

Die Größte Paneurythmie der Welt

1. - 21. August 2026 in Rila-Gebirge, Bulgarien



Liebe Freunde, Brüder, Schwester, Mitmenschen,

jeden August findet in Bulgarien etwas einmaliges statt: tausende von Menschen aus der ganzen Welt kommen zusammen in den kosmischen Rhythmus der Paneurythmie einzutauchen, diesen Gottesdienst aus Wort, Musik und Bewegung oben in den Bergen für den Weltfrieden, für das Kommen der neuen Kultur der Bruderschaft, der Freiheit und der Liebe, der neuen Kultur, in der wir Menschen eins mit Christus sind und Er selbst unter uns wohnt, zu vollbringen. Bzw. hiermit wollen wir Euch alle, die sich dazu berufen fühlen, einladen und gewisse Informationen geben, die Euch das Mitmachen ermöglichen werden. Die Teilnahme bedarf keine Voranmeldung und ist absolut kostenlos.

Tipps für Anreise und Aufenthalt in Rila

1. Die Anreise:

- Das Rila-Gebirge ist sehr gut von der Hauptstadt Bulgariens - Sofia - zu erreichen. Man kann entweder einen Flug nach Sofia buchen oder alternativ mit PKW nach Bulgarien fahren (z.B. von Berlin dauert es ca. 18 Stunden (man fährt also 2 Tage) je nach Verkehrslage und Ländergrenzen)
- Bei Ankunft in Sofia empfehlen wir eine Übernachtung im Hotel „Park Hotel Moskva“ – es ist mit der U-Bahn vom Flughafen direkt erreichbar und liegt unweit der Abfahrtstelle der Busse zum Rila. In der Umgebung kann Bargeld am Bankautomaten abgehoben werden, es gibt viele Einkaufsmöglichkeiten. In Bulgarien ist der Euro die

offizielle Währung. In der Nähe ist noch der Garten des Meisters, der zentrale Ort, an dem Paneurythmie in Sofia ausgeführt wird sowie die Bücherei des Verlags der Weißen Bruderschaft in Sofia.

- Am nächsten Tag kann man schon seine Fahrt ins Rila mit dem Bus angehen. Diese Fahrt wird von der Weissen Bruderschaft in Sofia organisiert. Eine Anmeldung dafür muss online gemacht werden unter: https://beinsadouno.org/rila_transport_2026/ (eine Fahrt kostet 10 – 12 Euro / Person; Wichtig ist ein Tag vor der Reise den Platz im Bus telefonisch unter der +359888 034134 nochmal zu bestätigen, sonst wird er anderweitig vergeben.)
- Bei der Seilbahn gibt man sein Gepäck für die Pferde ab (Man muss nicht vorher reservieren). Ein Pferd kostet 40€ und ist gedacht für 4 große Gepäckstücke, bzw. der Preis ist 10€ pro Gepäckstück.
- Die Busfahrt wird in Sapareva Banja, am Fusse des Rila Gebirges, für eine Pause unterbrochen. Hier besteht die Möglichkeit in einem kleinen Lebensmittelgeschäft noch frisches Obst, Snacks usw. für den Aufenthalt im Rila Camp zu kaufen.
- Der Bus fährt bis an die Talstation der Seilbahn bei der Hütte *Pionerska*.
- Dort wird das schwere, regenfest verpackte Gepäck abgegeben. Dieses wird erstmal per Seilbahn und anschließend mit Pferden zum Camp transportiert.
- Die Seilbahn bringt uns in ca. 17 min von 1585m auf 2100m.
- Von der Bergstation der Seilbahn bis zum Camp kann man nur zu Fuß laufen – die Wanderung beträgt ca. 40 Minuten bis 1,5h, je nach Tempo
- Der Aufenthalt im Camp braucht vorab keine Reservierung. Wenn man dort für mehr als eine Nacht zelten möchte, meldet man sein Zelt dann direkt vor Ort an.

