

## Schullandheim Haus Dalbenden/ Urft

### Uli: Begrüßung, Im Namen des Vaters...

Herr, ich bin ein Geschöpf,  
eines in unzählbarer Reihe,  
angerufen in meiner kleinen Geschichte,  
hingestellt und gefragt von der Geschichte  
anderer.

Ein Rätsel bin ich mir und mein Weg ist  
manchmal wie ein Geheimnis:

Wie komme ich hierher?

Warum stehe ich hier?

Herr, Du schenkst mir das Bewusstsein deiner  
Gegenwart und meines Daseins.

Deine Gnade sagt: „Du bist“ – heute und hier -  
So will ich sein, diesen Tag, in meiner  
Geschichte durch Deine Gegenwart.

Amen.

## Am Gillesbach

Uli: Gott,  
in Vielem bin ich festgelegt,  
aber immer gestalte ich mit.  
Du weißt, dass ich anfällig bin  
für die Entmutigung;  
Stärke in mir die Wahrnehmungskraft für das  
Gute,  
damit ich dem Sog des Negativen zu  
widerstehen vermag.  
Gib mir ein tapferes Herz, das sich nicht  
einlässt,  
auf Wehleidigkeit und Selbstmitleid.  
Gib mir ein gesundes Maß an Selbstliebe, die  
Freiheit, über mich zu lachen und die Demut,  
die Grenzen, die Du mir gesetzt hast, nicht  
gewaltsam niederreißen zu wollen.  
Du weißt, Herr, bei Dir darf ich mich lassen, so  
wie ich bin, mit allen erkannten und  
unbewussten Mängeln.

-----  
--

*Wir beten den Rosenkranz:  
**Jesus, der mich lässt, wie ich bin.***

## Kreuz SMB Kall am Weiher

(Ankunft: 7:55

Abmarsch: 8:10 Uhr.)

### Uli:

#### Wer bin ich?

Ich bin des Maskentragens so müde,  
und doch kann ich mich meiner Maske nicht  
entledigen.

Wie oft sieht es ganz anders aus in mir,  
als ich mich nach außen hin gebe.

Ich fürchte,  
ganz allein da zustehen mit meiner Art,  
Menschen und Dinge zu sehen.

Mir ist bange  
vor dem unbarmherzigen Zugriff derer, die  
vorschnell mit starren Urteilen bei der Hand  
sind.

Du weißt, dass ich in so vielen nicht der, nicht  
die bin,  
für den, für die meine Umwelt mich hält.  
Mich zu verbergen, verleiht ein Stück  
Sicherheit;

Aber es macht auch einsam.  
Ich kann eine Rolle spielen,  
und zugleich mein eigener Zuschauer sein.

Was ist echt? Was ist gespielt?

Oft weiß ich es selber nicht.

Du siehst mich an. Du kennst mich.  
Vor Dir kann ich rückhaltlos ausbreiten, was  
mich im Innersten bewegt.

Ich bin immer schon verstanden.

Ich bin immer schon angenommen.

Deinen Augen bin ich kostbar,  
wie unansehnlich ich mir selber auch  
vorkommen mag.

Dein Gedanke bin ich.

Hilf mir, guter Gott, dass ich mich sehen lerne  
im Spiegel Deines Angesichts.

*Stefan verteilt für jeden kleine Spiegel!*

Jeder von euch bekommt nun seinen eigenen  
Spiegel. Traut euch, schaut hinein und lernt  
euch zu sehen!

## Wir gehen schweigend weiter

*Während des Schweigens stellt Stefan Fragen!*

Stefan: Wer bin ich eigentlich?

Was sehe ich?

Wen sehe ich?

Wer kann das sein?

Kann das sein?

Kann ich das sein?...

## Bahnhof Blankenheim Wald

(Ankunft: 9:15                      Abmarsch 9:30h)

**Uli:** Im Spiegel sehe ich mich an –  
Augen, in denen ich mich konzentriere,  
ein Mund, der Worte formt und um den etwas  
spielt,  
was mein ganzes Leben ausdrückt.  
Hände, mit denen ich Kontakt aufnehme und  
die manchmal deutlicher sprechen als der  
Mund.  
Füße, die mich in die Not und wieder aus ihr  
herausgetragen haben.  
Unsichtbar, aber jede Sekunde spürbar, das  
Herz.  
Die Pumpe und das Sinnbild für den Mittelpunkt  
meines Wesens.  
Und darin, darunter oder darüber die Seele, -  
unmessbar;  
Für die Naturwissenschaftler gar nicht da,  
und doch eine innere Wahrheit, die mich  
unverwechselbar macht.

