und Matthias Helfrich, Rupertsbuch

Anmeldung: Haus HohenEichen

Dresdner Str. 73, 01326 Dresden

☎ 0351 26164-10

info@haus-hoheneichen.de

21. – 30.08.2026

EINZELEXERZITIEN

10 Tage

92670 Windischeschenbach, Haus Johannisthal

Begleitung: Hildegard Joeres, Augsburg

Wolfgang Wawroschek, Ettlingen

Sonja Braun, Trier

Anmeldung an das GCL-Sekretariat in Augsburg s. S. 40

30.08. – 06.09.2026

EINZELEXERZITIEN

8 Tage

81475 München

Begleitung: P. Herbert Graupner SJ, München

Monika Hirschauer, Vaterstetten

Anmeldung: Exerzitienhaus Schloss Fürstenried

Fost-Kasten Allee 103, 81475 München

☎ 089 7450829-34

exerzitien@schloss-fuerstenried.de

31.08. – 04.09.2026

WEGEXERZITIEN

5 Tage

01326 Dresden

Begleitung: Angelika Evers, Dresden

Herbert Rieger SJ, Dresden

Anmeldung: Haus HohenEichen

Dresdner Str. 73, 01326 Dresden

☎ 0351 26164-10

info@haus-hoheneichen.de

31.08. – 06.09.2026

EXERZITIEN

7 Tage

mit Impulsen

84489 Burghausen

Begleitung: P. Clemens Koch OSB, Dorfbeuern
Brigitta Neckermann-Lipp, Burghausen
Johanna Skiba, Bad Griesbach

Anmeldung: Haus der Begegnung HEILIG GEIST
Spitalgasse 207, 84489 Burghausen
☎ 08677 917070
hdb-heiliggeist@bistum-passau.de

September 2026

06. – 10.09.2026

EXERZITIEN

5 Tage

ökumenisch

01326 Dresden

Begleitung: Pfr.in Anette Bärisch, Grumbach
P. Herbert Rieger SJ, Dresden

Anmeldung: Haus HohenEichen
Dresdner Str. 73, 01326 Dresden
☎ 0351 26164-10
info@haus-hoheneichen.de

06. – 13.09.2026

EXERZITIEN

8 Tage

93152 Nittendorf

Begleitung: Pfr. Stefan Tausch, Dortmund
Sr. Christine Zeis MC, Weilheim

Anmeldung: Haus Werdenfels
Waldweg 15, 93152 Nittendorf
☎ 09404 9502-0, Fax: -950
buero@haus-werdenfels.de

07. – 11.09.2026

EINZELEXERZITIEN

8 Tage

mit AIKIDO-Impulsen

97299 Zell am Main

Begleitung: Sr. Beatrix Barth OSF, Oberzell
Ruth und Matthias Helfrich, Rupertsbuch

Anmeldung: Haus Klara
Kloster Oberzell 2, 97299 Zell am Main
☎ 0931 4601-251
haus-klara@oberzell.de

13. – 18.09.2026

EXERZITIEN

6 Tage

auf der Straße

Regensburg

Begleitung: Elisabeth Buddeus-Steif, Wehrheim-Obernhein

Elisabeth Paukner, Neutraubling

Anmeldung: Haus Werdenfels

Waldweg 15, 93152 Nittendorf

☎ 09404 9502-0, Fax: -950

buer@haus-werdenfels.de

21. – 24.09.2026

EXERZITIEN

4 Tage

53721 Siegburg, Edith-Stein-Exerzitienhaus

Begleitung: Jutta Barthold, Rheinbach

Brigitte Boden, Köln

Anmeldung: Generalvikariat Köln

Marzellenstr. 32, 50668 Köln

☎ 0221 1642-1654

est-ex@erzbistum-koeln.de

28.09. – 18.10.2026

EXERZITIEN

nach Maß

01326 Dresden

Begleitung: P. Albrecht Holzknecht SJ, Dresden

P. Herbert Rieger SJ, Dresden

Sr. Christine Zeis MC, Weilheim

Anmeldung: Haus HohenEichen

Dresdner Str. 73, 01326 Dresden

☎ 0351 26164-10

info@haus-hoheneichen.de

Okttober 2026

18. – 25.10.2026

EINZELEXERZITIEN

8 Tage

81475 München

Begleitung: Silke Styra, Köln

Marcus Volpert, München

Anmeldung: Exerzitienhaus Schloss Fürstenried

Fost-Kasten Allee 103, 81475 München

☎ 089 7450829-34

exerzitien@schloss-fuerstenried.de

19. – 25.10.2026

EINZELEXERZITIEN
7 Tage

49090 Osnabrück, Kloster Nette
Begleitung: Johanna Merkt, Holte-Lastrup
Carsten Roeger, Waltrop
Anmeldung an die Regionalstelle Nord s. S. 40

26. – 30.10.2026

EXERZITIENTAGE
5 Tage
für Einsteiger:innen

01326 Dresden
Begleitung: Maria Boxberg, Augburg
Björn Mrosko, Berlin
Anmeldung: Haus HohenEichen
Dresdner Str. 73, 01326 Dresden
☎ 0351 26164-10
info@haus-hoheneichen.de

26. – 30.10.2026

EXERZITIENTAGE
5 Tage
für Familien

78713 Schramberg, Kloster Heiligenbronn
Begleitung: Pfr. Franz Reiser, St. Peter
Bettina Richter-Klahs, Lahr
Anmeldung an die GCL-Diözesanstelle Freiburg s. S. 40



30.10. – 07.11.2026

EXERZITIEN
9 Tage
mit Bibliodrama-Elementen

92670 Windischeschenbach, Haus Johannisthal
Begleitung: Hildegard Joeres, Augsburg
Roberto Piani, Osnabrück
Anmeldung an das GCL-Sekretariat in Augsburg s. S. 40

November 2026

01. – 08.11.2026

EINZELEXERZITIEN
8 Tage

59955 Winterberg-Elkeringhausen
Begleitung: Daniela Frank, Augsburg
Pfr. Liudger Gottschlich, Dortmund
Anmeldung: Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1-5, 59955 Winterb.-Elkeringh.
☎ 02981 9273-0
info@bonifatius-elkeringhausen.de

30-tägige Exerzitien

Die 30 täglichen Exerzitien sind die Urform der ignatianischen Exerzitien. Es ist eine anspruchsvolle Form, die wegen der langen Dauer auch längere Planung erfordert.

Die von uns angebotenen Exerzitien in kürzerer Form können in Eappen den Weg der 30-tägigen Exerzitien vermitteln. Deren Ziel ist es, „Jesus je mehr kennen und lieben zu lernen, um ihm so besser nachzufolgen“ (EB 104) und letztlich: „dass Er in mir Gestalt annehme“.

Im Gehen dieses Weges kann die Sehnsucht wachsen, sich eine längere Zeit zu nehmen, um in die neue Beziehung zu Jesus Christus und die neue Gestalt meines Menschseins hineinzuwachsen.

Es gibt die Möglichkeit, als Einzelne/Einzelter allein den Weg der 30-tägigen Exerzitien in Begleitung einer Frau oder eines Mannes, die für die Begleitung zur Verfügung stehen, zu gehen. Das kann in einer Intensivzeit von 30 Tagen sein oder entsprechend der Lebenssituation als ein längerer Exerzitienweg im Alltag gestaltet werden. Gern nennen wir auf Anfrage die Adressen von Frauen und Männern, die für eine Begleitung in Frage kommen.

