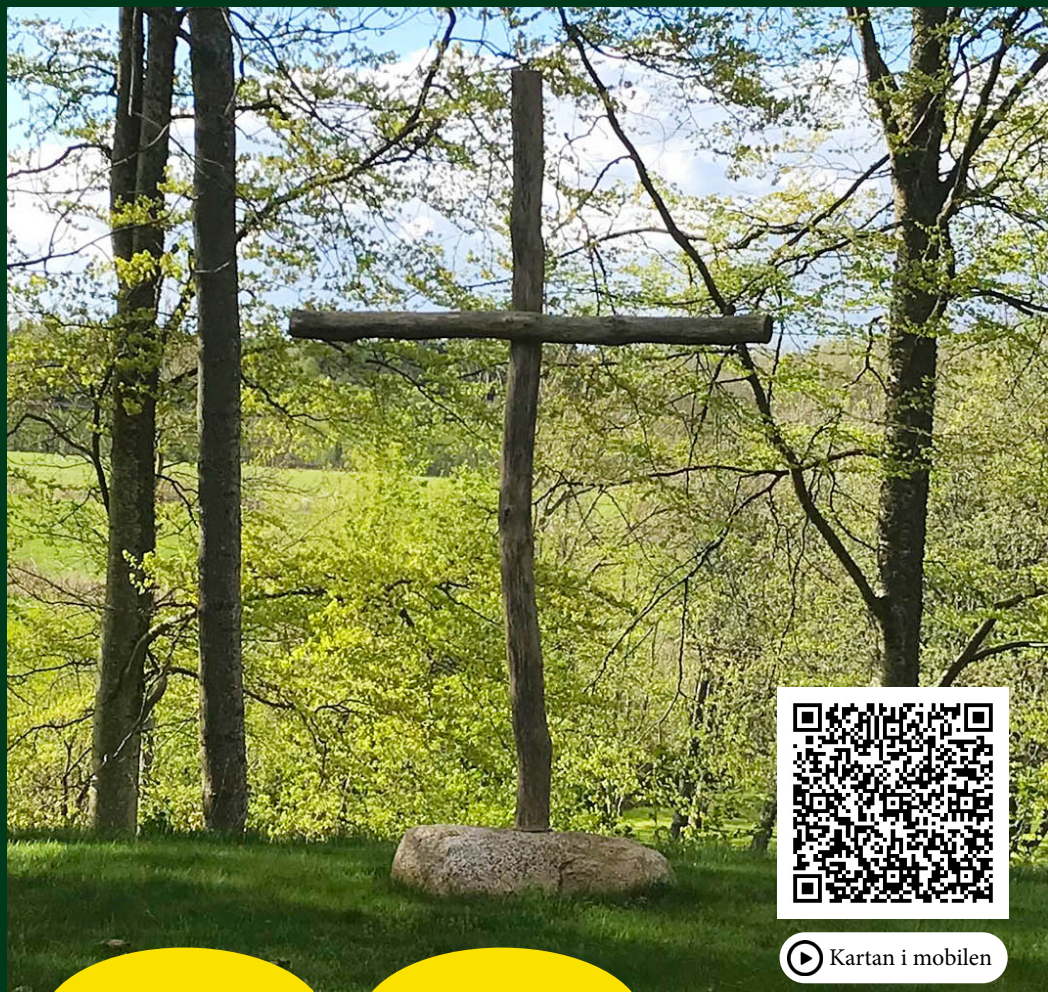



# Lilla vandringen

VANDRASJÄLV-HÄFTE

Pilgrimsvandring i lätt kuperad terräng runt Lyse kyrka och kyrkoruin



 Kartan i mobilen

0,5 km

ca 10 min

Svenska kyrkan   
LYSEKILS PASTORAT



## JÄRNKORSEN.

Följ dessa kors. De leder dig rätt på din vandring.



