

Hessischer Rundfunk: Sonntagsgedanken

Pfarrerin **Ksenija Auksutat**  
Darmstadt

20. September 2009

15. Sonntag nach Trinitatis

hr1 - 8:40 Uhr

## Pilgern

### I

Pilgern ist in. Ich finde das gut, denn ich laufe gern. Allmählich verlieren das Wandern und auch der gute alte Spaziergang ihr langweiliges Image.

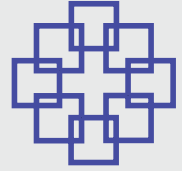
Denn zum Pilgern gehört erstens eine gewisse körperliche Fitness. Man muss sich aus eigener Kraft fortbewegen können, möglichst eine längere Wegstrecke. Die Kraft sollte auch dafür reichen, das Tagesgepäck in Form von Getränken, Imbiss und Regenschutz tragen können.

Aber damit allein ist es noch nicht getan. Pilgern ist natürlich mehr, als nur irgendwo herum laufen. Beim Pilgern geht es darum, in fremder Umgebung sich selbst zu erkennen. Und am Ende steht oft die Einsicht, dass man gar nicht so allein unterwegs ist, wenn man pilgert. Zum Pilgern gehört darum ein bisschen Kopfarbeit. Drei Fragen sollen die Gedanken beschäftigen.

Aber dazu komme ich später. Ich beginne mal beim Körperlichen. Wie sieht es mit der Fitness aus?

Also, ich gehe gerne zu Fuß, am liebsten natürlich durch eine schöne Landschaft und möglichst bei gutem Wetter. Vielleicht liegt es daran, dass ich als kleines Kind immer zu Fuß in den Kindergarten laufen musste.

Gute Voraussetzungen fürs Pilgern, das merke ich auch heute, vierzig Jahre älter und etliche Kilos schwerer als damals. Gut sitzende Wanderschuhe habe ich auch, darin ermüden die Füße tatsächlich weniger, als wenn man in leichten Sportschuhen geht, ich habe es ausprobiert.



Hessischer Rundfunk: Sonntagsgedanken

Pfarrerin **Ksenija Auksutat**  
Darmstadt

20. September 2009

15. Sonntag nach Trinitatis

hr1 - 8:40 Uhr

Auch Kartenlesen klappt meistens. Zudem sind die meisten Pilgerwege ja gut beschildert.

Dann kann es ja losgehen. Hier kommt die erste Frage für den Pilgerer: Wohin gehe ich?

Auch wenn immer gesagt wird der Weg sei das Ziel, gehört zu einem Pilgerweg ein Ziel. Ein Ort, der mich interessiert, der mich lockt – nur so bleibt auch auf anstrengenden Wegstrecken die Lust zum Weitergehen.

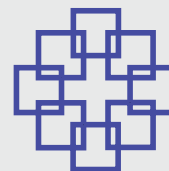
Ein Ziel kann ein alter Pilgerort sein, am bekanntesten ist natürlich Santiago de Compostela in Spanien. Aber natürlich ein bisschen weit weg.

Pilgerwege in Hessen liegen da näher. Man kann auf der alten Bonifatiusroute von Mainz nach Fulda pilgern, auf den Spuren des englischen Mönches Bonifatius, der im 8. Jahrhundert durch Hessen zog, um das Christentum auszubreiten.

Oder man beschreitet den Elisabethweg von Marburg nach Eisenach auf den Spuren der frommen Frau, deren Lebensmotto war „die Menschen glücklich zu machen“.

Und auch der Jakobsweg führt durch Hessen in einem 140 Kilometer langen Verbindungsstück von Fulda über Steinau, Gelnhausen und Hanau bis nach Frankfurt.

Und wer sich wie ich heute nur einen Tag Zeit nimmt, kann sich ein Ziel in der Nähe wählen. Im Odenwald zum Beispiel den Pilgerweg Sankt Jost im Fischbachtal. Von der Kirche in Niedernhausen führt ein 15 Kilometer langer Weg an verschiedenen Stationen vorbei.



Hessischer Rundfunk: Sonntagsgedanken

Pfarrerin **Ksenija Auksutat**  
Darmstadt

20. September 2009  
15. Sonntag nach Trinitatis  
hr1 - 8:40 Uhr

Ist das Ziel ausgewählt, kann man sich mit Frage zwei beschäftigen: Was brauche ich auf dem Weg?

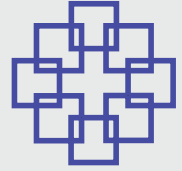
## II

Also, auch hier antworte ich aus eigener und zunächst durchaus schmerzlicher Erfahrung ganz praktisch: Am wichtigsten für einen Pilgerweg, der über Stock und Stein führen kann und bei dem man auch ein bisschen Gepäck zu tragen hat, sind feste, gut passende und schon ein bisschen eingelaufene Schuhe. dazu bequeme wetterfeste Kleidung. Anorak, ein Pullover wenn es kühl wird. Dazu genügend Wasser zum Durstlöschen und natürlich eine Wanderkarte oder Wegbeschreibung, das alles in einem gut tragbaren Rucksack.

