

Pilgern auf Schwyzerdütsch

Vor ein paar Tagen bin ich vom Jakobswegcoaching in der Schweiz zurückgekommen und möchte Euch gerne an meinen Erfahrungen teilhaben lassen. Aber bevor ich so richtig zur Sache komme, möchte ich erst einmal erzählen, wie es dazu kam:



Im März boten Andi und Anke in ihrem Wohnzimmer wieder ein 'Abenteuer Leben Highlight' an. Der Abend stand unter dem Thema 'Pilgern - nicht nur auf Französisch'. Meine Schwester und ich entschieden uns, an diesem Abend mit dabei zu sein.

Sehr eindrücklich war die Bildershow vom Jakobsweg und die amüsanten Anekdoten, die Andi auf seinem Jakobsweg erlebt hatte. Den Film 'Saint Jaques - Pilgern auf Französisch' hatte ich bereits gesehen, trotzdem begeisterte er mich erneut.

Ich weiß noch, wie ich sagte: „Also, irgendwie reizen, aber für mich An dem Abend Jakobsmuschel als verstaute sie in sie auch vorerst. In beim Griff in die gefallen und jedes wenig mehr.



Ich wusste nicht allzu viel über den Jakobsweg. Ich wusste aber, dass er bevorzugt von Menschen aufgesucht wird, die durch eine schwierige Zeit gehen oder Orientierung suchen. Auch ich schaute bezüglich Beruf und Privatleben auf sehr schwere Jahre zurück. Ich war jahrelang über meine Kräfte hinausgegangen. Bis heute spüre ich die Auswirkungen eines schweren Burn Outs, eine Art seelischer Infarkt, der mich an den Rand meines Lebens brachte. Ich stand vor einem beruflichen und privaten Scherbenhaufen, der unüberwindbar schien. Ich hatte schwerwiegende Entscheidungen zu treffen, die mich auf unvorhersehbare und steinige Wege führten. Mehrere Monate war ich berufsunfähig, ging in eine Reha und nahm eine ambulante Therapie in Anspruch.

nach dem Abend zu meiner Schwester würde mich der Jakobsweg schon ist das nichts.“

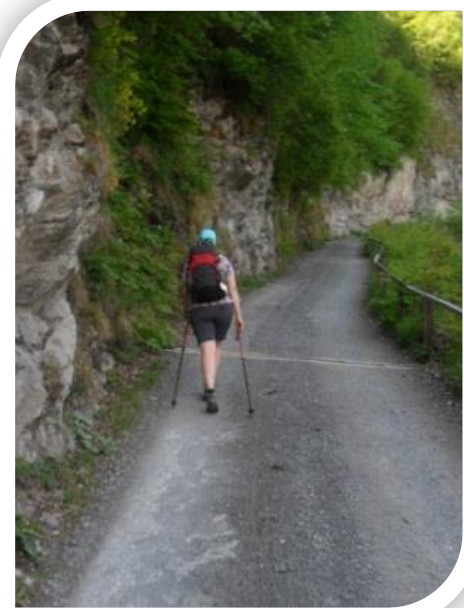
bekamen alle Gäste eine kleine Andenken mit nach Hause. Ich meiner Handtasche und dort blieb den folgenden Wochen ist sie mir Tasche immer wieder in die Hände Mal weckte sie meine Neugier ein



In den Wochen nach meinem Besuch bei Salzers begegnete mir das Thema 'Jakobsweg' auf Schritt und Tritt: In der Zeitung, in Gesprächen, im Fernsehen usw. Als ich las, dass Andi im Mai wieder ein Jakobswegcoaching anbieten würde und noch ein Platz frei wäre, habe ich mich mal ganz unverbindlich bei ihm erkundigt, wie man sich so eine 'Sache' denn vorstellen müsse. Von da an ließ mich dieses Thema gar nicht mehr los. Irgendetwas in mir überzeugte mich immer stärker, dass ich diesen 'Weg' gehen musste. Zwei Wochen bevor es losgehen sollte, stellte sich ein Frieden über diese Sache in mir ein, wie ich es selten bei einer Entscheidung in meinem Leben gespürt hatte. All meine schlimmsten

