



# zwischen:zeit

begegnung · stille · inspiration

Angebote für Menschen nach dem Studium  
in der KHG Würzburg

**Frühling/Sommer 2026**

# Herzlich willkommen bei **zwischen:zeit**

Räume für Erfahrungen,  
Begegnungen und zum  
Einfach-Da-Sein, das  
eröffnen die Angebote von  
**zwischen:zeit**.

Diesen Namen trägt  
jetzt die Katholische  
Akademikerseelsorge.

## **zwischen:zeit**

begegnung · stille · inspiration

Angebote für Menschen nach dem Studium  
in der KHG Würzburg

**zwischen:zeit** ist eine Einladung zum Innehalten, Nachspüren und Entdecken für Menschen, die auf der Suche sind nach Klarheit, nach Sinn, nach Begegnung, nach einer Spiritualität, die im Alltag trägt. Hier gibt es die Möglichkeit, zwischen beruflichen Anforderungen und privaten Verpflichtungen durchzuatmen. Hier entstehen geschützte Zeiträume, in denen man bei sich ankommen kann: Räume für Austausch und zum Nachdenken, für Stille und Gespräch, für Begegnung mit anderen und mit sich selbst, für spirituelle Erfahrungen, kulturelle Impulse und neue Perspektiven. In der **zwischen:zeit** finden Menschen mit akademischem Hintergrund einen Ort, um Lebensfragen nachzugehen, mit Neugier Lebenskunst zu entdecken, sich mit ihren Erfahrungen einzubringen und die eigene Spiritualität zu vertiefen – jenseits fertiger Antworten, mitten im Leben und immer wieder neu.

Zu den Veranstaltungen, Denkanstößen und Begegnungsforen lade ich Sie herzlich ein.



**Michael Ottl**

KHG-Referent für **zwischen:zeit**  
Diplom-Theologe,  
Systemischer Therapeut  
michael.ottl@bistum-wuerzburg.de  
www.zwischenzeit-wue.de

A handwritten signature in blue ink that reads "Michael Ottl". The signature is fluid and cursive.

# DenkBar – Gespräche, die weitergehen

## Begegnungsforum für junge Erwachsene

Du hast Lust auf gute Gespräche jenseits von Small Talk und Filterblasen? Bei der DenkBar kommen junge Menschen (bis ca. 35 Jahre) mit unterschiedlichen beruflichen Hintergründen zusammen, um in entspannter Runde über das nachzudenken, was uns heute bewegt: aktuelle gesellschaftliche Themen, ethische Streitfragen, Spiritualität, Zukunft und die kleinen wie großen Fragen, die das Leben gerade stellt.

Die DenkBar ist ein offenes Forum: Du brauchst kein Vorwissen, nur Neugier und Lust auf Austausch. Mal persönlich, mal kontrovers, aber immer wertschätzend. Wir treffen uns einmal im Monat in lockerer Atmosphäre – bei Snacks, Getränken und auf Augenhöhe.

**Di, 03. März/ 14. April/ 19. Mai/ 23. Juni/ 21. Juli 2026, 20.00 bis 22.00 Uhr**

Ort: Kath. Hochschulgemeinde, Hofstallstraße 4





## brot:zeit

### Gutes Brot. Gute Zeit.

Brot – alltäglich und doch voller Geschichten. Bei der „brot:zeit“ verkosten wir ausgewählte Brotsorten aus Würzburger Backstuben, vom klassischen Laib bis zu besonderen Spezialitäten. Wir probieren, vergleichen und kommen ins Gespräch: über Kruste und Krume, über Aromen, Vorlieben und Erinnerungen. Wie unterschiedlich kann Brot sein? Was macht ein Brot „gut“? Und warum schmeckt manches nach Heimat? Ein Abend für alle Sinne, für Gemeinschaft und das bewusste Erleben eines alltäglichen Lebensmittels, das uns alle verbindet.