Das bin ich im Spiegel und in meiner  
berührbaren Haut.

In meinen Augen liegt meine Seele.  
Durch sie gerät die Welt zu mir und durch sie  
gebe ich mich zu erkennen. Sie sieht mich an  
und erkennt mich, sie zittert und bebt.  
Ich bin das, was kein Gewicht, keine Farbe,  
keine Substanz hat und doch dichte Wirklichkeit  
ist.

## Dahlemer Emmer

(Ankunft: 10:30                      Abmarsch 10:44h)

**Uli:** Jeder von uns hat im Leben Kontakt zu  
Kindern. Viele von uns haben eigen Kinder. Wir  
alle sind Kinder unserer Eltern.  
Kinder beobachten Dich und tun, was Du tust  
und nicht das , was Du sagst.

Als Du dachtest, ich würde nicht hinsehen, sah  
ich, dass Du mein erstes gemaltes Bild an den  
Kühlschrank gehängt hast und ich bekam Lust,  
ein weiteres zu malen.

Als Du dachtest, ich würde nicht hinsehen, sah  
ich Dich eine Katze füttern und ich lernte,  
freundlich zu den Tieren zu sein.

Als Du dachtest, ich würde nicht hinsehen, sah  
ich, wie Du mit Pflichten umgegangen bist,  
selbst, wenn Du Dich nicht wohl fühltest, und  
ich lernte, dass ich als Erwachsene  
verantwortungsbewusst sein sollte.

Als Du dachtest, ich würde nicht hinsehen, sah  
ich Tränen in deinen Augen und ich lernte, dass

Dinge manchmal schmerzen und dass es in Ordnung ist, zu weinen.

Als Du dachtest, ich würde nicht hinsehen, sah ich, dass Du Dich um Dinge gekümmert hast und ich wollte selbst auch zu jemanden werden, der sein Bestes gibt.

Als Du dachtest, ich würde nicht hinsehen, sah ich, Dich meinen Lieblingskuchen backen und ich lernte, dass die kleinen Dinge, die besonderen Dinge im Leben sein können.

Als Du dachtest, ich würde nicht hinsehen, schaute ich Dich an und wollte sagen: „Danke, für all die Dinge, die ich sah, als Du dachtest, ich würde nicht hinsehen.“

### Kreuz SMB Schmidtheim-Barweiler

(Ankunft: 11:20

Abmarsch: 11:25Uhr)

Stefan: Ein Geschenk kann ich verweigern. Ich kann es auch auspacken. Ich kann es auch verpackt in die Ecke legen. Ich kann es pflegen, auch ramponieren, achten, auch zerstören.

Du bist Dir gegeben. Ob Du Dich angenommen hast?

Uli Wer sein Leben als Geschenk betrachtet und angenommen hat, ist ein Mensch, der gut zu sich ist. Wer gut zu sich ist, fühlt sich für sich selbst zuständig, vor allem dafür, dass es ihm gutgeht. Er achtet auf sich, Er geht durch die Zeit in dem Bewußtsein, dass jeder Tag ein Geschenk für ihn ist.

Stefan: Du kannst nicht gut zu Dir sein, weil Du so bist, wie Du Dich nicht haben willst?

Uli: Wenn Du so redest, haben wir uns nicht verstanden. Du sollst nicht gut zu Dir sein, wenn Du schön, leistungsstark, originell und beliebt bist.

Du sollst gut zu Dir sein, weil Du bist, weil Du nur Dich hast, weil kein anderer als Du dazu berufen ist, gut zu Dir zu sein.

Dir bist Du geschenkt – Dir!

Stefan: Willst Du überhaupt gut zu Dir sein?

Uli: Zerdenk nicht diesen Satz, Lass ihn auf Dich wirken. Lass ihn in Deine Seele einziehen, wie eine gute Salbe.

Du wärest nicht der erste, dem diese Frage gutgetan hätte.