2. Notwenige Ausrüstung:

- Grundsätzlich empfehlen wir die Übernachtung im Zelt bzw. einen Aufenthalt im Zelten-Camp. Alternativ kann jedoch in der sehr einfachen Berghütte nahe dem Camp (<https://sedemteezera.hiji.eu/page4.html>) übernachtet werden oder in der großen Herberge an der Seilbahnstation (<https://rilskiezera.bg/contact/>). Beide sind frühzeitig zu reservieren!
- Ein stabiles Zelt ist wichtig, empfohlen wird ein mindestens Zweimannzelt für eine Person. Dann bleibt noch genügend Platz für Gepäck im Zelt und etwas Bewegungsfreiraum. Das Zelt sollte innen so hoch sein, dass man aufrecht sitzen kann. Oben soll das Zelt 5.000 mm und am Boden 10.000 mm Wassersäule abweisen können (mit 3.000 mm oben und 5.000 am Boden ist das Mindeste, was geht, allerdings bei längerem ausgiebigem Regnen werden sie nachgeben). Gestänge sollten idealerweise aus Aluminium sein, weil sie leichter und stabiler sind. Das Zelt sollte man am besten im Handgepäck mitnehmen und nicht auf die Pferde zum Transportieren geben: das Gepäck mit den Pferden kommt häufig erst spät am Nachmittag an und bis dahin sollte man seinen Zeltplatz bereits ausgesucht und das Zelt aufgebaut haben.
- Eine Isomatte unter dem Schlafsack ist notwendig, um im Zelt gut von der Erdenkälte geschützt übernachten zu können. Wer mehr Bequemlichkeit nötig hat, ist dann eine stabile gut isolierende Luftmatratze, welche Unebenheiten im Boden ausgleichen kann und vor Kälte schützt. (Tipp: Luftmatratze mit Daunen). Die Zelte stehen zumeist auf steinigem, festen und teilweise unebenen Boden.
- Schlafsack geeignet für Nachttemperaturen von 0° (Komfortzone des Schlafsackes, nicht extrem!).
- Weiße Kleidungsstücke für die Paneurythmie
- Regenbekleidung für den ganzen Körper

- Schutz vor intensiver Sonne z.B. Sonnenhut, Sonnencreme, Shirts und Blusen mit langem Arm
- Mütze und Handschuhe, überhaupt warme Sachen für die kalten Morgen und Abende in den Bergen
- Knöchelhohe und wasserdichte Wanderschuhe
- Taschenlampe (beim Aufenthalt über 5 Tage ggf. Ersatzbatterien mitnehmen)
- Besteck, Tasse und Suppenschüssel
- Thermosflasche für das heiße Wasser am Morgen
- Ein Kocher mit Gaskartusche ist sehr praktisch zu haben (man kann sich immer heißes Wasser vorbereiten), aber nicht zwingend notwendig
- Wasserflaschen für 2-3 l für den eigenen Wasserbedarf zum Trinken und zur Körperpflege. Das Wasser holt sich jeder selbst von der Quelle, ca. 15 min entfernt.
- Isolierende Sitzunterlage zum Sitzen auf Felsen und nassen Gras, z.B. zur Meditation zum Sonnenaufgang oder für Wanderpausen.
- Toilettenpapier (ca. 1 Rolle pro Person / 4 Tage)
- Packsäcke oder mehrere Müllsäcke zum regenfesten Verpacken des Gepäcks zum Transport auf den Pferden
- Müllbeutel für den eigenen Abfall

Bei Bedarf noch:

- Solardusche zur Benutzung in vorhandenem Duschzelt
- Zusätzliches Paar leichte Schuhe zum Wechseln
- Wanderstöcke
- Leichte Wolldecke, auch als Umhang benutzbar
- Solarbetriebenes Ladegerät für das Handy

3. Klima:

- Das Wetter ist vergleichbar mit April in Deutschland. An sonnigen Tagen wird es tagsüber jedoch sommerlich warm. Auch mehrere kalte oder auch regnerische Tage sind möglich. Warme Wollsachen sind sehr günstig. Regenbekleidung ist notwendig.
- Das Camp befindet sich auf einer Höhe von ca. 2150 bis 2300 m Höhe mit intensiver Sonneneinstrahlung. Guter Sonnenschutz durch Kopfbedeckung und Kleidung ist wichtig.

