

Frauenseminar vom 27.06. – 29.06.2014

Sinnvolle Gestaltung zwischen Langeweile und Hektik

18 Frauen trafen sich in diesem Jahr zu unserem diesjährigen Frauenseminar. „Sinnvolle Gestaltung zwischen Langeweile und Hektik“ war in diesem Jahr das Thema. Langeweile? Für viele in unserer heutigen Zeit, unvorstellbar – aber dennoch manchmal da. Wo ist die Grenze zwischen sinnvoller Muse, Entspannung oder einfach nur Langeweile?

Nach der Vorstellungsrunde und einer Traumreise, die Hannelore Seitz (Frauenbeauftragte DV Speyer) mitgebracht hatte, ließen wir den Freitagabend gemütlich ausklingen.

Samstags war Heike Sohl (Sucht- und Sozialtherapeutin, Caritas Worms) unsere Referentin. Mit ihr gingen wir auf eine spannende Reise zu uns selbst. Wir entdeckten, das gerade uns Frauen, ein Ja!!! viel schneller über die Lippen kommt, als ein nein. Das Nein – Sage – Monster ist aber dennoch in uns, wir müssen es nur finden. Jede hatte die Möglichkeit zu erforschen, was sie an ihrem Monster mag und welche Freiheiten sich daraus ergeben. In einer Übung stärkten wir uns gegenseitig den Rücken, durch Hände auflegen oder leichte Massagen. Danach machten wir uns Gedanken über den Sinn unseres Lebens – vielen fiel es gar nicht leicht den Sinn gleich zu entdecken, und zu benennen. Jedes Leben hat einen Sinn und jeder Mensch ist wertvoll für diese Welt!!! Zu dieser Erkenntnis kamen wir gemeinsam. Beim Blick in die Runde kam uns der Gedanke: Wir sind wie ein Blumenstrauß, aus vielen schönen Einzelblüten. Jede Blüte einzigartig und farbenfroh – zusammen ein harmonischer Strauß.

Mit unserem traditionellen Eis essen beschlossen wir diesen 2.Tag.

Ein Wortgottesdienst, vorbereitet von Waltraud Dahl, war der Start in den Sonntag. Thema des Wortgottesdienstes war „die Stille und das zur Ruhe“ kommen. Beim Mandala malen wurde das“ zur Ruhe kommen“ in die Tat umgesetzt.

Bei der Abschlussrunde wurde schnell klar, dass wir achtsam und gelassener mit uns umgehen sollten. Viele die gestresst und bedrückt, am Freitag angereist waren, fühlten sich nach diesem Wochenende erholt und gelassener. Es war ein Wochenende voller Emotionen und jeder Menge positiver Energie, die im Raum spürbar war.

Hannelore verabschiedete uns mit einem Zitat von Sören Kierkegaard: „Das Leben muss vorwärts gelebt, aber rückwärts verstanden werden.“

Christina Deckarm