



IDEA SONDERSEITEN

MIT IDEA UNTERWEGS

„... und ruht euch aus“

Von Astrid Hadem



Astrid Hadem ist Geschäftsführerin der IDEA-Medienagentur zeichensetzen und lebt mit ihrem Mann in der Nähe von Wetzlar.

Ob am See Genzareth, in der Sonne der Provence oder im frostigen Dezember in Schweden – in den fünf Jahrzehnten meines Lebens habe ich viele abwechslungsreiche Urlaube erleben können. Das war ein Privileg. Aber es gab auch Jahre ohne längere Urlaube, nur mit kleinen Pausenmomenten. Und genau die haben mir gezeigt, wie wertvoll kurze Auszeiten sind.

Denn Innehalten und Erholung sind Teil eines gelingenden Lebens. Wer niemals sein Stresslevel senken

kann, merkt auf Dauer, dass Seele und Körper ermüden. Das ist übrigens keine neue Erfahrung. Schon Jesus sagte seinen Jüngern in einer „stressigen“ Phase: „Geht ihr allein an eine einsame Stätte und ruht ein wenig.“ (Markus 6,31)

Biblich gesehen gibt es zwar keinen Hinweis auf Urlaub, so wie wir ihn heute kennen, aber schon im Alten Testament wird mit der Einführung des Sabbats und des Sabbatjahres die Notwendigkeit von Ruhe und Regeneration als menschliches Bedürfnis im Wechsel mit Arbeit betont.



Der Skulpturenpark in Greifenstein – ein Ort zum Innehalten und Aufatmen

Kontemplativ, kreativ oder gemeinsam

Nicht immer muss eine Auszeit mehrere Wochen umfassen, auch sind oft nicht viele Kilometer erforderlich, um sich zu erholen oder geistlich neu zu stärken. Überall in Deutschland gibt es viele großartige Angebote – gerade für kurze Auftankzeiten. Ob in Tagungshotels, christlichen Gästehäusern oder auch Klöstern: Die Palette ist breit – und genau das macht sie wertvoll. Denn wir sind verschieden: Wir suchen Kontemplation oder Kreativität, wir wollen Familienangebote oder Schweigezeiten nutzen. Wir haben Freude daran, in Gemeinschaft Neues zu entdecken, oder brauchen Stille und Einkehr für Veränderung.

Fotokunst im Allgäu

Ein Tipp, um innezuhalten und neue Perspektiven zu gewinnen, ist die Outdoor-Fotoausstellung „Hoffnungspunkte – acht Glaubensimpulse, wo Himmel und Leben sich berühren“. Rund um das Gästehaus „AllgäuWeite“ der Stiftung Hensoltshöhe am Rottachsee zeigt der Künstler Markus Spingler seine Fotografien. Seine Motive greifen Themen wie Stille, Gebet und Glaube auf. Das Besondere an der Ausstellung ist die beeindruckende Naturkulisse: Das Gelände verbindet Weite mit Höhe –

über dem Tal erhebt sich der 1.738 Meter hohe Berg „Grünten“. Die Kombination aus fotografischen Impulsen mit Himmel und Erde eröffnet Raum, um Gott (neu) zu begegnen. Übrigens: Auch wer nicht im Gästehaus übernachtet, kann die Ausstellung kostenlos besuchen.

Ein Park voller Skulpturen

Mitten in Hessen lädt eine andere Ausstellung zum Entdecken und „zum Klingeln bringen“ ein: der Skulpturenpark in Greifenstein-Allendorf, idyllisch gelegen zwischen Obstbaumanlage und Getreidefeldern. Hier kann man die Seele baumeln und den Kopf zur Ruhe kommen lassen. Der Komponist und Interpret Siegfried Fietz hat gemeinsam mit anderen Künstlern einen Ort geschaffen, der Geschichten aus Holz, Eisen und Steinen erzählt: etwa der große Stein im Eingangsbereich, der wie die Arche Noah aussieht.

Wohin auch immer die Reise führt – entscheidend ist die Haltung. Der Präses der Evangelischen Kirche im Rheinland, Thorsten Latzel, hat es einmal so formuliert: „Egal wo du hinfährst oder bist: Gott erwartet dich. In der Weite des Meeres, in der Stille der Berge, auf deinem Balkon oder im Garten und auch im Angesicht des Menschen, der dein Hotelzimmer macht oder dein Essen bringt. Urlaub ist eine Chance, Gott neu zu entdecken.“

Vielleicht liegt genau darin das Geheimnis tiefer Erholung: nicht in der Länge der Reise, sondern darin, Gott dort zu suchen und zu finden, wo wir unterwegs sind. ●

SKULPTURENPARK SIEGFRIED FIETZ

Verlängerung der Straße Lenzwies
35753 Greifenstein-Allendorf
📄 skulpturenpark.info

FOTOAUSSTELLUNG „HOFFUNGSPUNKTE“

Gästehaus „AllgäuWeite“
Winkel 7, 87477 Sulzberg-Moosbach
📄 allgaeuweite.de/aktuelles/outdoor-bilderausstellung.html



Ein Bild aus der Fotoausstellung