***Wir beten den Rosenkranz:***

**„ Jesus, der uns gut tut.“**

## Kreuz der SMB Dülken

(Ankunft: 11:50

Abmarsch 12:00h)

Stefan: In einer kleinen Stadt lebte ein Mann, dessen Gesicht niemand wirklich kannte. Der Mann lebte einsam und alleine. Immer bevor er die Wohnung verließ, setzte er, je nach Gelegenheit, die passende Maske auf.

Ging er zur Arbeit, war es die unnahbare „Lass - mich - in – Ruhe-Maske“. Traf er sich mit Vorgesetzten, war es die unterwürfige „Jasager-Maske“. Ging er spazieren, so war es die überalles hinwegschauende „Interessiert –mich –nicht-Maske“. Wenn er sich mit anderen Leuten unterhielt, war es die „Bei–mir-ist-alles-in-Ordnung-Maske“. Hatte er es mit Kindern zu tun, dann setzte er die allwissende und belehrende „Zeigefinger-Maske“ auf. Und wenn er traurig war dann war es die versteinerte Maske „Nur-keine-Gefühle-zeigen“.

So gab es noch viele Gelegenheiten mit vielen passenden Masken. Der Mann war überall bekannt, aber es wollte keiner etwas mit ihm zu tun haben.

## Texte der Frühjahrswallfahrt nach Trier 2013

von Uli Prinzen, 1. Brudermeister

Montag, 06.05.2013

3. Wallfahrtstag – von Jugendherberge Urft nach Büdesheim

Tagesthema: Sein

Abends kam der Mann nach Hause, und nachdem er die Tür geschlossen hatte, ließ er seine Maske fallen und zum Vorschein kam ein Gesicht mit Augen, die zu oft das Leid gesehen haben; mit Ohren, die zu oft nur zugehört haben; mit einer Nase, die er zu oft in Dinge gesteckt hat, die andere schon aufgegeben haben. So blieb ihm nichts anderes übrig, als über sein verwundetes Seelengesicht einen Schutz zu ziehen.

Uli:

Vielleicht ist euch so ein Maskenmann auch schon begegnet und vielleicht wartet er ja nur darauf, dass einer kommt und ihm seine Maske vom Gesicht reißt, und dass Du ihn mit einem Lächeln anschaust. Dann aber lege zuerst Deine Maske ab und vergewissere Dich, dass Du darunter nicht noch eine zweite hast, denn erst dann geht ein Lächeln auch wirklich unter die Haut.

## Texte der Frühjahrswallfahrt nach Trier 2013

von Uli Prinzen, 1. Brudermeister

Montag, 06.05.2013

3. Wallfahrtstag – von Jugendherberge Urft nach Büdesheim

Tagesthema: Sein

### **Bobbys Bank**

(Ankunft: 15:15

Abmarsch 15:30h)

*Großer Spiegel ist aufgestellt! Stefan steht mit dem Rücken zu den Pilgern und schaut in den Spiegel.*

Stefan: Wen sehe ich ? MICH!!!!!!

Ich bin schön. Ich bin erfolgreich.

Ich bin beliebt. Ich bin stark.

Ich habe ein schönes Haus.

Georg: Stefan!!!

Stefan: Ich bin einfach der Beste!

Ich pilgere!

Georg: Stefan!!!

Stefan: Ich bete!

Ich bin ja schon ein bisschen heilig!

Wenn ICH MICH so anschaue, bin ICH schon echt toll!

---

*Spiegel wird dann von Georg mit Stein kaputtgeschlagen!*

**Uli:** Oft sind wir blind, weil wir uns nur selbst sehen; erst muss was kaputt gehen, erst muss der Spiegel zerschlagen werden, ehe wir andere sehen – und gut sehen. Aber oft ist keiner da, der merkt, woran wir blind sind, woran wir krank sind. Und oft genug ist keiner da der unseren Weg aufhält und HALT sagt, dass wir stutzig werden und wieder sehen.

-----  
***Wir gehen schweigend weiter.***

---

**Pause in Steffeln „Gaststätte Sünnen“**

(Ankunft: 16:10

Abmarsch:16:55Uhr)

Meditative Musik

**Stefan:** Wir beginnen unsere Besinnung „Im Namen des....“

Mensch,

Du bist nicht gemacht für Industrie und Produktion,  
für Konto und Konsum.

