



Seelsorge

Nationalpark Eifel + Vogelsang

AUFBRECHEN

Spirituelle Wanderungen
im Nationalpark Eifel

2024

Den Alltag bewusst unterbrechen, zur Ruhe kommen, unter freiem Himmel **mit Leib und Seele in Bewegung sein**, innehalten, die Natur und sich selbst wahrnehmen, sich von spirituellen Impulsen zum Nachdenken und zum Austausch anregen lassen, Gemeinschaft erleben, Zeit haben für die wichtigen Dinge.

Viele Menschen haben schon erfahren dürfen, dass sich Wandern und Spiritualität sehr gut verbinden. Manches in unserem Leben kommt durch das Gehen „in Bewegung“ und manchmal auch zu einer Klärung. Wir können in der Natur Aufwind spüren und Kraft schöpfen.



In einer Gruppe von etwa 15 Teilnehmer:innen sind wir täglich ca. 15 bis 18 km mit (Rucksack-) Tagesverpflegung im Nationalpark Eifel unterwegs. Das Tempo und die Wegstrecke werden so gewählt, dass alle gut mithalten können. Wir möchten an dieser Stelle auch auf unsere Angebote mit kürzeren und leichteren Wegen hinweisen. Die genauen Streckenlängen der Tageswanderungen finden Sie beim jeweiligen Angebot.

Weitere Informationen schicken wir Ihnen gerne zu, oder sprechen Sie uns dafür direkt an. Zu den einzelnen Veranstaltungen erhalten Sie von uns zudem im Vorfeld einen ausführlichen Infobrief.



Unterkunft: Wenn Sie vor Ort übernachten möchten, brauchen Sie selbst kein Zimmer zu suchen. Wir bieten Ihnen verschiedene Möglichkeiten an und haben immer auch schon Zimmer vor-reserviert. Die Buchung erfolgt dann über Sie. Es ist auch möglich, jeweils am Morgen anzureisen.

Teilnehmerbeitrag: Die Teilnahme an den Tageswanderungen ist kostenlos, um eine Spende zur Unterstützung der Seelsorge in Nationalpark Eifel und Vogelsang wird gebeten.

Der reguläre Beitrag zu den 3-tägigen Wanderungen liegt zwischen 90,- € und 150,- €, je nach den eigenen finanziellen Möglichkeiten. Bitte melden Sie sich, wenn Sie eine weitere Kostenreduzierung benötigen. Teilnehmer:innen aus dem Bistum Aachen erhalten auf Wunsch einen Zuschuss. Antragsformulare erhalten Sie bei der Wanderung.

Alle Veranstaltungen können zusätzlich zu den hier angegebenen Terminen auch individuell von Ihrer Gruppe als ein- oder mehrtägige Veranstaltung gebucht werden – gerne besprechen wir mit Ihnen hierfür Termin und Ablauf.



Aufbrechen und Ostern entgegen gehen

Wandern mit Leib und Seele in der Karwoche

AUFBRECHEN! Wie die Natur des beginnenden Frühlings: Aufbrechen, aufblühen, Altes und Starres hinter sich lassen, eine neue Lebendigkeit spüren.

AUFERSTEHEN! Das Leben ist stärker als der Tod. Die Starre des Grabs wird verwandelt in einen blühenden Garten. Die Fesseln, die uns am Leben hindern, lösen sich.

An drei Tagen in der Karwoche den Alltag bewusst unterbrechen, unter freiem Himmel mit Leib und Seele in Bewegung sein, innehalten und die Natur und sich selbst wahrnehmen, sich von geistlichen Impulsen zum Nachdenken und zum Austausch anregen lassen, Gemeinschaft erleben, der befreienden Osterbotschaft neu und anders entgegengehen. An Gründonnerstag feiern wir gemeinsam „Abendmahl“ und bieten eine Nacht des Wachens mit unterschiedlichen kreativen und spirituellen Gestaltungsmöglichkeiten an. Der Karfreitag ist ein stiller Tag, geprägt vom Vertrauen darauf, dass ich getragen bin.

