

Peter Müller

Die Seele geht am liebsten zu Fuß

*Mein Pilgerbegleiter
für zu Hause und unterwegs*

Patmos Verlag

VERLAGSGRUPPE PATMOS

**PATMOS
ESCHBACH
GRUNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN**

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben

Für die Schwabenverlag AG ist Nachhaltigkeit ein wichtiger Maßstab ihres Handelns. Wir achten daher auf den Einsatz umweltschonender Ressourcen und Materialien.

Alle Rechte vorbehalten

© 2016 Patmos Verlag der Schwabenverlag AG, Ostfildern
www.patmos.de

Umschlaggestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart

Abbildungen: © Vicky SP / shutterstock.com (Umschlag),
Peter Müller (innen)

Gestaltung, Satz und Repro: Schwabenverlag AG, Ostfildern

Druck: CPI – Ebner & Spiegel, Ulm

Hergestellt in Deutschland

ISBN 978-3-8436-0721-6

Inhalt

Einladung 7

Von der Weisheit des Pilgerns 13

Beim Pilgern Weisheit kosten 15

Geschichten – verkleidete Weisheit 19

Sinnsprüche – verdichtete Lebensweisheiten 22

Pilgern – Auf den Spuren der Weisheit 25

Spuren erzählen vom Leben 26

Zehn Wegweiser für den Pilgeralltag 27

Das Leben ist ein Pilgerweg 29

Mit Sinnsprüchen/Weg-Worten pilgern 38

Mit Geschichten pilgern 41

Aufbrechen – die Sehnsucht bekommt Füße 43

Erfahrungen von Pilgern 44

Pilgersegen – Du Gott des Aufbruchs 45

Weisheitsgeschichten und Sinnsprüche 46

Heilsame Unterbrechungen 57

Einstimmung in den Tagesrhythmus 58

Morgentexte – den Pilgertag gut beginnen 59

Atempausen – Gebete und Impulse für den Tag 61

Abendtexte – den Pilgertag gut beenden 64

Unterwegs sein – schenk deiner Seele Zeit 67

Erfahrungen von Pilgern 68

Pilgersegen – Geh, du bist gesegnet 69
Weisheitsgeschichten und Sinnsprüche 70

Heilsame Unterbrechungen 113

Einstimmung 114
Geh- und Schweigemeditationen 115
Das Licht meiner Kerze 119

Ankommen, heimkehren und weitergehen 121

Erfahrungen von Pilgern 122
Pilgersegen: Geh deinen Weg! 123
Weisheitsgeschichten und Sinnsprüche 124
Weitergehen – Pilgern im Alltag 135

Suchhilfen 138
Geschichten von A–Z 138
Thematisches Stichwortverzeichnis 139
Textnachweis 140
Weiterführende Literatur 142

Einladung

„Erzähl uns von deinen Erlebnissen, Begegnungen und Erfahrungen beim Pilgern. Was hast du, was haben andere beim Pilgern erlebt?“ Darum bat mich ein Teilnehmer am vorletzten Tag eines Pilgerkurses zum Thema „Die Weisheit des Pilgers“. Wohl hatte ich das eine oder andere Erlebnis und einige Geschichten zum Sinn des Pilgers schon erzählt, doch die Teilnehmer waren nach wenigen Tagen des gemeinsamen Unterwegsseins erst jetzt bereit, sich für die Weisheit des Pilgers und den Sinn ihres Pilgers in Erfahrungsgeschichten zu öffnen.

