



## Kontemplation in Aktion

Christen auf dem Weg des Jesusgebetes

Kont.akt - zur Fastenzeit 2022

Liebe Freundinnen und Freunde des kontemplativen Betens,

in den unsicheren, unruhigen Zeiten, die wir aktuell erleben, suchen wir Orientierung und Halt. Mary Ward, die Gründerin der Congregatio Jesu, schrieb in einer Phase großer Schwierigkeiten:

*"Ich erkannte,  
dass es keine Hilfe und keinen Trost für mich gab,  
als mich fest an Gott zu hängen."*

---

In einem Impuls von Sr. Ursula Dirmeier CJ heißt es dazu: „In Zeiten, in denen alles in Schieflage und ins Rutschen zu geraten scheint, persönlich, gesellschaftlich, kirchlich oder politisch, bleibt dieser Haftpunkt der Hilfe und des Trostes. Entblößt von allen Sicherheiten ziehen sich die Möglichkeiten zurück, bleibt wenig Spielraum. Reduziert und zurückgeführt zum Flucht- und Angelpunkt: **„... mich fest an ihn zu hängen. Und so tat ich, denn Gott war da, um mir zu helfen.“** (siehe [www.congregatiojesu.de](http://www.congregatiojesu.de))

„Mich fest an Gott hängen, mich an ihm festmachen“ – dazu lädt die Fastenzeit als Vorbereitungszeit auf Ostern ein. Das Verb „fasten“ kommt wahrscheinlich ursprünglich von „festhalten“. Vielleicht ist es manchen von uns noch im Ohr von den Sicherheitshinweisen im Flugzeug „fasten your seat belt!“ Auf dem kontemplativen Weg dürfen wir uns festmachen und Halt erfahren in der Ausrichtung auf die Gegenwart Gottes, den Namen JESUS CHRISTUS.

---

Die Online-Angebote unserer Initiative Kontemplation in Aktion können eine Unterstützung auf diesem Weg sein:

Die Meditationsnachmittage an den Sonntagen der Adventszeit fanden guten Anklang. Eine Mail-Umfrage unter den Teilnehmenden zu Ablauf und Gestaltung ermutigt uns zur Weiterführung dieses Formates in der Fastenzeit. So wird es an allen **Sonntagen der Fastenzeit von 15 – 18 Uhr online über ZOOM** die Möglichkeit zur gemeinsamen Meditation sowie einen Impuls geben ([LINK zum Flyer](#)). Außerdem **zusätzliche Meditationszeiten an den Kar- und Ostertagen** ([LINK zum Flyer](#)).

Die **täglichen Meditationszeiten** morgens und abends können dank des Engagements von zehn Moderatorinnen weitergeführt werden. ([LINK zum Flyer](#)) Dazu eine der vielen dankbaren Rückmeldungen: *„... herzlichen Dank für dieses besondere Angebot des gemeinsamen Gebets. Das hilft mir zur Struktur und ich freue mich täglich darauf. Ebenso berühren mich die Textimpulse. Früher konnte ich mir nicht vorstellen, dass diese Form des gemeinsamen Betens möglich ist und so eine Bereicherung sein können. Ein herzliches Vergelt's Gott auch für guten Worte. Christine Meier“*

Erstmals wird es ab 31.03.2022 **kontemplative Online-Exerzitien für junge Erwachsene geben** ([LINK Flyer](#)). Bitte gebt diesen Hinweis an evtl. Interessierte weiter!

Die Lockerungen der Corona-Regeln ermöglichen gottseidank wieder viele Präsenzangebote von Exerzitien und Meditationsgruppen. Die Infos dazu sind auf der Homepage zu finden. Im Frühjahr werden dann bereits die Kurstermine für 2023 eingestellt – immer unter dem Vorbehalt der Pandemie-Bestimmungen und trotzdem mit Hoffnung und Zuversicht!

Ende Mai 2022 wird es erstmals einen Exerzitienkurs ausschließlich für Begleiterinnen und Begleiter kontemplativer Exerzitien geben, den P. Jeremias Marseille OSBCam und Sr. Johanna Schulenburg CJ leiten werden. Dahinter steht u.a. der Wunsch, sich als Gruppe gemeinsam betend zu erleben und so den je eigenen Weg zu vertiefen.

„Mich fest an Gott hängen“ – dazu kann auch ein Lesetipp helfen:  
**„In die Leere hineinlieben: Durch die Fasten- und Osterzeit mit den Schweizer Jesuiten“**

In Meditationen von Aschermittwoch bis Pfingsten legen 12 Schweizer Jesuiten täglich einen Bibeltext aus. Hierfür orientieren sie sich an der Leseordnung für den Osterfestkreis. Die Kernthemen der Fastenzeit, die persönliche und gemeinschaftliche Umkehr sowie das Mitgehen im Leid, werden durch Impulse zur Selbstreflexion für den Alltag erschlossen. In der Zeit ab Ostern nehmen die Autoren Begegnungen und Haltungen in den Blick, die heute die Auferstehungserfahrung konkretisieren können. In aller Verschiedenheit sind die Jesuiten in derselben Hoffnung verbunden, geleitet von der Überzeugung, dass das Leben, das am Karfreitag zu enden scheint, mit dem leeren Grab und im Ostergeheimnis seine mächtige Wandlung erfährt. Ihre Texte laden ein zu Besinnung und Gebet, ermöglichen Nachdenklichkeit und neue Perspektiven. Sie animieren Leserinnen und Leser, sich selbst den Bibelstellen existenziell auszusetzen. Und sie machen Mut zum Glauben, dass das Osterlicht weiterleuchtet und in das Leben jedes Menschen hineinstrahlt.

**„Sich fest an Gott hängen“** – das wünschen wir Euch für den Weg durch die Fastenzeit auf Ostern zu und grüßen herzlich,

Elisabeth Huber    Engelbert Birkle    Martina Klenk    Sr. Johanna Schulenburg CJ

---

*Impressum:*

*Kontemplation in Aktion e.V., c/o Elisabeth Huber, Mozartweg 3, 82538 Geretsried  
[www.kontemplation-in-aktion.de](http://www.kontemplation-in-aktion.de), [info@kontemplation-in-aktion.de](mailto:info@kontemplation-in-aktion.de)  
Vereinsregister VR 207913 / Amtsgericht München, Steuernummer 139/109/60762  
LIGA-Bank Regensburg, IBAN DE38 7509 0300 0001 1970 02, BIC GENODEF1M05*

*Newsletter abbestellen*