



Foto: kfb 00

Pilgern – Beten mit den Füßen

Spiritueller Impuls zum Frauenpilgertag

Einleitende Gedanken:

„Was das Herz bewegt, setzt die Füße in Bewegung“. Man könnte es auch von der anderen Seite sehen: Wenn sich die Füße in Gang setzen, kommt auch vieles andere in Bewegung“. Uralte Traditionen dazu sind das Wallfahrten und Pilgern. Dabei stellt sich gleich die Frage: Und was ist jetzt der Unterschied?

Eine **Wallfahrt** ist gekennzeichnet durch einen Anlass von außen.

Dies kann ein Ort des Heiles sein (Wallfahrtsorte wie Mariazell, Maria Taferl, ...) zu dem man mit einer Bitte betend geht, im Vertrauen, dass dort Erfüllung oder Heilung geschehen.

Weitere äußere Anlässe können bestimmte Namenstage von Heiligen oder Traditionen einer Pfarre sein. Wallfahrten sind gekennzeichnet durch gemeinsames Beten und Singen und Feiern der Hl. Messe mit anderen Teilnehmer/innen.

Beim **Pilgern** ist der Anlass ein innerer. Menschen brechen bewusst auf und begeben sich auf eine mehrtägige oder mehrwöchige Pilgerreise. Sie suchen nach Sinn und Orientierung in ihrem Leben.

Sie tragen die Sehnsucht in sich, Gott bewusst zu begegnen.

Sie suchen Quellen, aus denen sie für ihr Alltags- und Berufsleben schöpfen können.

Sie wollen sich mit Gott und ihrem Leben versöhnen.

Sie möchten mit Dankbarkeit und Staunen in der Natur, mit den Geschenken der Schöpfung in Berührung kommen.

Sie machen sich auf, um zu spüren, was in ihrem Leben wesentlich ist.

Und viele persönliche Gründe mehr.

„Pilgern“ ist getragen von einer Struktur: Anlass, Aufbrechen, Unterwegssein, Ankommen, Dasein.

Pilgern bedeutet aufbrechen, sich aufmachen, suchen, hören, sehen. Endlichkeit erleben, Grenzen erfahren, intensiv leben. Das Unterwegssein bringt oft folgenschwere und lebenserleichternde Erfahrungen: Der Hektik entfliehen, entschleunigen.

In der Natur dem Schöpfer des Himmels und der Erde ins Angesicht schauen und sich selbst

als einen Teil von Gottes großer Schöpfung erfahren. Mit anderen Menschen zusammentreffen und über eigene Erfahrungen sprechen, Tages- und Brotzeiten teilen, das Leben teilen. Im Schweigen auf die innere Stimme hören. Innehalten, die Kraft und Energie aufnehmen, die von heiligen Orten und wunderbaren Landschaften ausgeht.

Sinn suchen und finden. Wie geht man weiter, mit dem Blick auf das Ganze? Gestärkt und ermutigt ankommen. Es ist eine Erfahrung der Selbstannahme und Selbstliebe um andere lieben zu können

und einen liebenden Gott zu spüren.
Pilgern führt in den Alltag zurück, aber gewandelt,
mit neuen Erkenntnissen und Erfahrungen.

Christine Dittlbacher MAS (kfb Oberösterreich)

Lied: Voll Vertrauen gehe ich ...

Eine Bibelstelle, die sich als Begleitung beim Pilgern eignet ist der Psalm 18:

Psalm 18 „Er führte mich hinaus ins Weite, er befreite mich, denn er hatte an mir Gefallen. Du, Herr, lässt meine Leuchte erstrahlen, mein Gott macht meine Finsternis hell. Mit dir erstürme ich Wälle, mit meinem Gott überspringe ich Mauern. Du schaffst meinen Schritten weiten Raum, meine Knöchel wanken nicht.“

Dieser Psalm erzählt vom Leben: von Schwierigkeiten und Problemen, von Angst und Sorge, von schönen und hellen Stunden – und immer wieder von der Erfahrung mit Gott: Gott führt mich aus der Enge meines Lebens, in dunklen und finsternen Stunden schenkt er Licht, mit Gott bin ich in Bewegung und doch in Sicherheit. So ist Gott – und so ist das Leben!

Kurze Stille, Zeit zum Innehalten

verwurzelt und doch bewegt

gehen – bewegen – schritt für schritt
verwurzelt sein und doch bewegt
aufgehen – aufeinander zu gehen
auf dich zu gehen
und
mit dir gehen
schritt für schritt – gemeinsam
verwurzelt und doch bewegt

Monika Liedler

Kurze Stille, Zeit zum Innehalten

Im Labyrinth des Lebens

Stille suchen
still werden
in mich gehen
Ruhe finden
einen neuen Weg
erfahren
ausrichten
umkehren
behutsam

Schritt für Schritt
zur Mitte kommen
Gott begegnen
voll Ehrfurcht
still werden
ganz still
und hören
was Gott mir sagt

Helene Renner

Zum Segen

Lied: Mit dir geh ich alle meine Wege



Katholische Frauenbewegung
der Diözese St. Pölten

Inhaltliche Gestaltung: Monika Liedler
Katholische Frauenbewegung der Diözese St. Pölten
Layout: Hausdruckerei der Diözese St. Pölten
Beide: Klostersgasse 15, 3100 St. Pölten