AUFBRECHEN:	MI 27. MÄRZ 2024	10.00 Uhr
ANKOMMEN:	FR 29. MÄRZ 2024	17.00 Uhr

Unterkunft in Vogelsang

BEGLEITUNG Georg Toporowsky, Pastoralreferent

ANMELDUNG BIS ZUM 9. FEBRUAR 2024



Aufbrechen und Stille finden

Stille finden und zur Ruhe kommen im Nationalpark Eifel

AUFBRECHEN! Die Ruhe des Waldes und die natürlichen Geräusche der Vögel, des Windes oder des Bachs tun uns Menschen gut. Sie sind Balsam für Leib und Seele und machen uns offen – für uns, für andere, für Gott.

STILLE FINDEN! Das ist oft gar nicht so einfach... Die Gruppe, Impulse und Anleitungen und die Natur selbst unterstützen uns dabei. Sie sind eingeladen, Stille zu finden, den Klang der Natur und ihres Schöpfers zu hören, heilsame Töne, die Melodie des Lebens. Unsere Wege führen uns in die Ruhe der Natur und auch zur ehem. Abtei Mariawald, einem Ort der Stille und des Hörens.

AUFBRECHEN:	MI 1. MAI 2024	10.00 Uhr
ANKOMMEN:	FR 3. MAI 2024	17.00 Uhr

Unterkunft in Gemünd

BEGLEITUNG Georg Toporowsky, Pastoralreferent

ANMELDUNG BIS ZUM 22. MÄRZ 2024

„Die Natur sprach zu mir, indem sie sich als Stille präsentierte. Je stiller es wurde, desto mehr hörte ich... eine ohrenbetäubende Stille.“

(Erling Kagge)

Aufbrechen und Heilung erfahren

Kräuter und unsere innere Verbundenheit zur Schöpfung

AUFBRECHEN! Den Rucksack schnüren und sich aufmachen, die sommerliche Natur des Nationalparks mit seiner Fülle an Kräutern und Blumen genießen! Zur Ruhe kommen, die Seele baumeln lassen, Schöpfung bewusst wahrnehmen und sich an ihr erfreuen.

HEILUNG ERFAHREN! Die Natur meint es gut mit uns und heilt: körperlich, geistig und auch seelisch. Alles ist miteinander verbunden, die Natur steckt voller Wunder. Sachkundig angeleitet bestimmen wir heilende Kräuter, bereiten Kräutertees und Salben. Spiritualität kann bedeuten, Gott in allen Dingen und besonders in der Natur zu suchen und zu finden. In der Schöpfung lässt sich Gottes heilende Nähe erfahren.

Unsere Tageswanderungen führen uns durch das malerische Rurtal und auf den neu errichteten barrierefreien Naturerkundungspfad „Der Wilde Weg“ im Kermeter.

AUFBRECHEN:	FR 24. MAI 2024	10.00 Uhr
ANKOMMEN:	SO 26. MAI 2024	17.00 Uhr

Unterkunft in Heimbach

BEGLEITUNG Andreas Schneider,
Natur- und Kräuterpädagoge

ANMELDUNG BIS ZUM 12. APRIL 2024

Aufbrechen mit Leib und Seele

Schöpfungsexerzitien

AUFBRECHEN! Schöpfungsexerzitien bieten uns eine Auszeit: Was bewegt mich? Was suche ich? Wohin zieht es mich? Was spricht mich an? Wir gehen auf Spurensuche, auf dem Weg, unter Pflanzen und Tiere, im Herzen des Waldes.

MIT LEIB UND SEELE! Getragen von der Gruppe und einem haltgebenden Rahmen ziehen wir alleine los. Ohne Uhr, ohne Plan, ohne festes Ziel. Offen für Begegnungen, Schweigen, Unerwartetes. Offen für Banales und Besonderes. Offen für das Heilige, was mittendrin ist in dem, was unser Leben ausmacht. Denn: „Die Welt ist Gottes so voll“ (A. Delp). Da, mitten in der Natur, mein Herz dafür weit werden zu lassen, ist der tiefste Sinn der Schöpfungsexerzitien. Hierfür braucht es keine Vorerfahrungen.