Nähere Informationen gibt es im GCL-Sekretariat:
P. Gunnar Bauer SJ, ☎ 0821 34668-37
gunnar.bauer@gcl.de

Einige Exerzitienhäuser/Begleiter:innen bieten 30-tägige Exerzitien an. Hier können Sie nachfragen:

Haus HohenEichen, Dresdner Str. 73, 01326 Dresden
☎ 0351 26164-10, info@haus-hoheneichen.de

Pfr. Walter Mückstein, 55411 Bingen
☎ 0160 90843076; w.mueckstein@gmx.de

Kontemplative Exerziten

Wer auf der Suche ist nach kontemplativen Exerziten – inspiriert durch das kontemplative Beten mit dem Namen Jesus Christus nach Franz Jalics SJ – findet auf der folgenden Website entsprechende Hinweise:

www.kontemplation-in-aktion.de

Außerdem verweisen wir auf das Kursangebot im Haus HohenEichen, Dresdner Str. 73, 01326 Dresden

www.haus-hoheneichen.de

Exerziten auf der Straße

Bei Straßenexerziten sind die Teilnehmenden auf der Straße unterwegs. Sie lassen sich ein auf ungewohnte Lebenswelten – oft auf Menschen am Rande der Gesellschaft. So üben sie, sich selbst, den anderen und darin Gott zu begegnen.

Termine und nähere Informationen auf der Website:

www.strassenexerziten.de

Wir verweisen auch auf das Angebot im Haus Werdenfels s. S. 12

Online-Exerziten

„Wirklich, der Herr ist an diesem Ort und ich wusste es nicht“ (Gen 28,16)

Bei Bedarf planen wir gerne wieder Exerziten, während denen die Teilnehmenden zu Hause wohnen, täglich mit Telefon oder Videokonferenz begleitet werden und sich außerdem morgens per Zoom zu einem gemeinsamen Morgenlob treffen.

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei Frau Daniela Frank, daniela.frank@gcl.de

Exerzitienbegleiter:innen

Bei Exerzitien mit täglichem Begleitgespräch stehen die folgenden in Exerzitienbegleitung und geistlicher Begleitung qualifizierten Mitarbeiter:innen zur Verfügung:

Auer Edna, *1967, Juristin

Barth OSF Sr. Beatrix, *1975, Oberzeller Franziskanerin, Gestaltpädagogin (IGB), Traumapädagogin (DEGPT), i. A. zur Exerzitienbegleiterin, praktiziert seit 2010 Aikido

Barthold Jutta, *1965, Gemeindereferentin in Rheinbach, Geistliche Begleiterin, Sozialarbeiterin

Bauer SJ Gunnar, *1979, Kirchl. Assistent der GCL in Deutschland, Gesprächstherapeut und Exerzitienbegleiter

Beham Gerhard, *1961, Dekan, Gemeindepfarrer

Beyersdörfer Frank, *1966, verh., 2 Kinder, Ausbilder für Exerzitien- und Geistliche Begleitung, Präventionsbeauftragter SJ

Boden Brigitte, *1964, 2 Kinder, 1 Enkel, Office Managerin, Leitung Ostafrikanische Mission Köln

Boxberg Maria, *1956, Theologin, Begleitung Geistlicher Entscheidungsprozesse für Einzelne und Gruppen, Traumafachberaterin (DeGPT)

Bärisch Annette, *1964, ev. Theologin, Leiterin vom Haus der Stille Grumbach

Bös Gunther, *1963, verh., eine Tochter, Führungskraft in einem Unternehmen

Decker OSB Sr. Debora, *1963, Benediktinerin, Dipl.-Theologin

Ehlert M. Carmen, *1960, Lehrerin

Eller Matthias, *1984, Teampfarrer im Pastoralen Raum St. Benedikt, Schwarzach am Main, Exerzitien- und Geistlicher Begleiter

Evers Angelika, *1966, verh., 3 Kinder, Yogalehrerin, Pilgerbegleiterin

Fischer Doris, *1957, Erzieherin i. R.

Frank Daniela, *1962, Nationalreferentin der GCL in Deutschland

Gertler SJ Thomas, *1948, Exerzitien- und Geistlicher Begleiter

Gnau sa Sr. Dorothea, *1971, Exerzitienbegleiterin, Provinzökonomin

Göltenboth Jens, *1968, Priester, Exerzitienbegleiter, Kirchl. Assistent der GCL in der Diözese Rottenburg-Stuttgart

Gottschlich Liudger, *1961, Priesterseelsorger und Geistlicher Begleiter

Graupner SJ Herbert, *1938, Exerzitien- und Geistlicher Begleiter

Hartl Christian, *1964, Bischöflicher Beauftragter für Geistliches Leben im Bistum Augsburg und Direktor des Exerzitienhauses St. Paulus Leitershofen

Hausdorf Gisela, *1959, Personalreferentin i.R., Exerzitien- und Geistliche Begleiterin

Heindl SJ Bernhard, *1965, Geistlicher Mitarbeiter in der Glaubensorientierung

Helfrich Matthias, *1959, verh., 3 Kinder, Supervisor DGSD, Exerzitienbegleiter, 3. Dan Aikido

Helfrich Ruth, *1959, verh., 3 Kinder, Exerzitien- und Geistliche Begleiterin, Ausbildung in integrativer Gestaltpädagogik und heilender Seelsorge

Hillebrand SJ Ludger, *1962, Leitung des Abuna-Frans-Haus in Essen

Hirschauer Monika, *1953, verh., 3 Kinder, Pastoralreferentin i.R., Supervisorin, Kirchl. Assistentin der GCL in der Diözese München

Höpfli Inge, *1953, verh., 3 Kinder, Grundschullehrerin i.R.

Holzknacht SJ Albert, *1963, Leiter des Exerzitienhauses HohenEichen

Huber Josef, *1952, StD a. D., verh., 3 Kinder, Exerzitien- und Geistlicher Begleiter

Jodlbauer Veronika, *1956, Sozialpädagogin, Exerzitien- und Geistliche Begleiterin, Bibliodramaleiterin

Joeres Hildegard, *1950, Gemeindereferentin, Supervisorin DGSv

Kaul Ursula, *1962, verh., 6 Kinder, Musikerin, Exerzitien- und Geistliche Begleiterin

Knoller Gerlinde, *1962, Germanistin, Journalistin

Kochmann Martina, *1977, verh., 3 Kinder, Referentin für Exerzitien, Geistliche Begleitung und Spiritualität im Bistum Passau

Kohl Christoph, *1955, Domdekan und Domkustos des Doms zu Speyer. Exerzitien- und Geistlicher Begleiter

Koch OSB Clemens, *1971, Leiter des Exerzitien- und Bildungshauses Michaelbeuern

Kranebitter Bernhard, *1957, Dekan, Gemeindepfarrer

Laufenberg SSpS Sr. Dorothee, 1956, Exerzitien- und Geistliche Begleiterin, Theologin

Lechner Thomas, *1966, Dipl. Theologe, Pastoralreferent, Referent im Exerzitienhaus Leitershofen

Leidner Cordula, *1953, verh., Sozialpädagogin, Geistliche Begleiterin und Gruppenbegleiterin

Merkt Johanna, *1953, gesch., 4 Kinder, Logotherapeutische Beraterin

Mrosko Björn, *1977, systemischer Kinder- und Jugendberater

Neckermann-Lipp Birgitta, *1967, verh., 2 Kinder, Religionspädagogin, Exerzitien- und Geistliche Begleiterin, Exerzitienreferentin im Bistum Passau, Kirchl. Assistentin GCL Passau

Neufurth Gerlinde, *1957, Pastoralreferentin i. R.

