

Lehrgang für die Begleitung von kontemplativen Meditationsformen (Exerzitien) mit dem Jesus-Gebet

Leitung: Matthias Karwath

A.) Grundkurs – Begleitung von Kontemplationstagen, Hinführungs- und Vertiefungskurse zum Jesus-Gebet, kontemplative Exerzitien im Alltag, Gebetskreise in christlicher Kontemplation, Geistliche Begleitung

Voraussetzung:

- eigene, jahrelange Praxis des kontemplativen Betens
- Interesse daran, Menschen zur christlichen Kontemplation hinzuführen und sie auf diesem Weg zu begleiten
- schriftliche Dokumentation einer Begleitungserfahrung
- Teilnahme an eigenen kontemplativen Exerzitien

Details der Ausbildung für den Grundkurs

Vorgesehener Start: April 2019

Termine im Jahr 2019:

- (1) 11. bis 13. April
- (2) 13. bis 15. Juni
- (3) 11. bis 13. Juli
- (4) 19. bis 21. September
- (5) 28. bis 30. November

Termine im Jahr 2020:

- (6) 23. bis 25. Januar

Ort der jeweiligen Treffen:

Kurhaus Bad Bocklet

Kurhausstraße 2

97708 Bad Bocklet

Tel.: 09708/ 770

info@kurhaus-bad-bocklet.de

www.kurhaus-bad-bocklet.de

Themen im Grundkurs:

1. Warum ist Kontemplation Gebet?
(Was ist Kontemplation? Was ist Kontemplation nicht? Warum ist Kontemplation mehr als „nur herumsitzen“?)
Gemeinsamkeiten und Abgrenzungen zum ZEN und zur Esoterik.

2. Hinführung zu den einzelnen Schritten des kontemplativen Weges (Körper/Natur/Atem/Hände/inneres Wort/Maria/Christus Jesus - Umgang mit Gedanken, Gefühlen, Bildern)

3. Die Themen der Ansprachen bzw. Impulse
(Der biblische Bezug der Kontemplation; Welche Themen sind bei kürzeren Kursen zwingend notwendig?, Ausarbeitung und Reflexion einzelner Ansprachen)

4. Geistliche Begleitung, Exerzitien im Alltag, Hinführung- und Vertiefungstage
(Geistliche Begleitung in Abgrenzung zu Supervision und Psycho-therapie, Aufbau der einzelnen Vertiefungs -oder Meditationstage, Umfang der Meditationszeit, Umgang mit wechselhafter Beteiligung)

5. Christliche Kontemplation inmitten des interreligiösen Dialogs bzw. in einem säkularen Umfeld
(Wie mit der Person Jesu Christi als innerer Orientierung umgehen – eher defensiv, eher offensiv?)

6. Spezialthemen (unter anderem):
 - * Entwicklungsschritte auf dem inneren, kontemplativen Weg
vgl. Franz Jalics, Die Geistliche Begleitung im Evangelium
 - * Werbung für Kurse, Öffentlichkeitsarbeit
 - * Offen gebliebene Fragen

Zeitlicher Rahmen der jeweiligen Treffen:

- Donnerstag ab 18 Uhr:
 - * Abendessen
 - * Arbeitszeit von 19 bis 21 Uhr:
Reflexion der vergangenen Zeit, Einstimmung ins Thema

- Freitag:
 - * Möglichkeit zur gemeinsamen Meditation: 6 bis 7 Uhr
 - * Feier der Eucharistie: 7.30 Uhr
 - * Frühstück
 - * Arbeitszeit am Vormittag: 9 bis 12 Uhr
 - * Mittagessen und Mittagszeit
 - * Arbeitszeit am Nachmittag: 15 bis 18 Uhr
 - * Abendessen
 - * Möglichkeit zur gemeinsamen Meditation: 19 bis 20 Uhr
 - * Ausklang bzw. zur freien Verfügung

- Samstag:
 - * Möglichkeit zur gemeinsamen Meditation: 6.00 bis 7.00 Uhr
 - * Körperwahrnehmung: 7.00 bis 8.00 Uhr
 - * Frühstück
 - * Arbeitszeit am Vormittag: 9 bis 12 Uhr

B.) Aufbaukurs – Begleitung von kontemplativen Exerzitien

Voraussetzung:

- jahrelange, eigene Praxis des kontemplativen Betens
- Teilnahme am Grundkurs oder anderen kontemplativen Lehrgängen
- Praxiserfahrung durch die Begleitung von 2 bis 3 kontemplativen Meditationskursen bzw. anderen kontemplativen Angeboten
- Lektüre der jeweils angegebenen Literatur
- schriftliche Abschlussarbeit
- Teilnahme an den Ausbildungseinheiten (maximal eine Fehlzeit)
- Teilnahme an eigenen kontemplativen Exerzitien