Dennoch braucht man zum Pilgern noch ein paar Dinge mehr: Man sollte neugierig sein auf Unbekanntes. So ein Weg lässt sich nicht durchplanen. Eigentlich gehört zum Unterwegs sein auf Pilgerwegen, sich für neue Erkenntnisse zu öffnen. Mitbringen sollte man auch die Bereitschaft, sich dem Weg oder, bei geführten Pilgertouren, sich dem Leiter anzuvertrauen. Unverzichtbar erscheint mir auch die Bereitschaft, Anstrengungen und Mühen auf sich zu nehmen. Schließlich braucht es noch Gottvertrauen und offene Augen, denn nur so erkennt man, welchen Schatz man in sich trägt und zu welchen wertvollen Einsichten man auf seinem Weg geführt wird.

Wer sich auf Neues einlassen kann, Unbekanntes erleben möchte und dabei um Gottes Begleitung bittet, der kann sich getrost auf den Weg machen.

Aber vielleicht sollte man sich zuvor noch die dritte Frage beantworten: Warum gehe ich überhaupt los?



Hessischer Rundfunk: Sonntagsgedanken

PfarrerIn **Ksenija Auksutat**  
Darmstadt

20. September 2009

15. Sonntag nach Trinitatis

hr1 - 8:40 Uhr

Es sind die Fragen, für die im Alltag oft keine Zeit bleibt, die beim Pilgern Raum bekommen. Woher komme ich? Wohin gehe ich? Was treibt mich an?

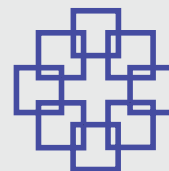
Manche wollen allein pilgern, im Gehen zur Ruhe kommen. Ohne Ablenkung durch Medienbilder schauen, was einen umgibt. Den Boden spüren, auf dem man steht. Das Laub, das unter den Schuhen raschelt, hören. Die Bäume sehen, einzeln, mit ihren kräftigen Wurzeln und lichten Kronen, die in den Himmel weisen. Manche fragen sich darum beim Gehen, welchen Sinn ihr Leben für sie hat.

Ein Pilgerweg im ursprünglichen Sinne, ist die Suche nach einer religiösen Erfahrung mit Gott. Andere suchen nach Antworten, weil ihr Leben wie in einer Sackgasse fest steckt.

Viele vermissen im Alltagstrott die Zufriedenheit darüber, täglich gutes Essen zu bekommen, nachts in einem bequemen Bett zu schlafen. Ihnen ist das alles zu selbstverständlich geworden.

Aber sie suchen darum nicht nach dem ultimativen Kick, nach immer sensationelleren Freizeitangeboten oder einem noch luxuriöser ausgestatteten Lebensumfeld.

Sondern sie wollen sich selbst spüren, mit dem, was sie ausmacht, was sie wirklich brauchen.



Hessischer Rundfunk: Sonntagsgedanken

PfarrerIn **Ksenija Auksutat**  
Darmstadt

20. September 2009

15. Sonntag nach Trinitatis

hr1 - 8:40 Uhr

## III

Damit ist man bei der vierten Frage: Wie gehe ich?

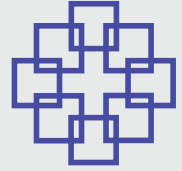
Kurz nach dem Abmarsch stellt sich diese Frage ganz praktisch: Latscht man einfach so vor sich hin, bleibt nach fünf Minuten das erste mal stehen, um über einen Käfer auf dem Weg zu staunen? Oder marschiert man im Sturmschritt los, das erste Etappenziel vor Augen, ohne nach rechts und links zu blicken?

Es gibt Menschen, die eine gewisse Sicherheit brauchen. Sie planen dann jeden Abschnitt des Weges genau vor. Das Pilgern lehrt sie dann vielleicht: Manchmal ist der Umweg der gerade Weg zur Freude.

Es gehört zum Pilgern dazu, sich auszuprobieren, Erfahrungen zu sammeln, auch mit seinem Tempo. Denn wie man geht spiegelt auch viel von dem wieder, wie man auch sonst durch sein Leben kommt. Manche verzetteln sich und sind dann unzufrieden darüber, eigentlich nichts zu schaffen. Andere stürmen immerzu auf neue Vorhaben los und wundern sich, wenn ihnen die Puste ausgeht und niemand mehr Lust hat, mitzumachen.

Wer zu viele Pausen macht, kommt nicht an. Aber wer zu schnell losstürmt, hat vielleicht nach zwei Stunden Seitenstechen oder Blasen an den Füßen – und kommt ebenfalls nicht an.

