



# **beWEGt!** **Pilgern mit Jugendlichen**

**Spiritualität auf dem Pilgerweg  
Loccum-Volkenroda erleben**







Haus kirchlicher Dienste  
der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers

**beWEGt!**  
**Pilgern mit Jugendlichen**

**Herausgeber:** Haus kirchlicher Dienste der

Evangelisch-lutherischen Landeskirche Hannovers

**Verantwortlich:** Klaus Stemmann, Kirche im Tourismus (V.i.S.d.P.)

**Redaktion:** Susann Röwer, auf Grundlage der 1. Auflage (Tabea Nack)

**Hausanschrift:** Archivstraße 3, 30169 Hannover

**Postanschrift:** Postfach 2 65, 30002 Hannover

**Fon:** 0511 1241-592 **Fax:** 0511 1241-558 **E-Mail:** pilgerweg@evlka.de

**Internet:** [www.kirchliche-dienste.de/fachgebiet](http://www.kirchliche-dienste.de/fachgebiet)

**Fotos:** Kerstin Ahlborn, Joachim Köhler, Matthias Lehnardt, Ralf Schönbeck, Heiko Zufall,  
[www.fotolia.de](http://www.fotolia.de)

**Satz und Layout:** Christiane Rettig

**Druck:** Haus kirchlicher Dienste, gedruckt auf Recyclingpapier aus 100% Altpapier

**2. Auflage:** 500 **Ausgabe:** November 2011

**Artikelnummer:** 562812

# Inhaltsverzeichnis

|                      |   |
|----------------------|---|
| <b>Vorwort</b> ..... | 3 |
| <i>Ralf Meister</i>  |   |

|  |   |
|--|---|
| <b>Theologische Aspekte des Pilgerns</b>                   |   |
| Chancen und Möglichkeiten eines neuen Verständnisses ..... | 5 |
| <i>Wolfgang Blaffert</i>                                   |   |

|                                       |   |
|---------------------------------------|---|
| <b>Ein neuer Weg auf alten Spuren</b> |   |
| Der Pilgerweg Loccum–Volkenroda ..... | 9 |
| <i>Tabea Nack</i>                     |   |

## Jugendkultur und Pilgern

|  |    |
|--|----|
| <b>„Chillen“ at Progress</b>                       |    |
| Lebensweltideen Jugendlicher und das Pilgern ..... | 11 |
| <i>Michael Frey</i>                                |    |

|  |    |
|--|----|
| <b>Nicht allein auf dem Weg – A &amp; O des Zuspruchs</b>      |    |
| Gruppendynamische Prozesse beim Pilgern mit Jugendlichen ..... | 14 |
| <i>Dr. Christian Stäblein</i>                                  |    |

|   |    |
|---|----|
| <b>Fuß und Kopf im Aufbruch</b>                     |    |
| Chancen des Pilgerns und mögliche Zielsetzung ..... | 17 |
| <i>Thorsten Beckmann-Loeks</i>                      |    |

|   |    |
|---|----|
| <b>Von Volkenroda nach Loccum: Ein Pilgertagebuch</b> |    |
| Erfahrungen einer Pilgerreise .....                   | 20 |
| <i>Joachim Köhler</i>                                 |    |

|  |    |
|--|----|
| <b>Pilgern als Grenzerfahrung</b>        |    |
| Im Gespräch mit einer Jugendlichen ..... | 23 |
| <i>Tabea Nack</i>                        |    |

## Vorbereitung

|   |    |
|---|----|
| <b>Bevor es losgeht</b>                                     |    |
| Praktische Hinweise zur Planung einer Pilgerwanderung ..... | 25 |
| <i>Susann Röwer und Ortun Iser</i>                          |    |

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| <b>„Ich komm dann mal mit!“</b>    |    |
| Zugänge zum Pilgern eröffnen ..... | 29 |
| <i>Anja und Markus Bohling</i>     |    |

|   |    |
|---|----|
| <b>Packliste</b>                          |    |
| Was unbedingt mit sollte .....            | 31 |
| <i>Jürgen Jeremia Lechelt/ Tabea Nack</i> |    |

# Durchführung

|  |    |
|--|----|
| <b>Passen Jesu Gebet und sein Handeln zusammen?</b><br>Pilgern mit „normalem“ und „anderem“ Vaterunser .....<br><i>Uwe Steinert</i>                      | 32 |
| <b>„Ich – Du – wer noch? – Wir machen uns auf den Weg!“</b><br>Ein Pilgerwochenende für Jugendliche zum Thema Gemeinschaft.....<br><i>Anja Bohling</i>   | 38 |
| <b>Sinne schärfen, in Bewegung kommen!</b><br>Vier Tage auf dem Pilgerweg .....<br><i>Wolfgang Blaffert</i>  | 44 |
| <b>Auf dem Weg – Mich und Andere(s) entdecken</b><br>Vier-Stunden-Pilgern mit Konfirmanden.....<br><i>Heiko Zufall</i>                                   | 49 |
| <b>Die geheimnisvolle Welt des Pilgerns</b><br>Pilgerexkurs mit Grundschulern.....<br><i>Kerstin Ahlborn</i>   | 52 |
| <b>Wenn dich die Ferne lockt...</b><br>Methodische Bausteine für die Arbeit mit Jugendlichen<br>auf dem Pilgerweg .....<br><i>Jürgen Jeremia Lechelt</i> | 54 |
| <b>Unterwegs einkehren und verorten</b><br>Kirchenräume wahrnehmen.....<br><i>Klaus Stemmann</i>   | 59 |
| <b>Rituale beim Pilgern</b><br>Ein wichtiger Bestandteil im Tagesablauf .....<br><i>Katharina Rohn</i>   | 61 |
| <b>Weggeschichten</b><br>Biblische Texte zum Pilgern .....<br><i>Tabea Nack</i>  | 62 |
| <b>Gemeinde in Bewegung</b><br>Eine mobile Pilgerandacht.....<br><i>Wolfgang Blaffert</i>  | 63 |
| <b>Materialhinweise</b> .....  | 67 |
| <b>Literaturhinweise</b> .....   | 70 |
| <b>Autorenverzeichnis</b> .....  | 72 |

# Vorwort

Foto: LVH/Jens Schulze



Liebe Freundinnen und Freunde des Pilgerns,

Der junge Tobias hat einen weiten Weg vor sich. Schwierige Aufgaben warten auf ihn. Er findet einen Begleiter, den Gott ihm an die Seite stellt und der ihm beisteht. Das Erwachsenwerden des jungen Tobias schildert die Bibel als eine herausfordernde Weggeschichte in der Gemeinschaft mit Gott und Menschen.

Jugendliche sind in besonderer Weise in Bewegung. Hinter jeder Wegbiegung warten neue Erfahrungen. Ein Weg des Wandels.

Ihrer Lebenssituation scheint es angemessen, sich mit ihnen ganz real auf den Weg zu machen. Sie brauchen Begleitung, denn sie sind auf ihrem Weg vielfach herausgefordert.

Die Nachfrage nach dieser Arbeitshilfe, die nun in der 2. Auflage erscheint, zeigt, dass das Pilgern mit Jugendlichen eine gute Weggemeinschaft ist und sich in der Praxis bewährt.

Seit 12 Jahren wird der Weg Loccum-Volkenroda als Pilgerweg begangen. Er kommt selbst ins Jugendalter. Entdeckt haben ihn Jugendgruppen, die sich vom Mutterkloster Volkenroda aus auf den Filiationsweg zum Tochterkloster Loccum machten, in die Selbständigkeit.

Der Pilgerschritt führt in die Langsamkeit – ein wichtiger Schritt ins Leben. In die Stille und ins Gebet gehen. Das begleitet Jugendliche auf ihrem Weg ins Erwachsenwerden.

Ich danke allen, die mit dieser Arbeitshilfe, andere anregen, sich mit Jugendlichen auf diesen Weg zu machen und sie darin unterstützen. Buen camino – Gottes Segen für den Weg.

*Landesbischof Ralf Meister  
Bischof der Evangelisch-lutherischen Landeskirche Hannovers*



# Theologische Aspekte des Pilgerns

Chancen und Möglichkeiten eines neuen Verständnisses

## Unter Verdacht

Pilgern ist „in“ und steht in Teilen des Protestantismus doch unter Verdacht. Schließlich gehört es zum Urfundus katholischer Traditionen und verkörpert ein dezidiertes Glaubensverständnis. Gleichwohl ist das Pilgern keine christliche „Erfindung“. Es ist weitaus älter und hat seinen Platz in allen großen Religionen. Im Hinduismus und im Islam besitzt es einen herausragenden Rang und gehört wesentlich zur elementaren Glaubenspraxis.

Allen Formen des Pilgerns gemein ist die Überzeugung, dass bestimmte Orte mit einer besonderen Präsenz Gottes aufgeladen sind. An solchen Stellen ist heiliger Boden. Diese Vorstellung ist lange die Antriebsfeder gewesen, die Menschen auf den Weg gebracht hat. Sie machten sich auf, um Gott „entgegenzugehen“ bzw. ihm an einem bestimmten Ort zu begegnen. Pilgern hatte stets ein festes Ziel und war auf dessen Erreichen ausgerichtet. Wer loszog, befand sich mitunter in einer schwierigen persönlichen Lage, der Glaube jedoch stand nie auf dem Spiel. Nur wer bereits glaubte, entschloss sich zum Pilgern.

## Eine neue Entwicklung

„Pilgern“ boomt. Das Netz der Pilgerwege ist kaum noch zu überblicken. Das gilt auch für die Anzahl jener, die sich auf den Weg machen. Ihre Erwartungen sind hoch, ihre Motive komplex, die Erfahrungen mit dem Pilgern beinahe durchweg positiv.

Nicht wenige finden auf diese Weise einen neuen Zugang zu Glaubensfragen und -inhalten.

Zeitgenössisches „Pilgern“ übernimmt damit eine völlig neue Funktion. War es früher Ausdruck einer selbstgewissen Glaubenshaltung, so ist es nun vermehrt zu einer Suchbewegung geworden, die den Glauben noch nicht „sicher“ hat, sondern erst „vor“ sich. Pilgern ist zu einer existentiellen Grenzbeziehung in persönlichen Umbruchsituationen geworden.

Diese Neubestimmung ist spannend, weil sie nicht von Theologen vorgenommen worden ist, sondern von Laien. Sie haben vorskizziert, wie evangelisches Pilgern aussehen kann. Sie haben dabei Gedankenlinien wieder sichtbar gemacht, die bereits im Alten Testament angelegt sind und sich im Neuen Testament



fortsetzen. In aller Demut können wir Theologen diesen Impuls nur aufgreifen und ihm hinterher denken. Es gibt dabei genug zu entdecken.

## Altes Testament

Das Judentum versteht sich in seinen Tiefenschichten als Weg-Religion. Eines seiner bedeutendsten Feste, das Sukkot (das Laubhüttenfest), erinnert an den Auszug aus Ägypten und an die Wüstenwanderung.

Auffällig häufig werden in den alttestamentlichen Schriften die Lexeme „däräk“ und „ärät“ (= „Weg“) verwendet. „Weg“ wird zu einem zentralen Topos in der Gottesbeziehung und in der menschlichen Selbstdeutung.

Die ersten Erfahrungen, die Israel mit seinem Gott macht, sind Weg-Erfahrungen. Im Unterschied zu seiner Umwelt bindet sich das israelitische Volk nicht an bestimmte Gegenstände oder Orte, sondern erfährt Gott als den, der mitgeht, der den Weg weist, der Zeichen setzt und die Menschen auf ihrer Wanderung beschützt und bewahrt. Gott wird bereits von Beginn an als der erlebt, der an jedem Ort erscheinen kann und überall seine Wirkungsmacht erweist. Er ist kein regionaler Gott, sondern ein universaler.

Das frühe Israel ist Jahwe-Elohim immer dann am nächsten, wenn es die Situation seiner geographischen Ungebundenheit annimmt und seinen Exodus fortsetzt. Es ist nicht ortsfixiert, sondern beziehungsgebunden. Der Bund mit Gott ist von jeher und stets schon grenzüberschreitend. Wann immer es sich dagegen auflehnt oder diese Offenheit zugunsten vermeintlicher Sicherheiten eintauscht, gerät nicht nur die Gottesbeziehung in Gefahr, sondern wird auch die Sozialordnung beschädigt. Dies gilt ebenso für die Zeiten nach der Landnahme. Die spätere prophetische Kritik arbeitet mit einem

ganzen Arsenal drastischer Prophezeiungen, welche die Zerstörung bzw. den Verlust sämtlicher Besitztümer, in denen sich lokale Gebundenheit und vergötzte Selbstsicherung manifestieren, in allen Farben ausmalen.

Wenngleich sich durch die fundamentalen Glaubensgeschichten permanent die Erinnerung an ein frühes Nomadentum zieht, die der späteren Sesshaftigkeit misstraut, so lässt sich diese Spannung auch als anthropologischer Zwiespalt deuten: als Unentschiedenheit zwischen dem Wunsch nach Selbstsicherung und dem Wagnis, sich in einem transzendenten Anderen zu gründen.

Schon das Alte Testament hat deutlich vorgezeichnet, wie diese Spannung aufzulösen ist. Wesentliche Glaubenspersönlichkeiten des AT sind Aufbrechende:

- Abraham wird aus all seinen vertrauten Bezügen herausgelöst.
- Mose erhält den Auftrag, sein Volk aus Ägypten zu führen.
- Jakob ringt mit Gott auf der Flucht und erhält eine neue Identität.
- Der gefährdete Elija begegnet seinem Gott unterwegs.

Die Liste ließe sich problemlos verlängern. In den Psalmen und in der Weisheitsliteratur wird das Weg-Motiv vertieft, aus dem konkreten Zusammenhang herausgenommen und symbolhaft überhöht. Das Leben wird als „bewegt“ begriffen, als Reise, die konstruktive Ziele oder destruktive ansteuern kann. Wichtig ist, dass der Mensch seinen Gottesbezug durchhält.

