

**kontemplative Exerzitien: präsens und online * Beratung und
Begleitung * Bibelgespräche: montags und dienstags
*on tour: Einführungstage und Vorträge**

Weinheim, 29. Februar 2024

Der kontemplative Weg - heilsame Medizin gegen die Ich-Erkrankungen

Liebe Freundinnen und Freunde!

Zu Beginn der Fastenzeit feierten wir im Rahmen von kontemplativen Exerzitien den Aschermittwochsgottesdienst in Ritschweier im Odenwald: „**Kehre um und glaube an das Evangelium**“ wurde uns mit der Gabe des Aschenkreuzes auf die Stirn geschrieben.

Wovon sollen wir umkehren und wohin? Entscheidende, richtungsweisende Fragen der Fastenzeit, die dazu führen wollen, unser Leben in den Blick zu nehmen, schlechte Gewohnheiten abzulegen und zu entdecken, was uns dient für ein lebendiges, auf Gott hin ausgerichtetes Leben.

So betrachtet **ist Umkehr nichts anderes als Heimkommen** und neu zu erleben, dass wir Kinder Gottes sind. Das vergessen wir manchmal in den Wirrungen des Alltags, und deshalb ist die Fastenzeit eine Chance, sich auf den göttlichen Ursprung und Kern in uns zu besinnen und den geistlichen Weg neu und entschieden zu gehen.



Kater Carlos
bei seiner täglichen Meditationszeit:
ausgerichtet,
in sich ruhend,
gelassen.

Jesus hat uns hierfür eine Art geistliches Tagebuch hinterlassen, in dem er zeigt, wovon wir uns abkehren und wo wir uns hinkehren sollten. Wir finden es im Lukasevangelium unter der Überschrift „**Jesu Versuchung in der Wüste**“. 40 Tage Fastenzeit für Jesus und eine Konfrontation mit den inneren Dunkelheiten des Menschseins als Jesus bedürftig wird, Hunger bekommt. Er wird vom Teufel in Versuchung geführt mit den **drei Ich-Erkrankungen**: mit **der Habsucht, der Machtsucht und der Ehrsucht**.

Jesus erleidet stellvertretend für uns diese Dunkelheiten und widersteht dem Sog dieser Ich-Erkrankungen. **Er zeigt uns zugleich einen Weg**, wie wir von Ich-Sucht frei werden können: uns - gerade auch in persönlichen Wüstenzeiten - **auf die Gegenwart Gottes auszurichten und auch leer und bedürftig vor ihm sein zu dürfen.**



Und genau dies üben wir beim kontemplativen Gebet und intensiv in den Exerzitenkursen. Wir stellen uns unseren Dunkelheiten, die in der Stille und im Licht der Gegenwart Gottes sichtbar werden und durchleiden sie im Vertrauen auf die wandelnde Kraft Gottes. **Alles, was wir an uns heranlassen im Gebet und was wir vertrauensvoll Gott hinhalten – wie Schale und Kelch in der Feier der Eucharistie - kann gewandelt werden.**

So möchten wir eine gesegnete Fastenzeit wünschen, die reinigt, klärt, ordnet, uns erneuert, und mit Freude auf das Osterfest zugehen lässt!

Mit herzlichen Grüßen und in Verbundenheit!

Dr. Annette Clara Unkelhäußer
P. Joachim Hartmann SJ
Elfriede Popp

kontemplativ DA SEIN, Inhaberin: Elfriede Popp, Weinheimer Str. 58, 69469 Weinheim,
kontakt@kontemplativ-da-sein.de www.kontemplativ-da-sein.de, Telefon: 0163-150 11 10
Bankverbindung: Volksbank Kurpfalz Weinheim, IBAN DE57 6709 2300 0034 0745 00