**Mi, 25. März 2026, 19.30 bis ca. 22.00 Uhr**

Ort: Kath. Hochschulgemeinde, Hofstallstraße 4

Kosten: € 10,- (inkl. Brot, Aufstriche, Getränke)

Anmeldung bis 23. März 2026

## nach:klang

### Austausch nach dem KHG-Gottesdienst

Der Gottesdienst ist vorbei und manches klingt noch nach: ein Satz aus der Predigt, ein Bild aus den biblischen Texten, eine Frage, die geblieben ist, oder ein Gedanke, der mich angesprochen hat. Wir nehmen uns Zeit, genau dem nachzugehen und darüber ins Gespräch zu kommen, Fragen zu stellen und Gedanken zu vertiefen – offen, persönlich, ohne theologisches Vorwissen oder fertige Antworten. Zum Ankommen gibt es eine kleine Stärkung, danach ist Zeit zum Austauschen, Nachfragen und Reflektieren.

**So, 15. März 2026, 20.00 bis ca. 21.30 Uhr**

**So, 26. April 2026, 20.00 bis ca. 21.30 Uhr**

Ort: Kath. Hochschulgemeinde, Hofstallstraße 4

## after-work-cooking

### Miteinander schnippeln, brutzeln und genießen

Lust auf Kochen ohne Stress? In entspannter Runde zaubern wir gemeinsam ein vegetarisches 3-Gänge-Menü – saisonal, frisch und einfach lecker. Ganz egal, ob du gerade erst anfängst zu kochen oder schon ein Hobby-Gourmet bist: Hier geht es vor allem um Spaß am Zubereiten, gemeinsame Entdeckungen und gutes Essen. Und natürlich um das Genießen, in netter Gesellschaft und mit Zeit zum Plaudern.

**Fr, 08. Mai 2026, 18.30 bis ca. 22.00 Uhr**

Ort: Kath. Hochschulgemeinde, Hofstallstraße 4

Kosten: € 10,- (Lebensmittel, Getränke)

Anmeldung bis 05. Mai 2026

## Feierabendrunde

### Raus aus dem Alltag – rauf auf den Berg

Nach der Arbeit noch raus, Kopf frei bekommen, die Beine bewegen – das geht am besten an der frischen Luft. Wir starten im Steinbachtal und wandern über die Annaschlucht hinauf zur Frankenwarte. Oben wartet die Aussicht und ein gemütlicher Ausklang im Gasthof „Schützenhof“. Ganz unkompliziert, mit Bewegung, Natur und netten Leuten.

**Di, 09. Juni 2026, 19.00 bis ca. 22.00 Uhr**

Treffpunkt: St. Bruno, Steinbachtal

Anmeldung bis 05. Juni 2026

## Anfeuern und genießen

### Grillabend

Wir genießen ein paar entspannte Stunden beim Grillen unter freiem Himmel und lassen den Sommerabend gemütlich ausklingen.

**Di, 21. Juli 2026,**

**19.00 bis ca. 22.00 Uhr**

Ort: Kath. Hochschulgemeinde,  
Hofstallstraße 4

Anmeldung bis 20. Juli 2026

## Erlesen: Im Horizont der Vergänglichkeit

### Sich von einem Buch inspirieren lassen

Die Fastenzeit ist eine gute Gelegenheit, innezuhalten und den Blick neu auszurichten. Über mehrere Wochen hinweg lassen wir uns von einem klaren und zugleich tröstlichen Buch begleiten. In „Keine Zeit für grüne Bananen. Die aufklärende Kraft der Vergänglichkeit“ (2025, 104 Seiten) lädt der Pädagoge und systemische Berater Rolf Arnold dazu ein, das eigene Leben vom Ende her in den Blick zu nehmen. Im Horizont der eigenen Endlichkeit treten grundlegende Fragen hervor: Was ist wesentlich? Wer möchte ich gewesen sein? Mit kurzen Impulsen, Geschichten und Beispielen zeigt Arnold, wie sich der Blick schärfen lässt für das, was trägt, und wie entlastend es sein kann, sich nicht länger mit dem Unwesentlichen aufzuhalten. Gemeinsam lesen wir das Buch, lassen es nachklingen, tauschen uns darüber aus und erschließen daraus Anregungen für eine bewusste, entschiedene Lebensführung im Alltag.

**Mo, 02./ 09./ 23. März 2026, 20.15 bis 21.30 Uhr**

Teilnahme an allen Abenden erwünscht

Ort: Kath. Hochschulgemeinde, Hofstallstraße 4

Leitung: Michael Ottl

Anmeldung bis 24. Februar 2026

## AbendStille

### Mit Körper und Geist zur Ruhe kommen

Am Ende der Arbeitswoche einen Moment bewusst innehalten und mit einfachen Achtsamkeitsübungen und Meditation ganz bei sich selbst ankommen. In ruhiger Atmosphäre können Körper und Geist Entspannung erfahren – ganz ohne Vorkenntnisse. Eine wertvolle Auszeit, um Kraft zu tanken und sich auf das Wochenende einzustimmen.