### Neues Testament

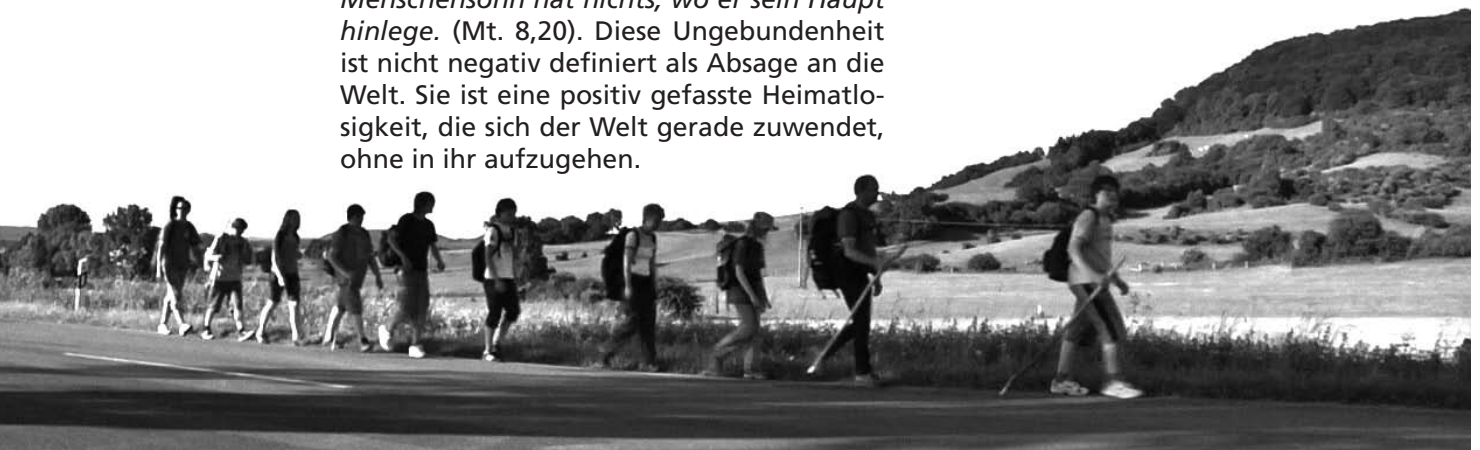
Das Neue Testament führt diese Linie weiter. Viele Geschichten in den Evangelien sind Wandergeschichten, zahlreiche Begegnungen ereignen sich auf dem Weg. Jesus zieht durchs Land und macht dabei ernst mit einer radikalen Ungebundenheit, die sich von allen innerweltlichen Bindungen freihält: *„Die Füchse haben Gruben und die Vögel unter dem Himmel haben Nester; aber der Menschensohn hat nichts, wo er sein Haupt hinlege.“* (Mt. 8,20). Diese Ungebundenheit ist nicht negativ definiert als Absage an die Welt. Sie ist eine positiv gefasste Heimatlosigkeit, die sich der Welt gerade zuwendet, ohne in ihr aufzugehen.

An die Stelle des „Gelobten Landes“ als geographisch bestimmbar Ort, tritt das „Reich Gottes“, ein „Herzland“ sozusagen, das überall dort erscheint, wo Leben gelingt, wo Menschen den göttlichen Willen für sich annehmen und realisieren.

Die Evangelien berichten von zahlreichen Konflikten, in denen solche Radikalität bestritten wird. Immer wieder muss Jesus sich mit Kontrahenten auseinandersetzen, denen solch eine Mobilität verhasst oder unheimlich ist. In diesen Auseinandersetzungen geht es nicht einfach um eine Konkurrenz diverser Lebenssichten, sondern um Grundlegendes: Wo immer der Mensch seine Beziehung zu Gott abbricht oder verweigert, schleicht sich in sein Selbstverständnis ein existentielles Missverstehen ein: das eines monologischen Wesens, das sich seine „Texte“ selbst vorgibt und aus eigenem Vermögen bestehen kann. Die Lebensdynamik macht einer Statik Platz, welche in bestimmten Positionen verharret, die verbissen gesichert werden.

Solch anthropozentrischer Autismus wird von Jesus unermüdlich provoziert. Es fällt auf, wie häufig die Gegner Jesu versuchen, ihn auf eine bestimmte Position „festzunageln“ und wie leicht dieser sich ihren Bemühungen entzieht.

Ewigkeit lässt sich im Endlichen nur als Unabgeschlossenheit abbilden, als fortwährende Bewegung. Glaube ist wesentlich ein Unterwegssein. *Denn wir haben hier keine bleibende Stadt, sondern die zukünftige suchen wir.* (Hebräer 13,14). Diese Überzeugung fließt auch in die katholische Haltung zum Pilgern ein (sehr weit liegen wir nicht auseinander). Im Mittelalter begriffen viele Mönche das Pilgern als Nachfolge. Sie steuerten keine Ziele mehr an, sondern blieben ein Leben lang auf dem Weg. Der Benediktinermönch Anselm Grün hat diese Sicht aufgegriffen und in die Gegenwart übertragen.





## **Protestantische Perspektiven**

Die Reformatoren verwarfen das Pilgern, weil es heilige Orte für sie nicht gab, weil sie den Ablasshandel ablehnten und weil sie vehement gegen den Irrglauben vorgingen, der Mensch könne Gott zu irgendetwas bewegen. In ihrer Zeit war das Pilgern weitgehend zu einer Selbsterlösungspraxis verkommen, die mit den ursprünglichen Intentionen wenig zu tun hatte.

So weit so richtig! Dennoch reicht es nicht aus, sich gemütlich im Geschichtlichen einzurichten. Das protestantische Grundprinzip lautet nicht „Konservierung“. Es geht vielmehr um eine kritische Distanz gegenüber jeglicher Tendenz zur Verdinglichung. Soll heißen: keine Reliquien, keine Erlösungstechniken, keine besonderen Orte – aber auch keine dogmatischen Lehrsätze, die man in Vitrinen stellt. Das Unbequeme am Protestantismus besteht darin, dass er alles, auch seine eigenen Erkenntnisse, immer wieder überprüft und in Frage stellt. Er bleibt somit ständig in Bewegung. Sein einziger Leitstern ist das biblische Wort, das niemals „ausgedeutet“ werden kann.

Der Welt zugewandt, aber nicht an sie gebunden – die Reformatoren haben diese Haltung einer positiven Heimatlosigkeit aufgegriffen und in ihre Zeit übersetzt. Sie haben das Heilige alltäglich gemacht und den Alltag heilig. Wer das ganze Leben als Gottesdienst betrachtet, flieht nicht aus der Welt. Zugleich haben sie zum reformatorischen Prinzip erhoben, dass der Glaube sich durch nichts absichern oder erzwingen lässt. Daher rührt das Misstrauen gegen alles, was sich als „endgültig“ darstellt. Nichts kann bleiben, wie es ist!

## **Evangelisches Pilgern**

Im zeitgenössischen Pilgern ist dieses Moment der fortwährenden Bewegung mit aufgenommen. Wichtig ist nicht das Ankommen, sondern das Unterwegssein. In ihm ereignet sich das Wesentliche: Gespräche, Erinnerungen, die Klärung von Fragen, das Aufkommen von Neuen, das Gewinnen von Gewissheiten, Begegnungen mit Gott. Evangelisches Pilgern ist kein zielloses Umherlaufen. Es ist ein bewusstes Unterwegssein, das sich dem Risiko aussetzt, nicht im Vorfeld zu wissen, was einem begegnet. Gerade in dieser Ausrichtung trägt es dem reformatorischen Grundprinzip Rechnung. Am Ende steht kein sicherer Ertrag. Aber es gibt in sehr vielen Fällen eine innere Schärfung für das, was existentiell wichtig ist. Solch ein Pilgern ist dann tatsächlich ein Aufbrechen – all der Panzerungen, die Menschen unbeweglich und taub werden lassen.

Der Weg wird nicht zum Selbstzweck. Er schafft einen besonderen Raum, der es Menschen leichter macht, sich mit elementaren Dingen auseinanderzusetzen.

Im Gehen laufe ich mir Ballast vom Herzen. Ich werde nicht länger fremdbewegt, sondern muss mich selber bewegen. Im Gehen löse ich mich von starren Positionen. Im Gehen eröffnen sich ganz neue Zugänge zum Wort Gottes. Im Gehen kann es geschehen, dass mir Gott begegnet als der, der mit mir ist, der mich begleitet.

Die Möglichkeiten evangelischen Pilgerns sind damit erst angedeutet, sein Potential noch lange nicht ausgeschöpft.

## **Pilgern mit Jugendlichen**

Gerade Jugendliche haben Fragen und sind auf der Suche nach einem Leben, das sie erfüllt. In einer Umgebung, die sie mit kaum begrenzten Möglichkeiten von Konsum und Unterhaltung traktiert, bietet das Pilgern den kompletten Gegenentwurf: keine bequeme Serviceleistung, kein Hochgeschwindigkeitsentertainment – statt dessen Selbstbewegung und Entschleunigung. Auf den ersten Blick wirkt das auf viele Jugendliche nicht besonders attraktiv, eben, weil ihre Lebenswelt vollkommen anders ist. Auf den zweiten Blick liegt aber gerade in dieser Fremdartigkeit eine spezielle Chance. Jugendliche sind neugierig und darauf aus, Möglichkeiten auszuprobieren, die sie bislang noch nicht kannten. Hinzu kommt eine weit verbreitete Theoriefeindlichkeit, ein Misstrauen gegen alles, was nicht erlebbar ist. Dieser Tendenz kommt das Pilgern entgegen. Es ist Leiberfahrung und öffnet den Raum für eine Spiritualität, die sinnlich geprägt ist. Es kann dem Wort Gottes Gestalt, Geruch, Geschmack verleihen. Die Zeiten sind nun einmal so, dass sie danach verlangen. Reines Hören ist vielen mittlerweile nicht mehr genug. Der Protestantismus leidet an einer Erfahrungsarmut, die von Luther niemals so gewollt war. Wir brauchen alternative Zugänge zum Glauben, zum Wort.

In der evangelischen Kirche sind bislang relativ wenige Jugendliche zum Pilgern bewegt worden. Die Erfahrungen jener, die sich mit ihnen auf den Weg gemacht haben, sind ermutigend. Es lohnt sich also, die Bemühungen zu intensivieren.

Jugendliche werden eigene Formen des Pilgerns prägen und eigene Fragen stellen. Wir sollten uns von ihnen inspirieren lassen, so wie von allen, die unterwegs sind.





Zusammenstellung: *Tabea Nack*

# Ein neuer Weg auf alten Spuren

Der Pilgerweg Loccum-Volkenroda

Im Jahre 1163 machten sich 13 Mönche des Zisterzienserklosters Volkenroda auf den Weg nach Norden. In Loccum gründeten sie ein neues Kloster. Seit 2005 sind die beiden Zisterzienserklöster durch einen Pilgerweg wieder miteinander verbunden: das Kloster Loccum, gelegen in den Niederungen des Steinhuder Meeres nordwestlich von Hannover und das Kloster Volkenroda, nahe Mühlhausen in Thüringen.

Auf seinen rund 300 Kilometern folgt der Pilgerweg einer abwechslungsreichen Naturlandschaft über das Wesergebirge, den Vogler, den Solling, das Göttinger Land und durch das Eichsfeld. Zahlreiche Klöster und Ruinen hat uns der Reformorden der Zisterzienser vor vielen Jahrhunderten entlang der Strecke vermacht. Neben ungezählten anderen sehenswerten Baudenkmalern lassen sie Glaubensgeschichte lebendig werden.

Vor allem aber bietet der Pilgerweg ein Stück Selbstbesinnung in hektischer Zeit. Dazu gehört auch die Wahrnehmung von Natur, Geschichte und Kultur. Nicht zuletzt verbindet der Weg zwei der bedeutendsten nord- und mitteldeutschen Kulturlandschaften, die vor nicht allzu langer Zeit durch den Todesstreifen der ehemaligen DDR-Grenze getrennt waren. Gebäude und Landschaft spiegeln heute noch das wechselhafte Mit- und Gegeneinander der beiden großen Konfessionskirchen wider.

Am Anfang des Pilgerweges stand ein Pilgerprojekt des Europäischen Jugendbildungszentrums im Kloster Volkenroda. Zur Expo 2000 eröffneten Jugendliche den ökologisch orientierten Jodokusweg von Hannover über Loccum nach Volkenroda. Der Autor Jens Gundlach – ehemals Redakteur der Hannoverschen Allgemeinen Zeitung – nahm die Idee auf und wanderte vom Solling auf eigenen Wegen die Strecke von Loccum nach Volkenroda und veröffentlichte darüber in seiner Zeitung einen Reisebericht. Das Echo darauf war so groß, dass er von vielen Seiten dazu aufgefordert wurde ein Buch über seine Wanderung zu verfassen. Es erschien 2005 unter dem Titel: „Zwischen Loccum und Volkenroda. Ein Pilgerbuch“. Gleichzeitig ist mit dem Buch die Idee geboren worden, mehr als ein solches zu machen: Im Hinblick auf den Evangelischen Kirchentag 2005 in Hannover wurde parallel zum Buch ein markierter Weg – der Pilgerweg – geschaffen. Einzelne, zu zweit oder in Gruppen kann auf ihm nun gewandert oder gepilgert werden. Die Evangelisch-lutherische Landeskirche Hannovers wurde die Trägerin des Projektes.

Die **Auszeichnung des Weges** ist mittlerweile abgeschlossen. Der Pilgerweg ist mit Wegmarken gekennzeichnet, deren Grundmotiv ein Radkreuz bildet. Als Vorlage diente ein mittelalterliches Steinrelief über dem Eingang zur ehemaligen Frauenkapelle des Klosters Loccum.





Neben der Ausschilderung wurde für den Pilgerweg eine **Homepage** ([www.loccum-volkenroda.de](http://www.loccum-volkenroda.de)) eingerichtet. Sie informiert stets aktuell über den Weg und das Projekt (Angebote von begleiteten Pilgerwanderungen, Hinweise auf kirchliche und gewerbliche Unterkünfte, die Pilgerpassausgabestellen etc.). So können Pilgernde eigenständig ihre Reise planen. Sie finden Links zu Sehenswürdigkeiten, Pilgerherbergen und zu örtlichen Tourismus-Informationen. Ferner ist der download vieler Informationen als pdf-Datei und das Herunterladen der Streckendaten auf GPS möglich.



Seit seiner Eröffnung im Jahr 2005 ist der Pilgerweg zu einem lebendigen Begegnungsraum gewachsen, der von vielen Weggemeinden mitgestaltet wird. Vielerorts wird angeboten, sich für die Reise segnen zu lassen, Andachten zu feiern oder an Kirchenführungen teilzunehmen. Zahlreiche

Kirchengemeinden bieten am Weg diese Leistungen als „**verlässliche Angebote**“ von Ostern bis zum Reformationstag an. Piktogramme weisen auf die Angebote hin und sind im Schaukasten der beteiligten Kirchengemeinden und Klöster veröffentlicht sowie im **Pilgerweg-Navigator** auf der Homepage des Pilgerweges für Interessierte abrufbar.

Für alle, die den Pilgerweg Loccum-Volkenroda entdecken wollen, gibt es den **Wanderführer „Pilgerweg Loccum-Volkenroda“**. In drei handlichen Heften sind hier praktische Hinweise für eine Pilgerwanderung zusammengefasst. Der Weg ist in 17 Tagesetappen und drei Nebenwege eingeteilt. Die Karten im Maßstab 1:50.000 helfen zur Orientierung. Sehenswürdigkeiten werden vorgestellt, Kontaktadressen führen zu Kirchengemeinden und Pilgerherbergen.

Gegen Vorlage des Pilgerpasses, auf dem sich die Stationen der Kirchengemeinden und Klöster am Weg eintragen lassen, können Pilgernde schon hier und da eine Vergünstigung für Essen oder Übernachtung bekommen. Der **Pilgerpass** ist über das Haus kirchlicher Dienste erhältlich.

