

Pilgern in spiritueller und existenzieller Sichtweise

Ein Beitrag von Dirk Vogel

in: TE DEUM 6-2024, Hg.: Benediktiner-Abtei Maria Laach und Verlag Katholisches Bibelwerk

Die spirituelle und existenzielle Dimension des Pilgerns lässt sich mit der Bewegung des Gehens sehr gut und einfach beschreiben. Dass wir gehen, ist an sich schon existenziell. Das mag banal klingen ist es aber nicht. Die Mitteilung ich gehe, ist zwar einerseits alltäglich, wenn man sich aus einer geselligen Runde verabschiedet oder zur Arbeit geht wie auch nach Hause.

Andererseits schließt dies allemal eine existenzielle bedeutsame Mitteilung ein, denn damit ist der Abschluss von einer bestimmten Zeit eines Geschehens ein Abschied und zugleich der Beginn von etwas Neuem ausgesagt. Wir gehen nicht nur von einem Ort zum anderen nicht nur von einer Tätigkeit zu einer anderen, sondern zugleich auch von Lebensabschnitt zu Lebensabschnitt.

Der Mensch erlebt. Er geht voran und immer weiter, bis er vergeht. Im Pilgern wird das ganz alltägliche Gehen in eine sehr bewusst in ein sehr bewusstes reflektiertes gehen verwandelt, indem das eigene Leben in größere Kreise und weitere Dimensionen gestellt wird. Das Aufsuchen eines Ereignisortes des Heils, das Eins-werden mit dem Lebensrhythmus der Schöpfung und dabei das zu sich selbst kommen, geschieht in einem bewussten Aufbruch und losgehen.

Wer pilgert der geht exemplarisch seinen Lebensweg oder auch einen Abschnitt daraus? Somit verwandelt das Pilgern die Alltäglichkeit des Gehens in ein kontemplatives Gehen. Als kontemplatives Gehen sucht nicht den äußeren Ort des Heils, sondern die innere Heilwerdung. Der Schriftsteller Paolo Coelho erzählt, dass er auf seiner Pilgerreise nach Santiago de Compostela tagelang um denselben Ort kreiste, um zu lernen, dass es nicht auf die Geschwindigkeit ankommt, nicht darum geht, einen Ort in kürzester Zeit zu erreichen, sondern auf das bewusste Wahrnehmen des Weges und das, was den Menschen auf dem Weg umgibt. Wo bin ich auf dem Weg, den ich gehen will und wer bin ich, der ich diesen Weg gehe? Das Gehen im Kreis. Das steht sinnbildlich für das Kreisen um ein Problem, ein Thema und das Suchen nach einer Lösung eine Richtung, wenn auch auf einer Pilgerreise das äußere Ziel klar zu sein scheint, so ist es gerade die Suche nach einer inneren Ausrichtung, die zum Losgehen bewegt.

Natürlich kann man auf Pilgerwegen auch touristisch und zugleich spirituell wandern. Orte, geschichtlich und spirituell aufgeladen, vermitteln ein heilvolles Ereignis aus der Vergangenheit. Dieses zu erspüren und daran teilhaben zu wollen, das ist ein klassisches Motiv für eine Pilgerreise. Aber hinter den äußeren Zielen verbirgt sich oft die innere Suche nach dem, was dem Leben Sinn und Orientierung gibt.

Wer ankommen will, der muss losgehen. Der Weg sei das Ziel, so hört man es oft. Aber was ist damit gemeint? Einfach nur gehen, einfach nur auf dem Weg sein? Das ist alles? Es geschieht mehr: in den Gesprächen mit anderen Pilgernden vernahm ich nur sehr selten, dass das Motiv Abenteuerlust sei.