Da wurde mir wieder bewusst: Die eigentlichen Antworten auf existenzielle Fragen unseres Lebens finden wir selten in philosophischen, psychologischen oder theologischen Handbüchern oder Abhandlungen. Wir finden sie oft in erzählten Erlebnissen, in Geschichten aus allen Kulturkreisen und Religionen, in verdichteten Sinnsprüchen und in den Erfahrungen von Pilgern und Pilgerinnen. Solche gleiche, ähnliche und unterschiedliche Erfahrungen verbinden die Pilger. Sie schaffen Nähe und Vertrauen. Daher erlaube ich mir auch, dich, liebe Leserin, lieber Leser, mit dem unter Pilgern vertrauten „Du“ anzusprechen. Denn auf Pilgerwegen spielen Beruf, Titel, Alter, Leistung, Auszeichnungen und Erfolge keine Rolle. Wir alle sind Pilgerinnen und Pilger, die aus unterschiedlichen Motiven auf einem der Jakobus- oder anderen Pilgerwegen, vor allem aber auf einem inneren Pilgerweg zu sich selbst unterwegs sind.

Zunächst möchte ich dich hier mit einer Geschichte und einem Sinnspruch auf deinen Pilgerweg einstimmen. Dann

will ich dir zeigen, welche spirituellen Anregungen du hier findest.

Ein in alle Welt gereister Mann kam mit dem Flugzeug nach Santiago de Compostela. Auf diese Weise hatte er schon viele heilige Orte, Tempel, Pilgerzentren und Kirchen besucht. Es war gerade Mittagszeit und er stand auf dem großen Obradoiro-Platz und betrachtete die ihm von Fotos bekannte und berühmte Westfassade. Immer wieder kamen Pilger auf den Platz, viele allein und still, andere in einer Gruppe, wenige laut jubelnd, doch alle mit strahlendem Gesicht und leuchtenden Augen. Der Reisende sprach eine Pilgerin an und kam mit ihr ins Gespräch. Begeistert erzählte der Mann von all den heiligen Orten, die er in aller Welt gesehen hatte und an denen er Gott suchte, aber nicht gefunden habe. Die Pilgerin beeindruckte das nicht, im Gegenteil, ihr Gesicht wurde ernster und ihre Augen verloren etwas von ihrem Glanz. Geduldig hörte sie ihm zu, denn sie wollte nicht unhöflich sein. Doch dann nutzte sie die Gelegenheit während einer kurzen Atempause und sagte zu ihm: „Es tut mir leid, dass Sie so viel in der Welt herumreisen mussten und Gott noch nicht gefunden haben. Ich ging zu Fuß, meine Seele brauchte Zeit, denn sie geht am liebsten zu Fuß. Ich bin als Wanderin aufgebrochen und als Pilgerin angekommen. Gott hat mich begleitet.“

Peter Müller

*Du musst nicht über Meere reisen
musst keine Wolken durchstoßen
und nicht die Alpen überqueren.*

*Der Weg, der dir gezeigt wird, ist nicht weit.
Du musst deinem Gott nur
zu dir selbst entgegengehen.*

Bernhard von Clairvaux

Die Geschichte und der Sinnspruch laden dazu ein, uns als Pilgerin und Pilger auf den Weg zu machen, um „Bausteine“ zum Sinn des Pilgerns und des Lebens zu suchen, uns ihnen anzunähern und sie zu finden. Einem Beispiel begegneten wir in der vorgestellten Geschichte, als die Pilgerin am Ziel in Santiago de Compostela sagt: „Meine Seele brauchte Zeit, denn sie geht am liebsten zu Fuß“, oder bei Bernhard von Clairvaux, der meint, um Gott zu finden, musst du ihm „nur zu dir selbst entgegengehen“. Diese Erkenntnis gilt für das Pilgern und das Unterwegssein im Alltag des Lebens.

So einfach jedoch, wie es hier erscheinen mag, liegen die „Bausteine“ für mögliche Sinnantworten weder auf Pilgerwegen noch auf den Wegen des Lebens. Es braucht unsere Bereitschaft und den Mut, aufzubrechen, „in die Fremde zu gehen“ (so der ursprüngliche Sinn des lateinischen Wortes „peregrinatio“), neue Wege zu gehen und sich körperlich, geistig und seelisch auf den Pilgerweg einzulassen mit all seinen äußeren und inneren Höhen und Tiefen, mit seinen Begegnungen, Entbehrungen, Belastungen, Herausforderungen, aber auch den Versuchungen, aufzugeben. Auf diesem Weg möchte ich dich begleiten – wie lange und wo auch immer du unterwegs bist.