Wer den Pilgerweg nicht allein gehen möchte, hat die Möglichkeit auf einzelnen Streckenabschnitten von einem der zertifizierten **Pilgerbegleiter und Pilgerbegleiterinnen** begleitet zu werden. Auf Wunsch informieren sie über den Weg, weisen auf kulturelle Besonderheiten hin, planen und begleiten Pilgerwanderungen mit liturgischer Kompetenz, setzen geistliche Impulse und sind ansprechbar auf seelsorgerliche Fragen.

Weitere Hinweise, sowie verschiedene Materialien erhalten sie über das:

**Haus kirchlicher Dienste  
der Evangelisch-lutherischen  
Landeskirche Hannovers**

**Pilgerweg Loccum-Volkenroda**

**Fon: 0511 1241-592**

**E-Mail: [pilgerweg@loccum-volkenroda.de](mailto:pilgerweg@loccum-volkenroda.de)**

**Internet: [www.loccum-volkenroda.de](http://www.loccum-volkenroda.de)**



# „Chillen“ at Progress

Lebensweltideen Jugendlicher und das Pilgern

## 1. Chill-Out-Zone Pilgern - Pilgern verstehen als Chill-out-Zone der Entwicklung: Entspannen (chillen) während des Persönlichkeit-Bauens und Entwickeln durch Entspannung! (Einleitung)

Jugendliche gehen nicht spazieren! Nein. Sie tun es nicht. Vergessen Sie das! Sie sind in der Schule, sitzen vor dem Computer, treffen sich mit Freundinnen und Freunden, genießen Partys oder hängen einfach gemeinsam ab. Das Wandern überlassen sie einigen wenigen besonderen Exemplaren und ganz sicherlich haben sie zur Idee des Pilgerns nur wenig bis keine Zugänge. Dies bedeutet für das Pilgern mit Jugendlichen zwei Dinge:

- o Es wird sich in der Regel um einen „Erstkontakt“ handeln und muss als solcher gestaltet werden. Dazu gehören klare und für die Jugendlichen nachvollziehbare Ideen über Inhalte und Formen des „Jugendpilgerns“, die Offenheit von Leiter/innen für Lebenssituationen und immer kircheningewohntere junge Menschen mit ihren jeweils (nicht vorhandenen) Fragen und die Bereitschaft, Störungen, Frustrationen oder Kritik als konstruktives Mitgestalten und wertvolles Material für Verbesserungen zu begreifen. Mit großer Freundlichkeit und Wertschätzung können und sollen Jugendpädagog/innen hier für Ihre Ideen und Leitbilder eintreten und für deren Erprobung werben.
- o Pilgern muss Jugendlichen die Gelegenheit bieten, sich die angebotenen spirituellen Formen und Inhalte anzueignen und wichtige Erfahrungen selbst zu gestalten. Nur wer eine Fähigkeit *besitzt*, kann sie wertschätzen und leben. Damit sind ausdrücklich auch die Übernahme der Gestaltung von Situationen und die *Entwendung* von uns lieb gewordenen geistlichen Elementen<sup>1</sup> durch junge Menschen, sowie gleichzeitig das Ablegen von Leitlinienmentalitäten bei Erwachsenen gemeint.

Es würde sich also anbieten, inhaltlich und methodisch an bei Jugendlichen vorhandenen Formen des Austausches über Werte<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Stille kann gestört, Psalmen können verfremdet, Lieblingstexte verroht und Gebete nachgeäfft werden!

<sup>2</sup> Bushaltestelle, Pausenhofgespräche, Abhängen als Thinkpool, Themenreduktionen auf Biografie

anzuschließen und das Entstehen von bisher nicht gekannten spirituellen Lebensideen, geistlichen Formen zu fördern und zuzulassen als das Unterwegs-Sein von Kirche selbst.

## 2. Ausgangspunkte - Lebenswelten junger Menschen: Assoziativ, Bedeutungsvoll, Chancenreich, voller Ausgangspunkte

Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen sind als der Ausgangspunkt für jedes Pilgern zu verstehen und zu respektieren. Alle Wege, die von Kindern und Jugendlichen gegangen werden, beginnen an der Haustür<sup>3</sup> - auch die biografischen. Ihre sozialen Räume und Lebenswelten sind von ihrer Natur her Orte des Anfangs. Sie bestehen aus den sozialen Netzen und Spannungen, den Selbstverständlichkeiten, den Interpretationen, den Traditionen und Routinen und vor allem bestehen sie aus den Strategien des Umgangs mit Problemen, der Technik des Lebens und Überlebens, den Bewältigungsmustern, in denen die Menschen sich in den vielfältigen, komplexen, oft so unübersichtlichen und widersprüchlichen Alltagsaufgaben zu behaupten versuchen.<sup>4</sup> Diese Lebenswelten können mit Methoden wie der Sozialraumbegehung, der Sozialen Landkarte, Fotostrecken, Filmsequenzen, Zeit-Tortendiagramme, (Fuß-)wegekarten, Passantenbefragungen, etc. entdeckt und zumindest teilweise entschlüsselt werden. Bei einer solchen Entdeckungstour könnte einer Jugendarbeiterin z. B. auffallen, dass Jugendliche in ihrem Wirkungsbereich besonders viel gemeinsam abhängen. Durch Interviews, die die Pädagogin führt und Zeit-Tortendiagramme, die sie sich zeichnen lässt, nimmt sie das „Abhängen“ der Jugendlichen als wichtige Strategie wahr. Was ihr bisher als Unentschlossenheit, Motivationsmangel oder sogar als Sich-Verstecken erscheint, ist in Wirklichkeit das Aufrechterhalten von Chancen, etwas Bedeutungsvolles und Wichtiges

entwickelnde Fragen, ...

<sup>3</sup> Unter sozialen Räumen hinter der „Haustür“ sind Freundesgruppen, Schulalltage, soziale Verpflichtungen und Fähigkeiten (z.B. zur Reflexion, zu Konflikten, Ressourcen für Lösungen, ...) zu verstehen!

<sup>4</sup> vgl. Tiersch, Lebensweltorientierte Soziale Arbeit in: Online Archiv von „SMIP – Streetwork/ Mobile Jugendarbeit Infopool“, FH Potsdam (2001), S.3



zu erleben<sup>5</sup>, Kontakte zu knüpfen (SMS) und sich abzeichnende Ereignisse vorherzusehen oder mit zu planen. Ein solcher „Think-Pool“ ist hoch sensibel für sich abzeichnende Gelegenheiten und kann durch seine assoziative Kraft enorme Kreativität freisetzen.

Solch eine Abhängergemeinschaft – egal ob wir ihr an der ländlichen Bushaltestelle, im Umfeld städtischer Schulen, den Jugendcafés, in der kirchlichen Gruppenarbeit oder in der offenen Jugendarbeit begegnen – kann also eine ideale Ansprechpartnerin für eine Jugendpilgerreise sein!

### 3. Hinsehen und Anhören – vom Suchen und Finden

Jugendliche sind daher – wenn ihre Lebenswelten mit hohem Respekt richtig verstanden und (am besten von ihnen selbst) erklärt werden – eine richtig gute Gruppe für das Pilgern. Sie suchen „Leben“. Sie wünschen sich, dass es richtig gut gelingt, sehnen sich nach Erfüllung und Sinn und hoffen, dass ihr Leben prickelnd und prall ist.<sup>6</sup> Dabei können sie religiöse Wünsche äußern und erhoffen sich dabei schlicht die Befriedigung sozialer Bedürfnisse oder schildern aktuelle lebenspraktische Aufgaben und erwarten Antworten, die Religion und Gott einbeziehen. Diese Verschränkung von alltagsbezogenen Lebenssehnsüchten einerseits und der religiösen Erwartung andererseits ist Ausdruck ihrer Suchbewegung, die das „Selbst-Finden“, das „Andere-Einbeziehen“ und das „Nach-Gott-Fragen“ gleichzeitig und gleichwertig verwendet. Einseitige „puristische“ Haltungen von Jugendpädagog/innen und Jugendtheolog/innen („Jetzt geht es einmal nur um den Glauben!“ oder im Gegenteil: „Auf unserer Reise geht es auch irgendwie um Glauben – das steht aber nicht so im Vordergrund!“) sind dann natürlich schädlich. Gerade die Verschränkung (nicht die Vermischung oder Verwechslung!) der alltagspraktischen und religiösen Frage- und Aufgabestellungen entspricht der Suchbewegung im Jugendalter. Lebenssinn und Lebensmethode werden gleichzeitig gesucht und weisen in der Beantwortung aufeinander hin.

<sup>5</sup> „Hallo Jan, hier ist Tina! Was geht?“ Die Frage kennzeichnet das Interesse am Gesprächspartner und ist gleichzeitig die Frage nach einer Gelegenheit mit hoher Erlebnisqualität.

<sup>6</sup> Corsa, Freitag: *Lebensträume – Lebensräume, Bericht über die Lage der jungen Generation und die evangelische Kinder- und Jugendarbeit (EKD-Jugendbericht)*, Edition aej, Hermannsburg 2008, S. 140 ff

### 4. Ankommen und Abgehen – Aufbrechen und „Chillen“ (Konkrete Vorschläge für Formen des Pilgerns mit jungen Menschen)

In kirchlicher Jugendarbeit wird das Pilgern daher praktiziert werden in der Spannung von alltagspraktischen und glaubensbezogenen Themen. Die „Lebenswelt-Tür“ oder die sozialen Räume der jungen Menschen sind verstanden oder erschlossen. (Der Thinkpool ist entdeckt, die Zusammenarbeit wurde besprochen!) Aus diesen Entdeckungen entwickelte oder bereits praktizierte und lieb gewonnene spirituelle Formen, Texte und wichtige Gedanken aber auch Bildungsideen, Methoden der Sozialen Gruppenarbeit und so weiter stehen der Pilgergruppe zur Aneignung und sogar zur „Entwendung“ bereit. Auch die Leitung ist mit der Erwartung unterwegs, dass Unerhörtes und noch nicht Bekanntes sich ereignet. Der Pilgerweg ist bekannt, historische und spirituelle Kenntnisse sind vorhanden. Der Energiehaushalt der jungen Menschen und die zu bewältigende Strecke sind wie füreinander geschaffen.

Dann kann die Gruppe ja losgehen – äußerlich und innerlich, physisch und psychisch. Beim Gehen entsteht ein großes Potential für geistige Prozesse. Für die Anregung solcher inneren Bewegungen eignen sich auf der Pilgerreise die Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie, der sozialen Rolle, Fähigkeiten und Lebenskünste und Erfahrungen des Heiligen.

Hilfreich ist eine Aufschlüsselung dieser Themen, wie sie auch im EKD-Jugendbericht von 2008 vorgenommen werden und die ich in Stichworten aufzeige. Ich setze jeweils eine dieser Fragestellungen mit einer biblisch-theologischen Zusage in Beziehung. Methodische Details lasse ich aus.

#### 4.1 Mein Leben und meine Biografie

- **Was ist meine Identität, welches „Geheimnis“ birgt mein Leben?** „Ich habe Dich geschaffen – und siehe, es ist sehr gut!“
- **Woher weiß ich, was ich wert bin, und wo entdecke ich das Besondere an mir?** „Ich habe Dich bei Deinem Namen gerufen, Du bist mein!“
- **Wo habe ich Gelegenheit, aber auch Lust, mich zu entfalten, und wo finde ich Anerkennung?** „Ich habe Deine Füße auf weiten Raum gestellt und ich berge Dich in meiner Hand!“

- **Wie kann ich mein Leben planen und worauf darf ich hoffen?** „Ich weise Dir (D)einen Weg und ich will Dir Zukunft geben“.
- **Ist nach dem Tod alles aus?** „Ich lebe und Ihr sollt auch leben“.

#### 4.2 Meine soziale Rolle und die anderer Menschen

- **Gehöre ich dazu und werde ich akzeptiert?** „Du gehörst dazu: die gute Nachricht der Vergebung und der Rechtfertigung gilt Dir!“
- **Wo bin ich geborgen mit meinen Fähigkeiten und Fehlern?** „Ihr sollt euch untereinander lieben!“ Gott stiftet Gemeinschaft und ermöglicht Geborgenheit.
- **Kann ich für andere da sein und dabei auch etwas für mich tun?** „Glücklich sind, die nach Gerechtigkeit hungern und dürsten, denn sie sollen satt werden.“

#### 4.3 Meine Fähigkeiten das Leben zu bewältigen und meine „Lebenskunst“

- **Habe ich genug eigene Kraft und auch Menschen, die mir in Lebenskrisen beistehen?** „Ich will dich segnen“
- **Kann ich die richtigen Entscheidungen treffen und habe ich Maßstäbe dafür?** „Ich weise Dir den Weg“
- **Wie kann ich leben, wenn ich Fehler nicht wieder gut machen kann** (Schuld und Versagen)? „Ich bin Dir gnädig und vergebe Dir und heile Dein Leben“

#### 4.4 Meine Erfahrungen des Heiligen

Auf einer Pilgerreise wird hier ein besonderer Schwerpunkt liegen, ohne dass es sich dabei um einen Schwerpunkt in Bezug auf die verwendete Zeit und die Häufigkeit handeln muss. Also: Kurz mit guter Wirkung ist besser als andauernd und langweilig. Die oben genannten Themen sollten hier auf die besondere Erfahrung des Pilgerns bezogen und geistlich, bzw. lebenspraktisch reflektiert werden. Die Erfahrung zeigt, dass z.B. Karten mit einer abgedruckten Liturgie (Gebet, jugendgemäßer Psalm, Aussparung für Thematisches und Aktuelles, Lied), die in verschiedenen Räumen oder Zusammenhängen wiederholt wird, hilfreich sind. Sie stellen einen nach kurzer Zeit vertrauten und akzeptierten Rahmen dar. Es muss nicht an jeder Station um Aufmerksamkeit oder Zustimmung gerungen werden.

Mögliche Begriffspaare, die sich eignen Erfahrungen des Heiligen zu erwerben, könnten so formuliert werden:

- **Aufbrechen und Ankommen:** Bei welchen Themen und Aufgaben meines Lebens mache ich das? Wo verweigere ich es? Wozu wäre ich eigentlich bereit und wozu nicht? Was könnte Gott von mir wollen?
- **Energie und Erschöpfung:** Welche guten Pläne und Gedanken habe ich für die nächste Zeit – für mein ganzes Leben? Welchen dieser Gedanken kann meine Energie folgen und wo gibt es (sinnvolle?) Barrieren? Wann bin ich erschöpft? Was könnte Gott für mich bereit halten?
- **Schnell und langsam:** Wo bin ich schnell, wo zu schnell? Nehme ich andere mit oder lasse ich mich auch einmal mitnehmen von guten Ideen und wichtigen Gedanken? Welche Idee des Glaubens könnte mich beflügeln?
- **Gehen oder Stehen:** Welche Planung für mein Leben nehme ich gerade vor? Wo tue ich das eigentlich nicht und schiebe Dinge vor mir her? Welche Menschen kommen in meinen Planungen vor, welche ignoriere ich? Welche Entwicklung könnte Gott bei mir sehen wollen?
- **Gemeinsam oder Alleine:** Wer geht mit mir mit? Wie nahe sind mir die Menschen? Sind sie nahe genug und ist der Abstand genügend groß? In welcher Gemeinschaft könnte ich zu Gott beten?

