

## Ansatz

Immer wieder einmal versieht das Leben seinen gewohnten Gang mit einem Fragezeichen: Ob es nicht mehr ist, als Funktionieren in Arbeit und Freizeit und Sich-Durchmogeln, sondern aus einer inneren Freiheit herausfließen kann? Genügt die eigene Person, wenn sie wahrhaftiger aus sich selbst heraus lebt? Gibt es eine Liebe, die lauter ist; die die andere Person erkennt und bejaht? Gibt es nicht nur Sinninseln, sondern einen umfassenden Sinn, der alles Widrige, alles Leiden, selbst den Tod unterfasst? Wie ist das Leben dann auszurichten? Ist Gott?

Solche und ähnliche Fragen lassen Menschen in Indien einen Ashram aufsuchen, um in dessen auf das Wesentliche reduzierter, spiritueller Atmosphäre, in Stille, Achtsamkeit und persönlicher Begegnung dabei begleitet zu werden, je nach der eigenen Antwort zu suchen. Spuren zu ihr hin zeigen sich in der persönlichen Erfahrung durch eine lösende, befreiende Wirkung. So geht es auch im Ashram Jesu. Er hat seine Fundamente tief im Christlichen und kann daher offen sein für jeden Menschen, der sich hier seinem Leben und seiner Wahrheit stellen und sich tiefer gründen will.

Der Weg der spirituellen Spurensuche durch das Jahr 2018 besteht in einer Hinführung zu Stille, Meditation (Samatha und Vipassana) und Tun in Einheit mit sich selbst. In seinem Verlauf nehmen die Zeiten des Schweigens zu, und das stille Meditieren steigert sich von anfangs 25 auf 45 Minuten. Zur methodischen Einübung kommt hinzu, psychologisch und spirituell besser zu verstehen, was dieser Übungsweg bedeutet, und die geistigen Haltungen zu entwickeln, die er verlangt. Alles dient dem Ziel, sich selbst immer mehr vor einem immer offeneren Horizont – und darin Gott – zu begegnen.

## Aufbau und Termine

### ► 4 Kurseinheiten

1. Wieso es sich lohnt, den Anfragen des Lebens Raum zu geben, und wie dies geschehen kann

*ein Wochenende vom 26. - 28. Januar 2018;  
Beginn 18:00 Uhr, Ende 15:00 Uhr*

2. Ist dem Leben zu trauen? – die Gottesfrage

*ein Wochenende vom 04. - 06. Mai 2018;  
Beginn 18:00 Uhr, Ende 15:00 Uhr*

3. Sich selbst sein lassen – achtsam, gelassen und liebevoll – und seinem Grund begegnen

*eine 8tägige Grundübung mit 1 Reflexionstag  
13. -23. September 2018;  
Beginn 18:00 Uhr, Ende 10:00 Uhr*

4. Bilanz und Perspektive

*29.11. - 2. 12. 2018;  
Beginn 18:00 Uhr – Ende 10:00 Uhr*

Elemente dieser Einheiten

*Meditation, Betrachtung Heiliger Schriften, Inputs, Gruppengespräche, Entschleunigung, Körperentspannung, Karma Yoga, mehr und mehr Schweigen und Achtsamkeit bei allen Vollzügen*

### ► im Alltag

Entwickeln einer persönlichen Praxis des Innehaltens/Meditierens/Betens

## Modalitäten

### Voraussetzungen für die Teilnahme

- Lebenserfahrung in Arbeit und Beziehungen
- Sehnsucht nach Orientierung und Vertiefung
- Bereitschaft, sich auf einen Prozess einzulassen, der auch Infragestellungen und Loslassen mit sich bringen kann
- Bereitschaft, zur Sprache zu bringen, was einen bewegt

### Auskunft und Leitung

Bertram Dickerhof SJ  
dickerhof@ashram-jesu.de  
Telefon: 06433 91 89 484  
www.ashram-jesu.de

### Kosten

Unterbringung im einzelbelegten Zimmer & vegetarische Verpflegung für 17 Tage

	646,- Euro
Kursgebühr:	490,- Euro
Gesamtpreis:	1.136,- Euro

### Anmeldung

bis spätestens 31. Dezember 2017 an das Sekretariat des Ashram Jesu  
info@ashram-jesu.de



Brich auf und wandere!

Es leuchtet der Stern.

Viel kannst du nicht mitnehmen auf den Weg,  
und viel geht dir unterwegs verloren.

Lass es fahren.

Gold der Liebe,  
Weihrauch der Sehnsucht,  
Myrrhe der Schmerzen hast du ja bei dir.

Er wird sie annehmen und wir werden finden.

Karl Rahner

#### **Adresse und Kontakt**

Ashram Jesu  
Oberziegenfurter (Hirschen-) Mühle 1  
65589 Hadamar-Oberzeuzheim  
Fon: 06433 91 89 484  
E-Mail: [info@ashram-jesu.de](mailto:info@ashram-jesu.de)  
[www.ashram-jesu.de](http://www.ashram-jesu.de)

Der Ashram Jesu ist ein eingetragener  
und gemeinnütziger Verein.

Konto-Nr.: 17404300

BLZ: 400 602 65

Darlehenskasse Münster

IBAN: DE28 4006 0265 0017 4043 00

## **SPIRITUELLE SPURENSUCHE**

*Spuren, die  
aus der Zerstreuung in die Sammlung,  
von der Oberfläche zum Grund,  
aus dem Vielerlei zum Einigen  
führen*

Hinführung zu und Einübung von  
Stille, Meditation, Gebet

**2018**