Niehaus Sr. M. Rita, *1972, Missionsschwester vom heiligen Namen Mariens, Dipl.-Religionspädagogin

Niesmann Matthäus, *1967, Spiritual am Institut für Diakonat und pastorale Dienste und am Priesterseminar, Exerzitien- und Geistliche Begleiter

Paukner Elisabeth, *1963, Pastoralreferentin, Direktorin im Haus Werdenfels, Kirchl. Assistentin der GCL Regensburg

Piani Roberto, *1974, verh., 2 Kinder, Theologe, Exerzitien- und Geistlicher Begleiter, Bibliodramaleiter

Reiser Franz, *1969, Dr. theol., Priester und Psychotherapeut

Richter-Klahs Bettina, *1965, verh., 3 Kinder, Gemeindereferentin

Rieger SJ Herbert, *1964, Seelsorger, Exerzitienbegleiter, Psychologe

Roeger Carsten, *1970, Gemeindepfarrer, Kirchl. Assistent der GCL in der Regionalgemeinschaft Essen, Münster, Paderborn

Rossnagel Roland, *1955, Gemeindepfarrer

Schwaiger Petra, *1970, Gymnasiallehrerin, zertifizierte Hakomi-Therapeutin, Exerzitienbegleiterin

Skiba Johanna, *1958, Gynäkologin, Exerzitienbegleiterin

Styra Silke, *1969, Gymnasiallehrerin

Tappeiner CS Sr. Maria Judith, *1947, Schwester der Caritas Socialis, Theologin

Thomalla Sr. Dorothea, *1964, Franziskanerin, Leitung des Exerzitienhauses Haus Lebensquell, Lehrerin in Rhythmus-Atem-Bewegung, Lehr- und Übungsweise nach Hanna Lore Scharing

Volpert Marcus, *1956, verh., 2 Kinder, Patentanwalt

Wawroschek Wolfgang, *1952, verh., Architekt

Wielenberg Anna Maria, *1951, Lehrerin i. R.

Zeis MC Sr. Christine, *1961, Missionarin Christi, Religionspädagogin, Gestalttherapeutin

Zur GCL-Lebensweise

Sieben Monate Such-Weg

Krisen in der Welt, unser Glaube, und ich?

„Sei du selbst die Veränderung, die du dir wünschst für diese Welt.“ (Mahatma Gandhi)

Wir laden ein zu einem gemeinsamen Unterscheidungsweg, auf dem wir uns gegenseitig unterstützen, die persönliche Antwort auf die Herausforderungen unserer Welt zu finden, Handlungsspielräume zu erkennen und entsprechende Entscheidungen zu treffen und zu vollziehen.

Leitung: Daniela Frank, Augsburg
Veronika Jodlbauer, München
Patrick Jutz, Ettlingen

Einstiegsseinheit

19. – 22.02.2026 – 90409 Ukama-Zentrum, Nürnberg

Persönlicher Weg

Februar bis August 2026 mit

- monatlichen Zoom-Abenden (Austausch, Impulse)
- persönlichem Experiment (Begegnung mit Realitäten, die sonst nicht zum Alltag gehören)

Intensivzeit

31.07. – 11.08.2026 – 90409 Ukama-Zentrum, Nürnberg

Mit Exerzitien (mit Elementen von Straßenexerzitien)

Im Ukama-Zentrum übernachten wir in Doppelzimmern und versorgen uns weitgehend selbst.

Anmeldung bis 01. Dezember 2025 an das GCL-Sekretariat in Augsburg s. S. 40

Materialien

Newsletter

Wenn Sie neugierig sind, was sich bei der GCL tut und wofür wir stehen, dann wäre vielleicht unser „Newsletter“ etwas für Sie.

Was beschäftigt die GCL in Deutschland und weltweit? →

Was macht GCL aus? Welche unserer Angebote sind für Sie ganz persönlich ansprechend, sinnvoll, gewinnbringend? Auf diese Fragen wollen wir antworten. Darum bietet der Newsletter neben aktuellen Informationen auch Inspiration und Impulse aus der ignatianischen Spiritualität und dem Leben der GCL an.

Anmeldung für den Newsletter unter: newsletter@gcl.de

GCL-Werkmappe

„... damit Gruppe *mehr* leben kann“

Die Mappe bietet Informationen zum geistlichen Weg einer Gruppe, zur konkreten Gestaltung des Gruppenlebens, zur Starthilfe und Gruppenbegleitung sowie zur Arbeit in Gremien. Für Gruppentreffen stellt sie eine Fülle von Methoden, Übungen und Themen zur Verfügung. Das ausführliche Inhaltsverzeichnis ist einzusehen auf unserer Website www.gcl.de

Die Werkmappe kann als USB-Stick mit pdf-Dateien bestellt werden. Sie kostet 14,50 EUR zzgl. Porto.

In Vorbereitung ist eine Arbeitshilfe für Gruppen, wie sie die drei zentralen Dimensionen der GCL Spiritualität, Gemeinschaft sowie Unterscheiden/Entscheiden hin auf das persönliche und gemeinsame Engagement vertiefen können. Diese Arbeitshilfe wird dann auf unserer Website zu finden sein.

Korrespondenz zur Spiritualität der Exerzitien

Die „Korrespondenz“ richtet sich an alle, die aus der Spiritualität der Exerzitien leben wollen. In besonderer Weise wendet sie sich an Menschen, die in der Geistlichen und Exerzitienbegleitung tätig sind, da sie wertvolle Anregungen dazu gibt, wie die ignatianische Spiritualität gelebt und anderen weitergegeben werden kann. Sie erscheint zweimal im Jahr jeweils zu einem thematischen Schwerpunkt.

Das Einzelheft kostet 9,00 EUR, das Jahresabonnement mit zwei Heften 18,00 EUR zzgl. Versandkosten.

Versandbestellungen für alle Materialien über das GCL Sekretariat in Augsburg s. S. 40

Weiterbildung

Angebote zur Vertiefung und Reflexion

Auf Spurensuche: spirituelle Resilienz

GCL-Vertiefungstag online

Berichte von Betroffenen zeigen, dass Menschen unterschiedlich mit Missbrauch umgehen: Einige verleugnen oder verdrängen die Erfahrungen, andere zerbrechen daran. Wieder andere reifen und finden zu neuer spiritueller Tiefe. Was beeinflusst diese Unterschiede? Gibt es so etwas wie spirituelle Resilienz und wenn ja, worin besteht sie und (wie) kann man diese fördern?

Doch wenn das möglich ist, entstehen andere Gefahren: Z. B. werden Betroffenen neue Schuldgefühle vermittelt: „Warum hast du nicht einfach...?“ oder an strukturellen Missständen wird nichts geändert, weil Personen auf diese resilienter reagieren können. Resilienz ist daher ein durchaus umstrittenes Konzept.

Wir begeben uns gemeinsam auf eine Spurensuche danach, was vom Konzept der Resilienz für die geistliche Begleitung und den Umgang mit spirituellem Missbrauch hilfreich sein kann.

