

Stiltepad Poort Gerhagen Tessenderlo

Gerhagen in 't kort

Het stiltegebied Gerhagen vind je in het westelijke puntje van Limburg. Het sluit aan bij de bossen van 'de Merode'. Die strekken zich uit over negen gemeenten op de provinciegrenzen van Limburg, Antwerpen en Vlaams-Brabant. De bossen in Gerhagen worden vandaag beheerd door het Agentschap voor Natuur en Bos. Hier, in dit verlaten heidegebied met bossen, versholen zich in de Middeleeuwen heel wat schurken. Gerhagen dankt zijn naam dan ook aan 'Gener-hagen', wat zoveel betekent als de 'gindse bossen', waar het duidelijk niet altijd even veilig was.



Stilte is niet zomaar stilte

Stilte is niét de afwezigheid van geluid. Stilte is wél de afwezigheid van gebiedsvreemde geluiden. Vliegtuigen, vrachtverkeer, loeiharde muziek ...

Geluiden die thuishoren in een bepaald gebied storen ook veel minder. Fluitende vogels, een traktor, ruisende blaadjes: je merkt het amper op. En toch: als je eens even stil blijft staan hoor je ineens veel meer. Wist je trouwens dat stilte een positieve invloed heeft op je gezondheid?

Lawaai, daarentegen, heeft het omgekeerde effect en kan zelfs leiden tot serieuze gezondheidsklachten. *Zoek dus zeker regelmatig de stilte op!*

Doen: In stilte wandelen

Wandel in stilte. Luister naar je ademhaling, de geluiden van de natuur, het ruisen van de bomen, het fluiten van de vogels. Laat al die indrukken op je inwerken en ontspan. Neem de tijd om even stil te blijven staan, doe je ogen dicht en luister. Luister naar jezelf, naar je omgeving.



Verhaaltje ...

Mevrouw Holle dacht 's morgens als ze opstond al aan 's middags en 's middags vroeg ze zich af wat ze 's avonds zou doen. Als ze op straat liep dan zei ze bij zichzelf: 'Ik moet nog even dit doen en nog gauw even langs die winkel en dan nog even daar iets ophalen en nog even ... 'Op een dag kwam ze een dokter tegen die haar staande hield en zei: 'Mevrouw Holle u bent erg ziek.' 'Geen tijd dokter' zei ze 'want ik moet nog even ...' 'Zie je' zei de dokter 'je laat telkens de 'L' liggen.' 'Wat laat ik liggen dokter?' want ze dacht dat ze weer even wat vergeten was. 'De 'L' voor 'even.' 'Goed dokter' zei ze en ze was weer weg. Opeens schrok ze zich een hoedje toen ze bij zichzelf zei: ik moet nog 'L' even en ik kan nog net 'L' even. Daar moest ze even van gaan zitten. Het heeft toen lang geduurd eer ze weer is opgestaan...



een kunstproject van vzw OVOK-Tessenderlo - april 2012

De Mijmerbank

Op een halfcirkelvormige betonnen bank rust een beeld in blauwe steen, een Piëta. Ernaast staat op een sokkel een gedicht gecreëerd ter ere van overleden kinderen. Op een bijhorende sokkel staat de symboliek van het beeld. Dit alles nodigt uit om erbij te gaan zitten en te mijmeren. Zo wordt het een bestemming voor alle mensen: ontroerd door de schoonheid van de natuur en de diverse kunstvormen helpt het om rust en een vernieuwd evenwicht te vinden.

De mijmerbank is er voor alle mensen ... om terug te kijken naar het verleden, halt te houden bij het heden of te dromen over de toekomst.



De stilte van de natuur
heeft veel geluiden ...



Legende

- | | |
|-------------------------|------------------------|
| stiltepad 3,5 km | stiltepad 6 km |
| Startplaats | Losloopbos voor honden |
| Rolwagenpad (2,7km) | |
| Horeca | Rustplaats |
| Manege | Hotel |
| Hondvriendelijk | Golf practice |
| Parking | Bosmuseum |
| Infopunt Poort Gerhagen | |

