

# Wanderexerzitien

## „Du weißt den Weg für mich“

Zell am Harmersbach

03.09. – 10.09.2017

*Gott, lass meine Gedanken  
sich sammeln zu dir.  
Bei dir ist das Licht,  
du vergisst mich nicht.  
Bei dir ist die Hilfe,  
bei dir ist die Geduld.  
Ich verstehe deine Wege nicht,  
aber du weißt den Weg für mich.*

*Text: Dietrich Bonhoeffer*



**Jeden Morgen:**

7.30 Körperübungen und Schweigemeditation

8.30 Frühstück;

**am Abend:** 19.45 Eucharistiefeier

**Montag, 04.09.2017**

*Vormittags:*

kleine Wanderung zur Naherholungsanlage „Herrenholz“;

Impuls: „Übung zur Aufmerksamkeit“ – Mittagessen im HdB

*Nachmittags:*

Rundwanderung: Innenstadt von Zell, alte Waschküche, alte Stadtmauer, Kleebad – Radiumquelle.

Unterwegs: Bibelteilen mit drei Stationen zum Tagesevangelium: Lk 4, 16 - 30 und Gebärdenlied: „Durchflute mein Herz...“







**Dienstag, 05.09.2017**

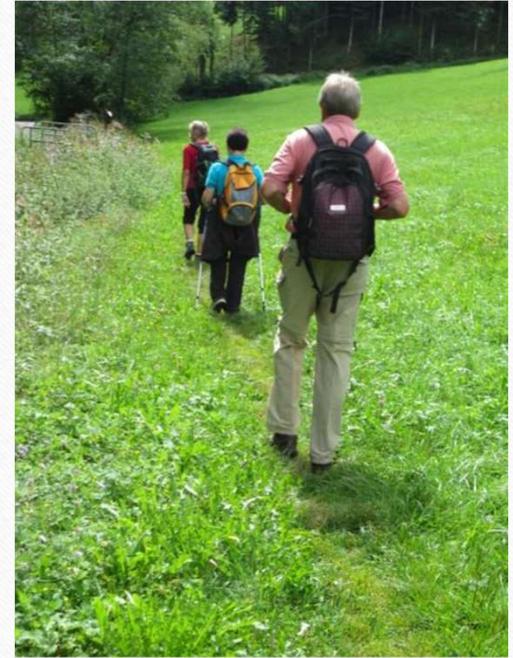
*Ganztagsstour* (unterwegs drei Stationen mit Psalm 27)  
Fürstenberger Hof, Eckwaldpavillion, Auf Eck (bei den drei Birken),  
„Schnapsbrunnen“, Bachwehle, Wassertretstelle, Adler Teich, Grüner  
Hof, Michaelskapelle

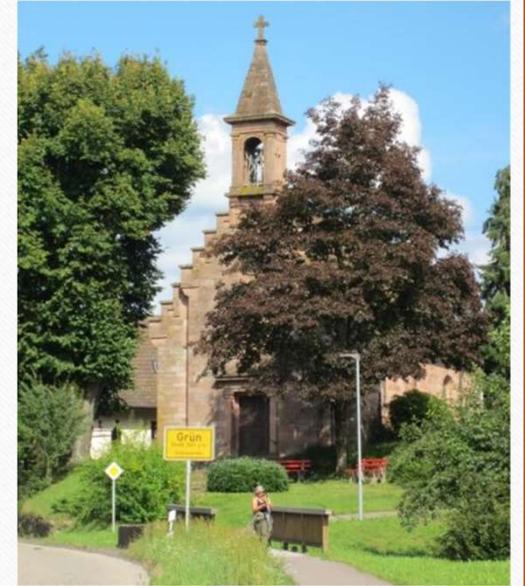












Ein weiser Mann wurde einmal  
gefragt, warum er stets so  
gesammelt sein könne.

Da sagte dieser :

Wenn ich stehe, dann stehe ich  
wenn ich gehe, dann gehe ich  
wenn ich sitze, dann sitze ich  
wenn ich esse, dann esse ich  
wenn ich spreche, dann spreche ich ...

Das tun wir auch, aber was tust du  
darüber hinaus ?

Da sagte er wiederum:

Wenn ich stehe, dann stehe ich  
wenn ich gehe, dann gehe ich  
wenn ich sitze, dann sitze ich ...

Aber das tun wir doch auch... - Nein,  
wenn ihr sitzt, dann steht ihr schon  
wenn ihr steht, dann lauft ihr schon  
wenn ihr lauft, dann seid ihr schon  
am Ziel ...

Ein Zen-Mönch

**Mittwoch, 06.09.2017**

Oasentag zur freien Verfügung und Gestaltung

Impuls: Geschichte von Frederick. Einzelgespräche





#### PORTAIT DER HEILIGEN ANNA

Ein Meisterwerk nubischer Kunst des 8. Jhdt.  
(Nationalmuseum Warschau)

Mit leicht geneigtem Haupt,  
den Finger vor dem schweigenden Mund  
und mit weit geöffneten Augen  
lauscht Anna nachdenklich dem Engel.

