DAS DENKENDE HERZ

„Das ist eigentlich unsere einzige moralische Aufgabe:
In sich selbst große Flächen urbar machen
für die Ruhe, für immer mehr Ruhe, so dass man diese Ruhe wieder
auf andere ausstrahlen kann.
Und je mehr Ruhe in den Menschen ist,
desto ruhiger wird es auch in dieser aufgeregten Welt.

Etty Hillesum

Historisches zu den Stationen

Katholische Kirche St. Marien
Nach dem zweiten Weltkrieg fanden viele katholische Vertriebene aus Schlesien in Bad Essen eine neue Heimat. So wurde 1952 diese schlicht gestaltete Kirche St. Marien gebaut. Im Jahre 2010 wurde der Kirchenraum renoviert und umgestaltet.

SoleArena
Die SoleArena ist ein kleines Gradierwerk am Nordhang des Wiehengebirges und wurde zur Landesgartenschau 2010 errichtet.

Himmelsterrasse
Von der SoleArena führt der Weg zur Himmelsterrasse am Waldrandweg und bietet einen herrlichen Blick auf Bad Essen und die norddeutsche Tiefebene. Sie wurde ebenfalls 2010 zur Landesgartenschau gebaut.

Evangelisch-Lutherische Kirche St. Nikolai
Zu Beginn des 11. Jahrhundert als Eigenkirche des Meyerhofes gebaut, wird sie 1224 erstmalig urkundlich als Pfarrkirche erwähnt. Seit 1650 ist Bad Essen mehrheitlich protestantisch.

Friedhof
Im Zuge der napoleonischen Herrschaft wurden Beerdigungen auf dem Essener Kirchplatz untersagt. Seit 1808 finden Beerdigungen auf dem Totenhof an der heutigen Elbestraße statt.

Schenke deiner Seele

Stille.

Und schau,
was dann geschieht.

Dieser Weg wurde entwickelt in ökumenischer Zusammenarbeit mit der kath. Kirchengemeinde Bad Essen, den ev.-luth. Kirchengemeinden Bad Essen, Barkhausen-Rabber und Lintorf und der Selbständig Evangelischen Lutherischen Kirche (SELK) Rabber.

Kooperationspartner ist der Kur- und Verkehrsverein Bad Essen/ Tourist-Info.

Stand: Herbst 2019

KLEINER BESINNLICHER PILGERWEG
Auf dem Weg zur inneren Ruhe

PILGERN MIT BEDACHT

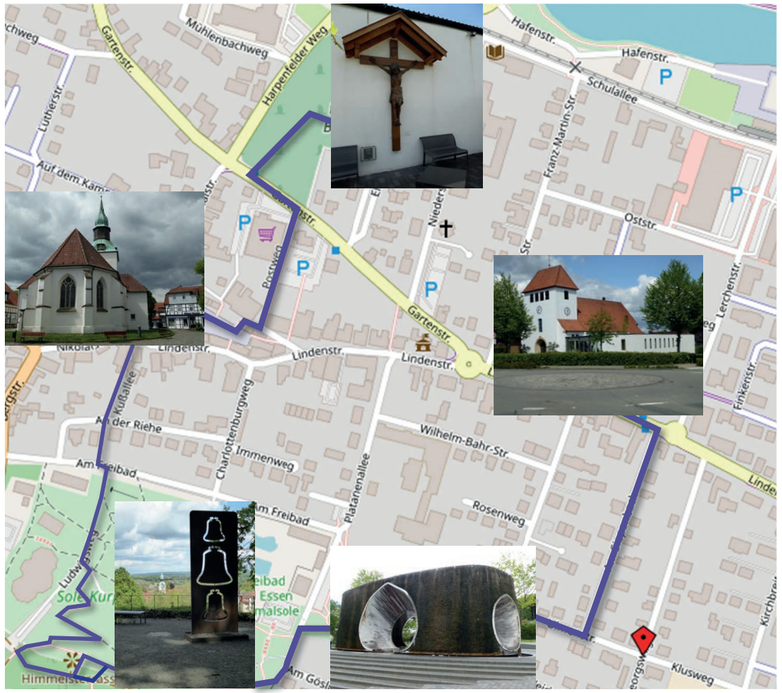
Katholische Kirche St. Marien
Ich glaube an die Liebe, sie kann wie ein Tropfen Wasser sein, der einer Blume die Kraft gibt, sich wieder aufzurichten. Ich glaube an das Gute, auch wenn viele Menschen vom Bösen heimgesucht werden. Ich glaube an das Schöne, auch wenn das Häßliche in der Welt wuchert. Ich glaube an die Freude, sie ist der Anfang des Glücks und Ausdruck vom erfüllten Leben.
nach Phil Bosmanns

SoleArena
Ich atme ein und weiß, dass ich einatme.
Ich atme aus und weiß, dass ich ausatme.
Ich atme ein und lächele.
Ich atme aus und lasse los.
Ich atme ein und verweile im gegenwärtigen Moment.
Ich atme aus und weiß, es ist ein wundervoller Moment.
Thich Nhat Hanh