22. November 2025 per Zoom

Referentin: Hannah A. Schulz

Leitung: Daniela Frank

Anmeldung an das GCL Sekretariat in Augsburg s. S. 40

Begleitung und Trauer

„Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!“

(Hermann Hesse)

Abschied und Trauer in geistlicher Begleitung, Seelsorge und Beratung

Trauern ist eine existenzielle Erfahrung – Leben besteht in beständigem Abschied-Nehmen und Neu-Werden: Abschied jeden Abend vom Tag, an der Schwelle in neue Lebensphasen, Trennung in Beziehungen, Umzug als Abschied von vertrauter Umgebung, Abschied von der Gesundheit bei Krankheit und vom Leben im Tod. Gerade in geistlichen Prozessen, besonders in Exerzitien, werden „Übergangserfahrungen“ bewusst. →

Dann sind kundige und ermutigende Begleiter:innen gefragt, die zuhören, aushalten und einen Raum eröffnen, in dem Trauer möglich ist

Dieses Wochenende:

- sensibilisiert für „Landkarten“ eigener Verluste und für Abschied und Trauer in der Begleitung,
- beinhaltet einen pastoralpsychologischen Verstehenszugang anhand von Fallbeispielen,
- gibt Raum für eine in der Trauerbegleitung bewährte Gesprächsführung in Theorie und Praxis,
- bezieht ausgewählte biblische Geschichten als Deutungs- und Sinnangebot in Trauer ein.

20. – 22. März 2026

93152 Nittendorf, Haus Werdenfels

Referenten: Sabine und Wolfgang Holzschuh, Neutraubling

Leitung: Daniela Frank, Augsburg

Anmeldung an das GCL-Sekretariat in Augsburg s. S. 40

„Du gibst meinen Schritten weiten Raum“ (Ps 18, 37)

Biblische Perspektiven auf Vielfalt und Diversität

20. – 22. November 2026

36088 Hünfeld, Kloster St. Bonifatius

Referent: Ansgar Wucherpfennig, Frankfurt

Leitung: Daniela Frank, Augsburg

Anmeldung an das GCL-Sekretariat in Augsburg s. S. 40

Für 2026 sind weitere Fortbildungen in der Planung. Nähere Informationen dazu dann auf unserer Website.



... besser kommunizieren –
gemeinsam entscheiden

In dieser digitalen Sammlung stehen Anregungen, Methoden und Übungen bereit, die Teams, Gruppen oder Gremien unterstützen wollen, um

- auch in kritischen Situationen ein gutes Gesprächsklima zu wahren
- in einer Weise Entscheidungen zu treffen, die von vielen mitgetragen werden, ohne dass jemand auf der Strecke bleibt
- offen zu sein für Gottes Wirken in jedem/jeder von uns
- mit Freude gemeinsam Verantwortung zu tragen und so Kirche zu leben.

In den beiden Themenfeldern KOMMUNIKATION und ENTSCHEIDUNGEN sind verschiedene Stichworte zu Haltungen und Bedingungen zusammengetragen.

Die Stichworte (z.B. Innehalten, Fragen, Blockaden, Unterbrechung, Wille Gottes, Leitung) werden kurz beschrieben, um in das jeweilige Thema einzuführen. Weiter sind sie angereichert mit Übungen für sich selbst und für Gruppen, um Haltungen einzuüben. Bibelstellen, Zitate und Texte weiten das Thema – und um das Ganze abzurunden, sind Gedanken von Ignatius hinzugefügt.

Die Themen bauen nicht aufeinander auf, so dass jedes Stichwort und die damit verbundenen Übungen und Hinweise für sich nutzbar sind. Viele der Übungen, Gebete, Schriftstellen und Weisheitsgeschichten sind als einzelne Dokumente verfügbar.

In den einführenden Kapiteln wird beschrieben, wie mit dem Material gearbeitet werden kann. Z.B. Informationen zu „Was ist ein geistlicher Prozess“, zu Arbeit mit Gruppen und Gruppendynamik und Planen von Besinnungstagen. Die digitale Sammlung kann auf der Homepage der GCL www.gcl.de unter der Rubrik „Was wir anbieten“ abgerufen werden. Es gibt dort eine Leseprobe, um einen Eindruck von der Sammlung zu bekommen. Mit einer Registrierung bekommt man ein Passwort. Die Nutzung von „GCL-Esprit“ ist gebührenfrei. Für Erstellung und Unterhalt dieser Online-Sammlung bittet die GCL um Spenden. Kontakt und weitere Informationen bei Elisabeth Langner esprit@gcl.de

Vernetzungsinitiativen

Vernetzungsinitiative für Frauen und Männer in Selbstständig- keit und Führungsverantwortung

Die Vernetzungsinitiative entstand aus Erfahrungen auf dem geistlichen Weg in Exerzitien. Auf diesem Weg steht die Verheißung von erfülltem Leben neben den Erfahrungen des Alltags mit Fragen und Grenzen aus dem Berufsleben, die existenziell und geistlich massiv herausfordern.

So entstanden Treffen, die geprägt sind durch thematische Impulse, die ignatianische Spiritualität und die kollegiale Beratung.

Die Treffen sind offen für Interessierte und Berufsanfänger:innen. Partner:innen sind willkommen.

Kontakt:

Christine Neumann
christine.c.neumann@googlemail.com

Regionale Verantwortliche und Angebote bitte in der Regionalstelle Nord erfragen s. S. 40

13. – 15. Februar 2026 in 99084 Erfurt, St. Ursula

Das Thema des Treffens wird rechtzeitig auf unserer Website bekannt gegeben.

Vernetzungsinitiative für Frauen und Männer in heilenden und pflegenden Berufen

Hier treffen sich GCL Mitglieder und weitere Interessierte, die im Gesundheitswesen tätig sind. Die derzeitige Entwicklung im Gesundheitswesen, die alltägliche Belastung durch Budgetzwänge, Wettbewerbs- und Innovationsdruck gefährden die Freude an den schönsten Berufen der Welt und stellen Christ:innen vor große Herausforderungen. Das jährliche Wochenende will helfen, im Glauben gute Wege für den Arbeitsalltag zu finden.

Kontakt:

Alexandra Jansen, 52064 Aachen
☎ 0241 46361640, jansenal7@googlemail.com

17. – 19. April 2026

97299 Zell am Main, Haus Klara

Leitung: Alexandra Jansen, Aachen

Das Thema und der/die Referent:in finden Sie rechtzeitig auf unserer Website.

Anmeldung an das GCL Sekretariat in Augsburg s. S. 40

Offenes Netzwerk Migration

Im „Offenen Netzwerk Migration“ versuchen wir, mit den Mitteln der ignatianischen Spiritualität unsere Erlebnisse und Erfahrungen sowohl mit den Themen „Flucht“ und „Migration“ als auch mit konkreten Begegnungen in der Arbeit mit geflohenen und migrierten Menschen zu reflektieren.

Kontakt:

Maria Anna Gutte, 47058 Duisburg, migration@gcl.de

Nähere Informationen finden Sie unter migration/gcl.de

Vernetzungsinitiative für kranke und ältere Menschen

Auch in der GCL gibt es eine wachsende Zahl von alten und/oder kranken Menschen, die nicht mehr oder nur noch begrenzt am Gruppenleben, an Exerzitien und anderen Veranstaltungen der größeren Gemeinschaft teilnehmen können. Die Vernetzungsinitiative „Lebensherbst“ will die Betroffenen selbst in Kontakt bringen, aber auch einen Austausch mit denjenigen unterstützen, die sich für die alten und/oder kranken GCLer:innen verantwortlich wissen. Auch für Interessierte außerhalb der GCL ist die Initiative offen. Anregungen und Rückmeldungen werden gern entgegengenommen.

Alle verbindet der Kontaktbrief „Lebensherbst“, der dreimal jährlich erscheint: zum ersten Advent, zum Welttag der GCL am 25. März und zum Ignatiusfest am 31. Juli.

Ein Anliegen der Initiative ist es auch, Menschen, die nicht mehr an Kursen teilnehmen können, geistliche Begleitung und/oder Exerzitienbegleitung per Telefon zu ermöglichen.