#### 5. Spannung aufbauen!

Mit Jugendlichen zu pilgern bedeutet, sich in einer großen Anzahl von Spannungsfeldern körperlich, geistig und geistlich zu bewegen. Gruppendynamische, biografische, entwicklungsbezogene, pubertäre und adoleszente Spannungen werden vorhanden sein, aber auch die durch körperliche Bedürfnisse nach Ruhe oder Anstrengung, Spannungen die aus unterschiedlichen Ideen über Glauben und Weltverantwortung, Chancen und Verzicht, Herkunft und unterschiedlichen Lebenswelten entstehen, werden ihre eigenen Dynamiken erzeugen. Nicht zuletzt wird das gemeinsame Beten und Reflektieren über den Glauben zu unterschiedlichen Standpunkten führen. Diese Spannungen sind für das Pilgern mit Jugendlichen substantiell wichtig. Aus ihnen kann die Energie für Entwicklungen und Veränderungen entstehen, die Lebensaufgabe junger Menschen. Die Aufgabe der pädagogischen und theologischen Begleiter und Gruppenleiter besteht darin, die Spannungen zu moderieren, sie auf den Weg zu bringen und keinesfalls sie zu verhindern.

Dr. Christian Stäblein

# Nicht allein auf dem Weg – A & O des Zuspruchs

## Gruppendynamische Prozesse beim Pilgern mit Jugendlichen

Das heilende, lösende, befreiende Wort Gottes kann ein Mensch sich nicht selber sagen, es wird zugesprochen durch andere. Diese Grundeinsicht in den Vollzug christlicher, evangelischer Religiosität gibt der Hochschätzung von Gruppen in kirchlichen Zusammenhängen theologische Bedeutung. In den 70er Jahren des letzten Jahrhunderts, als die Theorie der Gruppendynamik in theologischer Lehre und kirchlicher Praxis hohe Wertschätzung erfuhr, ging man von Konvergenzen zwischen den Selbstaufklärungsprozessen, wie sie in jeder Gruppe stattfinden, und den religiösen Prozessen in gemeindlichen Kreisen aus. Die Gruppe - so etwa die Sozialpsychologen Joe Luft und Harry Ingham bei der Entwicklung des nach ihnen benannten "Johari-Windows" - trägt stets zur Verminderung des sog. "blinden Fleckes" im eigenen Verhalten bei, also zur Minderung jener Verhaltensbereiche, die mir unbekannt, anderen aber bekannt sind. Analog dazu lässt sich formulieren: Eine kirchliche oder gemeindliche Gruppe hilft dem Einzelnen stets bei der Minderung falscher Selbstirrtümer und bei der Öffnung jener Zugänge, die zum Leben aus Gottes Wort führen sollen. Auch wenn die theoretische und praktische Emphase für eine derartige Konvergenz von sozialpsychologischen und theologischen Einsichten in den letzten 30 Jahren abgenommen hat, bleibt unbestritten, dass Gruppen für kirchliche Vollzüge von elementarer Bedeutung sind - und damit auch die Kenntnis von gruppendynamischen Zusammenhängen. Das heilende, lösende, befreiende Wort wird mir zugesagt, in liturgischen Vollzügen, aber auch in der existentiellen Wahrnehmung kirchlicher Gemeinschaft, deren Charakteristikum es ist, auf dem Weg zu sein. Menschen, die pilgern, machen dieses Unterwegssein als Unterwegssein mit Gott explizit und vollziehen es in eigener Erfahrung nach. Menschen pilgern als Einzelne, häufig auch - aus den genannten Gründen - in Gruppen.

Für Begleiterinnen und Begleiter dieser Gruppen mag es hilfreich sein, um die Grundregeln gruppendynamischer Zusammenhänge zu wissen. Sie erstrecken sich zum einen auf die innere "Positionsdynamik" von Gruppen (a) als auch auf die zeitlichen Phasen des Gruppenprozesses (b).

(a) Den klassischen Theorieansatz zur inneren "Rangdynamik" von Gruppen hat der Tiefenpsychologe Raoul Schindler vor über einem halben Jahrhundert formuliert. Die Gruppe wird dabei von ihrem Merkmal der "Rangdynamik" - heute vielleicht weniger martialisch mit "Rollenpositionen/ Positionsdynamik" zu übersetzen - her definiert (im Unterschied zum Paar in der einen, zur Menge und zur Masse in der anderen Richtung).

Vier klassische Rang- oder Rollenpositionen werden für jede Gruppe angenommen:

Dabei ist die "**Alpha-Position**" die des Repräsentanten der Gruppe, der die Gruppe und ihre Handlungsbewegung aufnehmend und verdichtend agiert. Er (oder selbstverständlich: sie) ist der klassische An- oder Wortführer, um den oder die sich die "Trauben" der Gruppenmitglieder bilden. Wer auf dem Pilgerweg einer Gruppe die hier beschriebenen Positionen deutend wahrnehmen will (es handelt sich, wie stets in solchen Fällen um ein heuristisch zu verstehendes Modell, nicht um die ontologisch misszuverstehende Behauptung von Wirklichkeit), hat den Vorteil, anders als in "sitzenden" Gruppenzusammenhängen die Positionen sozusagen "laufend" erkennen zu können. "Alpha" wird selten allein gehen, eher vorweg als hintendran, an ihm/ ihr wird sich Lauftempo und Pausenfrequenz ausrichten, Wegrichtung festlegen und innere Ordnung (Lieder, Gebete, Gespräche, Schweigen) orientieren - allerdings nicht in völliger Unabhängigkeit, sondern im Sinne anteiliger Verbundenheit mit und in Wiedergabe (Repräsentanz) der Gruppenwünsche.

In der "Alpha-Position" fließen die "Gamma-Bewegungen" zusammen. Die "**Gamma-Position**", die durch Aufnahme der Bewegungsrichtung des "Alpha" diese mitträgt und ihr Resonanz gibt, macht in gewissem Sinne die Gruppe. Gamma, das "einfache" Gruppenmitglied, trägt die manifeste Leistung der Gruppe, ohne mit der Willensbildung belastet zu sein, so Schindler. Das Glück der "Gamma-Position" ist es, einfach gehen zu dürfen, unterwegs zu sein, in der Gruppe und mit der Gruppe zu pilgern. Gruppenmitgliedschaft ist auf dieser Position im gelingenden Fall "müheles", stellt sich Mühe



ein (weil über Richtung, Organisation, Identität, Ziel oder Sinn Uneinigkeit herrscht), machen Austrittsphantasien die Runde. Es sei am Rande darauf hingewiesen, dass auch die psychodynamische Gruppentheorie um eines der klassischen Gegen-Mittel in derart krisenhaften Momenten weiß: gemeinsames Singen.

Eine gruppenbesondere Position ist die des **"Beta"**: der Fachmann oder die Fachfrau, der Experte, der oder die die Gruppe und vor allem "Alpha" berät. Seit alters her ist diese, in gewisser Weise gruppenunabhängige Position mit der Fähigkeit des Lesens verbunden: beim Pilgern dürfte hier der gefragt sein, der die Karte, die Spuren der Natur, die Zeichen der Zeit/ des Wetters/ der geistlichen Atmosphäre bzw. insgesamt des Weges zu lesen vermag. Der oder die Pilgerbegleiterin steht gruppendynamisch häufig zwangsläufig in dieser Rolle.

Die vierte und letzte von Schindler als Merkmal einer jeden Gruppe behauptete Position ist die des **"Omega"**: Diese Rolle spielt der "Letzte", der in der Bewegungsrichtung Zurückbleibende. Er (oder sie) repräsentiert die potentielle Gegenbewegung (den Widerstand) bzw. die Schwäche (die Ohnmacht) der Gruppe. An seiner Position ist es, die Ambivalenz des Vorhabens und die Angst der Gruppe zu personifizieren. Es braucht die

"Omegas", die der Gruppe sagen, "dass wir auf dem falschen Weg sind", "dass wir möglicherweise niemals ankommen", "dass ich nicht mehr kann" und "dass alles keinen Sinn hat". Das logische Gegenüber zu "Omega" ist "Alpha". Aus der Spannung dieser beiden Positionen ergibt sich die Aktivitätsspannung einer Gruppe.

Dass es sich bei der Beschreibung der Rollenpositionen um ein (heuristisch zu begreifendes) Modell handelt, bedingt folgende Merkposten:

1. Es geht in der Beobachtung, Leitung und Teilnahme von Gruppen nicht um die Identifizierung einzelner Positionen im fixierenden und so lähmenden Sinne, sondern darum zu verstehen, welche Dynamiken in der Regel in einer Gruppe herrschen.
2. Jeder Gruppenteilnehmer trägt Anteile aller vier Positionen in sich und wird in verschiedenen Gruppen verschiedenen Positionen näher stehen bzw. sie übernehmen/ repräsentieren.
3. Eine angestrebte Auflösung der Positionen (im Sinne einer Eliminierung von "Alpha"- und/ oder "Omegapositionen") ist in der Regel wenig hilfreich.
4. Im christlichen Kontext gilt es festzuhalten: Wir glauben an einen Christus, der das Ausgestoßensein des Außenseiters sowie die Angst und Ohnmacht seiner



Anhänger getragen hat und der mit der Auferstehung für den Zusammenhalt von "Alpha" und "Omega" steht.

(b) Neben der Positionsdynamik sind es vor allem die Phasen des Gruppenprozesses, deren Kenntnis bei der Leitung von Gruppen hilfreich sein kann.

Hier unterscheidet die Sozialpsychologie zumeist fünf Phasen:

1. Die **Formierungsphase** (auch 'Forming', 'Warming', Orientierungs- oder Testphase genannt), in der es um das Kennenlernen der Teilnehmer, Prüfen von Arbeits- und Beziehungssituation sowie ein Taxieren der eigenen Stellung geht. Auf dem gemeinsamen Pilgerweg wird hierzu gehören, herauszufinden, wer in welchem Tempo gehen kann und mag, wer welche Ziele mit der Gruppe verbindet und möglicherweise auch, wo die Grenzen der Bereitschaft, sich auf eine Gruppe einzulassen, liegen.
2. Die **Konfliktphase** (auch "Storming" genannt) dient zur Ausbildung der Gruppenstruktur, der verpflichtenden Normen und Regeln und der je eigenen Gruppenkultur. Diese Phase, die auch von Austritten aus der Gruppe begleitet sein kann ("fight oder flight"), dürfte beim gemeinsamen Weg besonders schön anschaulich sein, insbesondere die für die Bewegungsrichtung bisweilen lähmende Dynamik der Phase: etwa wenn alle stehen (statt gehen) und diskutieren, ob und wie der Weg (z.B. durch Gebet, Schweigen, Sprechen, Singen) strukturiert sein soll. Wichtig ist es in dieser Phase für die Leitung, die Auseinandersetzungen nicht zu unterdrücken, aber auch Angebote für Lösungen bereit zu halten.
3. Die **Normierungsphase** (auch "Organisierungsphase"), in der sich Gruppenstruktur, Gefühl, Kultur und Regeln herauskristallisieren und die Arbeitsfähigkeit (oder hier: "Geh-/ Wegfähigkeit") wieder hergestellt wird.
4. Eine Phase, die in der Regel als befreiend erlebt wird - auch in ihrem Übergang zu 4. Phase, der **Arbeitsphase** (auch "Performing" oder "Verschmelzungsphase"). Die Gruppe funktioniert jetzt und geht ganz in der eigenen Aufgabe bzw. im gemeinsamen Pilgern auf. Die Gemeinschaft wird als beglückend erlebt, der Weg ist nun "wirklich" das Ziel, der Gang als Gruppe mühelos, die Verschmelzung (im Gespräch, im Schweigen, im Gebet, im Gesang) der "flow" des Pilgerns. Die bisweilen symbiotische Beziehungswahrnehmung kann hier zum Überspielen von Differenzen und Überschätzen der Fähigkeiten führen.

5. So oder so kommt es zur 5. **Phase der Trennung** bzw. Ablösung. Der Weg ist zu Ende, die Gruppe löst sich auf. Abschiede mögen mit Schmerz und Trauer behaftet sein, der Wunsch, die Gruppe möge bleiben, ist der klassische und legitime Ausdruck hierfür. Aufgabe der Leitung ist es, dem Abschied Raum zu geben ohne der Illusion nachzugeben, dass die Gruppe als solche dauerhaften Bestand haben muss.

Die Kenntnis der Regeln gruppenspezifischer Prozesse kann hilfreich sein bei der Begleitung von Gruppen auf Pilgerwegen. Pilgern mit Jugendlichen wird die beschriebenen Prozesse vermutlich in besonderer Intensität erleben lassen. Denn Jugendliche nehmen nicht selten gruppenspezifische Prozesse in besonderer Dichte wahr. Ihnen ist die religiöse Bewegung des Suchens und Unterwegsseins in ihrer Lebensphase nahe und vertraut. Insofern ist Pilgern mit Jugendlichen - Erfahrungsberichte belegen das - eine intensive Erfahrung dessen, was allgemein-religiös mit dem Stichwort Pilgern verbunden ist. Jugendliche fragen nach dem (richtigen) Weg des Lebens. Jugendliche tasten und suchen nach den Grenzen und dem Begrenztsein des Lebens. Jugendliche fragen intensiv nach Identität, nach Gott, nach dem Nächsten. Und so hören sie möglicherweise in besonderer Weise durch die Gemeinschaft mit anderen das lösende, befreiende, heilende Wort Gottes, das Menschen sich nicht selber sagen können, auf dessen Zusage und Zuspruch wir angewiesen sind. Auch beim Pilgern. Allein. In der Gruppe. Vor Gott. Mit Gott.

#### **Literatur:**

Klaus Antons, *Praxis der Gruppendynamik. Übungen und Techniken*, Göttingen u.a. 1973.

Manfred Sader, *Psychologie der Gruppe*, München 1994, Raoul Schindler, *Grundprinzipien der Psychodynamik in der Gruppe*, Psyche 11, 308-314.

# Fuß und Kopf im Aufbruch

Chancen des Pilgerns und mögliche Zielsetzung

In einer sich immer weniger bewegenden, von technischen Sinneseinflüssen angereicherten Alltagswelt stellt die Möglichkeit des Pilgerns das komplett Andere dar. Eine begrenzte, sich lang anfühlende Zeit in permanenter, gleichmäßiger Bewegung – nicht unterstützt durch mediale oder musikalische Reize von Außen. Im Grunde genommen genau das, was Jugendliche nicht wollen.

Dennoch scheint eine Zeit, frei von diesen Einflüssen, eine gewisse Lust auszulösen. Es finden sich viele Jugendliche, die für das Pilgern nicht im Besonderen motiviert werden müssen. Manch ein Jugendlicher sucht das körperliche Extrem, andere sehen im Pilgern die Möglichkeit, schon in jungen Jahren Erlebtes zu verarbeiten. Selbstfindung, „Mal was Neues ausprobieren“ – Kunst, Geschichte oder eigene Grenzen kennen zu lernen – es gibt viele Gründe, warum das Pilgern nicht nur mit Erwachsenen, sondern gerade auch mit Jugendlichen lehrreich, sinnstiftend und im wahrsten Sinne des Wortes bewegend sein kann.

