

Gib deiner Seele Zeit!

**Pilgertag im Schweigen am 17. September 2022 10 - 16 Uhr
Start und Ziel in Wahrenholz**

Die Kirchengemeinde Wahrenholz lädt ein zu einem Pilgertag im Schweigen. Im Mittelpunkt steht die Gunst und Kunst des achtsamen Gehens: Sich suchen gehen, um sich nicht im Irrgarten der Gedanken zu verlieren, sich stattdessen (wieder einmal) zu öffnen für sich selbst und für Gott. Körperübungen und meditative Impulse leiten an zu einem lauschenden Schweigen.



Treffpunkt & Startort ist das Alte Küsterhaus in Wahrenholz, An der Kirche 5

Die Tagesleitung haben Pastor Dieter Rudolph vom Kirchenkreis Gifhorn und Christina Miscyk, Yoga-Lehrerin aus Wagenhoff.

Tagesprogramm: Nach Vorstellungsrunde und inhaltlicher Einführung im Küsterhaus geht es auf den **Weg durch die Südheide:** über Ise und Bruno, entlang des Großen Leu, am Löns-Stein vorbei zum Heiligen Hain, über Betzhorn zurück zur Kirche St. Nicolai & Catharinen. Dort wird es Gelegenheit geben, Gebetskerzen anzuzünden und sich segnen zu lassen.



Eingeladen sind alle Interessierten, die sich auf die Impulse und die Gruppe einlassen können und die Erfahrung vom achtsamen Gehen & Schweigen in der Gruppe machen mögen.

Verpflegung im Tagesrucksack ist mitzubringen. Bequeme Kleidung & gutes Schuhwerk versteht sich von selbst. Kladde als Pilgertagebuch wird empfohlen.

Kosten: 10 Euros - zu Beginn der Veranstaltung zu zahlen.

Anmeldung bis 14. September bei Pastor Rudolph tel. 0171-171 3987 oder dieter.rudolph.1@gmx.de