Befürchtungen wie schlaflose Nächte, gefährliche Abhänge, wundgelaufene Füße, Einsamkeit, fehlende Fitness, seelische und körperliche Erschöpfung drängten sich auf einmal in den Hintergrund und waren mir plötzlich völlig gleichgültig. Auch die Tatsache, dass ich den Weg nicht allein gehen musste, sondern ich von einem Coach begleitet werden würde, gab mir zusätzlich Sicherheit. Doch kaum hatte ich Andi mein 'Ja' gegeben, bekam ich eine sehr hartnäckige Grippe und musste mehrere Tage das Bett hüten. Mein Vorhaben, vorher noch am Fuße der Schwäbischen Alb meine Fitness zu trainieren, konnte ich nun vergessen. Doch dann wurde ich gerade noch rechtzeitig gesund und mit jedem Tag und vorbereitenden Gespräch wuchs die Vorfreude und schwanden die Bedenken ein Stück mehr.

Nun schaue ich auf sieben sehr wertvolle und segensreiche Tage zurück. Meine Wegstrecke verlief von



Einsiedeln im Kanton Schwyz bis ins ins Berner Oberland. Der Weg führte mal über bunte Almwiesen, mal über Schotter, mal über Teer. Bergauf, mal bergab. Übernachtet habe ich im Kloster, in der Jugendherberge oder im Strohhotel. Alles hatte seinen eigenen Reiz. Gott hat mich mit so viel

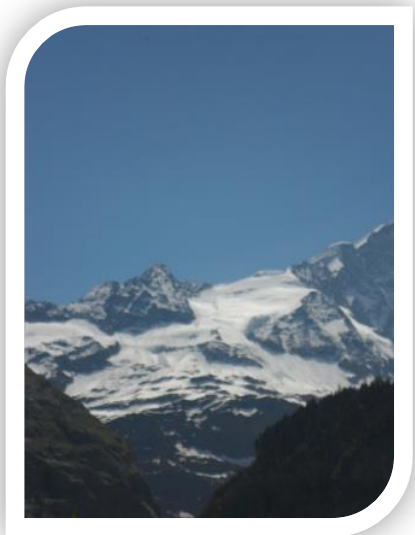
Schönem

beschenkt. Mit tollem Wetter,

seiner grandiosen und kreativen Schöpfung, Begegnungen mit anderen Menschen, heilsamer Ruhe. Immer wieder kam ich ins Staunen, wenn ich vor den grandiosen Bergen stand. Was für große Hände musste Gott haben, wenn er diese Berge geformt hat?

Das pilgernde Gehen half mir, zur Ruhe zu kommen, mir selbst auf die Spur zu kommen, alle Ablenkungen und Krafträuber des Alltags zurückzulassen und Gott näher zu kommen.

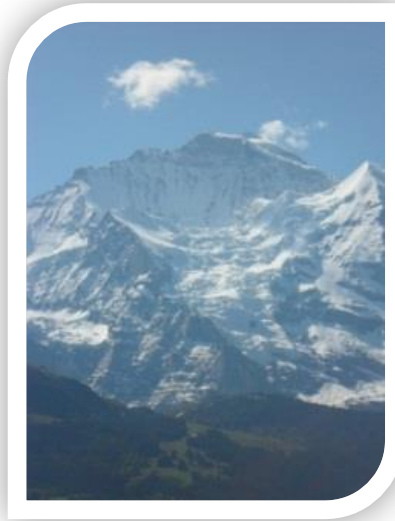
Die Coachingeinheiten mit Andi waren besonders hilfreich. Ich stellte mir meinen Beruf/meine Berufung als Aufgabe für das Coaching. So erarbeitete ich mit Unterstützung von Andi einen kreativen Lebensplanungsprozess. Nebenbei kamen aber auch andere Lebensthemen zur Sprache, die (erschreckend) unmittelbar mit dem Thema Beruf/Berufung in Verbindung stehen. Andi schaffte es, einen Rahmen zu schaffen, in dem ich vertrauen und loslassen konnte. Er hat mich oft zum Lachen gebracht und hat auch meine Tränen ausgehalten. Andi war sensibel dafür, was ich im Moment brauchte. So kam er mir auch mal auf



