



Guten Tag aus Dortmund 😊

Anfang August fanden in der Abtei Varenseil Exerzitien unserer Gemeinschaft von Oblatinnen und Oblaten statt. Ganz zu Beginn gab uns Schwester Teresa, unsere Oblatenrektorin, etwas mit, was mich sehr berührt hat. Sie gab uns die Einladung mit auf den Weg in die Exerzitien, "mich selbst mal in Ruhe zu lassen".

Bei meinen Bogenschießen-im-Kloster-Seminaren lade ich oft dazu ein, zu sich zu kommen, bei sich zu sein, bei sich zu bleiben. Im Alltag, egal ob privat oder beruflich, sind wir oft mit Themen konfrontiert, bei denen es wenig - oder gar nicht - um uns persönlich geht. Wir kümmern uns um andere und "erledigen" unsere Aufgaben. Das ist existenziell und notwendig für das gesellschaftliche Miteinander.

Genauso existenziell und notwendig ist es, auf sich selbst zu schauen und zu achten. Mich um mich selbst zu kümmern und die Aufgaben zu "erledigen", die mich selbst betreffen. Ich weiß nicht, wie es euch ergeht, aber ich ertappe mich dann sehr oft dabei, im Kopf oder auf einem Blatt Papier eine lange Liste zu erstellen, was ich alles "für mich" tun will.

Und wenn ich dann anfangen, und mache und tue und erledige ... dann komme ich häufig an den Punkt, an dem ich mich frage "Was machst du da eigentlich? Ist DAS wirklich DAS, was DU für DICH tun willst?".

Zu Beginn meiner Seminare ist für viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Wunsch nach Ruhe sehr wichtig. Und dann? Es gibt plötzlich so viel, was man alles "für sich" tun will: Klosterladen, Spaziergang, Austausch mit den netten Menschen im Kurs und und und ...

Alles sehr schöne "Dinge", aber ist es wirklich das, was ich für mich tun will? Wenn ich mir diese Frage mit einem guten "Ja" beantworten kann, ist das toll und ich erfreue mich an dem was ich tue. Wenn ich aber denke "Hmm, na ja, eigentlich ...", dann ist es vielleicht mal an der Zeit "mich selbst mal in Ruhe zu lassen". Vielleicht mal nicht machen, sondern "einfach" mal sein. Und vielleicht auch mal mit einem ganz bewusstem Nichtstun 😊

Herzliche Grüße und Gottes Segen,
Martin Scholz