Du bist gemacht, um „Mensch“ zu sein.

Du bist geschaffen für das Licht, für die Freude, um zu lachen und zu singen, um zu leben in Liebe, und um da zu sein, für das Glück der Menschen um Dich herum.

Du bist geschaffen nach dem Bild eines Gottes, der Liebe ist,

mit Händen, um zu geben,

mit einem Herzen, um zu lieben.

Und mit 2 Armen, die gerade so lang sind,  
einen anderen zu umarmen.

**Lied: Herr, Deine Liebe...S.34**



**Lesung: [Georg:](#)**

Einmal war Jesus wieder am Sabbat im Gottesdienst und legte die Schrift aus. Da sah er eine Frau, die seit 18 Jahren verkrümmt war; so dass sie sich nicht aufrichten konnte. Er rief sie zu sich und sprach: „Sei frei von Deiner Krankheit!“ Er legte ihr die Hände auf und sie richtete sich auf und war voller Freude und Dank.

Jesus spricht: „Sei frei – sei Du selbst!“

**Stille**

**Uli:** Lass Dir sagen,  
was Du Dir selbst nicht sagen kannst:  
Von Ewigkeit bist Du erwählt, gewollt und  
angenommen.

Lass Dir schenken,  
was Du Dir selbst nicht geben kannst:  
Von Gott bist Du geliebt,  
begabt und reich gesegnet.

Lass Dich erinnern an all das,  
was Du so leicht vergessen kannst:  
Als sein Ebenbild bist Du als Gottes Kind geschaffen.

Lass an Dir geschehen,

---

was Du selbst nicht machen kannst:  
Mit Gnade bist Du beschenkt,  
beseelt und jederzeit umgeben.

**Lied: [Let it be...](#)**

**Uli:** Ich möchte Dich unentwegt anschauen,  
aber dann ständen wir immer gegeneinander.

Ich möchte Dich umarmen und meine Arme nie mehr  
öffnen, aber dann kämen wir keinen Schritt weiter.  
Darum wollen wir einander an der Hand nehmen,  
in dieselbe Richtung schauen und auf das gleiche Ziel  
zugehen.

So werde ich Dich immer besser kennenlernen und Du  
wirst immer mehr erfahren, wer ich bin.

Ich werde verstehen wie Du denkst und fühlst  
wie Du die Menschen und das Leben siehst.

Ich werde lernen mit Dir zu denken

mit Deinen Augen zu sehen

und mit Deinem Herzen zu empfinden.

Ich werde nicht versuchen

Dich nach meinen Wünschen umzuformen.

Wer den anderen liebt, lässt ihn gelten, so wie er ist  
wie er gewesen ist und wie er sein wird.

---

### Fürbitten:

1 Wir bitten Dich, Gott, lehre uns, aufrichtig mit uns selbst zu sein, mit unseren Stärken und Schwächen leben zu lernen.

**Herr, erhöre uns.**

2 Wir beten für alle, die oft durch Masken auf ihr Leben schauen, und sehen, dass sie oft nicht sie selbst sind.

**Herr, erhöre uns.**

3 Wir bitten Dich, Gott, lehre mich zu erkennen, was ich mir wirklich wünsche und wovon ich träume und wie Du mich haben willst.

**Herr, erhöre uns.**

### Lied: Halte Deine Träume fest...S.27

### Schlusssegen:

Uli: Der Herr segne und behüte uns  
Er schaffe uns Rat und Schutz in allen Ängsten,  
er gebe uns den Mut, aufzubrechen und die Kraft,  
neue Wege zu gehen.  
Er schenke uns die Gewissheit, heimzukommen.  
Gott sei Licht auf unseren Wegen.  
Er nehme uns bei der Hand und gebe uns viele

---

Zeichen seiner Nähe.

Er erhebe sein Angesicht auf uns und gebe uns seinen Frieden.

Ganzsein von Seele und Leib. Das Bewußtsein der Geborgenheit.

Ein Vertrauen, das immer größer wird und sich nicht beirren lässt.

So segne uns Gott Vater, Sohn und der heilige Geist.