AUFBRECHEN:	SA 29. JUNI 2024	10.00 Uhr
ANKOMMEN:	SO 30. JUNI 2024	17.00 Uhr

Unterkunft in der Natur

BEGLEITUNG Georg Toporowsky, Ronald Weber

ANMELDUNG BIS ZUM 31. MAI 2024

Eine ausführliche Beschreibung schicken wir Ihnen gerne zu.



Aufbrechen und Aufwind spüren

Aufatmen und Kraft schöpfen im Nationalpark Eifel

AUFBRECHEN! Manche Phasen des Lebens sind herausfordernd, stressig und hektisch. Besonders dann ist es gut, für sich eine „Auszeit“ zu nehmen, in der ich auftanken kann.

AUFWIND SPÜREN! Sie sind herzlich eingeladen, sich von der herrlichen Natur der Eifel inspirieren zu lassen, in der Natur einen freien Kopf zu bekommen, zu wandern, den eigenen Körper zu spüren, den eigenen Fragen und der eigenen Spiritualität nachzugehen. Sie können Gemeinschaft erleben, zur Ruhe kommen, sich mit der Natur verbunden fühlen, sich von spirituellen und naturgegebenen Impulsen zum Nachdenken und zum Austausch anregen lassen und daraus Kraft für das eigene Leben schöpfen: Die Natur ist ein heilsamer Ort.

AUFBRECHEN:	MI 14. AUGUST 2024	10.00 Uhr
ANKOMMEN:	FR 16. AUGUST 2024	17.00 Uhr

Unterkunft in Gemünd

BEGLEITUNG Georg Toporowsky, Pastoralreferent

ANMELDUNG BIS ZUM 8. JULI 2024

Aufbrechen und danken

Wandern mit Leib und Seele im herbstlichen Nationalpark

AUFBRECHEN! Den Rucksack schnüren und sich aufmachen in die warme Farbenpracht des herbstlichen Waldes! Noch blüht es, doch die Natur kommt bald zur Ruhe und legt Samen und Knospen an für einen neuen Aufbruch! Zur Ruhe kommen, die Seele baumeln lassen und abschließen, um Neues beginnen zu können...

DANKEN! Der Herbst ist die Zeit des Dankens: Menschen werden sich bewusst, dass sie vieles geschenkt bekommen. Letztlich, dass sie sich jemandem verdanken.

An drei Tagen im frühen Herbst wollen wir den Alltag bewusst unterbrechen, unter freiem Himmel mit Leib und Seele in Bewegung sein, innehalten, die Natur und uns selbst wahrnehmen, uns zum Nachdenken und zum Austausch anregen lassen, Gemeinschaft erleben.

AUFBRECHEN:	DO 3. OKTOBER 2024	10.00 Uhr
ANKOMMEN:	SA 5. OKTOBER 2024	17.00 Uhr

Unterkunft in Heimbach

BEGLEITUNG Georg Toporowsky, Pastoralreferent

ANMELDUNG BIS ZUM 30. AUGUST 2024

Aufbrechen und Gottes Schöpfung genießen

Ein Fest der Sinne im Indian Summer des Nationalparks
über die Dreiborner Hochfläche und den Schöpfungspfad

AUFBRECHEN! Für viele ist der „Indian Summer“ die schönste Zeit in der Eifel: die Blätter der Bäume verfärben sich in leuchtenden Tönen, die Sonne scheint mild, Nebel steigt morgens aus den Tälern, ein herbstliches Fest der Farben und Gerüche.

GOTTES SCHÖPFUNG GENIESSEN! Es gilt, den Augenblick und die Schöpfung zu genießen, sich einladen zu lassen von einer wohltuenden Stimmung in der Natur. Erleben Sie dieses Fest der Sinne auf der Dreiborner Hochfläche und dem Schöpfungspfad in Einruhr-Hirschrott, beispielsweise bei dem Beobachten des Rotwildes auf der Aussichtsempore bei Dreiborn. Sie sind eingeladen, den Alltag bewusst zu unterbrechen, mit Leib und Seele in Bewegung zu sein, Gemeinschaft zu erleben und sich zum Nachdenken und Austausch inspirieren zu lassen.