„Auf dem Weg sein“ heißt, den Ort des momentanen Lebens zu verlassen und sich Schritt für Schritt von dem, was ist, zu entfernen und das, was ist, auf seine Wertigkeit hin zu überprüfen. Dies gelingt gerade Jugendlichen sehr gut, da sie, wenn sie bereit dafür sind, ihre Situation unvoreingenommen einschätzen können. Das, was Pilgern für Jugendliche vom Alltag unterscheidet, ist das Aufbrechen, das Unterwegssein, das Ankommen.

Kontinuierliche (wöchentliche, monatliche etc.) Angebote der Arbeit mit Jugendlichen erfahren ihre Hürde an der Stelle, wo körperliche Erschöpfung oder sinnlich Erlebtes aufgrund der begrenzten gemeinsamen Zeit nicht vorkommen kann. Die Tatsache, mit sich und anderen in Bewegung zu sein, schafft tiefere Möglichkeiten der Selbst- und der Gruppenreflexion. Die Erfahrung zeigt, dass Jugendliche mit zunehmender Wegstrecke sich und ihr Leben auf eine sehr erwachsene Art und Weise hinterfragen. In der Annahme, dass der Mensch von unten nach oben gesund ist, bietet die (Fort-) Bewegung beim Pilgern die Grundlage zur Selbstreflexion. Es ist spannend, Jugendliche beim (Wieder-) Entdecken ihres Körpers zu begleiten, denn



der Körper schmerzt an bislang unbekanntem Stellen. Über diesen Schmerzpunkt zu gelangen, ist ein Ziel des Pilgerns, welches sich auf automatische Weise ergibt. Dieser Wendepunkt öffnet Tür und Tor zum Inneren der Jugendlichen selbst und lässt sie sich, wie vor einem Spiegel stehend, beobachten und reflektieren. Körperliche Ermattung führt zu einer schonungslosen, aber respektvollen und ehrlichen Abrechnung mit dem eigenen Leben und dies lernen Jugendliche beim Pilgern in vielen wertvollen Momenten.

Die Schärfung der Selbstwahrnehmung ist somit ein essentielles Moment in der Begleitung der Entwicklung von Jugendlichen. Viele Pilger sind verwöhnt vom Leben mit Auto, Bahn und Bus. Abgesehen vom dörflichen Sportverein nimmt die Bewegung in der Erziehung der Familien einen immer geringer werdenden Stellenwert ein. Jugendliche können sich beim Pilgern oft zum ersten Mal selber erfahren. Sie lernen, dass ihr Körper einen ganzen Tag lang, mehrere Tage hintereinander funktionieren kann. Ein Hungergefühl, ausgelöst durch Anstrengung, die Erholung durch Sitzen und Liegen nach dem Laufen und der gesunde Schlaf nach einem schönen, langen und ereignisreichen Tag sind prägende und lebensbegleitende Umstände, die mit Jugendlichen lang und intensiv diskutiert werden können. Die Erkenntnis, nach dem Schmerz weiterlaufen zu können und trotz Erschöpfung weiterhin gut und klar zu funktionieren, lädt den Akku der Erinnerung für ein Leben lang auf.

Besonders macht das Pilgern das Gehen mit den Gedanken Gottes. Die permanente Auseinandersetzung mit dem Dreieck „Ich-Gott-Wir“ führt zur Überprüfung des eigenen Lebens auf die Fragen nach dem „Wer bin, was mache, was will ich?“ Diese Chance für

*„Die stärksten Jungen werden zu Mitleid und Hilfe suchenden Geschöpfen, wenn Erschöpfung, Blasen und andere Fußschmerzen ihre bisherigen Konsumerfahrungen von PC und Fernsehen erweitern. Aber sie halten durch. Nicht der Weg ist das Ziel, sondern Ankommen – etwas selbst geschafft haben!“*

Ortrun Iser



Jugendliche zu ergreifen ist eine elementare Möglichkeit der sinnvollen Begleitung Heranwachsender. Das Pilgern lässt viel Zeit und kann auch unproduktive, emotionsleere oder müde Phasen auffangen, da diese zum Leben und zum Pilgern dazugehören. Vielleicht liegt hier für Jugendliche eine Stärke im Pilgern, dass nicht alles im „Jetzt und Hier“ passieren muss, sondern auch im „Dann“ geschehen kann.

„Mit sich selbst und auf dem Weg zu sein“, bedeutet nicht nur eine gesellschaftliche Bilanz zu ziehen, sondern gerade das Leben im Glauben zu hinterfragen. Das alles geschieht beim Pilgern in der Zusage Gottes. Wir konnten feststellen, dass Jugendliche, wenn sie in Bewegung sind, eine ganz neue Offenheit für das Wort Gottes erfahren. Pilgern ist selbstredend eine Angelegenheit des Glaubens – egal, ob es der Findung bzw. der Vertiefung bestehenden Glaubens oder der kritischen Auseinandersetzung dient. Jugendliche öffnen sich für Texte, Lieder und Momente des christlichen Lebens und der Schöpfung. Das Erleben und Erfahren von Natur, christlicher Gemeinschaft, das Spüren von Gotteshäusern und deren Geschichten wird auf eine neue

Art und Weise wertgeschätzt und für die Zukunft abrufbereit verankert.

Jugendlichen fällt es leicht, sich auf die Rituale des Pilgerns einzulassen und sie benötigen diese für einen geregelten Tagesablauf des Pilgerns. Ein Begleittext zum Tag, eine biblische Inspiration oder ein Tageslied bilden das Fundament jeder Etappe. Die Texte werden gelernt, besprochen, ausprobiert und abends werden die Erfahrungen ausgetauscht.

Ungewohnt ist, dass Jugendliche, im Laufe eines Tages, das Singen für sich entdecken. Singen ist Kompensation in den unschönen Momenten: wenn der Weg steil ist, die Sonne brennt, der Regen prasselt – dann fangen Jugendliche an zu singen. Singen motiviert, singen lenkt ab, singen beruhigt. Das Liedgut ist egal, jedoch ist es ein Geschenk, ein paar Pilgerlieder als kopiertes Handbuch dabei zu haben.

Ein zentrales Element des Pilgerns ist die Ruhe. Es gibt Zeiten im Laufe eines Tages, an denen die Ruhe hörbar wird. Die Stille ist hier ein Multiplikator all dessen, was sonst in Jugendgruppen mühsam erarbeitet werden muss. Die Lust am „mit sich sein“, die Bereitschaft zum Nachdenken, die Selbstverständlichkeit des Daseins für Andere – all dies sind Geschenke, die die natürliche Ruhe des Pilgerns mitbringt. Für Jugendliche stellt dies, wie wir erfahren konnten, eine große Sehnsucht dar, und sie finden im Pilgern einen „Hafen“ der Ruhe.

Die Veränderungen im Denken und Handeln Jugendlicher durch das Pilgern werden gerade abends sichtbar. Tagesrückblicke und das Austauschen des Erlebten erreichen mit zunehmender Wegstrecke eine tiefer werdende Intensität. Die Wahrnehmung schärft sich in allen Bereichen – Jugendliche lernen ihren Körper und ihren Geist besser zu verstehen, haben eine Ahnung davon, wie es ihnen morgen gehen könnte. Es fällt ihnen zunehmend leichter, sich in der Gruppe zu positionieren – mal im sich zurücknehmenden, mal im vorausprechenden Sinne. Sie wissen, welche Leistung sie







den Tag über mit ihrem Körper als auch mit ihrem Geist erbracht haben. Bei allen Plagen, Sorgen und Schmerzen ist die Selbstzufriedenheit das große Pfund des Pilgers. Vielleicht lässt sich für Jugendliche nur so von der großen Schöpfung etwas leibhaftig erahnen.

Pilgern verändert Gruppen in wesentlichen Bereichen. Die Gesamtlautstärke einer Gruppe nimmt mit der Zeit ab, der Grad der Hektik weicht einer natürlichen Ruhe. Pilger gleichen sich mit zunehmender Wegstrecke an. Alle werden nass, schmutzig, trocknen sich in der Unterkunft am Ofen. Die Grundbedürfnisse sind identisch und alle Pilger haben ähnliche Wünsche. Sie unterscheiden sich nicht mehr so offensichtlich voneinander wie im sonstigen Erleben einer Gruppe Jugendlicher. Gewohnte Rollenbilder verschwimmen und werden wieder klar in einem eigenen Gruppenabbild des Pilgers. Die Gruppe verändert sich zu einer homogenen Gemeinschaft des Erfahrens. So wie sich jeder Einzelne öffnet und auf dem Weg verändert, so verändert sich auch die Gruppe.

Auffällig ist, dass das Pilgern eine tiefe Kraft nach innen entwickelt. Das „Auf dem Weg sein“ mit sich und Gott, mit eigenen Unzulänglichkeiten, den mitunter tiefen Verletzungen – der Weg des Lebens im Moment des Pilgers lässt diese Wunden aufbrechen. Es gibt Momente, in denen viel geweint wird. Der Unterschied ist, dass das Weinen beim

Pilgern befreiend ist. Das komplette Erleben des Pilgers ist eine von Gott zugesagte Erfahrung und sie lädt permanent ein, den lebensbegleitenden Ballast abzulegen und zu verarbeiten. Auf dem Weg zu sein heißt, sich zu lösen von dem, was sonst ist, und das führt zwangsläufig zur Auseinandersetzung mit dem, was Jugendliche sonst gerne verdrängen. Jede Träne ist die Chance zum Aufbruch zu etwas Neuem. Jugendliche sehnen sich danach, hier gehört und angenommen zu werden.

Das Pilgern ist ein Geschenk für die Beziehungsarbeit mit Jugendlichen und es entstehen mitunter tiefe, unausgesprochene Gemeinsamkeiten, die jeden Einzelnen und die Gruppe insgesamt mit Stolz, Gottvertrauen und Zufriedenheit zurück lassen. Pilgern ist eine wesentliche Erfahrung für das weitere Leben. Wie lang ein Tag, wie hart eine Lebensstrecke auch sein mag, die Erinnerung an das Pilgern ist ein wichtiges Handwerkszeug im weiteren Alltag. Komende Aufgaben werden von Jugendlichen anders wahrgenommen, sie werden mit mehr Durchhaltevermögen und Willen angenommen und angegangen. Prüfungen, Lebensentscheidungen oder Herausforderungen jedweder Art: die Erinnerung an das Pilgern ist eine kräftigende Stütze in der Alltagsbewältigung Heranwachsender. Eine Erfahrung, die viel Großes nichtig und klein, manch Kleines dafür groß und endlos erscheinen lässt und somit zum Gelingen eines Lebens dazugehören kann und sollte.

Joachim Köhler

# Von Volkenroda nach Loccum: Ein Pilgertagebuch

Erfahrungen einer Pilgerreise



14 Tage waren sie unterwegs:  
24 Jugendliche auf dem Weg  
von Volkenroda nach Loccum.  
Pastor Joachim Köhler  
berichtet...

*Beitrag von NDR 1 Niedersachsen,  
Andachtsreihe „Himmel und Hölle!“  
gesendet am 1.-5. Oktober 2007.*

## Heiligenstadt

### „Wir wandern nicht! Wir pilgern!“

Es regnet. Ach was! Es gießt. Wie aus Eimern. Der Himmel hat seine Schleusen geöffnet. Und wir laufen. Unserem Tagesziel in der Nähe von Heiligenstadt entgegen. In durchgeweichten Klamotten. Es quatscht bei jedem Schritt.

Schweigen. Sogar Marie, die sonst alle zwei Stunden aufs Klo muss, schweigt. Fragt nicht nach einer Toilette oder einem Dorf, wo sie klingeln kann. Sie geht, wie alle anderen auch: Schritt für Schritt. Der Rucksack ist durchgeweicht. Schwer zieht er die Schultern nach unten.

Endlich der Ort. Wir sind bald da. Die Herberge ist oben schon zu sehen. Aber wir müssen noch den Berg runter und dann wieder hoch. Und durch den Ort. Da hören wir aus einem Geschäft eine Stimme. „Na, da habt ihr euch aber einen tollen Tag zum Wandern ausgesucht.“ Wir sind in Thüringen. Man hört's!

„Wir wandern nicht! Wir pilgern!“ So viel Kraft hat Marie noch, um zu antworten. Die Verkäuferin und drei, vier neugierige Kunden kommen aus der Tür und gucken uns an wie seltene Tiere im Zoo. „Ihr pilgert? Wohin denn?“, fragt die Verkäuferin „Nach Loccum, nach Hause.“ „Wo ist das denn?“ „Beim Steinhuder Meer. In Niedersachsen!“ „Na, da habt ihr euch aber was vorgenommen. Wie wollt ihr das denn schaffen? Und alles zu Fuß?“

Inzwischen ist unsere ganze Gruppe stehen geblieben. 24 Jugendliche mit durchgeweichten Rucksäcken. Das Wasser läuft an uns herunter. „Das Stück von Volkenroda

bis hierher haben wir ja schon hinter uns.“ Immerhin. 65 Kilometer. Die Leute aus dem Laden gucken noch zweifelnder. „Das kann nicht sein. Jugendliche gehen doch nicht freiwillig so viele Kilometer und dann auch noch bei so einem Regen.“

Und dann erklären wir, warum wir das machen. „Wir pilgern den Weg, den die Zisterziensermönche vor 900 Jahren gegangen sind. Die kamen aus Volkenroda, um ein neues Kloster zu gründen. Bis sie schließlich in Loccum waren. „Hier soll es sein“, sollen sie gesagt haben.

Drei Tage sind wir jetzt unterwegs. Wunderbares hat sich ereignet: Die Jugendlichen sind zusammen gewachsen. Haben sich geholfen. Haben für andere getragen. Haben sich gestützt. Manchmal gejubelt. Und manchmal geweint. „Und gelebt. Endlich mal richtig gelebt,“ wird einer von ihnen sagen. Am letzten Abend. Dann, wenn wir am Ziel sind. In Loccum. In elf Tagen. Aber bis dahin sind wir noch unterwegs.

## Bückeberg

### Die Pinguine und das Hasenradio

Das Hasenradio guckt aus seinem Rucksack raus. Jan hat den Stoffhasen von seinem kleinen Bruder auf unseren Pilgerweg mitbekommen. Zum an ihn denken. Und als Kuscheltier für die Nacht. Und im Bauch des Hasen ist ein kleines Radio eingebaut.

Rosa Legatis, die Reporterin von NDR1-Niedersachsen, hat uns vorgestern ein Stück begleitet. Ein kleine Reportage gemacht. Interviews mit den Jugendlichen. Mit mir.