## 1. PILGRIMSKORSET.

Korset vid Lyse kyrka är en stillsam plats för bön, en enkel meditaion eller bara för en vila bland träden.  
**STARTA VANDRINGEN HÄR.**



## 2. BOKSKOGEN.

Pausa en stund i skuggan under bokträden. Bäckens slingrar sig fram intill stigen och påminner om allt det nya som fyller på och allt gammalt som sköljs bort.



## 3. RUINEN.

På denna plats har det funnits en kyrka ända sedan medeltiden, kanske redan så tidigt som på 1100-talet. Betänk de ansträngingar som förenar oss över generationer.



## LYSE KYRKA.

**NU HAR DU NÅTT VANDRINGENS MÅL.**



# Vandringsled

Lilla vandringen



## Pilgrimens 7 nyckelord

### Långsamhet

Att stanna upp ett slag när det går för fort. I ett lugnare tempo är jag mer närvarande och skapar utrymme både för mig själv, andra och Gud.

### Frihet

Att få vandra utan almanacka och måsten, med bara det allra nödvändigaste ger en känsla av yttre och inre frihet.

### Enkelhet

som frigör kraft när man bara har med sig det man kan bära.

### Bekymmerslöshet

Att ta dagen som den kommer, ett steg i sänder, att inte bekymra sig över morgondagen.

*"Herren är min herde, ingenting skall fattas mig. Han för mig i vall på gröna ångar, han låter mig vila vid lugna vatten. Han ger mig ny kraft och leder mig på rätta vägar, sitt namn till ära"*

ps.23:1-3

### Tystnad

Tystnad som ger frid. I tystnaden kan vi möta vårt innersta jag och Gud. "I Guds tystnad får jag vara, stilla ordlös utan krav."

*Sv. psalmboken 52:1*

### Delande

Jag vill lyssna och förstå genom samtal och möten med andra under vandringen. Ett yttre och inre delande.

### Andlighet

Pilgrimsvandringens innehåll och rytmen öppnar upp för samtal, möten och tystnaden. Korset beskriver en inre samhörighet med varandra genom det vågräta strecket. Det lodräta strecket visar på vår samhörighet med universums upphov, vårt ursprung och mål, livets och kärlekens källa. Den Helige som vi kallar Gud som har en gränslös kärlek, som ger sig själv utan att kräva något tillbaka. Ett hopp som aldrig kan krossas. Ett liv som aldrig kan dö.

### Pilgrimsbön.

"Visa mig herre din väg och gör mig villig att vandra den"

*Birgitta av Vädstena*



Grön nål markerar Lyse kyrka och  
röd nål markerar vart korset finns.

## Korset på berget

Ta gärna en promenad till pilgrimskorset på berget. Utsikten är fantastisk!

Promenaden tar ca 30 minuter från Lyse kyrka. Tänk på att det är terrängvandring sista biten upp till korset.

## Gemensamma vandringar

Lyse församling arrangerar även Pilgrims- vandringar. Då utgår vi från Lyse kyrka och vandrar olika slingor mellan 3-8 km. De flesta av våra vandringar har inslag av lätt kuperad terräng och passar de flesta. Några av våra längre vandringar lämpar sig bäst för den vane vandraren. Se vår hemsida för mer information eller följ oss på Facebook/lyse kyrka.

## Att lämna..

I en värld som rusar fram är det kanske inte så märkligt att enkelhet blir tilldragande. Att packa sin ränsel med det nödvändigaste, gå från ställe till ställe, uppför och nedför, ensam ibland och med andra ibland, gå den inre vägen och den yttre. Att få lätta på packningen, sätta sig själv fri och bryta upp.

## ..att ta emot

Lyse är en böneplats där det är lätt att möta Gud och sig själv, lätt att höra Guds tilltal och se hans vägar. Ibland är det tid att sitta still. Ibland är det tid att vandra. Låt den yttre vandringen få öppna upp för en inre resa mot mötet med Gud och dig själv.



### KONTAKT:

Ingela SjömarAndersson, Diakon 0523-29 32 12

Mail: [ingela.sjomar@svenskakyrkan.se](mailto:ingela.sjomar@svenskakyrkan.se)

[www.lysekilspastorat.se](http://www.lysekilspastorat.se)