

Gönne Dich Dir selbst

Wo soll ich anfangen?

Am besten bei Deinen zahlreichen Beschäftigungen, denn ihretwegen habe ich am meisten Mitleid mit Dir. Ich fürchte, dass Du, eingeklemt in Deine zahlreichen Beschäftigungen, keinen Ausweg mehr siehst und deshalb Deine Stirn verhärtet; dass Du Dich nach und nach des Gespürs für einen durchaus richtigen und heilsamen Schmerz entledigst. Es ist viel klüger, Du entziehst Dich von Zeit zu Zeit Deinen Beschäftigungen, als dass sie Dich ziehen und Dich nach und nach an einen Punkt führen, an dem Du nicht landen willst.

Wenn Du ganz und gar für alle da sein willst, lobe ich Deine Menschlichkeit – aber nur, wenn sie voll und echt ist. Wie kannst Du aber voll und echt sein, wenn Du Dich selber verloren hast?

Auch Du bist ein Mensch. Damit Deine Menschlichkeit allumfassend und vollkommen sein kann, musst Du also nicht nur für alle anderen, sondern auch für Dich selbst ein aufmerksames Herz haben. Denn, was würde es Dir nützen, wenn Du alle gewinnen, aber als einzigen Dich selbst verlieren würdest?

Wenn also alle Menschen ein Recht auf Dich haben, dann sei auch Du selbst ein Mensch, der ein Recht auf sich selbst hat.

Ja, wer mit sich schlecht umgeht, wem kann der gut sein?

Denk also daran: Gönne Dich Dir selbst. Ich sage nicht: Tu das immer, ich sage nicht: Tu das oft, aber ich sage: Tu es immer wieder einmal. Sei wie für alle anderen auch für Dich selbst da.

Aus: Brief an einen gestressten Papst
Bernhard von Clairvaux an seinen früheren Mönch Papst Eugen III.



Oasentag



Samstag, 25. März 2023
10.00 – 17.00 Uhr

Paderborn Benhausen
Goldener Grund 55

Thema:
**Kirche neu denken -
Die Zeit des
Heiligen Geistes**

Oasentag in Benhausen

Viele Menschen sehnen sich danach, Zeit für sich selbst und für das Gespräch mit Gott zu haben. Es ist oft schwer, sich Zeiten dafür freizuhalten. Gleichzeitig machen viele die Erfahrung, dass es schwer ist, solche freien Zeiten gut zu gestalten.

An der Schönstattkapelle in Paderborn-Benhausen laden wir Sie zu einem angeleiteten Tag der Einkehr ein. Er beginnt um 10.00 Uhr mit der Feier der Eucharistie und endet gegen 17.00 Uhr mit einem gemeinsamen Gebet. Neben der Teilnahme an den Gebets- und Mahlzeiten gibt es geistliche Impulse, freie Zeiten und die Möglichkeit zum Einzelgespräch.

Die *Oasentage* finden statt im Schönstattzentrum Paderborn-Benhausen und werden geleitet von Pastor Meinolf Mika, Herne.

Die freien Zeiten können individuell verschieden genutzt werden mit Gebet und Stille in der Kapelle, mit einem Spaziergang, mit Lesen, Schreiben oder Malen (Material bitte mitbringen). Es geht an diesem Tag nicht um theologische Diskussionen oder um kontroverse Glaubensgespräche. Die Entdeckung der eigenen Persönlichkeit vor Gott soll im Vordergrund stehen.

Was SIE neben Familie, Beruf und gesellschaftlich-kirchlichem Engagement persönlich bewegt, soll zur Sprache kommen.

Ablauf des Tages:

- | | |
|-----------|---|
| 10.00 Uhr | Feier der Eucharistie in der Kapelle |
| | Stehkaffee |
| 10.45 Uhr | Geistlicher Impuls, anschl. freie stille Zeit |
| | Möglichkeit zum Einzelgespräch |
| 12.30 Uhr | Mittagsgebet und Mittagessen |
| | Spaziergang/freie Zeit |
| 14.30 Uhr | Möglichkeit zu Kaffee und Gebäck |
| 15.30 Uhr | Geistlicher Impuls anschl. freie stille Zeit |
| | Möglichkeit zum Einzelgespräch |
| 17.00 Uhr | Abschlussandacht |



Der *Oasen-Tag* wird geleitet von

Pastor Meinolf Mika
44623 Herne, Altenhöfener Str. 31

Tel. 02323 9180611 oder
Email: mika@st-dionysius-herne.de

Er gibt gerne weitere Informationen.

Für die Teilnahme erbitten wir einen Kostenbeitrag von 20,-- Euro.

Höchsteilnehmerzahl: 15

Zur Teilnahme erbitten wir eine Anmeldung bis zum 10.03.2023 an:

Lena Roberg
Tel.: 05206 8854
Mobil: 0176 51214001
Email: lenaroberg@t-online.de