Kontakt:


Ingrid Bose, 49082 Osnabrück
☎ 0541 29839, ingrid.bose@gcl.de



Vernetzungsinitiative für Priester und Priesterkandidaten

Weltpriester mit Erfahrung von ignatianischen Exerzitien bzw. aus einer Gruppe der GCL treffen sich zu einem geistlichen Erfahrungsaustausch über die persönliche und berufliche Situation und lassen sich dadurch neu für ihren Weg inspirieren. Die Begegnung mit Mitbrüdern aus den verschiedenen Diözesen bei den „**Priestertreffen**“ erweist sich als sehr fruchtbar. Bei den „**Studenten**“ mit einem aktuellen theologischen Thema sind auch Priesterkandidaten eingeladen, im gemeinsamen Austausch von Priestern und Studenten, Anregungen aus der ignatianischen Spiritualität für ihren Weg als spätere Priester zu bekommen.

Kontakt:

Pfr. Werner Vollmuth, 97070 Würzburg
 0931 3047234
werner.vollmuth@bistum-wuerzburg.de

Studenten für Priester und Priesterkandidaten

28. – 30. Dezember 2025 in 97074 Würzburg

Leitung: Pfr. Werner Vollmuth, Würzburg
Pfr. Bernd Walter, Überlingen

Thema und Referent finden Sie rechtzeitig auf unserer Website.

Treffen für Priester, die in Gruppen der GCL leben oder durch Exerzitien mit der GCL verbunden sind

21. – 23. Juni 2026 in 97074 Würzburg

Leitung: Pfr. Werner Vollmuth, Würzburg
Pfr. Bernd Walter, Überlingen

Das Thema des Treffens wird rechtzeitig auf unserer Website bekanntgegeben.

Anmeldung für diese Angebote an das GCL Sekretariat in Augsburg s. S. 40

GCL-Initiative Bildung und Erziehung

Was brauchen Kinder und Jugendliche? Vor welchen Herausforderungen stehen Pädagog:innen, Lehrkräfte, Schulseelsorger:innen? Solche Fragen greifen wir mit unseren Angeboten auf, zu denen wir alle im Bereich Bildung und Erziehung Tätigen einladen.

Es geht dabei darum, Raum zu schaffen für Begegnung und Austausch, für Reflexion und Inspiration, um den Alltag in diesem Berufsfeld – angesichts heutiger Herausforderungen – aus dem Glauben heraus authentisch zu leben und pädagogisch wirksam zu sein. Dazu kann gerade die ignatianische Spiritualität eine entscheidende Hilfe sein.

Kontakt:

Annette Haseneder, 83126 Flintsbach am Inn
 annette.haseneder@gcl.de

Hier unsere Angebote im letzten Quartal 2025 und im Lauf des Jahres 2026:

Online-Abende, jeweils von 19:00 bis 20:30 Uhr

- **29. September 2025**
- **11. März 2026**

Nähere Informationen dazu ab 01.09.2025 auf unserer Website:

<https://gcl.de/initiative-bildung-erziehung>

Unser **Präsenztreffen** findet **jeweils am Samstag** von 10:00 bis 17:30 Uhr statt, mit der Option, je nach Wunsch und zeitlichen Möglichkeiten schon am Freitagabend anzureisen und/oder bis Sonntagmittag zu verlängern.

- **10. Oktober 2026 im Süden**
 Erweiterung ab 09.10. und bis 11.10.
- **14. November 2026 im Norden**
 Erweiterung ab 13.11. und bis 15.11.

Nähere Informationen dazu ab 01.01.2026 auf unserer Website (s.o.).

Außerdem bieten wir beim **Katholikentag 2026 in Würzburg** einen **Workshop** an zum Thema:

„Meinen Alltag in Schule und Erziehung mit Gott leben – Ignatianische Impulse für mehr pädagogische Wirksamkeit“

Leitung: Barbara Mende, Norderstedt

Näheres dazu Anfang 2026 auf unserer Website und im Programm des Katholikentages

Eine Abendreihe für junge Leute ab 25

Seit 2022 findet die Abendreihe ‚mehr vom Leben‘ an verschiedenen Orten in Deutschland statt. Zuletzt in München, Hamburg, Braunschweig und Leipzig, jeweils mit großem Interesse.

Fünf Abende zu Lebens- und Glaubenthemen haben junge Menschen zusammengebracht und einen Raum für Austausch über den Glauben und den eigenen Lebensweg angeboten.

Die Abendreihe wird weitergehen – sie ist in Hannover, Mainz und München geplant und sicher auch in einer Stadt in deiner Nähe. Wo und wann genau Du bei ‚mehr vom Leben‘ mitmachen kannst, findest Du unter:
<https://mehrvomleben.gcl.de>

Du hast Fragen? ‚mehr vom Leben‘ soll auch in deiner Stadt angeboten werden? Du möchtest bei einer ignatianischen Austauschgruppe von jungen Leuten dabei sein? Dann setz dich gerne mit uns in Verbindung:

Stefanie Langel und Gunnar Bauer SJ unter
mehrvomleben@gcl.de



Weitere Kursangebote der GCL für Junge Leute 2026

Falls nicht anders angegeben, sind die Angebote für Junge Erwachsene zwischen 18 und 35 Jahren.

Dezember 2025

29.12.2025 – 02.01.2026

Geistliche Tage zum Jahreswechsel

Gemeinsam den Jahreswechsel feiern mit geistlichen Impulsen, Zeit für Austausch und persönliche Gebetszeiten.

Leitung: P. Gunnar Bauer SJ, Augsburg
Stefanie Langel, München

Anmeldung an die Regionalstelle Nord/Junge Erwachsene

März/April 2026

28.03. – 07.04.2026

Reise ins Heilige Land

Wir reisen nach Jerusalem und an den See Genezareth und begeben uns auf Spurensuche an den heiligen Stätten. Bei den Begegnungen mit Menschen, die im Heiligen Land leben, erhalten wir einen Eindruck von der heutigen religiösen, gesellschaftlichen und politischen Situation. Durch gemeinsame Gottesdienste, Impulse und Austausch, aber auch Zeiten in Stille werden wir die Eindrücke von innen heraus verkosten.

Leitung: P. Gunnar Bauer SJ, Augsburg
Stefanie Langel, München

Anmeldung an die Regionalstelle Nord/Junge Erwachsene

August 2026

02. – 09.08.2026

Catholic Summer School im Jesuitenkolleg St. Blasien, Schwarzwald Alter: 18 – 28 Jahre

Die Catholic Summer School ist ein Angebot für Junge Erwachsene, die mehr über den Glauben erfahren möchten.

Infos und Anmeldung: www.kolleg-st-blasien.de/css

12. – 16.08.2026

Exerzitien für Einsteiger:innen

Suchst du nach einer Gelegenheit, unterschiedliche Gebetsweisen kennenzulernen, um das persönliche Beten im Alltag neu zu strukturieren? Willst du dir eine Auszeit gönnen, traust dich aber noch nicht „Exerzitien“ zu erleben? Dann ist dieser Schnupperkurs genau das Richtige für dich!

49090 Osnabrück, Kloster Nette
Begleitung: Sr. Rita Niehaus, Osnabrück
Roberto Piani, Osnabrück

Anmeldung an die Regionalstelle Nord/Junge Erwachsene

23. – 26.08.2026


Wanderexerzitien – Hüttenwanderung entlang des Salzburger Almenwegs in den österreichischen Alpen

In der Natur unterwegs sein und diese mit allen Sinnen erleben, über Gott, die Welt und das eigene Leben nachdenken – das alles kannst du bei den Wanderexerzitien!