Über den Weg, den wir gegangen sind: Einen Pilgerweg, 342 Kilometer von Volkenroda nach Loccum. Wie das ist mit dem Regen und der Erschöpfung. Und warum 24 Jugendliche das überhaupt machen. Wir haben vom Beten gesprochen. Und wie Bibelworte den Tag durchziehen und selbstverständlich unsere Begleiter sind. Und jemand hat von Gott erzählt, wie von einem, der ganz einfach mitgeht. Reporterin Rosa Legatis nimmt alles auf und sagt zum Abschied: „Ich weiß noch nicht, wann der Beitrag gesendet wird, aber ich rufe Sie auf dem Handy vorher an“.

Und dann klingelt mein Handy. Mitten im Wald. Auf dem Trampelpfad hoch zum Bückeberg. Durch das laute Rauschen der Blätter im Wind kann ich gar nicht richtig verstehen. „Haltet doch mal die Klappe“, raunzt Ronja die anderen an. Sie steht genau neben mir. Hat ihre Jacke vorne am Hals eng zusammengezogen, damit der Wind nicht durchgeht. „Viertel vor vier“, höre ich Frau Legatis sagen „und noch einen guten Weg!“

„Wir kommen im Radio!“ jubelt Ronja den anderen zu. Gleich in einer halben Stunde. Wir suchen irgendwo einen windgeschützten Platz und hoffen, dass der Hase läuft, der Hase mit dem Radio im Bauch. Es ist das einzige Radio, das wir mithaben.

„Versuch doch schon mal, ob du NDR1 reinkriegst hier in der Wallachei.“ Jan dreht am Rücken des Hasen. Gefiepse, Rauschen, mal gar nichts. „Jetzt! Das ist er.“ Ich war noch niemals in New York. Udo Jürgens singt sein Pilgerlied. Alle jubeln. „Dreh lauter, Jan!“ „Geht nicht, du Pfeife. Ist schon voll aufgerissen.“ Sofort werden die 24 Jugendlichen still. Um Jan bildet sich ein Pulk. Alle rücken immer näher zusammen. Erdrücken ihn fast. Wie Pinguine, die einander wärmen. Und Jan hält den Hasen über die Köpfe. Und dann hören wir unser Pilgerlied und unsere Stimmen.

Alle klatschen. Ein Radiohase im Wald. Der Wind ist nicht mehr zu spüren. Die letzten fünf Kilometer gehen wir beschwingt, wie auf einem Tanzparkett. Was für ein Tag, mein Gott!

## **Solling**

### **Nora kann nicht mehr**

Wasser quatscht aus den Schuhen. Bei jedem Schritt. Der Rucksack ist schwer. Wie ein Stein. Voll gesaugt mit Wasser. Die Äste der Bäume hängen tief. Der Waldweg ist eine lange, endlose Pfütze. Wir gehen hindurch. Auch das ist unser Pilgerweg, von Volkenroda nach Loccum, von Thüringen nach Niedersachsen, 342 Kilometer, 14 Tage. 24 Jugendliche und drei erwachsene Begleiter.

Heute geht es immer nur bergauf. Mal sanft. Mal steiler. Solling. Mit wunderschönen Ausblicken haben uns die beiden Pilger gesagt, denen wir gestern begegnet sind. Ich sehe genau bis zu den Schuhen des Vordermanns. Weiter nicht. Der Regen drückt den Kopf nach unten. Spült alle Gedanken raus.

Keiner fragt, wie lange noch? Keiner schimpft. Es regnet. Und wir haben den Regen angenommen. Gleich nach dem Losgehen. Er ist stärker als wir. Hat mehr Ausdauer.

Endlich ein Unterstand. Ein paar Quadratmeter trockene Erde. Wir haben uns zusammengestellt wie Pinguine, die sich vor dem Polarwind schützen.

„Ich kann nicht mehr!“ Es schreit aus ihr heraus. So laut, dass alle zusammenzucken. Nora steckt sonst mit ihrem Lachen alle an.

„Ich will nach Hause!“ Tränen mischen sich auf ihren Wangen mit dem Regenwasser. Bastian hebt ihr den Rucksack vom Rücken. Die Regenjacke klebt an den Schultern. „Nora“... vielstimmiges Gemurmel. Immer wieder ihr Name: „Nora, du schaffst das schon“.

Und dann erzählt Bastian von der heißen Dusche nachher in der Herberge. Und dass Regenwasser die Haut schön macht. Und weich. Und die Haare lockig werden. Ihr Schluchzen wird weniger. Sie bekommt wieder Luft. „Egal wie viel Duschen in der Herberge sind, du bist die erste!“

Die anderen stimmen zu: „Ja, Nora duscht als erste.“ Und nun erzählen auch die anderen, wie das warme Wasser die Haut auftaut und die Füße zu kribbeln anfangen. „Hört auf! Ich schwitz ja jetzt schon“, prustet Nora los. Und lacht. Ihr Lachen. Und es klappt: Ansteckend. Alle lachen mit.

Abends bei der Gute-Nacht-Runde nimmt Bastian Nora einen Augenblick länger in den Arm. Danke Gott, für diesen Regentag.

## **Loccum**

### **Mit dem Bollerwagen ins Ziel**

„Was ist? Wollt ihr hier festwachsen?“ Die Pause ist vorbei. Viel kürzer, als in den letzten Tagen auf unserem Pilgerweg von Volkenroda nach Loccum. Heute ist die letzte Etappe. Das Gras noch mal absuchen, ob nichts liegen geblieben ist. Zwei machen ein Foto. Festhalten, was nicht fest zu halten ist.

Wir gehen weiter. Nach Hause. Heute - endlich! Und auch Jasmin ist dabei! Sie geht nicht. Sie wird gezogen. Im Bollerwagen. Vorgestern mussten wir mit ihr zum Arzt. „Keinen Schritt mehr!“, hat er gesagt. Sehnenentzündung. Der Fuß muss völlig ruhig gehalten werden. Tränen sind geflossen. „So kurz vorm Ziel aufgeben...“



Wir kriegen das hin. Alle haben es gesagt. Und sie haben es hingekriegt. Der Hausmeister der Herberge hat einen Bollerwagen mit Ballonreifen aus dem Keller geholt. Aufpumpen. Auspolstern. Jasmin reinheben. Und es geht los. Abwechselnd wird sie gezogen. Immer von zweien. Und stimmt die Lieder an. Sie hat die Pilgerliedermappe auf dem Schoß und steckt alle mit ihrer Superlaune an.

Jedes kleine blaue Schild an den Bäumen „Pilgerweg Volkenroda - Loccum“ wird laut bejubelt. Die paar Regentropfen machen gar nichts. Kreuzhorst. Nur noch ein paar Kilometer durch unseren Klosterwald. Und dann sehen wir sie.

Ein Pulk von Menschen. Hinten, wo der Waldweg sich öffnet zum Feld hin. Wir gehen langsamer. Keiner sagt mehr was. Und dann erkennen wir sie. Die Eltern sind gekommen.

Zwei zusammengenähte Bettlaken zwischen den Bäumen. „Herzlich willkommen Zuhause“. Jubel bricht los. Der Bollerwagen fliegt mit Hochgeschwindigkeit auf die Eltern zu. Jasmins Mutter beugt sich runter. Tränen. „Dass du das geschafft hast!“

Alle werden umarmt. Väter weinen wie kleine Jungs. Mütter drücken uns an sich. „Fünf Kilometer noch. Also los!“ Wir gehen vor. Der Pulk von Eltern bleibt schnaufend zurück. Wer 340 Kilometer gelaufen ist, kann nicht mehr nur schlendern.

Der Gang in die Kirche wird zur Prozession. Viele andere aus dem Dorf sind gekommen. Wir Pilger setzen uns in die Mitte des Chorraums. Vor den Altar. Die anderen stehen oder sitzen um uns herum. Noch einmal Stille. Atmen. Spüren. Beten. „Wir sind da, Gott. Angekommen. Danke, dass du dabei warst. Bei jedem Schritt. Amen.“





# Pilgern als Grenzerfahrung

Im Gespräch mit einer Jugendlichen



„Nach Hause kommen“ war das Motto unter dem 24 Jugendliche 2007 den fast 300 Kilometer langen Pilgerweg zurücklegten. Im Gespräch erzählt die damals 15-jährige Henrike von Grenz-erfahrungen, echten Freundschaften und ihrer Auseinandersetzung mit Gott und sich selbst.

*Pilgern – was verbindest du mit diesem Begriff?*

Beim Pilgern steht wirklich die Beziehung zu Gott im Vordergrund. Aber auch das „Zu sich selbst finden“. Die Suche nach sich selbst und die Auseinandersetzung mit sich selbst. Eigentlich die Auseinandersetzung mit seinem ganzen Leben.

*Welche Erwartungen hattest du an die Pilgerreise?*

Ich wollte an meine Grenzen gehen. Gleichzeitig wollte ich auf Fragen nach Gott und auf die Frage nach seiner Existenz Antworten bekommen.

*Warum an die Grenzen gehen? Warum war dir das wichtig?*

Es war mir vor allem wichtig, körperlich an meine Grenzen zu gehen. Wenn man beim Pilgern den ersten richtigen Muskelkater hat, dann muss man sich morgens schon wirklich sehr überwinden loszugehen. Und dann zu sagen: „ich bleibe hier nicht stehen, ich gehe weiter!“ Auch in Momenten, wo man sich am liebsten einfach nur hinsetzen wollte. Das wollte ich erleben.

*Du sprichst hier vor allem von körperlichen Grenzen. Hast du auch mentale Grenzen erlebt?*

Ja, ganz extrem. Ich konnte nur ein Dreiviertel der Strecke mitgehen. Dann musste ich ins Krankenhaus aufgrund einer Sehnenentzündung in meinem rechten Fuß. Ich war dadurch die letzten sechs Wochen meiner Sommerferien an Krücken gebunden. Der nächste Morgen, nachdem der Arzt mir im Kranken-

haus gesagt hatte, dass ich nicht weitergehen könne, war ziemlich hart für mich. Ich hatte das Gefühl, aufgegeben zu haben.

*Wie seid ihr mit dieser Situation umgegangen?*

Ich bin dann mit der Frau mitgefahren, die den Gepäcktransport für uns organisiert hat. Am Abend habe ich ganz normal mitgemacht. Den letzten Tag haben sie mich die komplette Strecke im Bollerwagen mitgenommen. Und den letzten Kilometer bin ich dann mit Krücken alleine gegangen.

*Was war das für eine Erfahrung für dich – auch in Bezug auf die Gemeinschaft?*

Es war auf jeden Fall, man kann das gar nicht richtig in Worte fassen, etwas ganz Außergewöhnliches für mich. Man hat diesen Zusammenhalt ganz stark gemerkt, dass sich wirklich alle gegenseitig animiert haben mitzuziehen. Jeder hat jeden unterstützt, und am Ende sind wir alle gleichzeitig ins Ziel gegangen. Das war natürlich eine total starke Gemeinschaft.

*Neben der Gemeinschaft, welche Rolle hat Gott für dich in dieser Zeit gespielt?*

Die Frage hatten wir gerade bei unserer letzten Freizeit: Was ist Gott für mich? Beim Pilgern ist mir aufgefallen, dass Gott für die Zeit vor allem ein mitgehender Gott war. Da war so ein Gefühl, dass immer jemand mitgegangen ist, der wirklich auf uns aufpasst. Auch als die Sache mit dem Fuß passiert ist. Wir hatten einfach dieses Vertrauen auf Gott, dass wir jeden Abend heile an unserem Ziel ankommen würden.

*Ist dir Gott in dieser Zeit näher gekommen?*  
Ja, das würde ich schon sagen. Ich bin jetzt das fünfte Mal mit meiner Gemeinde auf Freizeit gefahren. Aber das Pilgern war schon eine extreme Erfahrung, weil wir da wirklich mit Gott unterwegs waren. Das bringt einen automatisch ein Stückchen näher mit Gott zusammen. Ich kann zwar noch nicht genau sagen, dass ich an Gott glaube, aber ich kann auch nicht mehr sagen, dass es ihn nicht gibt. Man setzt sich beim Pilgern einfach mit den wesentlichen Dingen des Lebens auseinander.

*Kannst du das noch näher beschreiben?*  
Beim Pilgern nimmt man sich viel mehr Zeit für sich selber und für seine Freunde. Man denkt in der Zeit über ganz andere Dinge nach. Und man lebt viel mehr im „Jetzt“. Wenn man Zuhause ist, denkt man ganz oft an die Termine, die man die nächsten Tage hat. Beim Pilgern ist das anders. Was jetzt gerade passiert, ist wichtig. Das was morgen ist, das ist morgen, und was gestern war, das war gestern, aber das was jetzt ist, das ist wichtig.

*Würdest du sagen, dass du auf der Pilgerwanderung zu einem anderen Umgang mit dir selber gefunden hast?*  
Ja, weil man auch beim Pilgern gemerkt hat, dass man sich oft für andere Menschen

verstellt. Oft zeigt man sich nicht, wie man in Wirklichkeit ist, oder traut sich nicht, Dinge zu sagen, die man eigentlich sagen möchte. Das ist mir beim Pilgern sehr bewusst geworden. Wobei ich schon sagen muss, dass man schnell wieder in alte Verhaltensmuster zurückfällt.

*Kannst du dennoch sagen, dass sich etwas bei dir durch das Pilgern verändert hat?*  
Ja, das hat es. Wenn wir zum Beispiel auf einer Freizeit eine Wanderung machen und ich dann denke: „Ich kann nicht mehr“, dann weiß ich, es geht immer noch ein bisschen mehr. Du packst es irgendwie doch noch! Die Zeit vor dem Pilgern hätte ich vermutlich aufgegeben. Und auch im Alltag, wenn ich Probleme habe, dann diskutiere ich im Allgemeinen anders. Weil ich beim Pilgern viel mehr über den Umgang mit anderen Menschen nachgedacht habe. Ich gebe nicht mehr so schnell auf. Ich gebe nicht so schnell nach und setze dann etwas durch, was ich vorher vielleicht nicht gemacht hätte.

*Pilgern- auch im nächsten Jahr wieder?*  
Auf jeden Fall!

*Die Fragen stellte Tabea Nack*



# Bevor es losgeht!

## Praktische Hinweise zur Planung einer Pilgerwanderung

Der Pilgerweg Loccum-Volkenroda kann auf vielfältige Weise in der Arbeit mit Jugendlichen genutzt werden. Ob Tagespilgern mit Konfirmanden, mehrtägige Pilgerfreizeiten oder im Rahmen des schulischen Unterrichtes – der Pilgerweg eröffnet ein Handlungsfeld in naturnahen und pädagogisch unerschlossenen Räumen, Lerninhalte ganzheitlich und erlebnisbezogen zu vermitteln.

Wer sich das erste Mal mit Jugendlichen auf den Weg machen möchte, mag sich fragen, welcher organisatorische Aufwand für eine Pilgerreise notwendig ist. Welche Strecke eignet sich für eine Pilgerwanderung? Was für eine Strecke kann ich meiner Gruppe zutrauen? Was muss ich in der Planung einer Pilgerwanderung beachten?

