



News: Reflexionen über ein äußerst schwieriges Jahr

Eine Auszeit für einen Rückzug, für Ruhe, Meditation und Erneuerung des spirituellen Lebens an einem Ort, der eine Atmosphäre der Intimität, Ruhe, Friedfertigkeit und Einfachheit bietet, ist heute mehr denn je erforderlich.

Psychologische Studien haben gezeigt, dass Zeiten der Einsamkeit und der Selbstreflexion einen ausgesprochen positiven Einfluss auf die geistige und körperliche Gesundheit haben. Im Osten und in unserer europäischen Kultur gibt es den traditionellen Brauch einer Pause vom Alltag, eines beruflichen Rückzugs, eines Sabbaticals oder einer Pilgerreise.

Doch heute bedeuten Retreats mehr als eine spirituelle Suche.

Es handelt sich nicht nur um einen Brauch oder eine Wahl des Lebensstils.

Heute ist das Bedürfnis existentiell; wir brauchen Zeit, um Stress abzubauen, unser Gleichgewicht wiederzufinden, uns wieder mit unserem Inneren Selbst zu verbinden und uns an den Zweck unseres Lebens zu erinnern.

Und jetzt mit der Pandemie müssen sich mehr von uns daran erinnern, wie wir uns von der Welt loslösen und uns in der Selbstisolierung wohl fühlen können, bereit, die unerwarteten Geschenke zu empfangen, die mit Not und Unsicherheit einhergehen - den Segen der Zeit und die Gabe der Schönheit der Einfachheit.

Der Segen der Zeit und die Gabe der Schönheit der Einfachheit.