meinem Weg entgegen oder hat mit mir Rast gemacht oder die Route auch mal abgekürzt, wenn es nötig erschien.

Ich habe alte Schätze gefunden und Begabungen, Charaktereigenschaften, die Spur gekommen. Dies half Faden in meinem Leben wieder zu unter Schutt vergraben war.

Gerade auf einem solch steinigem (Lebens)Pfad, der eng am Abgrund ist es gut, jemanden bei sich zu trösten, der ermutigt, der einen zum Lachen bringt und auch (vermeintlichen) Ernst des Lebens. Bei einem abschließenden Blick auf Eiger, Jungfrau und uns beiden deutlich, dass sich sieben Tage eine Entwicklung in hat. Mit jedem Tag wirkte ich bzw. befreiter, gelassener, zufriedener, lockerer, mutiger

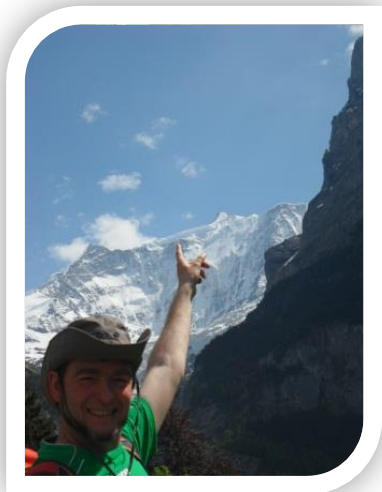


bin meinen

Prägungen, auf mir, den roten finden, der

und steilen vorbei führt, haben, der anfeuert, der mal den vergessen lässt.

Gespräch mit Mönch wurde während der mir abgezeichnet fühlte ich mich fröhlicher, wertvoller,



Der Jakobsweg hat mich viel für meinen eigenen Lebensweg gelehrt:

Ich darf mein eigenes Tempo gehen, ich kann alleine oder in Gemeinschaft gehen, schweigend oder sprechend, ich darf große oder kleine Schritte gehen, kann Pause machen, wenn ich eine brauche und so lange ich es will. Niemand hetzt mich, ich muss mich mit niemandem messen, ich bin auf keinem sportlichen Wettkampf. Ich kann mich an den Tieren am Wegrand freuen, sie streicheln, mit ihnen sprechen. Ich darf wie ein Kind auf einem Spielplatz herumtollen, mich einfach still in eine Kapelle setzen oder an einem Wegkreuz inne halten. Ich darf weinen und ich darf lachen. Niemand findet das komisch. Ich darf einfach 'sein' - mit meiner Geschichte, mit meiner ganzen Person. Alles hat seine Berechtigung, was mir

hilft, meinen Weg (wieder) zu finden, das Leben wieder zu leben und zu lieben. Ich möchte auf diesem Weg Andi danken, der mich auf diesem 'Weg' begleitet hat und weiter begleiten wird, auch Anke und Aimo, die ihren Andi zuhause entbehren mussten und im Gebet dabei waren und allen Freunden von Salzern, die diesen Dienst durch Gebet und finanzielle Unterstützung überhaupt möglich machen.

Und übrigens: ich habe den Pilgerweg unbeschadet überstanden: Kein Absturz, keine schlaflosen Nächte, keine wundgelaufenen Füße. Und das ist schon Grund genug, dem Leben wieder zu trauen. Ich möchte diesen 'Weg' weiter gehen.

Anonym