

## Kontemplation

---

Kontemplative Exerzitien sind Gebetsübungen, die uns mit Gott in Kontakt bringen. In ihm leben wir, bewegen wir uns und sind wir (Apg 17,28). Die Übungen helfen, in der Gegenwart Gottes zu verweilen und zu bleiben.

Ursprung des kontemplativen Betens ist das Wort Jesu an seine Jünger, allezeit zu beten und darin nicht nachzulassen (Lk 18,1). Dazu lädt auch Ignatius von Loyola in seinem Exerzitienbuch ein, wenn er in der „Dritten Gebetsweise“ empfiehlt: „Bei jedem Atemzug ... soll man geistig beten, indem man ein Wort des Vaterunsers oder eines anderen Gebets-textes betet.“

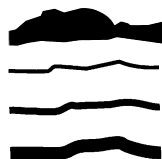
Das Jesusgebet ist bis heute die bekannteste Gebetsweise der kontemplativen Tradition des christlichen Glaubens. Durch die unablässige Anrufung des Namens Jesu Christi werden wir in die Nähe Gottes geführt, von der Zerstreuung in die Sammlung, vom Ich zum Du, von den Sorgen und Gedanken an Vergangenes und Zukünftiges zum verweilenden Wahrnehmen in der Gegenwart Gottes.

Das kontemplative Gebet schenkt uns eine tiefe Verbundenheit mit Gott, inneren Frieden, Trost und Klarheit und eine große Gelassenheit für unser Leben im Alltag.

*Verweile in der achtsamen Wiederholung des Namens Jesu Christi, damit das Herz den Herrn verinnerlicht und der Herr das Herz einnimmt:*

*Die beiden werden eins.*

Johannes Chrysostomus



### Haus HohenEichen

Exerzitienhaus

Dresdner Str. 73

01326 Dresden

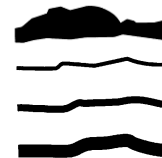
Tel.: 0351 26164-10

Fax: 0351 26164-11

E-Mail: [info@haus-hoheneichen.de](mailto:info@haus-hoheneichen.de)

Internet: [www.haus-hoheneichen.de](http://www.haus-hoheneichen.de)

[www.facebook.com/haus.hoheneichen](https://www.facebook.com/haus.hoheneichen)



## Haus HohenEichen Dresden



### KONTEMPLATION

#### Angebote 2017

Kontemplative Exerzitien

Kontemplationstage

Kontemplationskreis

Hinführung zur Kontemplation

## Kontemplative Exerzitien

Der Ablauf bei den Exerzitien ist immer gleich. Die einzelnen Kurse unterscheiden sich nur durch die Dauer und die Kursleitung.

Die Exerzitien beinhalten folgende Elemente:

- durchgehendes Schweigen
- täglich vier bis fünf Stunden Meditation in der Gruppe mit dem Jesusgebet
- Rundgespräch in der Gruppe über den Verlauf der Meditation
- Impuls
- tägliche Eucharistiefeier
- Einzelgespräch
- Mitarbeit im Haus oder im Garten

Die Erstteilnahme setzt das Ausfüllen eines Fragebogens und ggf. ein Vorgespräch voraus.

### **Termine**

Donnerstag, 16.2. – Sonntag, 26.2.

mit Wilfried Dettling SJ, Martina Klenk

Sonntag, 19.3. – Sonntag, 26.3.

mit Wilfried Dettling SJ, Thomas Lemp SAC

Mittwoch, 14.6. – Sonntag, 18.6.

mit Wilfried Dettling SJ, Benno Kosmala

Sonntag, 3.9. – Sonntag, 10.9.

mit Wilfried Dettling SJ, Barbara Hagelschuer

Sonntag, 22.10. – Sonntag, 29.10.

mit Matthias Karwath, Christa Huber CJ

Freitag, 29.12.2017 – Sonntag, 7.1.2018

mit Wilfried Dettling SJ, Dorothea Hofmann

## Kontemplationstage

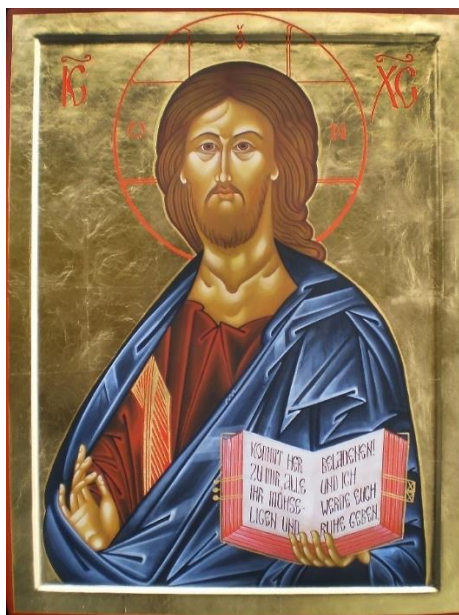
Die Kontemplationstage richten sich an Geübte. Sie finden samstags statt und werden von Wilfried Dettling SJ geleitet.

Elemente eines Kontemplationstages:

- durchgehendes Schweigen
- 11 x 25 Minuten Sitzen in Stille
- Rundgespräch
- Eucharistiefeier

### **Termine**

4.2., 20.5., 30.9.



**Weiteres Angebot:** Der Kurs „Ora et labora“ beinhaltet eine Hinführung zum Jesusgebet.

**Termin:** Sonntag, 18.6. – Freitag, 23.6.

**Leitung:** Wilfried Dettling SJ, Claudia Arnold

## Kontemplationskreis

Der Kontemplationskreis findet alle vierzehn Tage mittwochabends statt. Die Teilnahme ist auch an einzelnen Abenden möglich. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Elemente eines Kontemplationsabends:

- Körperwahrnehmungsübung
- 2 x 30 Minuten Meditation
- Rundgespräch

Die Termine finden Sie auf der [Homepage](#).

## Hinführung zur Kontemplation

Abendreihe zum Kennenlernen des kontemplativen Weges mit dem Jesusgebet.

### **Termin**

Abendreihe dienstags 24.1., 31.1., 7.2., 14.2. mit Wilfried Dettling SJ

## Hinführung zu Kontemplativen Exerzitien

Ein Wochenende zum Kennenlernen des kontemplativen Weges mit dem Jesusgebet.

### **Termin**

Freitag, 8.12. – Sonntag, 10.12.

mit Wilfried Dettling SJ, Heike Schorcht

## Anmeldung

Bitte melden Sie sich schriftlich an, per E-Mail an [info@haus-hoheneichen.de](mailto:info@haus-hoheneichen.de) oder über das Anmeldeformular auf der [Homepage](#).