Details der Ausbildung für den Aufbaukurs

Vorgesehener Start: Februar 2020

Termine im Jahr 2020:

- 1.) 6.- 8. Februar 2020
- 2.) 12. – 14. März 2020
- 3.) 7.-9. Mai 2020
- 4.) 10.-13. Juni 2020
(Fronleichnam-Vormittag, 11.6. besteht die Möglichkeit, den Festtag mitzufeiern.)
- 5.) 9.-11. Juli 2020
- 6.) 17.-19. September 2020
- 7.) 29.-31. Oktober 2020
- 8.) 26.-28. November 2020
- 9.) 17.-19. Dezember 2020

Ort der jeweiligen Treffen:

Kurhaus Bad Bocklet
Kurhausstraße 2
97708 Bad Bocklet
Tel.: 09708/ 770

info@kurhaus-bad-bocklet.de

www.kurhaus-bad-bocklet.de

Themen der Treffen:

- 1.) Die Tradition des Herzens-Gebetes (der christlichen Kontemplation) bei den Wüstenvätern und in der Orthodoxie
(Geschichte des Jesus-Gebetes, Literatur bei Emmanuel Jungclaussen, Franz Jalics, Peter Köster, Thomas Keating u.a., Texte der Orthodoxie)
- 2.) Das Begleitgespräch
(Die Rolle des Begleiters, Nähe und Distanz im Gespräch, Was macht mich als Begleiter verführbar?)
- 3.) Die Predigtthemen I
(Ausarbeitung und Reflexion einzelner Ansprachen)
- 4.) Die Predigtthemen II
(Ausarbeitung, Vorstellung und Besprechung von Predigten im Kurs)
- 5.) Mögliche Gefahren und Fallen des kontemplativen Gebetes und zur Unterscheidung der Geister
(Umgang mit Entscheidungsprozesse)
- 6.) Umgang mit psychischen Problemen
(Übertragung, Gegenübertragung, Umgang mit Widerstand, Angst- und Panikattacken, Autoritätsprobleme – Machtkämpfe, psychische Kippsituationen, Suizidgefahr, Unterscheidung von Dunkler Nacht und Depression)
- 7.) Biblische Fundierung des Jesus-Gebetes
(zur Theologie des Namens in der Heiligen Schrift, kontemplative Schriftlesung – Was ist damit gemeint?)
- 8.) Anfang und Ende eines Kurses
(Fragebogen, Voraussetzungen für die Teilnahme, Rahmenbedingungen des jeweiligen Hauses, Übergang in den Alltag für die Teilnehmer, Grenzsetzungen in der Begleitung,

Psychohygiene für den Begleiter nach Beendigung des Kurses)

9.) Vorstellung der Abschlussarbeiten und Abrundung des Kurses

(Soweit möglich, Vorstellung und Besprechung einzelner Abschlussarbeiten, offen gebliebene Fragen, Blick in die Zukunft)

Zeitlicher Rahmen der jeweiligen Treffen:

- Donnerstag ab 18 Uhr:

* Abendessen

* Arbeitszeit von 19 bis 21 Uhr:

Reflexion der vergangenen Zeit, Einstimmung ins Thema

- Freitag:

* Möglichkeit zur gemeinsamen Meditation: 6 bis 7 Uhr

* Feier der Eucharistie: 7.30 Uhr

* Frühstück

* Arbeitszeit am Vormittag: 9 bis 12 Uhr

* Mittagessen und Mittagszeit

* Arbeitszeit am Nachmittag: 15 bis 18 Uhr

* Abendessen

* Möglichkeit zur gemeinsamen Meditation: 19 bis 20 Uhr

* Ausklang bzw. zur freien Verfügung

- Samstag:

* Möglichkeit zur gemeinsamen Meditation: 6.00 bis 7.00 Uhr

* Körperwahrnehmung: 7.00 bis 8.00 Uhr

* Frühstück

* Arbeitszeit am Vormittag: 9 bis 12 Uhr

* Mittagessen

* Abschied: ca. 13 Uhr

Ausbildungskosten:

Kosten für Unterkunft und Verpflegung im Kurhaus:

Bitte im Kurhaus erfragen

Kursgebühren:

Für den Grundkurs: 300,- €

Für den Aufbaukurs: 500,- €

Ende der Bewerbungsfrist:

20. Dezember 2018