

Eine besonders schöne Auszeit

Am 03.09. fand ein besonderer Oasentag statt, der von Katharina Reinhard und Stefanie Beyer begleitet und gestaltet wurde. Ziel dieses Tages war es Abstand vom Alltag zu gewinnen, die eigene Spiritualität zu vertiefen und neue Kraft zu schöpfen.

Der Tag begann mit einer kurzen Einführung. Katharina lud die Teilnehmenden ein, den Tag als bewusste Unterbrechung des Gewohnten zu verstehen – als Gelegenheit, innezuhalten und aufmerksam auf die eigenen Gedanken, Gefühle und die Stimme Gottes zu hören.

Anschließend machten sich die Teilnehmenden gemeinsam auf einen Pilgerweg. Auf verschiedenen Stationen unterwegs gab es Impulse zum Nachdenken, kurze Gebete sowie Momente der Stille. Dabei standen Themen wie Dankbarkeit, Vertrauen und die Suche nach innerem Frieden im Mittelpunkt. An jeder Station gab es eine kleine Perle, so dass am Ende des Tages ein Armband entstand.



Der Pilgerweg war geprägt von einer ruhigen, besinnlichen Atmosphäre, die allen die Möglichkeit gab, in Kontakt mit sich selbst und mit Gott zu treten.



Nach einer gemeinsamen Mittagspause wurden am Nachmittag Entspannungsübungen angeboten. Diese halfen, Körper und Geist zur Ruhe zu bringen. Mit Blick auf das Innere und einer Gedankenreise konnten die Teilnehmenden neue Gelassenheit und innere Balance erfahren. Der ein oder andere konnte sich so gut entspannen, dass es ein kleines erlaubtes Nickerchen gab.

Der Oasentag endete mit einer gemeinsamen Abschlussrunde. Alle Gebete des Tages wurden noch einmal bewusst zu jeder einzelnen Perle des Armbands gesprochen. Im Anschluss sprach Katharina einen Segen über die Gruppe und ermutigte alle, die Entspannung in den Alltag mitzunehmen.

Die Rückmeldungen der Teilnehmenden waren durchweg positiv. Viele betonten, dass sie sich durch den Tag gestärkt und erfrischt fühlten, so, als hätten sie neue Lebenskraft geschöpft.

Bericht: Michaela Müller