Gegen Unlustgefühle helfe ich mir, indem ich mir die Uhr zu Hilfe nehme. Eine Pause mache ich nicht, wenn ich das erstemal denke, „ach, ist das heute anstrengend.“ Das geht vorbei, ich weiß es. Nach einer Stunde mache ich eine Verschnaufpause mit etwas Beine dehnen und lockern. Und ich gönne mir einen großen Schluck Wasser aus



Hessischer Rundfunk: Sonntagsgedanken

Pfarrerin **Ksenija Auksutat**  
Darmstadt

20. September 2009

15. Sonntag nach Trinitatis

hr1 - 8:40 Uhr

der Trinkflasche. Nach einer weiteren Stunde kommt dann die erste richtige Pause. Aber dafür suche ich mir auch einen schönen Platz, ein Baumstamm zum sitzen vielleicht, und je nach Wetter in der Sonne oder im Schatten gelegen.

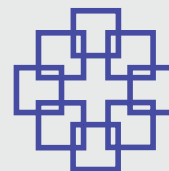
Ich halte beim Pilgern auch inne, um zu beten unterwegs. Bewusst Gott anzusprechen mit meinen Fragen und Gedanken. Und ich genieße es, wenn sich meine Freude an der Erfahrung und der Umgebung in ein Gotteslob verwandelt.

Dann bin ich auch bereit für die fünfte und letzte Frage: Mit wem gehe ich?

Auch wenn ich alleine gehe, merke ich, dass ich es zumindest mal mit mir ganz allein aushalten muss. Mit dem eigenen Antrieb und mit der eigenen Lustlosigkeit, mit dem Schwung und mit der Erschöpfung – immer habe ich es direkt mit mir selbst zu tun. Wer so über Stunden oder Tage pilgert, spürt vielleicht auch, dass Gott einem gar nicht so fern ist, wie man manchmal denkt. In vielen Bildern des Glaubens wird deutlich, wie Gott einen im Leben begleitet, in allen Höhen und Tiefen des Weges. Beim Losgehen und beim Verlaufen, beim Ausruhen und beim Ankommen.

Auch wenn man alleine pilgert, bleibt man eigentlich nie ganz allein. Fremde Menschen kreuzen den Weg oder werden für eine Weile zu Begleitern. Und erfahrene Pilger sind überzeugt: Der echte Pilgerweg ist eine Gemeinschaftserfahrung. Sie meinen, man sollte nicht allein gehen.

Ganz gleich, ob man in einer Gruppe pilgert oder mehr oder weniger allein unterwegs ist: Das Miteinander auf dem Weg hilft, Schwierigkeiten zu überwinden und sich immer wieder zu motivieren. Diese Begegnungen sind oft für Überraschungen gut, und unterwegs ergeben sich so neue Geschichten, Erfahrungen.



Hessischer Rundfunk: Sonntagsgedanken

PfarrerIn **Ksenija Auksutat**  
Darmstadt

20. September 2009

15. Sonntag nach Trinitatis

hr1 - 8:40 Uhr

Beim Pilgern wird zum Erlebnis, wie man außerhalb seines gewohnten Alltagslebens mit neuen Fragen, mit fremden Überzeugungen konfrontiert wird, wie man selbst reagiert, wo man merkt, da muss ich mal drüber nachdenken.

Für mich ist es die Erfahrung, die sinnbildlich für meinen ganzen Lebensweg steht. Auch da finde ich immer wieder Antworten auf die großen Fragen: Wohin will ich? Was brauche ich auf meinem Lebensweg? Warum lebe ich überhaupt, welchen Sinn hat mein Leben? Wie gehe ich durchs Leben und schließlich: Mit wem bin ich zusammen unterwegs.

Dass Gott mich dabei begleitet, diesen Glauben bestärkt für mich jeder Pilgermarsch aufs Neue. (8.300 Zeichen)

### **Internet-Links**

Der Pilgerweg St. Jost liegt im Odenwald. Start- und Endpunkt ist Fischbachtal-Niedernhausen, genaue Informationen unter: [www.st-jost.fischbachtal.de](http://www.st-jost.fischbachtal.de)

In Hessen gibt es weitere Pilgerwege, zum Beispiel den „Elisabethpfad“: [www.elisabethpfad.de](http://www.elisabethpfad.de) und die Bonifatius-Route [www.bonifatius-route.de](http://www.bonifatius-route.de)  
Weitere Informationen im Internet auch unter [www.ekhn.de/inhalt/glaube/aktiv/pilgern](http://www.ekhn.de/inhalt/glaube/aktiv/pilgern)

### **Empfehlenswerte Literatur:**

Paul Martin Clotz, *Unterwegs mit Gott – Ökumenische Pilgerwege*, Gießen 1998

Manfred Gerland, *Meine Seele erhebt den Herrn – Eine evangelische Pilgerreise zu Maria*, Leipzig 2007