4. Verpflegung:

- Das Camp hat eine zentrale Küche.
- Morgens gibt es heißes Wasser für alle, oft auch Honig, sowie Zitrone und gekochtes Einkorn. Man kann noch zusätzlich z.B. etwas Müsli als Frühstück dabei haben.
- Mittags gibt es für alle eine sehr gute heiße Suppe oder Eintopf (nur vegan) und reichlich Brot.
- Abends verpflegt sich jeder selbst.
- Nahe am Camp gibt es alternativ eine einfache Berghütte. Dort kann man ebenfalls essen und Snacks kaufen (Bargeld in Euro), keine Kartenzahlung möglich!).

5. Tagesablauf:

- Morgens gemeinsame Meditation zum Sonnenaufgang
- Vorlesung Vortrag (auf bulgarisch; an manchen Tagen organisieren wir auch ein paralleles Lesen der Vorträge auf Deutsch, dies wird vor Ort spontan abgesprochen)

- Heißes Wasser trinken/ Frühstück
 - 10.00 Uhr Paneurythmie (1. - 14. August am See der Reinheit, ab dem 15. bis 20. August am Nierensee, ab dem 21. August wieder am See der Reinheit; parallel findet fast durchgehend eine kleinere Paneurythmie am 3. See statt für diejenigen, die nicht weit laufen können)
 - 13 Uhr Mittagessen
 - Nachmittags Wandern, gemeinsames Singen, Vorträge (bulgarisch) und Konzerte
 - 20 Uhr Abendandacht (Gebet)
 - Am 15. August findet die erste Paneurythmie am Nierensee statt- für diese machen wir eine spezielle Übung von Peter Dunoff: Wir alle gehen in Stille um 5 Uhr vom Camp zum See los (ab 4:30 Uhr kann man seine Thermoflasche in der Küche mit heißem Wasser füllen lassen), erleben den Sonnenaufgang und das Vorlesen des Vortrages dort und die Paneurythmie wird direkt im Anschluss ausgeführt (beginnt ca. um 8 Uhr). An diesem Tag beginnen die Feste der Sonne, die 7 Tage dauern, bis 21. August. In diesen Tagen steht die Sonne im Sternzeichen sowie im Gestirn des Löwen und das fällt zusammen mit dem Beginn des neuen Sirius-Jahr (Sirius wird wieder sichtbar und geht vor der Sonne auf, in Rila wunderbar zu beobachten und zu meditieren). Laut Peter Dunoff ist der 19. August der Höhepunkt dieser Feste, da an diesem Tag eine Versammlung von lichten Wesen auf der Sonne stattfindet, bei der das nächste irdische Jahr für die Menschheit bestimmt wird.
 - Am 19. August ist der Höhepunkt der Festversammlung und da findet die größte Paneurythmie statt; im Anschluss veranstalten wir eine große festliche Mahlzeit direkt auf der Wiese mit selbstgebrachtem Essen
6. Kosten:
- Bustransfer von Sofia, je Fahrt voraussichtlich 15 €
 - Gepäcktransport mit Seilbahn und Pferden bis zum Camp ungefähr 20 – 40 €, je nach Größe und Anzahl der Gepäckstücke
 - Seilbahn 10 € je Fahrt
 - Anmeldung im Camp für das Zelten 5 € (unabhängig von der Anzahl der Tage)
 - Die Angebote der zentralen Küche im Camp sind für alle kostenfrei. Hier kann je nach Wunsch und Möglichkeit jedoch freigiebig gespendet werden.
7. Sonstiges:
- Der Handyempfang ist an vielen Orten im Camp gut. Aufladen ist möglich bei sonnigen Tagen in der zentralen Küche (Solaranlage) oder in der nahen Berghütte.



Gepäcktransport mit Pferden. Gepäck ist regenfest verpackt.



Camp zu Anfang August, noch mit geringer Belegung. Links die Berghütte Nähe Camp (Hütte „Sieben Rila Seen“), dahinter in der Ferne die Bergstation der Seilbahn mit Hotel bzw. Herberge (Herberge „Rila Seen“).



Beispiel Ausblick aus dem Zelt



Konzert am Nachmittag (im Zelt wegen regnerischem Wetter, sonst im Freien)



Der Sonnenaufgang



Die Paneurythmie in Rila vom Himmel geschaut