Im ersten Teil des Buches („Von der Weisheit des Pilgerns“) findest du einführende Gedanken und Anregungen zur Weisheit des Pilgerns, zum Sinn von Geschichten, die uns „verdeckt ihre Weisheit“ mitteilen wollen, und zu Sinnsprüchen als „verdichtete Lebensweisheit“.

Der zweite Teil des Buches, „Pilgern – Auf den Spuren der Weisheit“, ist das Herzstück dieses Pilgerbegleiters. Eingeleitet wird er durch „zehn Wegweiser“ für Pilgerinnen und Pilger, an denen sich dein Pilgern täglich neu orientieren kann. Erfahrungen und Gedanken zum „Leben als Pilgerweg“ und das „Unterwegssein“ vieler Pilger öffnen deinen Blick zu vielfältigen Begegnungen auf Pilgerwegen und zeigen, dass die Weisheit des Pilgerns uns in vielen kleinen, manchmal unscheinbaren Dingen unterwegs begegnet.

Eine alte Mönchsgeschichte eröffnet dir dann den Zugang zu einer Sammlung von Weisheitsgeschichten und Sinnsprüchen aus der spirituellen Tradition verschiedener Religionen und Kulturkreise. Geschichten aus dem Alltag und Erlebnisse von Pilgerinnen und Pilgern ergänzen diesen reichen Textfundus. „Aufbrechen – Unterwegssein – Ankommen, Heimkehren, Weitergehen“, das sind die Signalworte für drei Bereiche, unter denen die Geschichten präsentiert werden. Sie wollen dich anregen, deine innere Tür zu öffnen zu den Fragen deines Da- und Unterwegsseins. Unzählige Pilgerinnen und Pilger waren von den Anfängen der Pilgerschaft bis heute als Sinnsucher unterwegs. In ihren Geschichten, Erlebnissen und treffenden Sprüchen können wir, wenn auch noch verdeckte, aber weise Antworten auf die Fragen unseres Lebens entdecken. Welche wirst du finden? Deine persönlichen Gedanken und Ideen dazu kannst du auf der freien Seite

nach jeder Geschichte notieren. Unterbrochen wird die Sammlung der Geschichten durch zwei „heilsame Unterbrechungen“. In der ersten Unterbrechung findest du „meditative Texte und Gebete“ zum Start in den Tag, zur Atempause unterwegs und zum Abschluss des Tages. In der zweiten „heilsamen Unterbrechung“ findest du „meditativ-spirituelle Impulse für Leib und Seele“. Wähle dir alle ein bis zwei Tage eine Übung aus, integriere sie in deinen Tagesrhythmus und setze dich so mit der Natur, Kultur und mit dir selbst auseinander.

Ich wünsche dir ein erlebnisreiches Pilgern! Buen camino!

Am Festtag von Jakobus dem Älteren,
dem 25. Juli 2015

Peter Müller, Rottweil

Deinem Leben Richtung geben

Pfeile und Wegweiser
zeigen die Richtung
künden vom Ziel
deiner Sehnsucht

Wegführer und Wegkarten
zeigen äußere Pilgerwege
Geschichten, Sinnsprüche und Impulse
laden dich ein zum inneren Pilgerweg

Wegweiser, Karten und Wegführer
Geschichten und Sinnsprüche
deinen äußeren und inneren Weg
musst du selbst gehen

Wage es und brich auf
lasse los und gehe
lasse dich auf deinen Weg ein
gehe, suche, finde

Weg wird Weg im Lassen
Weg wird Weg im Gehen
Schritt für Schritt
gibst du deinem Leben eine Richtung

Peter Müller



Von der Weisheit
des Pilgers

Mein Weg

Mein Ziel vor Augen
Sehnsucht im Herzen
mit Erwartungen und Fragen
wage ich die ersten Schritte
aufbrechen und gehen
Neuem begegnen
die Schönheiten der Natur wahrnehmen
den Stolpersteinen ausweichen
mich vom Weg leiten lassen