Stilte- en rustplekjes

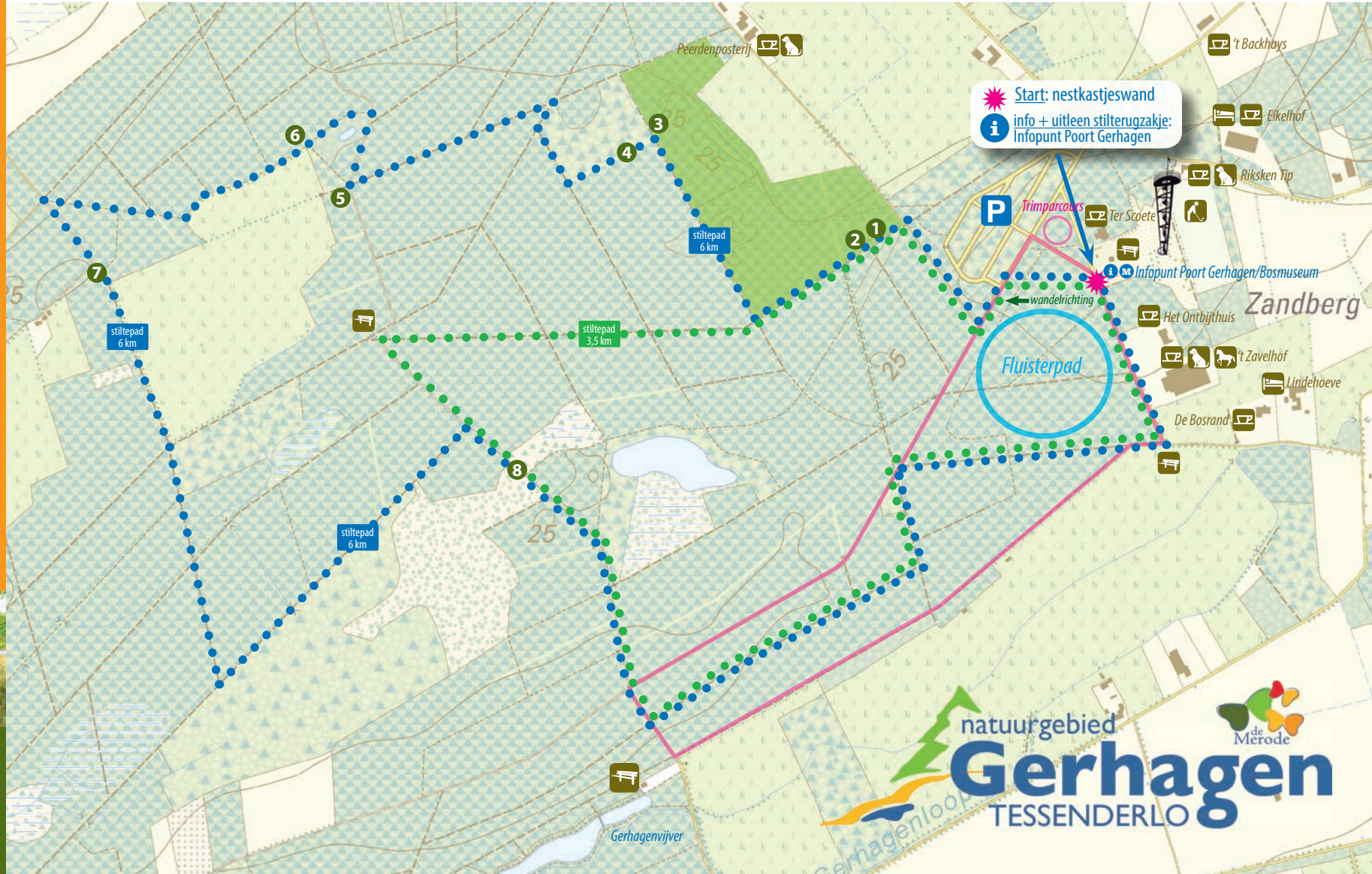
- 1 de Mijmerbank (zie ook tekst)
- 2 kijk en luister vanuit een ligzetel
- 3 stilteplekje op boomstammetjes
- 4 sluit je ogen, volg het touw en zet je zintuigen op scherp
- 5 luisterhoekje
- 6 mediteer op een boomstronk
- 7 word één met de boomwortels
- 8 rust uit op de lumelbank



Op zoek naar stilte

In ons dichtbevolkte land zwaait lawaai de plak: voorbijrazend verkeer, loeiharde muziek, roepende mensen... Steeds meer snakken we naar stilte en rust. Die gaan we vaak ver over de grenzen zoeken, maar ook hier bij ons zijn er nog enkele plekjes waar je tot rust kan komen. We willen deze waardevolle stille gebieden bewaren voor ons, onze kinderen en kleinkinderen en ervoor zorgen dat deze plekjes bijdragen aan een betere leefkwaliteit.

Zo'n uitzonderlijk stil plekje is het **stiltegebied Gerhagen**. Geluidsexperts hebben het getest: het is hier heerlijk stil. Zo hoor je des te beter het geroffel van een zwarte specht op een boom, het geritsel van een konijn of zelfs het voorbijrazen van de wolven op een winderige dag. *Zo wordt het een beetje stil rond en misschien ook wel in je hoofd...*



Honden steeds aanlijnen aub



**Laat geen sporen na
Neem je afval mee**

Een stiltepad is geen gewoon wandelpad. Hier wandel je in alle rust, laat je alle elementen op je inwerken en kom je tot bezinning. Respecteer daarom de natuur en je mederustzoekers.

In het infopunt van Poort Gerhagen in het Bosmuseum (Zavelberg 10, 3980 Tessenderlo, Tel 013/67 38 44, gerhagen@tessenderlo.be) kan je een 'stilte'-rugzakje uitlenen vol spulletjes om te gebruiken op het stiltepad en een mijmerboekje met bezinningsteksten en oefeningen om tot rust te komen. Bezoek zeker ook even de stiltetentoonstelling en de geluidscabine in het Bosmuseum! Informatie over de Merode en de andere routenetwerken (wandelen, fietsen, ruiteren) vind je in het infopunt van Poort Gerhagen in het Bosmuseum en bij de toeristische dienst Tessenderlo (Markt z/n, tel. 013 66 17 15, vvv@tessenderlo.be).

Fragment uit de topografische kaart 25/11N met toelating A2493 van het NGI
Wettelijk depot D/2009/10.676/3

Verantwoordelijke uitgever: gemeente Tessenderlo, markt 15A, 3980 Tessenderlo, 013 66 17 15, info@tessenderlo.be

