

AUSZEITEN 2021

Achtsam leben und meditieren im eigenen Rhythmus

- **im Winter vom 15. – 24. 01.2021** und
- **im Sommer vom 24.07. – 08.08.2021**

bietet der Ashram Jesu seinen Rahmen von Schweigen und Achtsamkeit denen an, die bei sich einkehren und meditieren möchten, ohne an einem Kurs teilzunehmen.

- ▶ Zeitraum frei wählbar (bitte entsprechend anmelden!);
- ▶ gemeinsame Mahlzeiten im Schweigen;
- ▶ Möglichkeit der Teilnahme an den Meditationszeiten und am sonntäglichen Gottesdienst des Ashram Jesu;
- ▶ Angebot von Gesprächsrunden zur Meditationspraxis;
- ▶ ein Begleitgespräch mit der Leitung inklusive;
- ▶ weitere Begleitgespräche (je 30,- €) möglich.

Ansonsten viel Freiraum zur eigenen Gestaltung.
Gesamtkosten pro Tag: 47,- €

GASTAUFENTHALTE

- ▶ *Ein paar Tage in Stille und Achtsamkeit*
Einzelbelegtes Zimmer, Grundausstattung an Lebensmitteln, Selbstversorgung, meditatives Arbeiten täglich, Teilnahme an Meditationszeiten – nach Absprache in kursfreien Zeiten.
Kosten: 40,- €/Tag; Begleitgespräch(e) möglich
- ▶ *Aus- und Sabbatzeiten*
Sie beginnen mit einem Kurs, der den Einstieg erleichtert. Elemente: Meditation, meditatives Arbeiten, Studium, Bewegung in der Natur, Gespräche. Alles Weitere nach Vereinbarung.
Anmeldung beim gewünschten Begleitenden.

ASHRAM-TAGE bundesweit

Innehalten mitten im Alltag

Ashram-Tage – von 9:00 Uhr bis 17:00 Uhr – haben erfahrungsgemäß eine von innen her ordnende, zentrierende und stärkende Wirkung. Sie bestehen aus drei angeleiteten Sitz- und Gehmeditationen, Gespräch, Messe bzw. Schriftbetrachtung. Ashram-Tage finden an verschiedenen Orten in Deutschland statt.

Nähere Informationen siehe website!

Kursbeginn und Kursende

Sofern nichts anderes gesagt ist, beginnen unsere Kurse am ersten Kurstag um 18:00 Uhr und enden am letzten Kurstag um 10:00 Uhr.

*Kosten

Zu den jeweiligen Kursgebühren hinzu kommen die Kosten für Unterbringung (zur Zeit nur im einzeln belegten Zimmer möglich) & vegetarische Verpflegung: 40,- € pro Tag (alle Preise sind brutto).

Bei Rücktritt weniger als einen Monat vor Kursbeginn berechnen wir 25,- € Verwaltungsaufwand, weniger als acht Tage vor Kursbeginn ein Drittel des Rechnungspreises als Ausfallgebühr.

Ausführliche Informationen

www.ashram-jesu.de

Anmeldung

Bitte richten Sie Ihre Anmeldung mit Angabe Ihrer Adresse, der gewünschten Aufenthaltszeit, Kursart und ob Sie in einem einzel- oder mehrfachbelegten Zimmer wohnen wollen an:

Ashram Jesu
65589 Hadamar-Oberzeuzheim
Fon 0175 3360835
E-Mail info@ashram-jesu.de

Ein Formular finden Sie unter www.ashram-jesu.de
> Kursangebote > Auskunft & Anmeldung.

Leitung

P. Bertram Dickerhof SJ
dickerhof@ashram-jesu.de

Sr. Petra Maria Hothum SND
hothum@ashram-jesu.de

Träger

Der Ashram Jesu ist ein eingetragener und gemeinnütziger Verein.

BIC: GENODEM 1DKM
IBAN: DE28 4006 0265 0017 4043 00



Veranstaltungen 2021

Ashram Jesu
Oberziegenfurter Mühle 1
65589 Hadamar – Oberzeuzheim

Fon 0175 33 60 835
info@ashram-jesu.de
www.ashram-jesu.de

Im Ashram Jesu geht es um die Übung, sich selbst sein zu lassen.

Dazu verhelfen Sitz-, Geh-, Arbeits-, Schriftmeditation und eine prozessorientierte Gruppe im Hier und Jetzt.

Jeder Tag wird in Schweigen, Entschleunigung und Achtsamkeit, ohne viel Ablenkung, im Kontakt mit sich in einer ländlichen Umgebung gelebt.

Die Wirkung eines Aufenthaltes im Ashram Jesu ist in der Regel, zentrierter, nüchterner und klarer zu werden, unmittelbar berührt vom Geheimnis aller Wirklichkeit.

Notwendig für einen Kurs im Ashram Jesu ist die Bereitschaft, sich seinem Leben und sich selbst zu stellen.

Wozu das alles? Um der Sehnsucht zu folgen, über alles, was ist, hinaus zu gelangen. Ihre Erfüllung wird oft lange außen und im Haben gesucht: in Erfolg, in Anerkennung, Macht, Besitz, Erotik und Vergnügen – und Mit- und Umwelt werden „gebraucht“ für das eigene „Glück“. Doch das scheitert letztlich und ist zerstörerisch. Wer dies merkt und annimmt, wird verwandelt in sein wahres Selbst. Ihm wächst ein Mehr an Freiheit, Selbstsein und Freude zu. Er beginnt zu leben und zu handeln aus einem ihn erneuernden Strom von Liebe.