**Fr, 06. März/ 22. Mai 2026, 19.00 bis 21.00 Uhr**

Ort: Thomas-Morus-Kapelle der Kath.

Hochschulgemeinde, Hofstallstraße 4

Leitung: Michael Ottl

Ohne Anmeldung

In Kooperation mit der Kath. Hochschulgemeinde

# bilder:zeit

## Eine Stunde bei einem Kunstwerk verweilen

Wie verändert sich der Blick, wenn wir einem einzigen Kunstwerk Zeit schenken? Wenn wir nicht durch die Ausstellung streifen, sondern innehalten, verweilen, betrachten und spüren? In einer Zeit, in der vieles schnell geht, lädt bilder:zeit ein, zu entschleunigen und still zu werden – mit sich, dem Moment und einem ausgewählten Kunstwerk. Ohne Ablenkung. Ohne Anspruch, alles zu verstehen. Nur schauen, wahrnehmen, sich berühren lassen. Eine Stunde lang. Begleitet von kurzen Impulsen, die helfen, die eigene Wahrnehmung zu vertiefen, wird die Begegnung mit dem Kunstwerk zu einem offenen Prozess: meditativ, nachdenklich, manchmal überraschend.

Ein Angebot für Menschen, die Kunst nicht konsumieren, sondern erleben möchten – persönlich, achtsam, gegenwärtig.

**Mi, 11. März 2026, 19.30 – 20.30 Uhr: Eschenholz, 2014**

Ort: MAD – Museum am Dom

Begleitung: Maria Walter – MAD, Michael Ottl – zwischen:zeit

Kosten: € 5,-

Anmeldung bis 05. März 2026

In Kooperation mit dem MAD – Museum am Dom Würzburg





# Aufatmen – zur Ruhe kommen – sich sein lassen

## Ein Tag zum Innehalten mit dem Jesuiten Bertram Dickerhof

Inmitten eines oft fordernden Alltags ist es lebens-not-wendig, immer wieder innezuhalten: sich aus der Geschäftigkeit des Vielerlei zu lösen, in der Stille sich neu auszurichten und zu spüren, was wirklich trägt. Der Jesuit Bertram Dickerhof, Theologe, Mathematiker und langjähriger Leiter der Christlichen Lebensschule „Ashram Jesu“ im Westerwald, begleitet diesen Meditationstag mit Impulsen für den persönlichen spirituellen Weg sowie mit einfachen Formen der Sitz- und Gehmeditation. Aus der Erfahrung vieler Jahre schöpfend vertieft er das Thema „Entscheidungen treffen – personen- und sachgerecht“. Achtsamkeit, Schweigen und liebevolle Präsenz bilden den Rahmen der gemeinsamen Übung. In dieser Haltung geschehen zu lassen, was sich zeigen will, kann zu geerdeter Offenheit, neuer Klarheit und dem wachsendem Vertrauen führen, dass der tragende Grund unseres Lebens, Gott, in allem gegenwärtig ist.

**Sa, 21. März 2026, 9.00 bis 17.00 Uhr**

Ort: Kath. Hochschulgemeinde, Hofstallstraße 4

Kosten: 40,- € (einfaches Mittagessen, Kaffee inkl.)

Anmeldung bis 13. März 2026

In Kooperation mit der Kath. Hochschulgemeinde



mit:gehen

KAR | MITTWOCH  
KAR | MITTWOCH

**Impressionen eines Kreuzweges in Wort, Musik und Tanz**  
**Orgelmusik „Le chemin de la croix“ von Marcel Dupré, Texte von Paul Claudel**

Der Ursprung der Kreuzwegspiritualität liegt im Nachvollziehen und Mitgehen des letzten Weges Jesu durch Pilger:innen in Jerusalem. Seit ihrem Anfang verbindet sie den Weg Jesu mit den Wegen des eigenen Lebens – mit all seinen Brüchen und Ängsten sowie mit Hoffnung, Trost und Vertrauen. Paul Claudel verdichtete die 14 Stationen in einer sprachlich kraftvollen Meditation. Zwanzig Jahre später wurde Marcel Dupré eingeladen, zu den Worten Claudels auf der Orgel zu improvisieren. An diesem Karmitwochabend sind Sie eingeladen, in Wort und Klang sowie sichtbar im Tanz den Kreuzweg mitzugehen. Station für Station. Schritt für Schritt. Mit offenen Sinnen.