Mein Ziel vor Augen
Schwierigkeiten überwinden
Versuchungen standhalten
mit Weggefährten gehen
einander zuhören und vertrauen
alleine gehen vertieft ins Schweigen
meine Seele entrümpeln
in der Stille auftanken

Mein Ziel vor Augen
etwas müde, aber zuversichtlich
bei Sonne, Wind und Regen
mit Blasen und Schmerzen
neue Kraftquellen entdecken
die wellenartigen Kornfelder im Wind
das leuchtende Mohnblumenfeld
den Blick in die Weite des Horizonts
die Stille in einer Dorfkirche
Gehe ich meinen Weg
tanke auf und komme an

Peter Müller

Beim Pilgern Weisheit kosten

Pilgern und Weisheit – was haben sie miteinander zu tun? Alle Kulturen und Religionen verfügen über sehr alte Textschätze, in denen Spuren der Weisheit deutlich zu erkennen sind. Daneben gibt es unzählige Geschichten und Sprüche, in denen über die Weisheit erzählt wird. Letztere bezeichnet man oft als Weisheitsgeschichten und Weisheitssprüche. So kleidete beispielsweise Jesus von Nazaret seine Botschaft vom Reich Gottes in Gleichnisse, eine besonders bildhafte Form von Weisheitsgeschichten, in denen wir das Wirken Gottes und uns selbst erkennen.

In der jüdischen und christlichen Tradition begegnen wir der Weisheit vor allem in zwei Büchern des Alten Testaments. Im „Buch der Sprichwörter“ (z.B. 8,12.14.17.35) tritt die Weisheit als Person stellvertretend für Gott auf. In der Tradition wurde sie als weibliche Eigenschaft Gottes gedeutet, die als schöpferische Geisteskraft an der Erschaffung der Welt beteiligt war:

*Ich, die Weisheit, verweile bei der Klugheit,
ich entdecke Erkenntnis und guten Rat.
Bei mir ist Rat und Hilfe;
Ich bin die Einsicht, bei mir ist Macht.
Ich liebe alle, die mich lieben,
und wer mich sucht, der wird mich finden.
Wer mich findet, findet Leben.*

Im „Buch der Weisheit“ (z.B. 6,12–16) wird die Bedeutung der Weisheit für den Menschen herausgestellt:

*Strahlend und unvergänglich ist die Weisheit;
wer sie liebt, erblickt sie schnell,
und wer sie sucht, findet sie.
Denen, die nach ihr verlangen,
gibt sie sich sogleich zu erkennen.
Wer sie am frühen Morgen sucht, braucht keine Mühe,
er findet sie vor seiner Tür sitzen.
Über sie nachzusinnen ist vollkommene Klugheit;
wer ihretwegen wacht, wird schnell von Sorge frei.
Sie geht selbst umher, um die zu suchen, die ihrer würdig sind;
freundlich erscheint sie ihnen auf allen Wegen
und kommt jenen entgegen, die an sie denken.*

Wer möchte solcher Weisheit nicht begegnen und weise werden? Der jüdische Verfasser des „Buches der Weisheit“ war hellenistisch gebildet und vertraut mit der griechischen Sprache. Die Griechen nannten die Weisheit „sophia“. Für sie war zunächst derjenige weise, der das Wissen seines praktischen oder geistigen Handwerks (Rhetorik, Dichtkunst, ...) gut beherrschte. Später nannten sie den weise, der ein gutes Leben führte. Dabei kam es nicht auf viel Wissen an, sondern auf das Gespür, das Wesentliche für die Gestaltung des eigenen Lebens zu verstehen und im Alltag zu verwirklichen. Dazu ist durchaus auch ein Wissen nötig. Das deutsche Wort „wissen“ kommt von „etwas gesehen haben“. Der Weise hat gesehen (erfahren), wie es um ihn selbst oder andere Menschen steht. Er erkennt Zusammenhänge, sieht das Wichtige, das Wesentliche, das zu tun ist. Die Weisheit des Pilgerns zeigt

sich genau darin. Pilger erfahren sich im Gehen, im weiten Abstand vom Alltag, erleben unterschiedlichste Begegnungen, wechselnde Landschaften, ihre Sinne öffnen sich für die Natur, Kultur und die Menschen am und auf dem Pilgerweg, sie denken über sich, ihr Leben und ihre Beziehung zu Gott nach und werden aufmerksam für mögliche notwendige („die Not wendende“) Veränderungen.