AUFBRECHEN: MI 30. OKTOBER 2024 10.00 Uhr
ANKOMMEN: FR 1. NOVEMBER 2024 17.00 Uhr

Unterkunft in Einruhr

BEGLEITUNG Georg Toporowsky, Pastoralreferent

ANMELDUNG BIS ZUM 23. SEPTEMBER 2024

NEU

spirituelle **TAGESWANDERUNG**

Aufbrechen und den Morgen genießen

Eine Verabredung mit dem Sonnenaufgang

In der Morgenstille das Erwachen des Tages erleben, die Sonne über dem Kermeter aufgehen sehen und den atemberaubenden Blick über den Urftsee genießen. Wenn die Nebel noch in den Bäumen hängen, sich aufmachen in den neuen Tag. Denn: der Tag wartet auf uns.

Wir wollen gemeinsam wandern, zur Ruhe kommen und Kraft tanken für den Alltag. Im Anschluss besteht optional die Möglichkeit zu einem gemeinsamen Frühstück (auf eigene Kosten) im Bauerncafé Morsbacher Hof, alternativ kann jeder auch direkt gestärkt in „seinen“ Sonntag starten.

SO 28. APRIL 2024

5.40 bis ca. 9.45 Uhr

SO 22. SEPTEMBER 2024

6.45 bis ca. 10.45 Uhr

Start und Ziel: Parkplatz Walberhof

Streckenlänge: ca. 9 km

BEGLEITUNG Melanie Meyer

ANMELDUNG BIS ZUM 19. APRIL 2024 (1. Termin)

ODER

13. SEPTEMBER 2024 (2. Termin)

NEU

spirituelle **TAGESWANDERUNG**

Aufbrechen und gut leben

Unsere Verbundenheit mit der Schöpfung erfahren

Gemeinsam unterwegs sein, mit Gottes herrlicher Schöpfung in Berührung kommen und sie mit allen Sinnen genießen. Das gibt uns frische Kraft. Es bringt uns tiefer in Kontakt zur Schöpfung, zu Gott und auch mit uns selbst.

Es geht darum, die Verbundenheit mit allen Lebewesen wieder zu spüren, das Lied der Schöpfung wieder zu hören. Ein Lied, das nicht mehr davon singt, dass wir Menschen der Natur gegenüberstehen, sondern Noten, die ausdrücken, dass Menschen und Tiere und Pflanzen und die Erde eine Gemeinsamkeit haben: Wir alle sind verletzbare Körper, wir alle sind Leben, das leben will inmitten von Leben, das leben will (A. Schweitzer).

Dieser Tag gibt uns die Gelegenheit, unsere eigene Beziehung zur Schöpfung zu vertiefen. Dadurch steigern wir unsere Motivation und unsere Fähigkeit, unser Leben mit Rücksicht auf die Schöpfung zu führen.

SO 2. JUNI 2024

10.00 bis 16.30 Uhr

Start und Ziel: Parkplatz Dreiborner Hochfläche
Streckenlänge: ca. 12 km

BEGLEITUNG Ronald Weber

ANMELDUNG BIS ZUM 24. MAI 2024

NEU

spirituelle **TAGESWANDERUNG**

Aufbrechen und Kraft schöpfen

Die eigene Resilienz stärken

Die Welt, in der wir leben, scheint aus den Fugen geraten zu sein. Kriege, Klimawandel, Inflation, Pandemie, Vertreibung, Flucht, Ungerechtigkeit, Misstrauen... Dies alles macht vielen zunehmend Angst. Und dazu kommen oftmals ja auch noch die eigenen Herausforderungen und Zwänge.

Es braucht Kraft und Resilienz, dem etwas entgegenzustellen. Dieser Tag im Nationalpark Eifel soll eine Kraftquelle sein. Sie kommen zur Ruhe, haben Zeit für sich, erfahren Gemeinschaft und heilsame Begegnungen in und mit der Natur. Spirituelle und naturbezogene Impulse laden zum Nachdenken und Austausch ein und lassen Kraft für das eigene Leben schöpfen.