Orgel: Ariane Metz, Würzburg

Tanz: Yester Mulens García, Mainfranken Theater, Würzburg

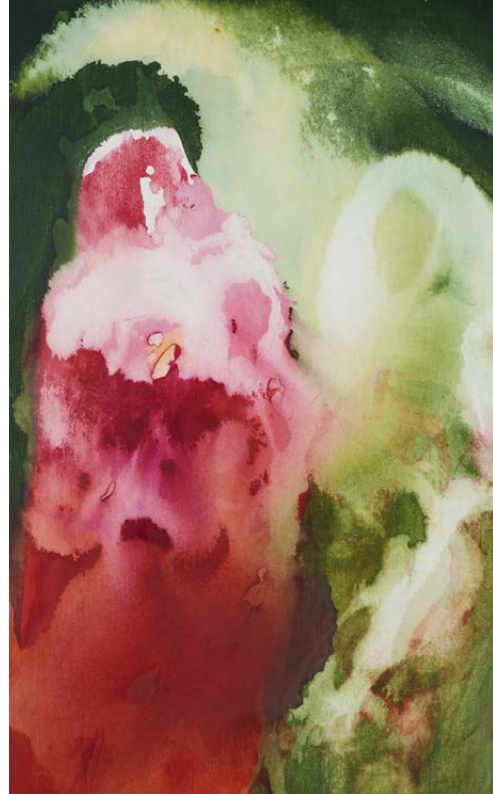
Sprecher: Peter Weiß, Schauspieler, Bayerischer Rundfunk, München

**Mi, 01. April 2026, 19.30 Uhr bis 21.00 Uhr**

Ort: Augustinerkirche, Dominikanerplatz 2

Eintritt frei

Kooperation mit Kath. Akademie Domschule und Augustinerkloster





# Insel der Stille

## Innehalten und Kraft schöpfen

Manchmal braucht es eine Atempause im Alltag, einen Ort der Ruhe, fern vom ständigen Tun und Müssen. Dieser Vormittag lädt ein, durchzuatmen, bei sich selbst anzukommen und neue Energie zu schöpfen. Achtsamkeitsübungen, Sitzen in Stille und durchgehendes Schweigen schaffen Raum für innere Sammlung und Rückbesinnung auf das Wesentliche.

**Sa, 25. April 2026, 9.00 bis 13.00 Uhr**

Ort: Thomas-Morus-Kapelle der Kath. Hochschulgemeinde

Leitung: Michael Ottl

Kosten: € 5,-

Anmeldung bis 21. April 2026

In Kooperation mit der Kath. Hochschulgemeinde

# Einführung in die Meditation

## In sich ruhen – gelassen leben

Meditation möchte als spiritueller Weg zu Achtsamkeit, Gelassenheit, innerer Ruhe und der Erfahrung Gottes im eigenen Leben führen. Der Kurs vermittelt Theorie und Praxis der Meditation sowie das „Sitzen in der Stille“. Er führt in die Grundhaltung der Meditation ein: waches, absichtsloses Verweilen in der Gegenwart.

**Mo, 04./ 11./ 18. Mai 2026, 18.30 bis 20.15 Uhr**

Ort: Thomas-Morus-Kapelle der Kath. Hochschulgemeinde

Leitung: Michael Ottl

Kostenfrei

Anmeldung bis 28. April 2026

In Kooperation mit der Kath. Hochschulgemeinde

# Pilgertag im Spessart

## Rauskommen. Durchatmen. Weitergehen.

Manchmal tut es einfach gut loszugehen: Den Frühling in der Natur erleben und den Alltag bewusst unterbrechen. Die Pilgerroute führt über die Höhen und durch die Wälder des Spessarts bei Kreuzwertheim zum Himmelreich (ca. 13 km). Frische Luft, Wandern in Stille, spirituelle Impulse und Achtsamkeitsübungen öffnen einen Raum, um im Gehen mehr bei sich selbst anzukommen, die Sinne zu öffnen und sich selbst wieder neu zu begegnen.