Hier finden Sie einige Hinweise, die Ihnen bei der Vorbereitung ihrer Pilgerreise Orientierungshilfe und Ideengeber sein können:

### 1. Idee, Ziele und Zielgruppe

(mit einer guten Idee beginnt jedes Projekt!) An den Zielen und der Zielgruppe der Reise sollte sich auch deren Durchführung orientieren. Z.B. macht es Sinn bestimmte Regeln (Handyverbot, MP3-Player-Verbot) zu setzen, wenn es um Ausstieg aus dem Alltag, Orientierung und Stille gehen soll. Handys sind heute kaum noch gänzlich zu verbieten, man kann aber durchaus erreichen, dass diese nur zu bestimmten Zeiten eingeschaltet sein dürfen.

### 2. Rechtzeitige Planung

Die zeitliche Planung sollte je nach Gruppenart differieren. Für ein offenes Angebot mit freier Anmeldung sollten mindestens ein Jahr Vorlaufzeit gewährleistet sein, dagegen kann das Pilgern mit einer festen Gruppe (z. B. Schulklasse) auch innerhalb eines halben Jahres gut organisiert werden. Informieren Sie sich dazu vorab ausführlich über den Pilgerweg Loccum-Volkenroda. Unter [www.loccum-volkenroda.de](http://www.loccum-volkenroda.de) finden sich zahlreiche wichtige Hinweise über das Projekt, den Streckenverlauf, Sehenswürdigkeiten, Unterkunftsmöglichkeiten, Tourismusinformationen und vieles mehr. Angebote von Kirchengemeinden und Klöstern sind über den Pilgerweg-Navigator ([www.pilgerweg-navigator.de](http://www.pilgerweg-navigator.de)) oder [www.loccum-volkenroda.de](http://www.loccum-volkenroda.de)) abrufbar.

Auch empfiehlt es sich, entsprechendes Kartenmaterial rechtzeitig zu besorgen. Der Wanderführer „Pilgerweg Loccum-Volkenroda“ bietet Karten für die einzelnen 17 Etappen und die drei Nebenwege, Hintergrundinformationen zu Highlights am Weg und Kontaktadressen.

Wer eine mehrtägige Pilgerreise plant, sollte zudem den Weg zuvor erkunden, um eventuelle Alternativen sowie die Umgebung in die Planung und Gestaltung mit einzufließen lassen. Hilfreich mag es sein die Strecke zuvor selbst zu gehen.

### 3. Strecke

Der 300 km lange Weg kann im Ganzen oder auch in Teilen begangen werden. Für den ganzen Weg sollten Sie gut zwei Wochen einplanen. Für Teilstrecken empfiehlt sich insbesondere die Wegstrecke zwischen Loccum und Bodenwerder, da hier ein größeres Angebot an Gruppenübernachtungen bereitgestellt wird. Beginn und Ziel der Pilgerwanderung kann aber auch von einem der ehemaligen Zisterzienserklöster aus geplant werden. Für ein Wochenende bieten sich dazu die Nebenwege von Loccum und Volkenroda an.

Der gesamte Weg lässt sich außer zu Fuß auch mit dem Fahrrad bewältigen. Zu beachten ist dabei allerdings, dass manche Etappen ein geländegängiges Rad und ausreichend Kondition erfordern. Hilfreich ist es mit einer entsprechenden Radwanderkarte die Wege zu vergleichen.

### 4. Streckenlänge und Zeitplanung

Wie weit kann man mit Jugendlichen pilgern? Genau so weit wie mit Erwachsenen! Wichtig ist, dass man sich sorgfältig vorbereitet und die Jugendlichen ans Gehen gewöhnt. Die Strecke sollte nicht zu kurz sein, denn zum Pilgern gehört das Moment der Erschöpfung. Zwischen 13 und 20 km sind angemessen. Es ist gut, unterschiedliche Entfernungen in den Etappen zu haben und nicht jeden Tag bis an die Grenzen zu gehen. Ein, zwei Tage mit weniger Kilometern steigern die Erholung und lassen Zeit für eine Nachmittagsgestaltung. Auch sollte mindestens ein Erholungstag pro Woche an einem schönen Ort mit eingeplant werden.

Pilgerführer und Wanderkarten helfen dabei die einzelnen Etappen festzulegen, ggf. die



„Ich habe es auf meinen Pilgertouren mit Jugendlichen als sehr schön erlebt in einfachsten Quartieren unterwegs untergebracht zu sein, dafür aber an einem schönen Ort anzukommen, der einen Luxus verspricht, den die Jugendlichen erst dann so richtig schätzen können.“

Ortrun Iser

Strecken zuvor erkunden. Lassen Sie bei Bedarf Pilgerbegleiter/innen die Wegetappen begleiten. Eventuelle Kirchen- und Klosterführungen sollten ebenfalls mit eingeplant werden.

Pilgern braucht Zeit! Als Länge der Pilgerwanderung sind ein bis zwei Wochen zu empfehlen. Gerade in der Distanz zum alltäglichen Lebensraum sind tiefgehende Pilgererfahrungen möglich. Alternativ kann ein verlängertes Wochenende, aber auch ein Pilgerschnuppertag angedacht werden. Die Anfahrt zum Startpunkt und die Heimfahrt sollten ebenfalls mit eingeplant werden.

### 5. Werbung

Für die Werbung bieten sich verschiedenen Medien an. Flyer, Gemeindebriefartikel, Pressemitteilungen für die Lokalpresse, Internet- und E-Mail-Werbung sind die klassischen Methoden. Wichtiger noch ist die persönliche Ansprache. Jugendliche haben ihre eigenen Netzwerke. Bitten Sie sie, bei der Werbung zu helfen!

### 6. Gruppengröße

Die Frage nach einer Mindest-/Höchsteilnehmerzahl hängt stark mit dem inhaltlichen und örtlichen Ziel einer Pilgerreise zusammen. Bewährt hat sich eine Gruppengröße von 10-20 Personen. Die Gruppengröße erlaubt es zum einen mit bestimmten inhaltlichen Methoden zu arbeiten, zum anderen bleibt die Gruppe überschaubar und die Suche nach Gruppenunterkünften gestaltet sich nicht allzu schwierig. Bei größeren Gruppen ist eine gute Vorbereitung und eine ausreichende Zahl Verantwortlicher unabdingbar. Es besteht dann die Möglichkeit den Weg auch in Kleingruppen zu laufen.



### 7. Unterkünfte

Ein Verzeichnis von Gruppenunterkünften lässt sich über die Homepage [www.loccum-volkenroda.de](http://www.loccum-volkenroda.de) herunterladen. Die Unterkünfte entlang des Weges sind gut zu erreichen und bieten einfache Nachtlager. Die Übernachtungen sollten frühzeitig angemeldet werden. In einigen Regionen sind Gruppenunterkünfte nur begrenzt vorhanden. Hier empfiehlt es sich, nicht-gewerbliche Unterkünfte mit einzubeziehen. Neben Schullandheimen, Jugendherbergen und Heuhotels öffnen immer mehr Kirchengemeinden ihre Tore, um im Zeichen der Gastfreundschaft Konfirmanden- und Jugendgruppen aufzunehmen. Achtung: nicht alle Herbergen verfügen über Bettzeug!

### 8. Gepäck, Begleitfahrzeug

Ein passgenauer Rucksack und eine gute Lastenverteilung gehören zum A&O einer gelingenden Pilgerwanderung. Es wird empfohlen, dass das Gepäck nicht mehr als 10-15% des eigenen Körpergewichts beträgt. Denken Sie daran, dass in einigen Herbergen keine Bettwäsche bereitsteht und somit auch Isomatten und Schlafsäcke mitgebracht werden müssen.



## Goes & No-Goes!

## Weitere Tipps für unterwegs

### Go! Klöster

Klöster als Orte der Einkehr und der Ruhe haben auch auf Jugendliche eine besondere Anziehungskraft. Zahlreiche Klöster auf dem Pilgerweg laden zu einem Besuch ein. Insbesondere als Ausgangs- oder Zielort einer Pilgerwanderung sind sie zu empfehlen. Auf Anfrage erhalten Sie in den meisten Klöstern Unterkünfte, Führungen und den Pilgersegen.

### Go! Kirchliche Angebote

Seit seiner Eröffnung im Jahr 2005 ist der Pilgerweg Loccum-Volkenroda zu einem lebendigen Begegnungsraum gewachsen, der von vielen Weggemeinden mitgestaltet wird. Ob ein Glas Wasser, eine Kirchenführung, eine Übernachtungsmöglichkeit oder den Pilgersegen – Weggemeinden öffnen gastfreundlich ihre Pforten für Pilgernde. Ein Verzeichnis der verlässlichen Angebote von Kirchengemeinden für Pilgernde am Weg finden Sie im **Pilgerweg-Navigator** auf der Pilgerweg-Homepage [www.loccum-volkenroda.de](http://www.loccum-volkenroda.de)

Bewährt hat sich in diesem Fall ein Begleitfahrzeug, welches das Gepäck der Pilgernden (bis auf den Tagesrucksack) von Ort zu Ort transportiert. Das Begleiteteam kann darüber hinaus Teilnehmer/innen mitnehmen, die aus gesundheitlichen Gründen nicht weiterlaufen können. Es kann aber auch Besorgungen erledigen, Mahlzeiten vorbereiten und weitere logistische Fragen klären. Gerade wer das erste Mal mit Jugendlichen pilgert, sollte unbedingt ein Begleitfahrzeug als Hilfsmittel einplanen.

### 9. Verpflegung

Die Verpflegung von Pilgergruppen ist in einigen Unterkünften bereits inklusive, doch nicht überall gewährleistet. Als Selbstversorger ist es ratsam, nur wenig Kost und ausreichend Wasser mitzunehmen. Die weitere Verpflegung kann über den Begleitwagen organisiert werden. So könnte es z. B. zu einem festen Ritual werden, jeden Mittag vom Begleiteteam ein Picknick unter freiem Himmel bereitet zu bekommen. Auch das gemeinsame Kochen am Abend kann bereichernd sein.

### 10. Finanzplanung

Quartiere, Essen, An- und Abreise und evtl. Freizeitaktionen müssen eingeplant werden! Sie können Zuschüsse beantragen. Tipp: Die Karl und Louise Müller-Stiftung bezuschusst mehrtägige Konfirmandenfreizeiten mit mindestens einer Übernachtung innerhalb der Bundesrepublik Deutschland. Voraussetzung der Förderung ist die Durchführung einer größeren Fußwanderung. Weitere Informationen sind über die Homepage der Evangelisch-lutherischen Landeskirche Hannovers erhältlich: [www.evlika.de](http://www.evlika.de)

### 11. Vortreffen mit Teilnehmern

*(mindestens 6 Wochen vor Pilgerbeginn, um eine gute Vorbereitung der Jugendlichen zu ermöglichen)*

Das Vortreffen dient dazu

- die Begeisterung für das Pilgern zu wecken (Film, Buchausschnitte, Fotos, Erfahrungsberichte möglichst live können dabei helfen)
- die Wegstrecke und Organisation vorzustellen (wichtig ist dabei realistisch zu sein, Versagensängste ernst zu nehmen und darauf hinzuweisen, dass Pilgern keine Sportveranstaltung ist!)
- Regeln zu erklären und evtl. anhand der Ziele diskutieren (Handyverbot, MP3-Player-Verbot, Alkoholverbot o.ä.)
- Hinweise zum Gepäck geben
- evtl. inhaltliche Impulse zu verteilen (je nach Programmplanung)
- ein Kennenlernen z. B. durch Spiele zu ermöglichen, falls sich die Gruppe noch nicht kennt.

### 12. Inhaltliche Planung

*Hier sind einige Ideen für die inhaltliche Planung zusammengestellt:*

**a. Kennenlernen** – am Anfang einer Pilgerwanderung sollten sich alle Kennenlernen, je nach Gruppe (Alter, Zusammensetzung) sollte dies mehr oder weniger ausgedehnt werden. Erwartungen können ausgetauscht werden.

**b. Impulse** – gute Erfahrungen wurden damit gemacht, die Jugendlichen durch Impulse in das Programm mit einzubeziehen. Möglich sind ein Aufbrechen-, ein Unterwegssein- und ein Ankommen-Impuls. Die Jugendlichen können z. B. in kleinen Gruppen solch einen Impuls von 5-10 Minuten vorbereiten und

### Go! Pilgerbegleitung

Aktuell bieten zertifizierte Pilgerbegleiter und Pilgerbegleiterinnen auf den Etappen des Pilgerweges gegen eine Aufwandsentschädigung ihre Dienste an. Sie informieren über den Pilgerweg, planen und begleiten Pilgerwanderungen mit liturgischer Kompetenz und weisen auf kulturelle Besonderheiten hin. Neuerdings werden Pilgerbegleiter/innen u. a. auch speziell für die Begleitung von Jugendgruppen ausgebildet.

### No-Go! Weserradweg

Der Weg zwischen Hessisch Oldendorf und Bodenwerder ist identisch mit dem Weserradweg. Zumal mit größeren Gruppen sollten Sie diesen Bereich meiden und stattdessen auf den Gabelweg von Hameln nach Bodenwerder über Lüntorf ausweichen.

### No-Go! Städte

Das Durchqueren von Städten kann mit größeren Jugendgruppen anstrengend werden. Wenn Sie Städte in ihre Planung aufnehmen, empfiehlt es sich dies bewusst zu tun, und kirchliche und kulturelle Besonderheiten einer Stadt einzubeziehen.



dann auf der Pilgerreise morgens, mittags oder abends durchführen.

**c. Angeleitete Stille** – den Jugendlichen einen Bibelvers oder anderen Spruch zum Nachdenken auf eine bestimmte Wegstrecke (1-2 Stunden) mitgeben und die Gruppe auffordern schweigend zu pilgern. Evtl. müssen dabei Widerstände aufgenommen und überwunden werden, da Stille manchen Jugendlichen zunächst als sinnlose, vielleicht auch anstrengende Aufgabe erscheint. Wer sich darauf einlassen kann wird aber ganz besondere Erfahrungen machen.

**d. Andachten, Gottesdienste** – Je nach Länge der Pilgertour und Gruppenzusammensetzung können spirituelle Erfahrungen gemacht werden. Gemeinsames Singen, Beten und Gottesdienste sind hilfreiche Ausdrucksformen, die auch ermöglichen über den Glauben ins Gespräch zu kommen.

**e. Reflexionsrunden** – auch hier gilt es ein gutes Maß an Austauschmöglichkeit organisiert oder frei zu ermöglichen. Bei kurzen Pilgertouren empfiehlt sich eine Abschlussrunde

am Abend zu machen – bei längeren Touren bieten sich solche methodisch vorbereiteten Austauschrunden alle 3-4 Tage an.

**f. Vorbereitung auf Konflikte** – bei Pilgertouren mit Jugendlichen kommt es zu teilweise heftigen Konflikten und Streitereien. Dabei gilt das pädagogische Prinzip: Konflikte haben Vorrang und müssen bearbeitet werden. Insbesondere gegenseitige Rücksichtnahme trotz körperlicher Anstrengung kann gelernt werden, wenn es allen Beteiligten möglich ist, ihre Erfahrungen und Gefühle mit dem Weg auszudrücken. Gemeinsames Ankommen ist dabei Herausforderung und Chance für die Gruppe. Pilgern ist sehr gutes Sozialkompetenztraining!

