

Kontemplation

Einführungskurse - Fortführungskurse



Kontemplation ist eine Übung, bei der sich der Blick nach innen richtet. Dabei geht es um eine Offenheit gegenüber Erfahrungsdimensionen, die das gegenständlich orientierte Alltagsbewusstsein überschreiten.

Über das äußere und innere Schweigen, die Form des Sitzens, die Wahrnehmung des Atems und den Umgang mit Gedanken und Gefühlen soll ein Zugang zum kontemplativen Gebet eröffnet werden. Das kontemplative Gebet ist ein Prozess innerer Wandlung. Behutsam und liebevoll geübt, führt es nach und nach zur Öffnung des Bewusstseins für die verborgene Gegenwart Gottes.

*Der Mensch lasse die Bilder der Dinge
ganz und gar fahren
und mache und halte seinen Tempel leer.
Denn wäre der Tempel entleert,
und wären die Fantasien,
die den Tempel besetzt halten, draußen,
so könntest du ein Gotteshaus werden,
und nicht eher, was du auch tust.
Und so hättest du den Frieden deines Herzens und Freude,
und dich störte nichts mehr von dem,
was dich jetzt ständig stört,
dich bedrückt und dich leiden lässt.*

Johannes Tauler

Elemente des Kurses:

- Anleitung zur kontemplativen Übung
- ca. 5-6 Stunden Sitzen in der Stille (pro ganzer Tag)
- Leichte Übungen zur Körperwahrnehmung
- Vortrag
- Möglichkeiten zum Einzelgespräch
- Der Kurs findet im Schweigen statt

Kurse in Deutschland

Benediktushof

Zentrum für spirituelle Wege, Klosterstraße 10, 97292 Holzkirchen
Telefon: 09369-9838-11; e-mail: kurse@benediktushof-holzkirchen.de

Einführungskurse

- 07.07. – 09.07.2024

Fortführungskurse

- 10.08. – 13.08.2023
- 19.09. – 22.09.2024

spectrumKIRCHE

Exerzitien- und Bildungshaus auf Mariahilf, Schärdinger Straße 6, 94032 Passau
Telefon: 0851 93144-0; Telefax: 0851 93144-101
e-mail: spectrum.kirche@bistum-passau.de

Einführungskurse

- 01.12.-03.12.2023

Fortführungskurse

Kurse in Österreich

Kardinal-König-Haus

Kardinal-König-Platz 3, 1130 Wien
Telefon: 0043-1-8047593; e-mail: kursanmeldung@kardinal-koenig-haus.at

- 29.09-01.10.2023
- 27.09. – 29.09.2024

Bildungshaus St. Michael (Tirol)

Schöfens 12, 6143 Pfnos
Telefon: 0043-5273-6236; e-mail: st.michael@dibk.at

Kontemplation

- 27.10.-29.10.2023

Kontemplation und Wandern

- 28.08. – 02.09.2023
- 04.08. – 10.08.2024

St. Virgil Salzburg Bildungs- und Konferenzzentrum

Ernst-Grein-Straße 14, 5026 Salzburg, e-mail: office@virgil.at
Kontemplation

- 18.11.2023
- 13.01.2024
- 08.03.-10.03.2024

Kurse in der Schweiz

Lassalle Haus

Bad Schönbrunn, 6313 Edlibach, Schweiz
Telefon: 0041-41 757 14 14; e-mail: info@lassalle-haus.org

- 11.04.-14.04.2024

Leiter der Kurse



Dr. theol. habil. Bakk. phil. Ludger Schwienhorst-Schönberger, geb. 1957, Professor für Alttestamentliche Bibelwissenschaft von 1993 bis 2007 an der Universität Passau, von 2007 bis 2022 an der Katholisch-Theologischen Fakultät der Universität Wien. Mehrfach Gastprofessuren in Jerusalem.

Seit 1983 Zen- und Kontemplationspraxis.

Bietet seit 2002 Kontemplationskurse an.

Prof. Dr. Ludger Schwienhorst-Schönberger

e-mail: l.sch.schoenberger@me.com

Literatur:

Michael Casey, Lectio divina. Die Kunst der geistlichen Lesung, Sankt Ottilien 2009.

Franz Jalics, Kontemplative Exerzitien, Würzburg ¹²2009.

Thomas Keating, Das Gebet der Sammlung. Einführung und Begleitung des kontemplativen Gebetes, Münsterschwarzach ²2010.

-, Das kontemplative Gebet, Münsterschwarzach 2012.

-, Kontemplation und Gottesdienst. Liturgie als spirituelle Erfahrung, Münsterschwarzach 2012.

Simon Peng-Keller, Kontemplation. Einübung in die Achtsamkeit, Freiburg i.Br. 2013.