Die Lateiner verwendeten das Wort „sapientia“ für Weisheit. Es kommt von „sapere“, d. h. „verkosten, schmecken“. Weise ist der, der sich und sein Leben schmecken kann. Er steht nicht ständig unter Zeitdruck und hetzt nicht umher. Er hält ab und zu inne, nimmt den Augenblick wahr und verkostet, was er über seine Sinne wahrnimmt, sieht, hört, riecht, ertastet, schmeckt. Der Weise hat viele Erfahrungen gesammelt und auch den Geschmack des Guten und des Bösen gekostet. Er weiß, was ihm guttut und was ihm schadet. Das Wort „wahrnehmen“ deutet es an: Der Weise gründet auf etwas Wahrem, das ihm Halt gibt und trägt. Er spürt, auf was er sich verlassen kann und ob er mit sich selbst und seiner aktuellen Lebensweise in Einklang lebt. Er erkennt, wann es nötig ist, die Hektik oder die Bequemlichkeit, die Enge oder den Druck des Alltags zu verlassen. Mit etwas Abstand dazu ist es erfahrungsgemäß leichter, sich neu zu orientieren und die kleinen verloren gegangenen Dinge bewusst auf sich wirken zu lassen: die Schönheit einer Blume am Wegesrand, das Spinnennetz im Morgentau, den Sonnenaufgang, ein romanisches Portal, die Stille in einer Kirche, schweigendes Gehen, die Zeit, die ich mir nehme, um anderen zuzuhören, ein Ritual oder Symbol. In alldem begegnet mir die Weisheit des Pilgers auf vielfältige Weise. Ich er-

kenne, wie wenig ich wirklich benötige, und ich lerne, mich auf Wesentliches zu konzentrieren.

Wenn im Buch der Sprichwörter die Weisheit stellvertretend für Gott spricht, dann gilt für all die kleinen Dinge, die ich während meines Pilgerns auf Pilgerwegen sehe, höre, ertaste, rieche, tue oder erlebe: „Alle Dinge schmecken nach Gott“ (Meister Eckhart). Können wir also Weisheit lernen? Dazu eine Geschichte:

Ein Mann, der viele Jahre ein hohes politisches Amt innehatte, legte es nieder, ging zu einem spirituellen Meister und wollte unterrichtet werden.

„Worin möchten Sie unterrichtet werden?“, fragte der Meister.

„In Weisheit“, antwortete er.

„Mein Freund, wie gerne würde ich das tun, gäbe es da nicht ein großes Hindernis.“

„Welches Hindernis?“

„Weisheit kann nicht unterrichtet werden.“

„Also gibt es nichts, was ich hier lernen kann?“

„Weisheit kann man lernen, aber sie kann nicht unterrichtet werden. Sie müssen sie erfahren, indem Sie weise leben.“¹

Weisheit kann man lernen. Pilgern eröffnet mir täglich neue Chancen, ihr im Pilgeralltag zu begegnen, denn sie ist in allem. Als Pilger muss ich nur aufbrechen, bewusst gehen und mit allen Sinnen offen sein für die Signale der Weisheit. Doch die Weisheit des Pilgerns überfällt mich nicht plötzlich, sie braucht Zeit, sie geht langsam, sie will wahrgenommen und verkostet werden. Dann werden die Erfahrungen mit Menschen, der Natur, mit allen Dingen und mit mir selbst zum Eingangstor der Weisheit.