Es erwarten dich tägliche mehrstündige Wanderungen von Hütte zu Hütte, geistliche Impulse, gute Gespräche, Gottesdienste mit Bergpanorama, eine Gruppe, mit der du gemeinsam unterwegs bist.

Eine Besonderheit ist, dass wir bewusst auch öfter schweigend wandern werden. Klingt ungewohnt für dich? Probiere es doch einfach mal aus! Du wirst sehen, diese Tage tun der Seele gut und trotz Stille im Gehen kommt die Gemeinschaft in der Gruppe nicht zu kurz!


Leitung: P. Albert Holzknecht SJ, Dresden
Christine Kliemann SA, Dresden

Anmeldung: Haus HohenEichen
Dresdner Str. 73, 01326 Dresden
 0351 26164-10, info@haus-hoheneichen.de

Schaut für weitere Informationen, aktuelle Kursangebote und die Anmeldung zu den Kursen gerne auf <https://gottsuchen.gcl.de> vorbei.

Gerne könnt ihr euch dafür auch an die Arbeitsstelle Junge Erwachsene, Lohstr. 42, 49074 Osnabrück wenden.

Ansprechpartner:innen

Stefanie Langel (Referentin) und Claudia Jasper (Sekretariat) unter junge-erwachsene@gcl.de;  0541 33544-30

Weitere Angebote

Bei Interesse bitte die jeweilige Ausschreibung anfordern

Aufbäumen für die Schöpfung Gemeinsam einen Gemeinschaftswald pflanzen

„Wenn ich wüsste, dass morgen die Welt unterginge, würde ich heute noch ein Apfelbäumchen pflanzen“. Dieser 500 Jahre alte Satz berührt uns auch heute noch tief und erinnert uns an das Vertrauen an Gottes großen Plan, sowie an unsere Dankbarkeit für die Fülle der Mutter Erde.

Im kommenden Jahr möchten wir diese Botschaft lebendig werden lassen und unsere Vision eines Gemeinschaftswaldes verwirklichen – als Zeichen der Verbundenheit untereinander und mit der ganzen Schöpfung. Diese Initiative ist inspiriert von den Impulsen der Weltgemeinschaft und findet ihren Platz in horizons 183.

Um uns auf die große Baumpflanzaktion im Oktober 2025 vorzubereiten, laden wir dich herzlich vom 17. bis 19. Oktober 2025 ins Ukamazentrum ein. Gemeinsam wollen wir uns dem Thema Baum – unter, neben und vielleicht auch auf Bäumen – auf eine spirituelle Weise nähern. Dabei erleben wir uns als Teil der Natur und spüren unsere Verbundenheit mit allem Lebendigen.

In Austausch, Erinnerung, Phantasie Reisen und Meditationen entdecken wir die Kraft der Gemeinschaft in Gott und stärken unser Bewusstsein für unsere Verantwortung und unsere Liebe zur Schöpfung.

Sei dabei! Lass uns gemeinsam wachsen, verbinden und die Welt ein Stückchen grüner machen. Wir freuen uns auf Dich und Deine Inspiration!

17. – 19. Oktober 2025

90409 Nürnberg, Ukamazentrum

Begleitung: Maria-Anna Gutte, Duisburg
Ruth Helfrich, Rupertsbuch

Anmeldung an das GCL-Sekretariat in Augsburg s. S. 40 →

24. – 26. April 2026
Fortführung Baumpflanz-Wochenende

91389 Schmitten, Homburger Haus
Begleitung: Maria-Anna Gutte, Duisburg
Ruth Helfrich, Rupertsbuch

Anmeldung an das GCL-Sekretariat in Augsburg s. S. 40

Zorn und Zärtlichkeit
Wochenende mit Bibliolog

Gefühle sind Teil unseres Menschseins und begleiten uns durchs Leben. Wir kennen Gefühle, die das Seelenleben durcheinanderwirbeln, besetzen oder auch beflügeln. Dabei stellt sich die Frage, wohin führen uns unsere Gefühle wie Wut und Zorn, aber auch Liebe, Freude und Zärtlichkeit. Biblische Geschichten thematisieren die Gefühlswelt und das Empfinden der Menschen und bringen sie in die Beziehung zu Gott.

Mit der Methode des Bibliologs lassen wir an diesem Wochenende biblische Gestalten zu Wort kommen und begleiten sie in ihrem Erleben. Das Eintauchen in die Bibeltexte und in die Welt von damals ermuntert dazu, Teil des Geschehens zu werden. Dabei können sich neue Sichtweisen eröffnen.

16. – 18. Januar 2026

78713 Schramberg
Begleitung: Maria Boxberg, Augsburg
Regina Ginter, Heiligenbronn
Anmeldung: Haus Lebensquell
Kloster Heiligenbronn, 78713 Schramberg
 07422 569-3232
hauslebensquell@kloster-heiligenbronn.de

Resilienz stärken mit biblischen Texten und sozialtherapeutischem Rollenspiel

24. – 25. Januar 2026

Begleitung: Monika Hirschauer, Vaterstetten
P. Rainer Reitmaier, München

Anmeldung: Exerzitienhaus Schloss Fürstenried
Forst-Kasten-Allee 103, 81475 München
☎ 089 7450829-34
exerzitien@schloss-fuerstenried.de

Bibel – Berge – Männer Pilgern in den französischen Alpen

Wir laden Männer jeden Alters zur Begegnung ein: Begegnung untereinander, mit der Stille, der Natur, den Bergen, mit Gestalten der Bibel – mit Gott.

Wir wohnen in einem ruhigen, abgelegenen Exerzitienhaus nahe Grenoble in den französischen Alpen. Von dort werden wir als Gruppe von bis zu 10 Männern kleine bis mittlere Tagestouren in den Bergen unternehmen.

Neben dem Wandern sind mögliche Elemente: Textimpulse, Austausch in der Gruppe, geistliches Begleitgespräch, Leübungen, Eucharistiefeier. Es sind täglich Zeiten des gemeinsamen Gebets (Stundengebet) und der Stille vorgesehen.

Je nach Interesse der Teilnehmer ist es möglich, vor Ort Besichtigungen in der unmittelbaren Umgebung ins Programm aufzunehmen:

- das „Musée Arcabas en Chartreuse“ in Saint-Pierre-de-Chartreuse
- das Museum der „Grande Chartreuse“, dem Mutterkloster des Kartäuserordens.

Teilen Sie uns bitte Ihre bevorzugten Elemente bei Ihrer Anmeldung mit.

Unterkunft: Centre Saint-Hugues
313 Chemin de Billerey, 38330 BIVIERS
www.sainthugues.fr

28. Juni – 05. Juli 2026

Tagestouren in der Umgebung

Leitung: Uwe Franzen, Luxemburg
Bernhard W. Zaunseder, Saarbrücken

Anmeldung an das GCL Sekretariat in Augsburg s. S. 40

„Du führst mich hinaus ins Weite“

Wanderexerzitien

10. – 14. August 2026


59955 Winterberg-Elkeringhausen

Begleitung: Monika Amlinger, Osnabrück

Peter Göhlich, Meppen

Uwe Sommer, Winterberg

Anmeldung: Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1-5, 59955 Winterb.-Elkeringh.

 02981 9273-0

info@bonifatius-elkeringhausen.de

Als Paar mit der Bibel unterwegs

Gerade als Paar gibt es vielfältige Aufgaben zu bewältigen, das nimmt viel Zeit und Kraft in Anspruch, darüber gerät oftmals die Beziehung zueinander in den Hintergrund.