Dem kinderlosen Ehepaar,  
Anna und Joachim  
wurde zur großen Freude  
durch Gottes Boten  
die Geburt einer Tochter verheißen  
(legendäres Protevangelium des Jakobus um 150 n. Chr.)

Anna (hebr. „Hanania“) heißt: „Jahwe hat sich erbarmt.“  
Joachim (hebr. „Jojakim“) heißt: „Jahwe möge aufrichten.“

Fresko aus der Kathedrale von Faras  
= das antike Pachoras

(heute auf sudanesischem Staatsgebiet)

Die dreischiffige Kirche, erbaut um 707,  
927 durch Feuer zerstört, 970 ganz erneuert,  
wurde in den verschiedenen Epochen  
mit prächtigen Fresken und Malereien ausgeschmückt.

**Donnerstag, 07.09.2017**

*Ganztags*tour (Symbol: Stein)

Naturlehrpfad zum Gießeneck (Rast an einer alten Schutzhütte und einem tiefen Brunnen mit frischem Quellwasser) – Buchhöfe – Nilhöfe (Mittagsrast auf zwei Bänken am Waldrand mit weiter Sicht in den Südschwarzwald) – Einkehr in den Nillhöfen, zurück über Buchhöfe, Kohlplatz, Herrenholz







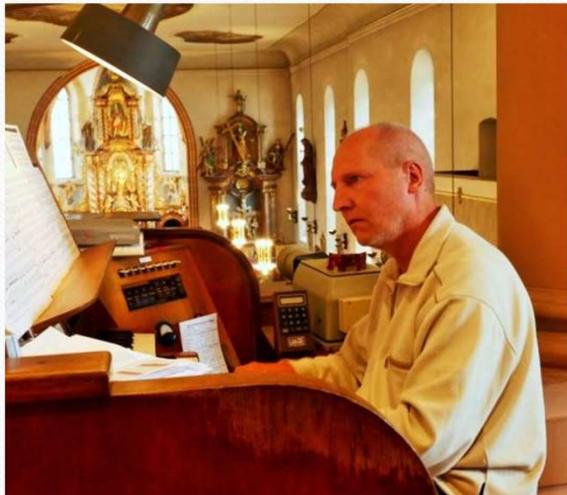
**Freitag, 08.09.2017 - Mariä Geburt**

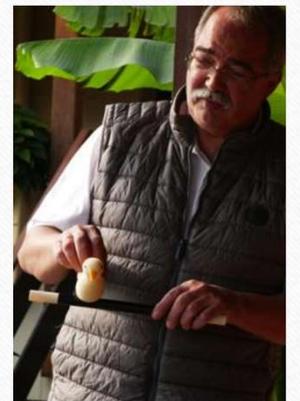
*Vormittags:*

9.30 Uhr hl. Messe mit Predigt in der Wallfahrtskirche – Mittagessen im HdB

*Nachmittagswanderung:*

Kriegerdenkmal, Kapelle in Oberentersbach, Unterentersbach, vorbei an den Golfplätzen, „Europabrücke“, Gedenkstätte für Cäcilia Baumann, Einkehr beim Gasthof Berger (der Wirt führt Zauberstücke vor).







**Samstag. 09.09.2017**

*Vormittags:*

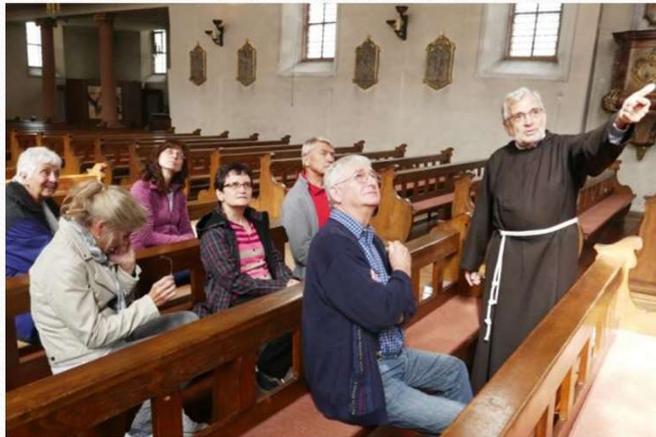
Impuls „Mystik im Alltag“ (Anregungen aus dem geistl. Tagebuch von Papst Johannes XXIII.), Austausch in Kleingruppen; Führung durch die Wallfahrtskirche mit Pater Hadrian

*Nachmittags:*

(regnerisch und stark windig) mit Autos zum Mühlstein, Wanderung zum „Haldeneck“, anschließend zum „Mostbänkle“ hin und zurück. Wir haben Glück mit dem Wetter. Es bleibt trocken und wir haben eine gute Aus- und Fernsicht zu den Vogesen und ins Rheintal, Einkehr im urigen Mühlstein und Besuch der Kapelle.

19.45 Uhr: eucharistische Anbetung im Meditationsraum







**Sonntag, 10.09.2017:**  
9.30 Uhr: Abschlussgottesdienst



**Auf Wiedersehen!**



до свидания!

Adiós

Adeus

Tot ziens

AVTIO

Au revoir

*Auf Wiedersehen!*

Äddi Ha det

Arrivederci