

Pilgern zu Corona-Zeiten - Impulse zu einem besonnenen Pilgerweg in unübersichtlichen Zeiten

Viele Menschen sind belastet von diesen Corona-Zeiten, einige würden sich sicher gern auf einem Pilgerweg Gedanken dazu machen. Hier eine Anregung für das Pilgern allein oder in ganz kleiner Gruppe.

Segen, den man sich zu Beginn seines Weges zusprechen (lassen) kann:

Ich segne dich mit Freude
mögest du Augenblicke voller Lachen und Glück
in Mitten von Leid und Sorge entdecken
mögest du solche Zeiten zutiefst wertschätzen
und mögen sie dich stärken

ich segne dich mit den Früchten der Demut
mögen deine bescheidenen und aufopferungsvollen Taten beitragen
deinen Nächsten zu lieben und
die Gemeinschaft zu stärken von der du ein Teil bist

ich segne dich mit Frieden
mögest du angesichts finanzieller Nöte und Unsicherheiten
die treue Gegenwart Gottes erkennen
der sich stets kümmert

geh in Frieden
wasch dir deine Hände
liebe deinen Nächsten
du bist nicht allein

Autorin: Emely Swan Übersetzung: Ralph Thormählen

Impuls:

Auf dem ersten Wegstück soll es darum gehen, sich mit folgender Frage auseinander zu setzen: „Worunter leide ich in diesen unsicheren Zeiten besonders? Ich, ganz persönlich ...“

Im Weitergehen kann man für jeden schmerzhaften Punkt, den man in sich spürt, ein kleines Steinchen mitnehmen, das man nun ein Stück mit auf den Weg nimmt. Diese Zeit kann gern eine halbe Stunde dauern.

... Zwischenzeit, um die Dinge setzen zu lassen ...

Impuls:

Die Natur grünt und blüht. Ich lasse mich von den Blüten am Wegesrand zu der Frage anregen:

Was hat mir in dieser ungewöhnlichen Zeit, in den letzten Wochen, besonders gut getan? Was hat die Lebensfreude in mir zum Blühen gebracht?

Auch hierfür ist es schön, sich ausreichend Zeit zu nehmen.

... Zwischenzeit, um die Dinge setzen zu lassen ...

Impuls:

Das Schwere hinter sich lassen, um Platz für neue Energien zu schaffen.

Auf dem nächsten Wegstück geht es darum, die Steinchen aus dem ersten Impuls am Wegesrand oder an anderer geeigneter Stelle wieder abzulegen.

Für jeden Stein, den man ablegt, könnte man darüber nachdenken, welche Idee oder Energie man aus dieser besonderen Zeit mitnehmen mag. Was soll nicht verloren gehen?

Auch hier ist wieder ausreichend Zeit wichtig.

Am Ende des Weges

Gibt es einen besonderen Platz, einen Ort, vielleicht eine Kirche, vielleicht etwas aus der Natur, was mir gut tut? Dort soll mein Pilgerweg enden.

Es ist eine gute Idee, das Pilgern mit einem Ritual an diesem Ort zu beenden. Wenn es eine Kirche ist, kann ich vielleicht eine Kerze anzünden. Gibt es Wasser, kann ich mich erfrischen und die Hände waschen. Ist es ein Baum, lege ich meine Hand einen Moment auf die kraftvolle Rinde. Jeder besondere Ort hat seine eigenen Rituale, hier kann man kreativ sein.

Mit folgendem Text von Ulrich Schaffer könnte das Pilgern enden:

Staunen

*Könnte es nicht sein,
dass dein Gewebe und die Flüsse deines Blutes
staunen möchten,
du dir aber zu schulden meinst,
alles schon zu kennen
als seist du ein Nachschlagewerk?
So bleibst du arm
und nichts von dem, was du weißt,
ist wirklich deines.
Das Fach,
in dem du dein Wissen ordnest,*

*ist voll,
aber dein Herz ist leer.
Nur was dich kennt,
kennst du.*

*Lass
das Staunen
aus dir fließen,
es ist der Fluss des Lebens,
der im Meer der Dankbarkeit mündet,
dessen Wellen alles berühren und verändern.
Zuerst dich.*

Wer mag, kann auch gern den Segenstext vom Anfang noch einmal lesen und ihm im Herzen nachspüren.

Und nun: Bleib behütet und gehe gesegnet Deiner Wege ...

wünscht von Herzen

Michael Kaminski

Pilgerbegleiter und Pilgerreferent im Spirituellen Zentrum St. Martin München