

ALLE KURS DATEN IM ÜBERBLICK:

Die Kurseinheiten

1. „Grundlegung“

Datum: 27. – 31.10.2021

2. „Meditation“

Datum: 09. – 13.02.2022

3. „Gruppe“

Datum: 11. – 15.05.2022

4. „Spirituelle Erfahrungen und ihre Deutung“

Datum: 31.08. – 04.09.2022

5. „Perspektive“

Datum: 23. – 27.11.2022

Beginn jeweils 18:00, Ende jeweils 15:00 Uhr
Alle Kurseinheiten finden im Ashram Jesu statt.

Kosten

Unterbringung und vegetarische

Verpflegung für 20 Tage: 620,- €

Kursgebühr: 650,- €

Gesamtpreis: 1.270,- €

Aufschlag für Unterbringung im
einzelbelegten Zimmer: 180,- €

Einzel belegte Zimmer werden in der Reihenfolge der
Anmeldungen vergeben.

Zahlung des Betrages in 3 Raten.

Anmeldung

bis spätestens 31. Juli 2021 an:

Ashram Jesu

Oberziegenfurter (Hirschen-) Mühle 1

65589 Hadamar-Oberzeuzheim

Fon: 06433 91 89 484

E-Mail: info@ashram-jesu.de

Website: www.ashram-jesu.de

Die methodische Übung dankbaren Lebens besteht, ganz kurzgefasst, in einem stets wiederholten Dreischritt von Innehalten, Innwerden und Tun. Augenblick für Augenblick schenkt uns das Leben eine immer wieder ganz einzigartige Gelegenheit – einzigartig, weil sie in dieser Form noch niemals da war und nie wiederkommen wird. Wer diese Gelegenheit nicht versäumen will, darf sich nicht mitreißen lassen vom raschen Strom der Ablenkungen, muss also innehalten, um dessen innezuwerden, was das Geschenk des Augenblicks ist. Und wer die Gelegenheit erkennt, muss rasch zugreifen, denn die Zeit steht nicht still.

David Steindl-Rast OSB

Auskunft und Leitung

Bertram Dickerhof SJ, Jesuit und
Mathematiker, Trainer für Gruppendynamik
und Lehrer für Vipassana-Meditation
dickerhof@ashramjesu.de

Petra Maria Hothum SND, Schwester
Unserer Lieben Frau, Theologin,
Exerzitienleiterin, Trainerin für
Gruppendynamik
hothum@ashram-jesu.de

Ashram Jesu
Oberziegenfurter Mühle 1
65589 Hadamar



**Ausbildung
zum Leiten einer
Ashramgruppe**

Herbst 2021 - Herbst 2022

Was verstehen wir unter einer *Ashramgruppe*?

Eine Ashramgruppe ist eine Gruppe, die sich im Idealfall

1. regelmäßig trifft,
2. in der Weise des Ashram Jesu meditiert und
3. miteinander ins Gespräch kommt zu der Frage an jeden Teilnehmenden: Wie ging es Dir beim Meditieren? Was hat Dich beschäftigt? Die anderen sind jeweils zu Resonanz eingeladen.

Weitere Elemente wie Gehmeditation, Schriftbetrachtung etc. sind möglich.

Eine wesentliche Voraussetzung für eine Ashram-Gruppe ist, dass ihr Leiter / ihre Leiterin Erfahrung auf dem spirituellen Weg des Ashram Jesu hat und eine persönliche Praxis pflegt, die in

Innehalten –Innewerden – Tun besteht. Die Ausbildung reflektiert diese Erfahrungen und übt Fähigkeiten ein, die für das Leiten einer Ashramgruppe oder eines Ashramtages unmittelbar notwendig sind. Daher sind

Zentrale Inhalte der Ausbildung:

- Verständnis und Anleiten der Meditation
- Rolle und Interventionen im Guppengespräch
- Deutung spiritueller Erfahrungen

Adressaten der Ausbildung:

Personen, die

- zu mindestens 30 Kurstagen im Ashram Jesu gewesen sind;
- sich um einen persönlichen spirituellen Weg bemühen;
- das Interesse haben, eine Ashramgruppe zu gründen und zu leiten;
- alle Termine der Ausbildung wahrnehmen können.

Aufbau der Ausbildung:

- 5 Kurseinheiten, jeweils von Mittwoch 18:00 Uhr bis Sonntag 15:00 Uhr, verteilt über ein Jahr
- Einübung und Vertiefung einer täglichen Praxis von Meditation und Schriftbetrachtung
- Hausaufgaben von Kurseinheit zu Kurseinheit
- Führen eines Lerntagebuchs

1. Einheit „Grundlegung“

Inhalte:

- gegenseitiges Kennenlernen
- Vorstellen des Konzeptes der Ausbildung
- Wieso ist eine tägliche stille Zeit sinnvoll und wie wird sie demgemäß gestaltet?
- Planung der stillen Zeit zu Hause
- Erarbeitung eines Konzeptes zur Anleitung der Meditation

Die folgenden Kurseinheiten beginnen stets mit einer Einheit zur persönlichen Praxis des Innehaltens.

2. Einheit „Meditation“

Inhalte:

- Besprechen der Meditationskonzepte
- Grundlegung der Meditation: Worauf kommt es an? Was "bringt" sie? Ihre Voraussetzungen, förderliche und hinderliche Haltungen. Idiopolis und wahres Selbst

3. Einheit „Gruppe“

Inhalte:

- Erfahrungen mit Gruppe bei Ashramkursen
- die Vision von Binnenklima und Außendarstellung "meiner" Ashramgruppe
- Interventionsschmiede: was mache ich, wenn in meiner Gruppe z.B. das Gespräch stockt; eine Person nie etwas sagt; eine Person dominiert...?
- Leitungsrolle

4. Einheit

„Spirituelle Erfahrungen und ihre Deutung“

Inhalte:

- Was bringt und hält den Menschen spirituell in Bewegung? Wie verläuft der spirituelle Weg, in welchen Phasen, mit welchen Gesetzmäßigkeiten, z.B. hinsichtlich der Entwicklung des Gottesbildes und der Gottesbeziehung?
- Was erkenne ich als Ziel des spirituellen Wegs, was ist meine Vision dieses Ziels?
- Hat der spirituelle Weg das eigene Verständnis des Lebens und der Welt verändert? Wenn ja, wie? Haben sich die Werte verändert?

5. Einheit „Perspektive“

Inhalte:

- Themen, die nochmals aufgegriffen und vertieft oder ergänzt werden sollten
- Bilanz des Kurses
- Entscheidungsfindung bezüglich Aufbau und Leitung einer Ashram-Gruppe im nächsten Jahr
- Entscheidungsfindung bezüglich der Gestaltung, des persönlichen spirituellen Weges im nächsten Jahr: stille Zeit, Exerzitien/Grundübungen, geistliche Begleitung...
- Abschluss