

Schweigend auf dem Weg

Sich auf den Weg machen – das nehmen manche Gemeinden wörtlich und bieten innerhalb ihrer Pfarreiengemeinschaft Pilgerreisen, aber auch Tageswanderungen an. Pater August Hülsmann aus dem Kloster der Herz Jesu Priester im emsländischen Handrup lädt einmal im Monat zu einer geistlichen Wanderung ein. Wie man sie vorbereitet und die Gruppe begleitet, beantwortet er im Interview.

Was ist überhaupt das Geistliche an einer geistlichen Wanderung?

Nun, eine geistliche Wanderung bedeutet, zusammen auf dem Weg zu sein: Als Christen machen wir uns an dem Tag gemeinsam auf den Weg. Glauben und Christsein haben viel mit dem Weg zu tun. Wir erinnern uns daran, dass auch Jesus zeit seines Lebens auf dem Weg war, schon seine Eltern waren auf dem Weg, auf dem Weg nach Betlehem, und er ist sozusagen auf dem Weg geboren, als seine Eltern sich zur Volkszählung eintragen lassen wollten. Und von Jesus selbst wissen wir, dass er ständig unterwegs war. Alles Wichtige geschah auf dem Weg. Jesus greift das auf und sagt sogar von sich: „Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben.“ Sein Weg endete als Kreuzweg. Er ist so viele Wege gegangen, dass er von sich sagen konnte, „Ich bin der Weg.“

Zu einer geistlichen Wanderung einzuladen macht klar, hier wandert nicht der Heimatverein, das sind nicht die Freunde vom Moor – die wandern ja auch –, sondern hier wandern Christen. Zu ihrem Glaubensweg gehört es, auf dem Weg zu sein. Eine zentrale Bibelstelle ist die Begegnung der zwei Jünger, die nach Emmaus unterwegs sind, mit dem auferstandenen Jesus, den sie zunächst nicht erkennen. Unterwegs legt er ihnen die Schrift aus, und als er am Abend beim Mahl das Brot bricht, erkennen sie ihn. So wie die Emmaus-Jünger können wir auf dem Weg einer geistlichen Wanderung unser Leben und unsere Verbindung zu Jesus als Christen überdenken.

Sie wandern im Schweigen. Warum?

Das Schweigen dient dazu, die Sinne zu öffnen, den Weg besser wahrzunehmen, ihn als Bild für unser Leben zu sehen, mit allen Hürden und Kurven. Ist der Weg geteert, ist er uneben, muss ich Pfützen umgehen? Das kann für mich ein Einstieg sein, um über mein Leben nachzudenken. Wir werden nicht durch Gespräche abgelenkt. Wenn wir durch einen Wald gehen, wähle ich eine Stelle aus, wo es am stillsten ist, und lasse die Gruppe anhalten. Jeder sucht sich einen guten Stand und wir hören auf die Stille, jeder ist ganz bei sich und kann für sich hören: Was ist da in der Stille?

Man sollte es den Leuten vorher mitteilen, dass man schweigend wandert?

Ja. Ich formuliere immer: „Eingeladen sind alle, die die Natur erleben möchten und den Weg schweigend gehen wollen.“ Wenn wir uns dann zur Wanderung treffen, meistens an einer katholischen oder evangelischen Kirche, versammeln wir uns kurz und ich gebe eine Einführung, dass wir zunächst etwa eineinhalb Stunden gehen, dann eine Picknickpause folgt, und wir dann noch weitere vier, fünf Kilometer im Schweigen gehen.

Das ist für manche erst ungewohnt, denn sie empfinden es als unhöflich, schweigend neben jemandem herzuzugehen. Es kommt ihnen komisch vor. Später findet eine Mittagspause in einem Gasthaus oder Kloster statt, beim Essen kann dann gesprochen werden. Anschließend ist auch Gelegenheit zum Gedankenaustausch.

Wie lang ist die Strecke insgesamt?

Meistens gehen wir so zehn, zwölf Kilometer. Die Leute sollten eine gewisse Fitness mitbringen. Wer noch nie gewandert ist, sollte das vorher einmal ausprobieren.

