

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 unmittelbaren 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. Manchmal berührt unmittelbarer das Geheimnis aller Wirklichkeit.

Notwendig für einen Kurs im Ashram Jesu ist die Bereitschaft der Teilnehmenden, sich ihrem 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 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 durchschaut, kann es allmählich lassen. Wer es lassen und – in Folge dessen – im Unbefriedigtsein aushalten kann, dem erwächst ein Mehr an Freiheit, Selbstsein und Würde. Er beginnt zu leben und zu handeln aus einem ihn erneuernden Strom von Liebe, der ihn verwandelt in sein wahres Selbst.

Das Buch zur Spiritualität des Ashram Jesu ist im März 2016 erschienen:

**Bertram Dickerhof, Der spirituelle Weg. Eine christlich-interreligiöse Lebensschule, Würzburg 2016, ISBN 978-3-429-03928-8**

## LEBEN IM ASHRAM JESU 2017

### Grundübungen

*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 und bieten die Chance, es auf ein je tieferes, festeres Fundament zu stellen.

02. – 12. März	Dickerhof	G	230,- €
18. – 28. Mai	Dickerhof	E	270,- €
27. Juli – 06. Aug.	Hothum	G	230,- €
17. – 27. August	Dickerhof	G	230,- €
12. – 22. Oktober	Hothum	G	230,- €
09. – 19. November	Dickerhof	E	270,- €

G = Prozessbegleitung in der Gruppe;

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

Die Preise bezeichnen die Kursgebühren\*.

### Grundübung für AbsolventInnen des Lernwegs im Ashram Jesu (2013 – 2015)

10. – 18. Februar	Hothum	G	185,- €
-------------------	--------	---	---------

### Jahreswechsel im Ashram Jesu

*Zur Ruhe kommen, entspannen, zentriert werden*

28. Dezember 2016 – 01. Januar 2017

Dickerhof, Hothum; Kursgebühr\* 110,- €

### Der spirituelle Weg

*Grundübung mit Inputs zum Buch*

02. – 07. Januar 2017, Dickerhof

Kursgebühr\* 130,- €

### Fasching im Ashram Jesu

*Seiner selbst gewahr werden*

24. – 28. Februar 2017, Hothum

Kursgebühr\* 95,- €

### Karwoche und Ostern im Ashram Jesu

*Tod und Auferstehung – das Geheimnis des Lebens*

(1) 09. – 16. April, Dickerhof, Hothum

(2) 12. – 16. April: nur für Ashram-Erfahrene

Kursgebühr\* (1) 205,- € bzw. (2) 130,- €

## LEBEN IM ASHRAM JESU 2017

### Sinn finden

*Den Mangel aushalten als Weg des Vertrauens*

05. – 07. Mai 2017, Hothum, Dickerhof

Beginn: 18:00 Uhr – Ende: 14:00 Uhr

Kursgebühr\* 50,- €

### Wie geht es weiter bei mir?

*Möglichkeiten entdecken, Alternativen entwickeln, unterscheiden und entscheiden*

Für Menschen in Entscheidungssituationen

09. – 16. Juli 2017, Hothum

Kursgebühr\* 210,- €

### Ashram-Wochenende

*Abstand finden zum Alltag*

22. – 24. September 2017, Dickerhof

Beginn: 18:00 Uhr – Ende: 14:00 Uhr

Kursgebühr\* 50,- €

### Innehalten im Alltag

*Eine Einübung*

29. September – 03. Oktober 2017, Dickerhof

Kursgebühr\* 95,- €

### Einfach leben – einfach leben

*Vom Ego zum wahren Selbst*

24. – 26. November 2017, Hothum, Dickerhof

Beginn: 18:00 Uhr – Ende: 14:00 Uhr

Kursgebühr\* 50,- €

## BERUFSBEGLEITENDE AUSZEIT 2017

*Abstand gewinnen – wahrnehmen, was ist – sich neu ausrichten*

Die Auszeit stellt einen Rahmen zur Verfügung, der einen tiefen persönlichen Prozess ermöglicht und das Leben daraus im Alltag begleitet.

▶ 4 Kurseinheiten:	26. Januar – 05. Februar
	28. April – 01. Mai
	14. – 17. September
	06. – 10. Dezember

▶ regelmäßige Zeiten des Innehaltens im Alltag.

Leitung: Dickerhof Kursgebühr\* 490,- €

Nähere Informationen siehe website und Extraflyer!

## LEBEN IM ASHRAM JESU 2017

### Jährliches Pfingsttreffen für UnterstützerInnen des Ashram Jesu

*Innehalten – Gottesdienste –*

*Teilhaben an der Entwicklung des Ashram Jesu*

03. Juni, 11:00 Uhr – 05. Juni, 14:00 Uhr

Dickerhof, Hothum; keine Kursgebühr

### 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: 37,- €/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 – Ende 17:00 Uhr – bestehen aus drei angeleiteten Sitz- und Gehmeditationen, Gespräch, Messe oder Schriftbetrachtung und haben erfahrungsgemäß eine von innen her ordnende, zentrierende und stärkende Wirkung.

14. Januar, Heidelberg

04. März, Stuttgart

13. Mai, Köln

14. Mai, Münster

10. Juni, Varense

03. September, Cloppenburg

10. September, Speyer

07. Oktober, Rösrath

14. Oktober, München-Oberhaching

21. Oktober, Villingen

22. Oktober, Freiburg

### 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 im Mehrbettzimmer (Aufschlag bei Einzelbelegung: 8,- €) & vegetarische Verpflegung: 29,- € pro Tag (diese Preise enthalten 7% Ust.).

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](http://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 06433 91 89 484

E-Mail [info@ashram-jesu.de](mailto:info@ashram-jesu.de)

Ein Formular finden Sie unter [www.ashram-jesu.de](http://www.ashram-jesu.de)  
> Kursangebote > Auskunft & Anmeldung.

### Leitung

P. Bertram Dickerhof SJ  
[dickerhof@ashram-jesu.de](mailto:dickerhof@ashram-jesu.de)

Sr. Petra Maria Hothum SND  
[hothum@ashram-jesu.de](mailto: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 2017

Ashram Jesu  
Oberziegenfurter Mühle 1  
65589 Hadamar – Oberzeuzheim

Fon 06433 91 89 484  
[info@ashram-jesu.de](mailto:info@ashram-jesu.de)  
[www.ashram-jesu.de](http://www.ashram-jesu.de)