



Aidenbach Foto: Christine Vogl

Schweige und höre!

unsere alljährliche
**Karfreitags
Pilgerwanderung**

am 29. März 2024

von Neustift nach Aidenbach

Leitung, Info & Anmeldung:

Rosalinde Mader

Tel.: 0151/598 771 26

Mail: Pilgerlinde@yahoo.de

Gemeinsam machen wir uns auf in die aufbrechende Natur. Unterwegs tauchen wir mehr und mehr in die innere Stille ein. Stille gibt uns Raum für vielfältige Erfahrungen mit uns selbst

Die hügelige Strecke führt uns von Neustift über Schwanham, und das Denkmal der Bauernschlacht Handlberg, nach Aidenbach.

Wir bewegen uns auf meist auf verkehrsarmen kleinen Strassen und kleinen Wegen, die können auch bazig sein!

Auf dieser Pilgerwanderung gehen wir einen Teil des Weges **im Schweigen!!!**

Wie immer sind wir eher entschleunigt unterwegs. Diesmal gehen wir wieder „Strecke“, d.h. wir brauchen einen Transfer.

Eine Mittagspause machen wir diesmal im Freien. Leider gibt es auch keine Bänke; aber wir kehren nach der Pilgerwanderung ein.

Meine begleitenden Impulse schöpfe ich nach Bedarf aus meinem Schatzkästchen mit spirituellen Texten und aus den Bereichen Meditation, Qi Gong und meditativem Tanz.

Es ist schön wieder gemeinsam unterwegs zu sein.

Wir werden sehr achtsam miteinander umgehen.

Ablauf:

- **Ab 10 Uhr Treffen in Aidenbach, Marktplatz, vor der Kirche Marktplatz 2 94501 Aidenbach**
 - Ca. 10.15 Uhr Fahrt mit Privatautos nach Neustift
 - Pilgerwanderung
 - mehrere Trink- und Impulspausen
 - Mittagrast in der Natur
 - insgesamt **ca. 12 km Gehstrecke** im hügeligen Gelände
 - ca. **16.00 Uhr** treffen wir wieder in Aidenbach ein. Fahrer Rücktransfer nach Neustift. Danach Einkehr in einem Gasthaus, wer noch will
-
- Anmeldung bis 22. März (eine frühe Anmeldung sichert den Platz)

Bitte beachten:

- gut eingegangene Schuhe
- **der Witterung angepasste Kleidung**
- kleiner Rucksack
- Sonnen/Regenschutz wenn nötig
- ausreichend Getränke
- kleine Mittagsbrotzeit
- Wasserfeste Sitzunterlage