

## Sonnenaufgangswanderung

Schöpfungshandeln zeigt sich oft im konkreten Klimaschutz, im Einsatz für die Umwelt und im konkreten Handeln an Projekten. Schöpfung beinhaltet aber auch eine Glaubenskomponente, nach der jeder Mensch eingebunden in Gottes Schöpfung ist und in Verbindung mit der Umwelt steht. Diese Schöpfungspiritualität ist in unserer modernen, technischen Welt nicht immer leicht zu spüren, aber sie kann uns Menschen zur Ruhe bringen und ein „großherziges und von Zärtlichkeit erfülltes Umweltengagement in Gang [...] bringen“ (LS 220).

Ein Microabenteuer wie eine Wanderung zum Sonnenaufgang mit spirituellen Impulsen ist eine schöne und einfache Möglichkeit, um dieser Spiritualität einen Raum im Alltag zu sichern. Trefft euch in der Dunkelheit am Fuß eines Hügels oder Berges, von dem aus ihr freien Blick nach Osten haben. Lauft gemeinsam zum Gipfel und genießt die aufgehende Sonne. Ein paar wenige Gebete und Lieder lassen sich wunderbar in diese mythische Atmosphäre einbetten.



### Personenzahl

1-3



### Kosten

Evtl. Druckkosten für Liedblätter, Proviant für ein gemeinsames Frühstück auf dem Gipfel



### Zeitaufwand Vorbereitung

1 Vorbereitungstreffen



### Zeitaufwand Durchführung

1 Tag



### Material

- Decken
- Liedblätter
- Evtl. Musikinstrumente



### To do's um das Projekt zu organisieren und durchzuführen (am besten Schrittweise)

#### Vorbereitung

- Route festlegen (geeigneter Ort für den Sonnenaufgang mit Blick nach Osten, Schwierigkeit der Strecke)
- Startzeit berechnen (Sonnenaufgangszeit und Dauer der Wanderung berücksichtigen)
- Teilnehmende werben über die lokale Zeitung oder Gemeindeblatt
- Spirituelle Impulse vorbereiten (Lieder, Gebete, Gedichte aussuchen)
- Evtl. Liedblätter drucken
- Teilnehmende rechtzeitig informieren (Ort, Zeit, Ausrüstungsliste)
- Ausrüstung checken (Taschenlam-

pen, Erste-Hilfe-Set, Wetterfeste Kleidung)

- Proviant planen (Wasser, Snacks)
- Wetterbericht prüfen, bei schlechtem Wetter rechtzeitig absagen

#### Durchführung

- Treffpunkt und Begrüßung (pünktlicher Start, Anwesenheit überprüfen)
- Wanderung leiten (Tempo an Gruppe anpassen, Pausen einplanen)
- Sonnenaufgang genießen
- Fotos machen
- Rückweg organisieren (ggf. alternative Route)

#### Nach der Veranstaltung

- Feedback einholen (Teilnehmende nach Eindrücken fragen)
- Fotos teilen, mit Erlaubnis der Teilnehmenden für Öffentlichkeitsarbeit nutzen
- Nachbereitung (Erfahrungen dokumentieren, Verbesserungen notieren)

#### Unterstützung/Vernetzung

- Gemeindeverwaltung
- Kirche im Nationalpark Schwarzwald