



Den Mittelpunkt von deinem Wesen
Hat Gott zur Wohnung sich erlesen.
Kehr sanft hinein, da offenbart
Die Gottheit ihre Gegenwart.

Gerhard Terstegen

Das eine ist mir so klar und spürbar
wie selten:
Die Welt ist Gottes so voll.

Aus allen Poren der Dinge
quillt uns dies gleichsam entgegen.

Wir bleiben in den schönen
und in den bösen Stunden hängen.

Wir erleben sie nicht durch bis zu
dem Punkt,
an dem sie aus Gott hervorströmen.

Das gilt für das Schöne und auch für
das Elend.

In allem will Gott Begegnung feiern
und fragt
und will die anbetende, liebende
Antwort.

Die Kunst und der Auftrag ist nur
dieser,
aus diesen Einsichten und Gnaden

dauerndes Bewusstsein und
dauernde Haltung zu machen bzw.
werden zu lassen.

Dann wird das Leben frei in der
Freiheit,
die wir oft gesucht haben.

Alfred Delp Jesuit



Stille Zeit im Alltag - Einladung zur Meditation und Schriftbetrachtung

*Wir wollen den Alltag mit einer Stillen
Zeit unterbrechen. Gemeinsam wollen
wir meditieren und uns von
Schrifttexten berühren lassen.*

*In der Meditation wollen wir bei uns
verweilen und wahrnehmen, was wir von
uns merken, hier und jetzt. Dies kann
sowohl angenehm als auch unangenehm
sein, so wie wir gerade da sind.*

*Wir wollen beim Betrachten der
Schrifttexte spüren wie und wo Sie uns
selbst an- bzw. berühren, sei es ein
Teilabschnitt, ein Satz oder nur ein
Wort des Textes.*

*Dies alles wollen wir achtsam, gelassen
und liebevoll machen.*

Anmeldung/Weitere Informationen:

Aloys Mesdag
Mühlenteichstraße 41
33106 Paderborn

Tel. 0176 52171810
fam.mesdag@t-online.de
www.ashram-jesu.de

Zu meiner Person:
Ich absolvierte von 2021 bis 2022
im Ashram Jesu eine Ausbildung
zur Meditationsgruppenleitung. Im
alltäglichen Leben war ich bis Mai
2022 Wirtschaftsinformatiker.

Der Ashram Jesu e.V. versteht sich
als christliche Lebensschule begleitet
von der Weisheit aller Weltreligionen.

Für die Meditation folgen wir der
Übungsweise der Vipassana-
Meditation, wie sie im Ashram Jesu
e.V. (www.ashram-jesus.de) gelehrt
wird.

Es gibt eine Kraft, die dir
das Leben schenkt-
suche sie.

Im Innern deines Leibes
ruht ein kostbarer Schatz –
suche ihn.

O Wanderer, wenn du den
großen Schatz zu finden
trachtest,
sieh dich nicht draußen
um; blicke in dich hinein
und suche ihn.

Rumi, persischer Mystiker

Ablauf des Abend

Die Gruppe trifft sich jeweils am
4. Dienstag im Monat von 19:30
Uhr bis 21:30 Uhr im
Jugendraum des Dionysius-
Haus Elsen.

Der erste Termin ist am
28.01.2025.

Alle weiteren Termine:

25.02.2025
25.03.2025
22.04.2025
27.05.2025
22.07.2025
26.08.2025
23.09.2025
28.10.2025
25.11.2025
23.12.2025

Das Treffen ist kostenlos, eine
Spende für einen caritativen
Zweck wird gerne
entgegengenommen.

Bitte melden Sie sich bei mir,
wenn Sie neue(r) Teilnehmer*in
sind.