Vielmehr hatten meine Gesprächspartner immer etwas im Gepäck ihrer Seele, das sie mitnahmen, austrogen und nach einer Lösung oder auch Erlösung suchte. Dass da war scheitern ein Neuanfang eine überwundene Krankheit, den Verlust eines Menschen zu

vernehmen. Pilgern ist der Weg zwischen crisis und soteria, Krise und Heilwerdung. Pilgern ist somit ein Prozess, ein Los-gehen, ein lösendes und erlösendes Gehen, indem man sich vom Ort der Krise entfernt, durchaus von sich selbst entfernt, um sich letztlich neu zu finden. Verlorenes wird gesucht, Zerrissenes heilend wieder zusammengefügt, Unbegreifliches wird angenommen und ausgehalten. Am Ende einer Pilgerreise hofft man, glücklich bei sich selbst anzukommen und Gottes Frieden zu erfahren, ihn in und an sich zu spüren.

Dass die Frage nach Gottes Wirklichkeit mitten im Leben mitten im eigenen sich fortbewegenden Leben zentral ist, ist fast selbstverständlich. Die Begrifflichkeiten, die Worte, mit denen wir diese Gottessuche ausdrücken, haben sich verändert. Von Sünde und Sühne reden wir nicht mehr, aber von Krise und Orientierung, Klärung und Verständnis. Wir suchen Rat.

Gott ist der Partner des inneren Dialoges, den wir auf dem Weg führen. Christus der Bruder, der neben uns geht. Unsere Fragen und Gedanken finden in ihm ein Gegenüber. Antworten und Klärungen, die sich auf dem Weg einstellen, verstehen wir dann als ein Reden Gottes mit uns. Dabei ist bemerkenswert, dass sich der innere Weg, den wir gehen darin zeigt, dass sich eben die Fragen am Anfang in Antworten am Ende verwandeln.

Der Weg zu sich ist demnach auch immer ein Weg zu einem neuen Gottesverhältnis und Verständnis- ein Wachsen im Glauben. Pilgern ist zudem ein Gehen in Gottes Wirklichkeit und seiner Schöpfung. Pilgern ist das Aus- und Wegziehen in die Weite des Gottesraumes. Wo auch immer man sich befindet, an welchem Orten und in diesem inneren Prozess der Klärung- ER ist da, denn ER war und ER ist und ER wird sein.

Das Gehen des Pilgers ist über weite Strecken auch ein einsames Geschehen. Es gilt sich selbst auszuhalten, in der Stille und mit der Stille auszukommen, um die Gedanken zu weiten und sich aus- und aufzurichten. So ist das Gehen allein ein Gehen zu sich selbst. Eine Redewendung macht das deutlich: „Man geht in sich“. Pilgern, das kontemplative Gehen ist so verstanden eine Meditationsübung. Bewegung, Atem und Gedanken finden zueinander. Anders gesagt: Körper, Leben und Geist. Wer geht, der atmet intensiver, weitet das Denken mit jedem Schritt.

Den eigenen Atem mit dem Gehen zu verbinden, kann eine gute und wichtige Übung auf dem Weg sein. Und so lässt es sich gehen: Man sucht die Geschwindigkeit im Gehen, die nicht anstrengt, weder zu schnell noch zu langsam. Dabei wird auf den Atem geachtet und mit dieser Schrittgeschwindigkeit in Einklang gebracht. Zunächst wird man wahrnehmen, dass man einen Atemvorgang (Ein- und Ausatmen) über mehrere Schritte hinweg vollzieht. Daraufhin wird versucht, das Ein- und das Ausatmen mit jeweils einem Schritt zu verbinden. Der Schritt wird langsamer. Diese Einheit von Atem und gehen schafft eine Einheit von Körper und Geist in der Bewegung. Es weitet das Denken, so kann man bewusst einige Zeit eines Weges gehen. Und man nimmt sich in Raum und Zeit anders wahr, man wird mit der Umgebung und mit sich selbst eins.

Den Atem kann man dann wieder loslassen und langsam weitergehen. Mit dem losgelassenen Atem gehen dann auch die Gedanken ihre Wege. Auf das Gehen wird ebenso nicht mehr geachtet. Die Gedanken, die nun freie Bahn haben, sind entscheidend. Es ist durchaus mit einem liturgischen Schreiten vergleichbar, singendes und betendes Gehen.

Mögen wir gut ankommen, bei uns, bei IHM- und dem Ziel, dass wir uns vorgestellt haben.