Gelobt sei Jesus Christus – in Ewigkeit. Amen

(Abmarsch 16:55)

---

**Texte der Frühjahrswallfahrt nach Trier 2013**

von Uli Prinzen, 1. Brudermeister

Montag, 06.05.2013

3. Wallfahrtstag – von Jugendherberge Urft nach Büdesheim

Tagesthema: Sein

---

**Dell-Kreuz, hinter Steffeln**

Keine Meditation!!!!

**Texte der Frühjahrswallfahrt nach Trier 2013**

von Uli Prinzen, 1. Brudermeister

Montag, 06.05.2013

3. Wallfahrtstag – von Jugendherberge Urft nach Büdesheim

Tagesthema: Sein

---

**Drei-Wege-Eck**

(Ankunft: 17:50      Abmarsch: 18:00h)

**Uli:** Zusammen – Sein; wer passt besser zum Menschen; Engel oder Katze? Diese Frage haben mein Kater und ich uns gestellt, als wir zusammen auf der Couch nach Texten stöberten.

Engel sind in Wohnungen nur schwer zu halten. Ihre Flügelspannweite verlangt hohe - möglichst  
Himmelhohe - Räume.

Katzen dagegen tragen zur Gemütlichkeit eines Heims wesentlich bei.

Engel mögen es kühl. Am liebsten zwischen 9 und 12

Grad Celsius. Unvermeidliche Folge für den Menschen:

Schnupfen!

Katzen mögen es warm. Häufige Folgen für den Menschen: ein Kachelofen.

Engel verzehren ausschließlich Manna, welches angeblich vom Himmel fällt. Was aber, wenn es nicht fällt? Dosen-Manna wird man vergeblich suchen.

Katzen sind vergleichsweise unkompliziert und bei Bedarf auch Selbstversorger.

Engel sind, wie die meisten geflügelten Wesen, an Streicheleinheiten nicht interessiert.

Katzen schon.

Engel singen „Halleluja“ und spielen Harfe, wenn sie sich wohl fühlen.

Katzen machen einen weiten Bogen um eventuell herumstehende Harfen und schnurren meistens unauffällig.

Engel lieben lange Gespräche darüber, was das Gute am Menschen sein könnte.

Katzen wissen, dass das Gute am Menschen eine Katze ist.

Engel wohnen nur bei fehlerfreien Menschen. Weshalb sich die Entscheidung „Engel oder Katze“ für mich sowieso erübrigt!

## Bauernhof bei Oos

(Ankunft: 18:50    Abmarsch: 18:55Uhr)

**Uli:** Die Füße  
schmerzen.

Der Rucksack und die Beine  
werden immer schwerer.

Die Kirche am Horizont  
kommt nicht näher.

Der Weg  
scheint unendlich

Man kann nicht mehr  
man will nicht mehr

Schritt für Schritt  
mühsam, kraftzehrend

Manchmal muß man sich  
dem Ziel regelrecht entgegen trotzen.

-----  
Der letzte Rosenkranz für heute lautet:  
**Jesus, der die Kraft in uns stärkt.**

### Vor dem Gasthaus zur Post

**Abendgebet** (Auf Erden; Ankunft: 19:40, Abmarsch 19:45)

Im Kreis aufstellen und nehmen die Hand des anderen.

Uli: Glaub, dass Du einen Beitrag zu geben hast. Du wirst wahrscheinlich den Kurs der Welt nicht ändern, kein Held auf internationaler Szene sein. Aber da, wo Du bist, wirst Du als Du gebraucht.

Wenn Du Rollen spielst und tust, was alle tun oder was man von Dir verlangt, dann fehlt niemand, wenn Du weg bist, weil ein anderer die Rolle übernimmt.

Du bist mehr als Deine Rolle. Du bist Du

Wir beten zusammen ein „Vater unser“!

Deine Hände mögen immer ihr Werk finden und immer eine Münze in der Tasche, wenn Du sie brauchst. Das Licht der Sonne scheine auf Deinem Fenstersims. Das Herz sei voll

---

Zuversicht, dass nach jedem Gewitter ein Regenbogen am Himmel steht.

Der Tag sei Dir freundlich, die Nacht Dir wohlgesonnen. Die starke Hand eines Freundes möge Dich halten und Gott möge Dein Herz erfüllen mit Freude und glücklichem Sinn.

So segne uns der gütige Gott, der Vater, Sohn...

**Lied zum Einzug in Büdesheim:  
Großer Gott, wir loben dich (Heft S. 68)**