**Sa, 09. Mai 2026, 9.00 bis ca. 17.00 Uhr**

Leitung: Michael Ottl

Kosten: € 10,- (Fahrkostenbeteiligung)

Anmeldung bis 29. April 2026

## wald:zeit

### Eintauchen in den Wald und Kraft tanken

Am Abend legt sich eine besondere Stimmung über den Wald. Die Luft wird kühler, das Licht weicher, die Geräusche treten zurück. Es öffnet sich ein Raum für Ruhe und Achtsamkeit. Wahrnehmungsübungen, meditatives Gehen und bewusstes Verweilen laden dazu ein, den Alltag hinter sich zu lassen und mit allen Sinnen in die Atmosphäre des Waldes einzutauchen. Ein wohltuender Spaziergang für alle, die die Stille suchen, entschleunigen und neue Kraft schöpfen möchten.

**Do, 11. Juni 2026, 19.00 bis ca. 21.30 Uhr**

Ort: Wald in der Nähe von Würzburg  
(genauer Treffpunkt bei Anmeldung)

Leitung: Michael Ottl

Kosten: Fahrtkostenbeteiligung

Anmeldung bis 03. Juni 2026

## Wandeln – Meditation im Domkreuzgang

### Einfach gehen

Seit Jahrhunderten sind Kreuzgänge Orte des Innehaltens, architektonische Räume der Stille mitten im Trubel der Stadt. Der historische Kreuzgang des Doms lädt ein zu einem meditativen Abend in Bewegung, um zur Ruhe zu kommen und den eigenen Schritten nachzuspüren. Durch achtsames Gehen und einfache Übungen entsteht Raum für Sammlung und Erdung. Eine Einladung, sich zu zentrieren – ganz im Augenblick, ganz bei sich.

**Fr, 15. Mai 2026, 13.00 bis 14.30 Uhr**

(im Kreuzgang des Franziskanerkloster; im Rahmen des Katholikentages ohne Anmeldung)

**Mi, 24. Juni 2026, 18.00 bis 19.15 Uhr**

**Mi, 15. Juli 2026, 18.00 bis 19.15 Uhr**

Ort: Kreuzgang des Domes

Treffpunkt: Platz vor dem Burkardushaus, Am Bruderhof 2

Leitung: Michael Ottl

Kostenfrei

Anmeldung bis 22. Juni/ 13. Juli 2026

# berg:zeit im Karwendelgebirge

## Vergiss die Berge auf dem Schreibtisch – die echten warten!

Auf dem Weg durch die Berge sich Zeit lassen, die Schönheit der Natur wahrnehmen, den Augenblick genießen und Kraft schöpfen. Diese spirituelle Auszeit ist geprägt vom meditativen Wandern im Schweigen, von Achtsamkeitsübungen, spirituellen Impulsen und dem Austausch untereinander. Die mittelschweren Bergtouren (Gehzeit: 4–6 Stunden, bis 1000 Höhenmeter im Aufstieg, Trittsicherheit erforderlich) führen von Hütte zu Hütte durch den Naturpark Karwendel – Orte voller Stille, Weite und Energie.

**Do, 02. Juli, 7.00 Uhr bis So, 05. Juli 2026, ca. 20.00 Uhr**

Leitung: Michael Ottl, Bergexerzitenleiter und Bergwanderführer des Deutschen Alpenvereins

Kosten: € 100,- (Kurskosten, Fahrt im Kleinbus inklusive)

Die Übernachtungskosten sind vor Ort zu begleichen.

Anmeldung bis 15. Juni 2026





## sommer:perlen

### Prisecco-Wanderung

Ein warmer Sommerabend, Abendstimmung über dem Maintal, feine Perlen im Glas, der Duft von Apfel, Frische am Gaumen. Wir wandern in gemütlichem Tempo durch das idyllische Wasserschutzgebiet bei Zell hinauf auf den Zeller Berg (ca. 6 km) und verkosten unterwegs Prisecco, ein alkoholfreies, prickelndes Getränk, komponiert aus alten Obstsorten, Kräutern und Blüten. An mehreren Stationen entdecken wir feine Aromen, unterschiedliche Nuancen, überraschende Geschmacksnoten und nehmen uns Zeit, bewusst zu schmecken, Eindrücke zu teilen und den Moment bewusst zu genießen. Ein prickelnder Abend für alle Sinne.