AUSBILDUNG Herbst 2021 – Herbst 2022

Ausbildung zum Leiten einer Ashram-Gruppe

Aufbau: 5 Kurseinheiten, jeweils Mittwoch (18:00 Uhr) bis Sonntag (15:00 Uhr), verteilt auf ein Jahr.

Adressaten: Personen, die öfters im Ashram gewesen sind, sich um einen persönlichen spirituellen Weg bemühen und Interesse haben, eine Ashram-Gruppe zu gründen und zu leiten.

Termine: 27.-31.10.2021; 09.-13.02.2022; 11.-15.05.22; 31.08.-04.09.2022; 23.-27.11.2022

Voraussetzung: 30 Kurstage im Ashram Jesu

Gesamtkosten: 1450,- €

Anmeldung bis spätestens 31.07.2021

Nähere Informationen s. Extraflyer!

KURSREIHEN 2021

Spirituelle Spurensuche

Seiner Sehnsucht folgen

Dieser **Jahres-Kurs** richtet sich an Menschen, die ihrer Sehnsucht folgen wollen und dazu auch Mühen und Infragestellung in Kauf nehmen.

4 Kurseinheiten:

25. – 28.02.2021: Der Sehnsucht einen Ort geben

22.04. – 02.05.2021: Aufwachen zur Wirklichkeit

09. – 12.09.2021: Der Alltag als Weg zum Ziel

02. – 05.12.2021: Perspektiven

Beginn jeweils 18:00 Uhr; Ende jeweils 10:00 Uhr

Leitung: Dickerhof Kursgebühr* 550,- €

Nähere Informationen siehe website und Extraflyer!

Projekt: Fastenzeit spirituell leben

eine – nicht nur virtuelle - Meditationsgemeinschaft

Kurseinheiten:

12. – 16.02.2021: Grundlegung (Ende: 10:00 Uhr)

09. – 11.04.2021: Die spirituelle Bedeutung des Erlebten (Ende: 15:00 Uhr)

Dazu das Angebot von Begleitgesprächen

Leitung: Dickerhof Kursgebühr* 180,- €

GRUNDÜBUNGEN 2021

Achtsam, gelassen, liebevoll verweilen

bei der eigenen inneren Wirklichkeit

Die Grundübungen sind das zentrale Angebot des Ashram Jesu. Sie helfen zu erkennen, worauf das eigene Leben tatsächlich gegründet ist. Dieser Grund ist zwar verborgen, doch ist, was ein Mensch jeweils mitbringt an aktuellen Lebenserfahrungen, Fragestellungen, inneren und äußeren Ereignissen, ein Zugangsweg zu ihm. Im Wahrnehmen und Anerkennen dieser je eigenen, oftmals enttäuschenden Wirklichkeit eröffnet sich ein Weg zu dem, was wirklich trägt.

• **10-tägige Grundübungen:**

04. – 14.03.2021 Hothum G 230,- €

03. – 13.06.2021 Dickerhof E 270,- €

08. – 18.07.2021 Hothum G 230,- €

19. – 29.08.2021 Dickerhof G 230,- €

07. – 17.10.2021 Hothum G 230,- €

11. – 21.11.2021 Dickerhof E 270,- €

• **7-tägige Grundübungen:**

02. – 09.01.2021 Dickerhof G 170,- €

19. – 26.09.2021 Dickerhof G 170,- €

Loslassen und neues Leben empfangen

Grundübung in der Karwoche

27.03. – 04.04.2021 Dickerhof, G 210,- €
Hothum

G = Prozessbegleitung in der Gruppe;

E = Prozessbegleitung im Einzelgespräch;
in diesem Fall nur einzelbelegte Zimmer.

Die Preise bezeichnen die Kursgebühren*.

THEMATISCHE KURSE 2021

Jahreswechsel in Stille

Zur Ruhe kommen, entspannen, zentriert werden

28.12.2020 – 01.01.2021

Dickerhof, Hothum Kursgebühr* 110,- €

„Blick in dein eig'nes Herz“

Spirituelle Wegweisung nach Rumi (islamischer Mystiker)

03. – 07.02.2021 Hothum Kursgebühr* 100,- €

Enttäuschung und Identität

Wachsen auf dem spirituellen Weg

14. – 18.04.2021 Hothum Kursgebühr* 100,- €

Pfingsttreffen für UnterstützerInnen des Ashram

Innehalten – Gottesdienste – Teilhaben am Ashram Jesu

22.05., 11:00 Uhr – 24.05.2021, 15:00 Uhr

Dickerhof, Hothum keine Kursgebühr*

Wie geht es weiter bei mir?

Möglichkeiten entdecken, Alternativen entwickeln, unterscheiden und entscheiden

Für Menschen in Entscheidungssituationen

19. – 26.06.2021 Hothum Kursgebühr* 210,- €

Sich selbst sein lassen

Einführung in die Meditationsweise des Ashram Jesu

24. – 28.11.2021 Hothum Kursgebühr* 100,- €