Himmelsterrasse
Vergesset nicht Freunde.
Wir reisen gemeinsam, besteigen Berge, pflücken Himbeeren.
Lassen uns tragen von den vier Winden.
Vergesset nicht, es ist unsere gemeinsame Welt, die ungeteilte, ach die geteilte die uns aufblühen lässt, die uns vernichtet, diese zerrissene ungeteilte Erde, auf der wir gemeinsam reisen.
Rose Ausländer

Ev.-Luth. Kirche St. Nikolai
Manchmal
Manchmal genügt ein Wort und Mauern weichen zurück.
Manchmal genügt ein Lächeln und du begreifst den Himmel.
Manchmal genügt ein Stillesein und du hörst die Stimme deines Herzens.
Lilly Ronchetti

Friedhof
Glaube an dich selbst, an die Kraft, die du hast, dein Leben in die Hand zu nehmen, Tag für Tag.
Glaube an die Stärke tief in dir drin, und dein Vertrauen in dich wird dir den Weg weisen.
Glaube an jeden neuen Morgen und daran, was er dir bringen wird. Lass dich tragen von der Hoffnung deines Herzens, es wird dich durch alle Schwierigkeiten geleiten.
Denn große Probleme werden kleine werden, wenn du Vertrauen hast und glaubst, dass es keine Grenzen gibt für das, was du dir vornimmst.



BESINNLICHER PILGERWEG DURCH BAD ESSEN
LÄNGE: 3 KM

Liebe Pilgerin, lieber Pilger,

herzlich willkommen auf dem kleinen besinnlichen Pilgerweg in Bad Essen. Nimm dir eine Stunde oder mehr Zeit auf diesem Weg mit 5 Stationen.

Zu jeder Station findest du besinnliche Texte. Den Weg schweigend zu gehen, kann eine wohltuende und inspirierende Erfahrung sein.

Während der Wanderung geht es darum, den Alltag hinter sich zu lassen und sich auf die wesentlichen Dinge im Leben zu konzentrieren. Es ist Zeit für sich selbst. Wir wünschen dir, dass du auf dem kleinen besinnlichen Pilgerweg in Bad Essen neue Kraft schöpfst.

Es grüßt der ökumenische Arbeitskreis Bad Essen

PILGERN IN ANDACHT

Katholische Kirche St. Marien
Gott, lass uns entdecken, wo der Grund unserer Angst liegt aufzubrechen und etwas Neues zu wagen, zu sagen, was an der Zeit ist, mit dem zu beginnen, wovon wir längst wissen: wir sollten es tun, zu lieben ohne Netz und doppelten Boden.
Andreas Ebert

SoleArena
Wasser arbeitet, aber es strengt sich niemals an. Es kann eine Mühle antreiben oder eine Stadt erleuchten, aber es wird niemals müde. Wasser ist farblos, aber was ist ein Regenbogen anderes als Wasser. Wasser ist geschmacklos, aber ohne Wasser würde nichts schmecken. Wasser lehrt uns Demut, denn es sammelt sich stets am niedrigsten Punkt. Und doch beugt sich selbst der Mächtigste zu ihm herab, um zu trinken. Herr, lass mich sein wie Wasser, so formend und so demütig.
Stephan Haustein

Himmelsterrasse
Einfach nur dasitzen, ins Weite schauen, den Wind fühlen, die Luft riechen, den Atem spüren, die Stille hören, sich in die Ruhe fallen lassen, die Zeit vergessen, in mir sein und bei dir mein Gott, denn du führst mich hinaus ins Weite.
Ida-Anna Braun

Ev.-Luth. Kirche St. Nikolai
Der Herr ist voller Liebe wie eine Mutter und wie ein guter Vater. Er segne dich, er lasse dein Leben gedeihen, er lasse deine Hoffnung erblühen, er lasse deine Frucht reifen. Der Herr behüte dich, er umarme dich in deiner Angst, er stelle sich vor dich in deiner Not. Der Herr lasse sein Angesicht leuchten über dir wie ein zärtlicher Blick, so überwindet er bei dir, was erstarrt ist. Er sei dir gnädig, wenn dich die Schuld drückt, dann lasse er dich aufatmen und mache dich frei. Der Herr erhebe sein Angesicht über dich, er sehe dein Leid, er tröste und heile dich. Er gebe dir Frieden, das Wohl des Leibes, das Heil deiner Seele, die Zukunft deiner Kinder.
Georg Kugler

Friedhof
Gott hat sein letztes, tiefstes, schönstes Wort im menschgewordenen Wort in unsere Welt hineingesagt. Und dieses Wort heißt: Ich liebe dich, du Welt, du Mensch. Ich bin da. Ich bin bei dir. Ich bin dein Leben. Ich bin deine Zeit. Ich weine deine Tränen. Ich bin deine Freude. Fürchte dich nicht! Wo du nicht mehr weiter weißt, bin ich bei dir. Ich bin in deiner Angst, denn ich habe sie mitgelitten. Ich bin in deiner Not und in deinem Tod, denn heute begann ich mit dir zu leben und zu sterben. Ich bin in deinem Leben und verspreche dir: „Dein Ziel heißt leben. Auch für dich geht das österliche Tor auf."
Nach Karl Rahner

Pilgern ist Beten mit den Füßen.