**Fr, 10. Juli 2026, 19.00 bis ca. 22.00 Uhr**

Leitung: Michael Ottl

Kosten: € 10,-

Anmeldung bis 06. Juli 2026

# Exkursion: Venedig und die Biennale 2026

## betrachten – begegnen – genießen

Als globaler Resonanzraum zeitgenössischer Kunst versammelt die Biennale künstlerische Positionen aus über 80 Ländern und eröffnet einen vielstimmigen Dialog über Politik und Macht, Identität und Geschichte, Brüche und Hoffnungen unserer Zeit. Ein Rundgang durch die Ausstellung wird so zu einer Reise durch globale Perspektiven und unterschiedliche Lebenswelten.

Im Mittelpunkt der Exkursion steht die gemeinsame Erkundung der Biennale unter der Leitung von Ruth Pucher, Kunstvermittlerin mit langjähriger Erfahrung und feinem Gespür für zeitgenössische Kunst. Sie eröffnet Zugänge, die komplexe Werke verständlich machen, und lädt dazu ein, genau hinzusehen, Fragen zu stellen und der eigenen Wahrnehmung zu trauen. Gespräche über ausgewählte Werke, Hintergründe zu Künstler:innen und der Austausch in der Gruppe machen diese Exkursion zu einer lebendigen gemeinsamen Erfahrung. Geführte Rundgänge wechseln sich bewusst ab mit individuellen Zeiten für eigene Entdeckungen, Nachklänge oder Umwege durch die Stadt. Ergänzend besuchen wir weitere bedeutende Kunst- und Kulturorte Venedigs, an denen sich Kunst, Geschichte und Spiritualität auf besondere Weise berühren.

**Do, 10. September, 10.00 Uhr bis Sa, 12. September 2026, ca. 18.00 Uhr**

Leitung: Sr. Mag.a Ruth Pucher MC, Kunstvermittlerin, Wien und Michael Ottl, zwischen:zeit Würzburg

Kosten: € 200,- (inkl. Kunstbegleitung und Eintritt zur Biennale)

An- und Abreise sowie Unterkunft individuell organisiert

Anmeldung bis 08. Juni 2026



## Gespräch und Begleitung

Möchten Sie Lebens- oder Beziehungsfragen in den Blick nehmen und klären, Perspektiven Ihrer persönlichen Situation erweitern oder sich bei der Vertiefung der eigenen Spiritualität begleiten lassen? Im geschützten Rahmen der Beratung können Sie herausfordernde oder problematische Situationen besser verstehen, neue Sichtweisen entdecken und Lösungsschritte entwickeln.



**Michael Ottl**

(Dipl. Theologe,  
Systemischer Einzel-, Paar-  
und Familientherapeut)

0931-3545316

[michael.ottl@bistum-wuerzburg.de](mailto:michael.ottl@bistum-wuerzburg.de)

## Treff für Frauen in Führungspositionen

### **Austauschen – Inspirieren – Vernetzen**

Führung bedeutet gestalten, entscheiden, Verantwortung tragen – und das oft unter widersprüchlichen Erwartungen. Dieser Treff bietet Frauen in Leitungsfunktionen einen geschützten Raum, um berufliche Erfahrungen zu teilen, Herausforderungen zu reflektieren und Impulse für die persönliche Weiterentwicklung zu gewinnen. In vertrauensvoller Atmosphäre geht es um Fragen der eigenen Rolle, den Umgang mit Erwartungen und um die Suche nach einem stimmigen Kurs im Beruf und im Leben.

Ein Abend für alle, die in Führungspositionen stehen und Austausch mit anderen Frauen in ähnlicher Verantwortung schätzen.

**Di, 24. Februar/ 14. April/ 19. Mai/ 07. Juli/ 22. September 2026, 20.15 Uhr**

Ansprechpartnerin: Cornelia Hofmann

Kontakt: [fraueninfuehrungsposition@khg-wuerzburg.de](mailto:fraueninfuehrungsposition@khg-wuerzburg.de)

Ort: Kath. Hochschulgemeinde, Hofstallstraße 4

# DenkBar – Gespräche, die weitergehen

## Begegnungsforum für junge Erwachsene

Du hast Lust auf gute Gespräche jenseits von Small Talk und Filterblasen? Bei der DenkBar kommen junge Menschen (bis ca. 35 Jahre) mit unterschiedlichen beruflichen Hintergründen zusammen, um in entspannter Runde über das nachzudenken, was uns heute bewegt: aktuelle gesellschaftliche Themen, ethische Streitfragen, Spiritualität, Zukunft und die kleinen wie großen Fragen, die das Leben gerade stellt.

