

AUSZEITEN 2023

Achtsam leben und meditieren im eigenen Rhythmus

- über Karneval vom 15. – 21.02.2023
- im Sommer vom 30.07. – 13.08.2023

für Menschen, die schweigen, meditieren und sich erholen möchten.

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

Leitung: Hothum Kosten pro Tag: 50,- €

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: 43,- €/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.

Termine und Orte 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: 43,- € 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.

1. Vorsitzende: Ada v.Lüninck, lueninck@ashram-jesu.de

BIC: GENODEM 1DKM

IBAN: DE28 4006 0265 0017 4043 00



Veranstaltungen 2023

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- und Arbeitsmeditation, die Betrachtung spiritueller Texte aus allen Religionen und eine prozessorientierte Gruppe.

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

SPIRITUELLE SPURENSUCHE 2023

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

4 Kurseinheiten:

19.01. – 22.01.2023: Der Sehnsucht einen Ort geben
27.04. – 07.05.2023: Aufwachen zur Wirklichkeit
07.09. – 10.09.2023: Der Alltag als Weg zum Ziel
30.11. – 03.12.2023: Perspektiven

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

Leitung: Dickerhof Kursgebühr* 595,- €

Nähere Informationen siehe website und Extraflyer!

GRUNDÜBUNGEN 2023

*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:

09. – 19.03.2023	Hothum	G	250,- €
13. – 23.07.2023	Hothum	G	250,- €
12. – 22.10.2023	Hothum	G	250,- €
09. – 19.11.2023	Dickerhof	E	290,- €

• 7-tägige Grundübungen:

01. – 08.01.2023	Dickerhof	G	180,- €
04. – 11.06.2023	Dickerhof	G	180,- €
20. – 27.08.2023	Dickerhof	G	180,- €
17. – 24.09.2023	v. Lüninck	G	180,- €

Vom Lieben und vom Sterben

Grundübung mit Betrachtung von Texten aus dem gleichnamigen Buch von B. Dickerhof

29.01. – 05.02.2023	Hothum	G	180,- €
---------------------	--------	---	---------

Loslassen und neues Leben empfangen

Grundübung in der Karwoche

01. – 09.04.2023	Hothum	G	230,- €
------------------	--------	---	---------

G = Prozessbegleitung in der Gruppe

E = Prozessbegleitung im Einzelgespräch

Die Preise bezeichnen die Kursgebühren*.

TREFFEN UNTERSTÜTZERKREIS 2023

Pfingsttreffen

der Unterstützer*innen des Ashram Jesu

Innehalten – Gottesdienst – Teilhaben am Ashram Jesu

27.05. – 28.05.2023

Leitung: erweiterter Vorstand des Ashram Jesu e.V.

Weitere PRÄSENZ-KURSE 2023

Jahreswechsel in Stille

Zur Ruhe kommen, entspannen, zentriert werden

28.12.22–01.01.23 Hothum Kursgebühr* 120,- €

Abstand finden zum Alltag

Ashram-Wochenende zum Aufatmen und Innehalten

03.03., 18:00 Uhr – 05.03.2023, 15:00 Uhr

Leitung: v. Lüninck Kursgebühr* 60,- €

Wie geht es weiter bei mir?

*Möglichkeiten entdecken, Alternativen entwickeln,
unterscheiden und entscheiden*

24.06. – 01.07.23 Hothum Kursgebühr* 220,- €

Achtsam, gelassen, liebevoll

Einführung in die Meditationsweise des Ashram Jesu

22.11. – 26.11.23 Hothum Kursgebühr* 110,- €

KURS-ANGEBOTE PER ZOOM 2023

Projekt: Fastenzeit spirituell leben

eine virtuelle Meditationsgemeinschaft

17.02. – 21.02.2023: Grundlegung

11.03.2023 (9:00 – 11:30 Uhr): Zwischentreffen

15.04.2023: Die spirituelle Bedeutung des Erlebten

Leitung: Dickerhof Kursgebühr 215,- €

Den Kern des Christlichen begehnen

Virtuelle Mitfeier der Drei Heiligen Tage im Ashram Jesu

05. – 09.04.2023 Dickerhof Kursgebühr 160,- €

Zoom-Gruppe am Samstag (9:00 – 11:00 Uhr)

9 Treffen mit Meditation und Schriftbetrachtung

2022: 01.10.; 29.10.; 03.12.;

2023: 14.01.; 11.02.; 11.03.; 22.04.; 13.05.; 17.06.

Leitung: Dickerhof Kursgebühr 170,- €

Zoom-Gruppe am Mittwoch (19:00 – 21:00 Uhr)

9 Treffen mit Meditation und Schriftbetrachtung

2022: 26.10.; 16.11.; 14.12.;

2023: 18.01.; 22.02.; 22.03.; 19.04.; 17.05.; 14.06.

Leitung: Hothum Kursgebühr 170,- €

Aktuelle Zoom-Angebote s. website!