

Pilgernd und meditierend durch die Jahreszeiten



Von Fischen nach Immenstadt

19. Januar 2019

6. April 2019

13. Juli 2019

12. Oktober 2019

Lass mich langsamer gehen, Gott.
Entlaste das eilige Schlagen meines Herzens
durch das Stillwerden meiner Seele.
Lass meine hastigen Schritte stetiger werden
mit dem Blick auf die Weite der Ewigkeit.
Gib mir inmitten der Verwirrung des Tages die
Ruhe der ewigen Berge.
Löse die Anspannung meiner Nerven und
Muskeln durch die sanfte Musik der singenden
Wasser, die in meiner Erinnerung lebendig sind.
Lehr mich die Kunst des freien Augenblicks.
Lass mich langsamer gehen, um eine Blume zu
sehen, ein paar Worte mit einem Freund zu
wechseln, einen Hund zu streicheln, ein paar
Zeilen in einem Buch zu lesen.
Lass mich langsamer gehen, Gott, und gib mir
den Wunsch, meine Wurzeln tief in den ewigen
Grund zu senken, damit ich emporwachsen zu
meiner wahren Bestimmung.

Amen.

(Gebet aus Afrika)

Liebe PilgerInnen,

Aufbrechen und für einen Tag - einmal in jeder
Jahreszeit – den gleichen Weg gehen.
Hinausgehen, den knirschenden Schnee unter den
Schuhen spüren, die ersten wärmenden Frühling-
sonnenstrahlen genießen und die austreibenden
Bäume bestaunen, die Vielfalt der Sommerwiesen und
die leuchtenden Farben des Herbstlaubes bewundern.
Pilgern und meditieren.

Diese Freiheit auf Zeit ermöglicht es uns, die
Veränderungen durch den jahreszeitlichen Rhythmus
in der Landschaft und bei uns wahrzunehmen, zu uns
und in unsere Ruhe zu kommen und neue Kraft zu
schöpfen.

Etwas von der Kraft dieses Aufbruchs strahlt dann in
unseren Alltag, etwas von dieser Freiheit nimmt jeder
mit sich.

Ihr

Harald Müller (Pilgerbegleiter und Meditationslehrer)

Ablauf

Zeit:

- Start um 9.00 Uhr in der evangelischen Kirche
in Fischen
- ca. 1 Stunde bewegte Meditation in
Immenstadt
- Ende ca. 17.00 Uhr in der evangelischen Kirche
in Immenstadt

Gesamtstrecke:

ca. 16 km auf Teer-, Forst- und Waldwegen;
reine Gehzeit ca. 5 Stunden; bitte passen Sie die
Kleidung und Schuhe der Witterung an.

Anmeldung:

per Mail unter: harald.mueller-oa@t-online.de
oder unter 08321/6742976 (auch bei Fragen
zur Mediation)

bis spätestens 3 Tage vor dem jeweiligen
Termin; **max. 15 TeilnehmerInnen**



Kosten:

Für die Deckung der Unkosten, die Pilgerbe-
gleitung und Mediation: 8,00 Euro pro Termin.

Wegzehrung:

bitte nehmen Sie ausreichend zu Trinken mit,
Mittagspause ist in der Bäckerei Härle in
Blaichach vorgesehen.