Wir bieten in diesem Kurs die Möglichkeit an, sich einmal bewusst der spirituellen, geistlichen Dimension der Paarbeziehungen zuzuwenden und sich durch gemeinsames „Arbeiten“ an biblischen Texten leiten und inspirieren zu lassen, die jeweiligen Charismen gegenseitig schätzen zu lernen und in der Verschiedenheit Chancen zu sehen. Letztlich sich der Frage zu nähern, welche Beziehung als Paar haben wir zu Gott, welchen Weg will Gott uns als Paar führen.

Es wird Phasen des Gesprächs und des Austauschs in der Gruppe geben, der Einzelbetrachtung im Schweigen und des Austauschs als Paar. Zeiten von Gebet und gottesdienstlichem Feiern werden mit der Gruppe gemeinsam entwickelt und verabredet.

Es können 6 Paare teilnehmen. Zugehörige Kinder sind herzlich willkommen. Die Unterbringung ist sowohl im DZ wie auch im EZ oder Familienzimmer möglich. Kinderbetreuung ist möglich, wir bitten für die Planung um frühzeitige Anmeldung.

28. Oktober – 01. November 2026

86391 Stadtbergen, Leitershofen

Leitung: Bernhard W. Zauneder, Saarbrücken

Ruth Hartmann, Wiesbaden

Anmeldung an das GCL Sekretariat in Augsburg s. S. 40

Rhythmus.Atem.Bewegung

Lehr- und Übungsweise nach

Hanna Lore Scharing

„Sei freundlich zu deinem Leib, damit die Seele Lust hat,
darin zu wohnen.“ (Teresa v. Avila)

25. – 29. Mai 2026

Grundkurs

78713 Schramberg im Schwarzwald

Leitung: Sr. Dorothea Thomalla, Schramberg

Anmeldung: Haus Lebensquell, Kloster Heiligenbronn

78713 Schramberg, ☎ 07422 569-3402

hauslebensquell@kloster-heiligenbronn.de

07.– 11. November 2026

Aufbaukurs

78713 Schramberg im Schwarzwald

Leitung: Sr. Dorothea Thomalla, Schramberg

Anmeldung: Haus Lebensquell, Kloster Heiligenbronn

78713 Schramberg, ☎ 07422 569-3402

hauslebensquell@kloster-heiligenbronn.de

Kurse für Eltern und Kinder

Über die Ignatius Stiftung haben Sie die Möglichkeit eine finanzielle Unterstützung zu bekommen, s. S. 40

27. – 31.10.2025 EXERZITIEN MIT IMPULSEN

5 Tage
für Familien

748211 Mosbach-Neckarelz, Bildungshaus Bruder Klaus

Begleitung: Pfr. Franz Reiser, St. Peter

Bettina Richter-Klahs, Lahr

Kinderbetreuung auch für Kinder unter 3 Jahren, bis max. 12 Jahre.

Anmeldung an die Diözesanstelle Freiburg s. S. 40

18. – 22.02.2026 KURZEXERZITIEN

5 Tage

74214 Schöntal

Begleitung: M. Carmen Ehlert, Asperg

Doris Fischer, Schwäbisch Gmünd

Pfr. Jens Göltenboth, Schöntal

Anmeldung: Landpastoral Kloster Schöntal

Klosterhof 6, 74214 Schöntal

☎ 07943 894-335

Landpastoral.kloster-schoental@drs.de

28.03. – 01.04.2026 EXERZITIEN MIT IMPULSEN

5 Tage

86391 Stadtbergen, Leitershofen

Begleitung: Pfr. Christian Hartl, Stadtbergen

Veronika Jodlbauer, München

Gerlinde Knoller, Augsburg

Anmeldung: Exerzitienhaus Leitershofen St. Paulus

Krippackerstr. 6, 86391 Stadtbergen

☎ 0821 90754-0

info@exerzitienhaus.org

26. – 30.10.2026 EXERZITIENTAGE

5 Tage
für Familien

78713 Schramberg, Kloster Heiligenbronn

Begleitung: Pfr. Franz Reiser, St. Peter

Bettina Richter-Klahs, Lahr

Anmeldung an die GCL Diözesanstelle Freiburg s. S. 40

Kontaktpersonen der GCL

in den Diözesen

Aachen

Ursula und Werner Becker, 52076 Aachen

☎ 0241 573556, ursula.bckr@web.de

Augsburg

Margarete Rohrhirsch-Schmid, 86199 Augsburg

☎ 0821 91638, margarete.rohrhirsch@gcl.de

Bamberg

Dr. Margot Wortmann, 91054 Erlangen

☎ 09131 25873, dr.margot.wortmann@t-online.de

Berlin

Ursula Heise, 14199 Berlin

☎ 030 8263414, ursula.heise@berlin.de

Gregor Engelbreth, 12683 Berlin

☎ 030 51700478, gregor@engelbreth.de

Dresden-Meißen

Thomas Leis, 09114 Chemnitz

☎ 0371 772185, dresden@gcl.de

Eichstätt

Ruth Helfrich, 85132 Rupertsbuch

☎ 08421 3545, ruth.helfrich@altmuehl.net

Erfurt

Cordula und Dr. Ottmar Leidner, 07639 Bad Klosterlausnitz

☎ 036601 83496, LeidnerCO@t-online.de

Essen

Brigitta Kaßner, 46537 Dinslaken

☎ 02064 398919, kassner-ka@t-online.de

Freiburg

Ingrid Jutz, 76275 Ettlingen

☎ 07243 3508330, dioezesanstelle@gcl-freiburg.de

Fulda

Doris und Dr. Hans Daub, 36039 Fulda

☎ 0661 55540, hd.daub@posteo.de

Görlitz

s. Dresden-Meißen

Hamburg

Andreas Kolloczek, 21129 Hamburg

☎ 040 7434474, Andreas.Kolloczek@t-online.de

Hildesheim

Monika Wienhold-Quecke, 30880 Laatzen

☎ 05102 915193, wienhold-quecke@gmx.de

Köln

Monika Rump, 51149 Köln
☎ 0163 8344723, monika_rump@gmx.de

Limburg

Sonja Haas-Wessendorf, 65375 Oestrich-Winkel
☎ 0157 85052887, s.wessendorf@posteo.de

Magdeburg

s. Dresden-Meißen

Mainz

Elisabeth und Ernst Langner, 64367 Mühlthal
☎ 06151 917008, mainz@gcl.de

München und Freising

Dr. Marcus Volpert, 81479 München
☎ 0151 22362218, marcus.volpert@gcl.de
und
GCL-Diözesanstelle München, s. S. 40

Münster

Dr. Dieter Veldtrup, 48155 Münster
☎ 0251 5301757, muenster@gcl.de

Osnabrück

Ingrid Bose, 49082 Osnabrück, ingrid.bose@gcl.de
und
GCL-Regionalstelle Nord, s. S. 40