Wer eine geistliche Wanderung organisiert, sollte die Strecke selber kennen, oder?

Ja, es ist am besten, wenn sie die Strecke vorher einmal abgegangen sind. Oder jemanden dabei haben, der sich dort sehr gut auskennt. Die Organisatoren müssen wissen, ob die Strecke sich eignet. Wenn sie viel auf geteerten Wegen laufen, ermüden sie viel schneller als auf Waldwegen. Die Wanderung sollte über weite Teile durch den Wald führen, denn da läuft es sich am schönsten und es gibt viel wahrzunehmen, gerade wenn man schweigend unterwegs ist: der Wald riecht im Herbst anders als im Frühjahr, man kann die Vogelstimmen hören, das Laub zeigt sich in jeder Jahreszeit in anderen Farben. Und dann muss es auch Abwechslung geben, vielleicht kann man ein Stück am Waldrand gehen oder über die Felder. Es ist immer schön, wenn die Gruppe aus dem Wald kommt und aus dem Dunkeln ins Helle tritt. Dann öffnet sich auch das Innere.

Und Sie starten meistens an einer Kirche?

Ja, das ist günstig, da sind Parkplätze und Toiletten, manche Teilnehmer reisen ja 60 Kilometer weit mit dem Auto an. In der Kirche beginnen wir mit einem Morgenlob. Ich bringe gerne einen Text von Karl Rahner mit, „Brich auf und wandre“, er drückt gut aus, worum es geht.

Wenn wir die Kirche verlassen haben, stellen wir uns – bevor es auf dem Wanderweg losgeht – als Gruppe im Kreis zusammen auf und legen einander die Hände auf die Schultern, wie Sportler vor einem Spiel, weil das die Gemeinschaft stärkt. Die jüngste Teilnehmerin spricht eine Ermunterung. Das bringt uns ins Bewusstsein, dass wir eine Gemeinschaft sind.

Sie planen zum Abschluss ein Mittagessen ein und kehren in einem Gasthaus ein. Warum?

Die gemeinsame Mittagspause ist wichtig, oft ist sie auch das Ende vom Gehen. Das Essen ist meistens schon vorbestellt, so dass wir nicht lange warten müssen. Beim Essen kann man sich schon mit seinem Tischnachbarn unterhalten. Nach der Mittagspause folgt dann eine Runde des Austausches, dafür nehmen wir uns etwa eine Stunde Zeit. Dann kann jeder sagen, wie er die Wanderung empfunden hat, über die Erfahrungen des Schweigens sprechen und was er auf dem Weg erlebt hat.

Wie kommt die Aussprache bei den Teilnehmern an?

Es tut vielen gut, nach dem gemeinsamen Unterwegssein darüber zu sprechen. Da war zum Beispiel ein Herr, der hatte seine Frau verloren, die Trauer konnte er auf dem Weg zulassen, und seine Erfahrungen später in der Runde ansprechen. Das hilft.

Zum Schluss feiern Sie einen Gottesdienst zusammen.

Ja, der Tag endet meistens mit der Feier der Eucharistie, in einer Kirche, Kapelle oder einem ruhigen Raum, zum Beispiel in einem Bildungshaus. Im Gottesdienst und über das Singen im Gottesdienst erleben wir noch einmal Gemeinschaft.

Wie funktioniert das alles in Corona-Zeiten?

Also, im strengen Lockdown fallen Wanderungen natürlich aus, da finden Sie ja auch kein Gasthaus, das geöffnet hat. Ansonsten gilt aber, dass gerade das Wandern im Schweigen sich gut eignet, um Corona-Auflagen einzuhalten. Bei der Ankunft und beim Morgenlob in der Kirche tragen die Teilnehmer ihre Masken, unterwegs beim Wandern können sie sie absetzen. Weil wir uns nicht unterhalten, lassen sich die Mindestabstände gut einhalten. Für die Mittagspause muss man ein Haus suchen, wo genügend Platz für alle ist, damit der Abstand eingehalten werden kann.

Interview: Andrea Kolhoff