Die DenkBar ist ein offenes Forum: Du brauchst kein Vorwissen, nur Neugier und Lust auf Austausch. Mal persönlich, mal kontrovers, aber immer wertschätzend. Wir treffen uns einmal im Monat in lockerer Atmosphäre – bei Snacks, Getränken und auf Augenhöhe.

**Di, 03. März/ 14. April/ 19. Mai/ 23. Juni 2026, 20.00 bis 22.00 Uhr**

Ort: Kath. Hochschulgemeinde, Hofstallstraße 4



## Moonlight Mass mit Jazz

### Ein abendlicher Gottesdienst zum Innehalten und Auftanken

Am Abend des Sonntag lädt die Moonlight Mass mit Jazz zu einer besonderen Stunde ein: zur Ruhe kommen, die Gedanken sammeln, sich neu verorten und Kraft schöpfen für die kommende Woche. Die Feier – im Wechsel als Eucharistie- oder Wort-Gottes-Feier gestaltet – in meditativer Atmosphäre ist getragen von Stille, Kerzenschein und jazzigen Klängen. Spirituelle Impulse, sorgfältig ausgewählte Texte und live improvisierte Musik verweben sich zu einer Liturgie der besonderen Art – reduziert, klar, offen für das, was trägt.

#### So, 21.00 bis 22.00 Uhr

Ort: Augustinerkirche, Dominikanerplatz 2  
In Kooperation mit der Kath. Hochschulgemeinde und dem Augustinerkloster

## Meditation

### Sich sammeln in der Stille

Diese Meditationsstunde lädt dazu ein, innezuhalten und ganz bewusst im gegenwärtigen Moment zu verweilen. Diese Form der spirituellen Übung stärkt innere Ruhe, fördert Gelassenheit und öffnet den Raum für eine tiefere Wahrnehmung des eigenen Lebens – und für die Erfahrung Gottes in der Stille. Die Stunde beginnt mit einer kurzen Körperübung zur Sammlung, dann folgen zwei Meditationseinheiten in Stille à 20 Minuten, dazwischen eine Gehmeditation.

#### Mo, 19.00 bis 20.00 Uhr

(außer in den Schulferien; Einstieg jederzeit möglich)  
Ort: Thomas-Morus-Kapelle der Kath. Hochschulgemeinde, Hofstallstraße 4  
Leitung: Michael Ottl

#### Einführungskurs: Mo, 04./ 11./ 18. Mai 2026, 18.30 bis 20.15 Uhr



Die zwischen:zeit bietet Zeiträume für Menschen, die neugierig sind auf das Leben und auf sich selbst. Hier öffnen sich Räume für Stille und Austausch, für Fragen und Inspiration, für Begegnung mit anderen und mit dem, was unserem Leben Tiefe gibt.

**zwischen:zeit**  
begegnung · stille · inspiration

Angebote für Menschen nach dem Studium  
in der KHG Würzburg

[www.zwischenzeit-wue.de](http://www.zwischenzeit-wue.de)

**KHG**  
würzburg

zwischen:zeit · Hofstallstraße 4  
97070 Würzburg  
Tel.: 0931 35453 16

E-Mail: [michael.ottl@bistum-wuerzburg.de](mailto:michael.ottl@bistum-wuerzburg.de)

 [zwischenzeitwue](https://www.instagram.com/zwischenzeitwue)



Fotos: Cover: © K-FK/shutterstock.com,  
Seite 3: © Evgeniya Pavlova/iStock.com,  
Seite 4: © alvarez/iStock.com, Seite 7: © PAPStock/  
iStock.com, Seite 8: © Diana Rebenciuc/iStock.com,  
Seite 9: © Jacques Gassmann, Kreuzwegstation  
in der Augustinerkirche Würzburg, Seite 10: © Vladimir  
Zapletin/iStock.com, Seite 13: © SanderStock/iStock.com,  
Seite 14: © Rike/iStock.com, Seite 15: © Catarina Belova/  
shutterstock.com, Seite 17: © JARAMA/iStock.com  
Seite 19: © BlackAperture/iStock.com