Paderborn

Marlies Fricke, 33098 Paderborn
☎ 05251 1846033, fricke.marlies@t-online.de

Passau

Gerd und Traudl Pätzold, 84503 Altötting
☎ 08671 4491, paetzold.g@gmx.de

Regensburg

Judith Ossowicki, 92224 Amberg
☎ 09621 74139, judith.ossowicki@t-online.de

Rottenburg-Stuttgart

M. Carmen Ehlert, 71679 Asperg
☎ 07141 9747763, m.carmen.ehlert@web.de

Speyer

s. Freiburg

Trier

Matthias Holzapfel, 66130 Saarbrücken
☎ 0176 40494847, m.holzapfel@bgb-f.de

Würzburg

Maria Freitag, 97236 Randersacker
☎ 0931 7052444, maria23f@web.de

GCL-Sekretariat und GCL-Arbeitsstellen

GCL-Sekretariat für Deutschland

Bei St. Ursula 5, 86150 Augsburg, ☎ 0821 34668-0

✉ -20, sekretariat@gcl.de, Internet: www.gcl.de

- P. Gunnar Bauer SJ, Kirchlicher Assistent -37,
gunnar.bauer@gcl.de
- Daniela Frank, Nationalreferentin -36,
daniela.frank@gcl.de
- Christine Böller, Geschäftsführung -32,
christine.boeller@gcl.de
- Daniela Herbst, -33,
assistenz.vorstand@gcl.de
- Sarah Buhmann -10, sarah.buhmann@gcl.de;
kurse@gcl.de
- Birgitt Walz -31, birgitt.walz@gcl.de

GCL-Diözesanstelle Freiburg

Etogesstr. 38, 76275 Ettlingen, ☎ 07243 3508330

dioezesanstelle@gcl-freiburg.de, www.gcl-freiburg.de

Ingrid Jutz, Diözesanstellenleiterin

GCL-Regionalstelle Mainz-Limburg-Fulda

Heideweg 4 a, 64367 Mühltal,

☎ 06151 5209453, mainz-limburg-fulda@gcl.de

Elisabeth Langner, Referentin

GCL-Diözesanstelle München

Maxburgstr. 1, 80333 München

☎ 089 231706-16, muenchen@gcl.de

www.gcl-muenchen.de

N.N. Referentin

Monika Berger, Sekretärin

GCL-Regionalstelle Nord und Arbeitsstelle Junge Erwachsene

Lohstr. 42, 49074 Osnabrück, ☎ 0541 33544-30, ✉ -29

region.nord@gcl.de; junge-erwachsene@gcl.de

Roberto Piani, Referent, roberto.piani@gcl.de

Claudia Jasper, Sekretärin, claudia.jasper@gcl.de

Im Internet finden Sie unseren regelmäßig aktualisierten Veranstaltungskalender mit weiteren Informationen zu den einzelnen Kursen, einschließlich Angaben zu den Kosten.

Informationen zu regionalen Veranstaltungen und Kursen können auch bei den GCL-Arbeitsstellen (s. S. 40) oder bei den Kontaktpersonen (s. S. 38 f.) angefordert werden.

Exerzitien im Alltag

Vierorts bieten Mitglieder der GCL Exerzitien im Alltag an. Nähere Auskunft erhalten Sie bei den Kontaktpersonen der GCL (s. S. 38 f.).

**Folgen Sie uns auf facebook  unter:
GCL Deutschland**

**auf instagram 
instagram.com/gcldeutschland**

**auf youtube 
GCL Sekretariat**

Herausgeber:
Gemeinschaft Christlichen Lebens (GCL) in Deutschland
Bei St. Ursula 5, 86150 Augsburg
 0821 34668-0,  0821 34668-20
sekretariat@gcl.de; www.gcl.de

Spendenkonto:
Förd. GCL in Deutschland e.V., Liga Bank e.G. Augsburg,
Kto. Nr. 100 235 199 (BLZ 750 903 00)
IBAN: DE20 7509 0300 0100 2351 99
BIC: GENODEF1M05

Layout Umschlag: Martina Jung, Hamburg
www.wort-und-design.de

Druck: pinusdruck, Augsburg
Titelbild: © stock.adobe.com/Fiza

Die Kurse beginnen in der Regel mit dem Abendessen des ersten Kurstages und enden am letzten Tag mit dem Frühstück. Wochenenden und 5-tägige Exerzitien mit Impulsen enden nach dem Mittagessen.

Bei den Kursen mit diesem Zeichen haben Eltern die Möglichkeit, ihre **Kinder** mitzubringen.



Für Kinder von 3 bis 12 Jahren wird durch ein eigenes Team ein altersentsprechendes Parallelprogramm gestaltet.

Informationen zu den **Kosten für Unterkunft und Verpflegung** finden Sie auf unserer Website oder erhalten Sie auf Nachfrage. Diese Kosten rechnen die Teilnehmenden direkt mit dem Haus ab.

Die **Kursgebühren** werden an die GCL gezahlt. Teilnehmende können anhand ihrer finanziellen Situation einen Betrag wählen zwischen der Mindestkursgebühr (50 %) und der normalen Kursgebühr.

Nutzen Sie bitte auch die Möglichkeit, über Ihr Diözesan-Exerzitiensekretariat einen Zuschuss zu bekommen (Adressen siehe www.exerzitien.info).

Für Teilnehmende an unseren Kursen gibt die **Ignatius-Stiftung** im Bedarfsfall Zuschüsse. **Wer finanzielle Hilfe benötigt**, um teilnehmen zu können, erhält das Antragsformular vom GCL-Sekretariat. Informationen bekommen Sie von der Geschäftsführung der Stiftung unter ☎ 0821 91638.

Bei nicht fristgerechten **Absagen** müssen wir eine Ausfallgebühr berechnen. Dazu kommen die Kosten, die ggf. das Exerzitienhaus in Rechnung stellt.

Für **Informationen** oder für schriftliches **Material** über die GCL stehen Ihnen das GCL-Sekretariat und die GCL-Arbeitsstellen gerne zur Verfügung.

Wenn Sie an **Kontakten** in Ihrer Nähe interessiert sind oder mit jemandem über die GCL ins Gespräch kommen möchten, wenden Sie sich bitte an eine der Kontaktpersonen, s. S. 38 f.

Ich melde mich an zu

vom bis in

Name: Familienstand*:

Beruf*: Geb.-Datum*:

Anschrift:

Telefon: Diözese*:

E-Mail:

Teilnehmende Kinder (Name/Geb.-Datum):

Ich bin damit einverstanden, dass meine Angaben zur Bearbeitung der Anmeldung, für evtl. Anschlussfragen und für die Veranstaltung selbst gespeichert werden. Detaillierte Informationen zu unserem Umgang mit Nutzerdaten finden Sie in unserer Datenschutzerklärung. Die Daten werden nach Abschluss der Veranstaltung gelöscht, soweit Sie im Folgenden nicht einer weiteren Verwendung zustimmen (s. Rückseite). Hinweis: Sie können Ihre Einwilligung jederzeit per E-Mail an sekretariat@gcl.de widerrufen.

*freiwillige Angabe

Datum Unterschrift



- ☐ Ich bin einverstanden, dass meine Adresse anderen Teilnehmenden zur Bildung von Fahrgemeinschaften u. ä. zugänglich gemacht wird.
- ☐ Ich bin einverstanden, dass meine Adresse auch nach dem Ende der Veranstaltung gespeichert wird und ich Informationen der GCL zu Veranstaltungen erhalte.

Bei begleiteten Einzelexerzitien bitte angeben:

- ☐ als Begleitung wünsche ich mir:

.....

- ☐ als Begleitung kann ich mir auch eine andere Person vorstellen

.....

- ☐ Ich habe keinen speziellen Begleitungswunsch

- ☐ Ich habe noch keine Exerzitien Erfahrung

- ☐ Ich habe Erfahrung mit folgenden ignatianischen Exerzitien ...

.....

- ☐ Ich habe Erfahrung mit anderen Formen, z.B.

.....

.....

-
- ☐ Ich bitte um das Antragsformular der Ignatiusstiftung (Info s. S. 42)