

## **Pilgerimpulse – Pilgern im Advent**

Die Impulse entstammen in Ausschnitten den Büchern: „Stadtpilgerweg Hildesheim“ und „Glaube auf dem Weg“ von Amelie Gräfin zu Dohna.

Schellerten – Farmsen - Schellerten

Pilgertour St. Petri Schellerten, Feldweg Richtung Farmsen und zurück Länge ca. 90 Minuten

### **Start-Impuls:**

“Mit Maria und Josef auf dem Weg zur Krippe. Jedes Jahr „gehen“ wir diesen Weg – wir nennen es Advent. Ankommen – vor dem Ankommen geschieht das unterwegs sein. Das beginnt mit der Vorbereitung, den Fragen, was nehme ich mit? Was brauche ich unterwegs? Was nehme ich nicht mit? Was lasse ich hier? Was lasse ich los? Sich auf den Weg machen beginnt mit dem ersten Schritt. Der erste Schritt auf einem neuen Weg. Auf dem Weg zur Krippe....

Freuet euch in dem Herrn allewege, und abermals sage ich euch: freut euch der Herr ist nahe“

### **Gebet:**

Gott, gib mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann, und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden. Einen Tag nach dem anderen zu leben, einen Moment nach dem anderen zu genießen. Entbehrung als einen Weg zum Frieden zu akzeptieren. Diese Welt anzunehmen, wie Jesus es tat, und nicht so, wie ich sie gern hätte. Zu vertrauen, dass Du alles richtig machen wirst, sodass ich in diesem Leben ziemlich glücklich sein möge. Amen

### **Impuls unterwegs:**

Ge(h)lassen - Alles beginnt mit dem ersten Schritt. Der Schritt über die Türschwelle: Einatmen beim Öffnen der Tür, ausatmen beim ersten Schritt auf dem Pilgerweg. Spüre einmal ganz bewusst deine Schritte. Wie fühlt es sich an in deinen Füßen? Wo sind deine Gedanken? Bist du langsam oder schnell unterwegs? Was kann, was möchte ich ändern? Finde dein Tempo.

### **Ankommen:**

„Wenn der Regen mir ins Gesicht schlägt, auch wenn es so aussieht, als ob die ganze Welt gegen mich ist, wenn mich Dunkelheit ergreift. Ich bin gewiss: Es gibt einen, der mich schützend in seine Arme nimmt. Wenn das Leben Purzelbäume schlägt und ich Mut brauche, um mich auf das Abenteuer einzulassen: Ich bin gewiss: Es gibt einen, der mit mir bis ans Ende der Welt gehen würde, der nichts unversucht lässt. Mit dieser Gewissheit segne und stärke uns, Gott unsere Zuflucht und Stärke, Jesus Christus unser Begleiter und Retter, und Gottes Geist unser Mut zum Leben. Amen