SO 7. JULI 2024

10.00 bis 16.30 Uhr

SO 10. NOVEMBER 2024

10.00 bis 16.30 Uhr

Start und Ziel: Nationalparkseelsorge Vogelsang 86a
Streckenlänge: ca. 13 km

BEGLEITUNG Frank Rost

ANMELDUNG BIS ZUM 28. JUNI 2024 (1. Termin)

ODER

31. OKTOBER 2024 (2. Termin)



NEU

spirituelle **TAGESWANDERUNG**

Aufbrechen mit Leib und Seele

Schöpfungsexerzitien

Schöpfungsexerzitien bieten eine Auszeit: Was bewegt mich? Wohin zieht es mich? Was spricht mich an? Wir gehen auf Spurensuche, auf dem Weg, unter Pflanzen und Tiere, im Herzen des Waldes.

Nach einer Einführung in der Gruppe ziehen wir alleine los. Ohne Uhr, ohne Plan, ohne festes Ziel. Offen für Begegnungen, Schweigen, Unerwartetes. Offen für Banales und Besonderes. Offen für das Heilige, was mittendrin ist in dem, was unser Leben ausmacht. Denn: „Die Welt ist Gottes so voll“ (A. Delp). Da, mitten in der Natur, mein Herz dafür weit werden zu lassen, ist der tiefste Sinn der Schöpfungsexerzitien. Nachmittags bringen wir unsere Erfahrungen mit und können sie in kleinen Gruppen für uns deuten. Vorerfahrungen sind nicht erforderlich.

Bitte (ggf.) warme Kleidung, festes Schuhwerk, Trinken und ein kleines Picknick mitbringen. Mittags kochen wir gemeinsam im Wald auf dem Lagerfeuer.

SO 8. SEPTEMBER 2024

10.00 bis 16.30 Uhr

Start und Ziel: Morsbacher Hof
Streckenlänge: ca. 6 km

BEGLEITUNG Georg Toporowsky

ANMELDUNG BIS ZUM 30. AUGUST 2024

NEU

spirituelle **TAGESWANDERUNG**

Aufbrechen und ankommen

Im Trubel der Vorweihnachtszeit zur Ruhe kommen,
dem Stern folgen, Ausblicke wagen

AUFBRECHEN! Den Rucksack schnüren und sich aufmachen in die winterliche Natur des Nationalparks. Advent und Weihnachten in den Blick nehmen, sich auf den Weg machen.

ANKOMMEN! Zur Ruhe kommen, die Seele baumeln lassen, bei sich selber ankommen. Zeit haben, sein Ziel in den Blick nehmen, seinem Stern folgen. Gott im eigenen Leben ankommen lassen.

Am ersten und zweiten Adventssonntag wollen wir den Alltag bewusst unterbrechen, unter freiem Himmel mit Leib und Seele in Bewegung sein, innehalten, die Natur und uns selbst wahrnehmen, uns zum Nachdenken und zum Austausch anregen lassen, Gemeinschaft erleben.

Die Wanderung schließt am Nachmittag mit der Möglichkeit zu adventlichem Kaffee und Kuchen.

SO 1. DEZEMBER 2024

10.00 bis 16.30 Uhr

SO 8. DEZEMBER 2024

10.00 bis 16.30 Uhr

Start und Ziel: Nationalparkseelsorge Vogelsang 86a
Streckenlänge: ca. 12 km

BEGLEITUNG Frank Rost (1. Dezember 2024);
Georg Toporowsky (8. Dezember 2024)

**ANMELDUNG BIS ZUM 22. NOVEMBER 2024 (1. Termin)
ODER 29. NOVEMBER 2024 (2. Termin)**

Seelsorge in Nationalpark Eifel und Vogelsang

Vogelsang 86a · 53937 Schleiden

Telefon: 02444 575 99 87

info@nationalparkseelsorge.de

www.nationalparkseelsorge.de

 nationalparkseelsorge

Information & Anmeldung:

Georg Toporowsky

georg.toporowsky@bistum-aachen.de

Christiane Jansen

christiane.jansen@nationalparkseelsorge.de

Telefon: 02444 575 99 87



Konzeption und Gestaltung:

Marike Lotz-Colditz

grafik@marikelotz.de

Druck

Als Beitrag zur Bewahrung der Schöpfung wurde dieser Flyer von der dieUmweltDruckerei GmbH klimaneutral und mit Ökostrom mit veganen Bio-Farben auf 100% recyceltem Papier gedruckt.
www.dieumweltdruckerei.de



Seelsorge

Nationalpark Eifel + Vogelsang