### 13. Nachbereitung

Neben Abrechnungen und Berichten für Fördermittel sollte man nicht vergessen, den Teilnehmern z.B. mittels eines schönen Berichtes oder einer Foto-CD eine Erinnerungsmöglichkeit zu geben.

#### Praktische Tipps

- **Informationen im Vorfeld!** Im Voraus sollte es bei einem Vortreffen Informationen geben zum Thema: Wie packe ich einen Wanderrucksack? (alles einzeln in Plastiktüten, Schweres nach unten, wenig einpacken für Ungeübte, max. 10 kg etc.). Wie lese ich eine Wanderkarte? (Idee: Wanderkarten in kleinem Format A6 laminieren, lochen und gesammelt um den Hals hängen)
- **Vorbereitung ist wichtig!** Schuhe vorher gut einlaufen, Kleidung auf Regentauglichkeit prüfen, für alle Wetterlagen etwas dabei haben (Zwiebellook).
- **Praktisches zum Mitnehmen!** Mikrofaserhandtücher (sind klein, leicht und trocknen schnell), bequeme Kleidung und Schuhe für abends mitnehmen. Empfehlung: Crocs oder günstige Variante, sind super leicht, bequem und auch als Badelatschen verwendbar.

*Katharina Rohn*





# „Ich komm' dann mal mit!“

Zugänge zum Pilgern eröffnen

„Was macht man da eigentlich, wenn ihr pilgern geht?“ So oder so ähnlich kann gefragt werden, wenn vom Pilgern erzählt wird. Wenn man erklärt, dass man sich beim Pilgern „mit Gott auf den Weg macht“, hilft das oft nicht weiter. Dann kommt man eher weiter, wenn man praktische Beispiele einer Pilgertour beschreibt. Aber auch das kann nur in Ansätzen die Erfahrung des Pilgerns wiedergeben - Pilgern kann schlecht theoretisch beschrieben werden, weil jeder/er auf seinem/ihrem Weg eigene spirituelle Erfahrungen mit Gott macht, die sehr individuell und persönlich sind. Dennoch gibt es Möglichkeiten, eine unerfahrene Gruppe auf eine Pilgertour einzustimmen, indem man sich mit ihnen - auf sehr verkürzte Art und Weise - gemeinsam auf den Weg machen und einen Einblick ins Pilgern geben kann.

## Mediale Zugänge

Als allerersten Kontakt empfiehlt sich für jugendliche Gruppen der Film „Saint Jacques... Pilgern auf Französisch“ (über die Medienstelle des Haus kirchlicher Dienste erhältlich - DVS 194). In der Geschichte erhalten drei erwachsene Geschwister das Erbe ihrer verstorbenen Mutter, vorausgesetzt sie pilgern gemeinsam auf dem Jakobsweg nach Santiago de Compostella. Der Haken: Die Drei können sich nicht leiden, sind ungläubig und hassen es zu wandern... Diese filmische Reise voller Hindernisse, Überraschungen und zu schwerer Rucksäcke kann in der Schule, im Konfirmandenunterricht oder in anderen Gruppen auf eine gemeinsame Pilgertour einstimmen. Der Film behandelt allerdings weniger die religiösen Aspekte als vielmehr das Unterwegsein und die Auseinandersetzung mit den verschiedenen Personen innerhalb der Gruppe. Dieser Film ist auch als Buch erschienen, das im Unterricht oder während einiger Gruppenstunden in Auszügen miteinander gelesen und erarbeitet werden kann.

Ebenfalls sehr empfehlenswert ist das Buch von Hape Kerkeling „Ich bin dann mal weg“, in dem er von seinen - zum Teil sehr spirituellen - Pilger-Erfahrungen auf dem Jakobsweg nach Santiago de Compostella berichtet. Jedes Kapitel schließt mit einer „Erkenntnis des Tages“, so dass man - nach vorheriger Auswahl - auch einzelne Kapitel entnehmen und für die Arbeit mit Jugendlichen aufarbeiten kann (z. B. „Erst mal herausfinden,

wer ich selbst bin“, „Keep on running! Ich halte mehr aus, als ich denke“, „Das Herz hat immer Recht“).

Seit kurzer Zeit gibt es „beWegt!“, einen fünfminütigen Imagefilm zum Pilgerweg Loccum-Volkenroda. Er ist über das Haus kirchlicher Dienste erhältlich und liegt der Arbeitshilfe bei. Dieser Film ist als „Türöffner“ gedacht und in der Jugendarbeit gut einsetzbar. Sechs Jugendliche berichten von ihren Erfahrungen auf dem Pilgerweg Loccum-Volkenroda.

## Gruppendynamische Zugänge:

### „Sitzpilgern“

Bevor eine Gruppe Jugendlicher pilgern geht, gibt es die Möglichkeit, sie während einer Schul- oder Gruppenstunde anhand einer Powerpoint-Präsentation auf das Pilgern einzustimmen. Dazu können Fotos genommen werden, die man auf einer unbestimmten Wegstrecke aufgenommen hat. Alternativ können auch andere Fotos gewählt werden, die etwas mit Wegen oder Ausblicken in die Ferne zu tun haben, um „Unterwegsein“ zu inszenieren. Nach einigen Fotos unterbricht man die Präsentation und macht mit der Gruppe eine praktische Pilgerübung: Das kann das Vorlesen von Texten oder Sätzen sein, eine kurze kreative Aktion oder ein Gesprächsaustausch über einen Impuls mit dem/der Nachbar/in oder in der Gesamtgruppe. Anschließend wird die Fotoshow fortgesetzt und an geeigneten Stellen unterbrochen, um einen weiteren Impuls zu setzen. In den Unterbrechungen kann man ggf. die Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper und mögliche Wetterkapriolen beschreiben, mit denen man unterwegs zu tun haben könnte, um somit möglichst realistisch einen Pilgertag zu simulieren. Diese Methode bietet - trotz ihrer Schwächen im realistischen Erleben - eine Möglichkeit, ganz allgemein und anfänglich in eine Pilgertour hineinzuschnuppern.

### „Blitzpilgern“

Für viele Jugendliche mag ein ganzer Tag als Einstieg ins Pilgern zu lang sein - sie wissen nicht, was sie erwartet und wollen für solch einen Versuch nicht einen ganzen Tag aufwenden. Anders als beim „Sitzpilgern“ geht man in die Natur und unternimmt beispielsweise eine 2-3stündige Pilgertour, die in der Schule



morgens oder nachmittags gelaufen werden kann, wenn sich Schulstunden zusammenlegen lassen. Bei einer kirchlichen Jugendgruppe bietet sich ein Block am Nachmittag oder am Abend an. Dazu muss vor Ort ein Weg gewählt werden, dessen Strecke etwa 6-7 km beträgt. Inhaltlich kann möglicherweise eine biblische Geschichte zum Thema "Weg" (z. B. Jakobsgeschichte) ausgesucht werden, der man sich zunächst allgemein nähert (z. B. mit allgemeinen Zitaten zum Thema "Weg") und sich im weiteren Verlauf mit der biblischen Person gemeinsam auf den Weg macht, einzelne Verse des Bibeltexes entfaltet und persönliche Bezüge herstellt. Besonders intensiv wird die Auseinandersetzung mit dem Thema, wenn die Texte analog zur Beschaffenheit des Weges eingesetzt werden (z. B. ein dunkler Waldabschnitt für schwierige Zeiten, eine Wegkreuzung als Sinnbild für das Treffen von Entscheidungen, ein idyllischer Wiesenweg für die schönen Zeiten im Leben). Solch eine Pilgertour bietet als Einstieg eine komprimierte, aber durchaus realistische Pilgererfahrung.

## Bücher

**Hape Kerkeling:**  
**Ich bin dann mal weg**  
(Piper Verlag 2006)

**Coline Serreau: Saint Jacques...**  
**Pilgern auf Französisch**  
(Piper Verlag 2008)

## Filme

**„Saint Jacques...  
Pilgern auf Französisch“**  
(DVD 2008).

**„Jakobsflug –  
Der Jakobsweg aus der Luft“**  
(DVD 2009,  
Filmprobe unter [www.Jakobsflug.de](http://www.Jakobsflug.de))



# Packliste

Was unbedingt mit sollte

## Ausrüstung

- Wanderrucksack** (35 bis max. 50 Liter – Gepäck schlechtwettertauglich verstauen, Regenhülle für den Rucksack oder alle Dinge im Rucksack verpackt in Plastikbeutel)
- Festes Schuhwerk/ Wanderschuhe** (wasserfeste, nicht reibende, eingelaufene Schuhe)
- Kleidung**, inklusive der getragenen:
  - 2 x faltenlose Strümpfe
  - 2-3 x Unterwäsche
  - 2 x lange, wandertaugliche Hosen (keine Jeans – sind zu schwer und trocknen nur langsam/Zipp-Hose spart die kurze Hose!)
  - 2-3 x T-Shirts
  - 1 x Fleece-Pullover
  - 1 x Regenjacke/ -cape
  - 1 x Regenhose
  - 1 x Mütze/ Cap(Grundsätzlich gilt, dass 2 Garnituren T-Shirt, Unterwäsche und Strümpfe ausreichen. Die getragene Garnitur wird jeweils am Abend gewaschen.)
- Kulturbeutel:**
  - Kosmetika in kleinen Tuben
  - Sonnen- und Insektenschutzmittel
  - Taschentücher
  - Toilettenpapier
  - Tubenwaschmittel (Rei aus der Tube)
- 1-2 **Handtücher** (klein, groß)
- Trinkflasche** (1 Liter)
- Ggf. reisefestes **Geschirr** und **Besteck**
- Je nach Bedarf **Schlafsack** und **Isomatte**
- Taschenlampe**
- Taschenmesser**
- Individuelle **Reiseapotheke** (u.a. Blasenpflaster, Zeckenzange, Traubenzucker)
- Aktuelles **Kartenmaterial**, ggf. **Kompass**
- Pilgerbegleit- und Notizbuch + Stift**



„Im März kommt eine junge Frau zu einer 3-tägigen Pilgertour mit 4 cm hohen dicken Absatzstiefeln. Nach einem halben Tag borge ich ihr meine Tevas, die sie mit Plastiktüten gegen die Feuchtigkeit bis zum Ziel trägt.“

Ortrun Iser

**Notfallhandy – alle weiteren Handys und MP3s sollten Zuhause bleiben!**



Uwe Steinert

# Passen Jesu Gebet und sein Handeln zusammen?

Pilgertag mit „normalem“ und „anderem“ Vaterunser

Durchführung



Der nachfolgende Entwurf beschreibt eine eintägige begleitete Pilgertour von Loccum nach Stadthagen mit Schüler/innen ab dem Konfirmandenalter.

Im Mittelpunkt des Entwurfes stehen Textvergleiche zwischen dem gewohnten Vaterunser und dem *Abwûn* [Vaterunser in aramäischer Sprache - Übertragung ins Deutsche von Niel Douglas-Klotz]

Das aus dem Griechischen übersetzte „gewohnte“ Vaterunser des NT wird während des Pilgerns mit dem aus dem Aramäischen übersetzten *Abwûn* [= Vaterunser] einer anderen Quelle verglichen.

Ziel ist es, ein Gespür für die theologischen Auswirkungen der sprachlichen Nuancen zu vermitteln. Am Beispiel vom „Reich Gottes“ lässt sich zeigen, dass es sowohl „in euch“, „(mitten) unter euch“, aber auch „außerhalb von euch“ präsent sein kann. In spannenden Rundgesprächen werden die Auswirkungen der unterschiedlichen Sichtweisen erörtert. Die Aufteilung in sieben Bittelemente hat sich religionspädagogisch bewährt. Während der Pilgerwanderung werden jeweils Karten mit einem Bittelement, aber mit der Gegenüberstellung der beiden mehr oder weniger unterschiedlichen Übersetzungen (*Vaterunser/Abwûn*) ausgegeben.

Die Kleingruppenbildung während des Pilgerns erfolgt durch Zufallszählverfahren. Am Anfang wird durchgezählt. Jede/r merkt sich die Zahl und bei Paarbildungen immer auf neue achten.

Grundprinzip: Jede/r geht mindestens einmal mit jeder/m.

Die häufige neue Kleingruppenbildung fördert die Konzentration auf die inhaltlichen Angebote. Die Zeit-Räume zwischen den Haltepunkten ermöglichen trotzdem auch noch Gespräche über andere aktuelle Themen.

Alle Äußerungen über Kleingruppengespräche in der Großgruppe werden freundlich erbeten und erfolgen absolut freiwillig.

| Ort / Zeit                                   | Element  | Methode und Inhalt   | Material  |
|--|--|--|---|
| Ca. 9.00 h<br>Haupttor Kloster               | <i>Stehkreis</i>   | Begrüßung/ organisatorische Ansagen/<br>kurze Informationen zum Kloster Loccum   | Handout mit Kurz-<br>infos zum Kloster,<br>Gebeten, Bibeltexten<br>und den Liedern  |
| Martinuskapelle:                             | <i>Andacht</i><br><br><i>Gesprächsimpuls</i><br>(nach <i>Andacht</i><br>vor Kapelle) | Votum/ Morgengebet/ Kanon /Lesung/<br>Vaterunser/ Pilgersegen;<br>Könntest du dir vorstellen in einem<br>Kloster zu leben?<br>Zwangloses Gespräch mit zufälligem/r<br>Nachbar/in   | Kanon:<br>Ausgang u. Eingang<br>(EG Nr.175)   |
| Pilgerskulptur                               | <i>Stehkreis</i>   | Bedeutung der Skulpturfraktur*: Verweis<br>auf zweite Hälfte am Ende des Pilgerweges<br>in Volkenroda  |   |
| Jakobsquelle<br>(nur wenige<br>Meter weiter) | <i>Stehkreis</i><br><br><i>Schweigeimpuls</i>  | Erläuterungen zum Jakobsbrunnen* (Was-<br>ser ist Leben)/ kleine Menge Wasser schöp-<br>fen (für Abschlusseggen in Stadthagen);<br>Lies die beiden kurzen Texte und vergleiche<br>sie miteinander. Denke über beide nach,<br>während wir gemeinsam schweigend wei-<br>ter gehen.   | verschießbares<br>Gefäß für<br>„Quell“-Wasser<br>erste Textkarte mit<br><i>Bitte 1 Vu/Ab (M1)</i>                           |
| Abzweig<br>Hauptweg                          | <i>Stehkreis</i><br><br><i>Gesprächsimpuls</i>                                       | Wie geht es dir beim Gehen? (Tempo)/ Sind<br>dir Unterschiede zwischen den<br>Texten aufgefallen?<br><br>Lies die beiden neuen kurzen Texte und<br>vergleiche auch sie miteinander. Das soll<br>diesmal im Zweiergespräch erfolgen.<br>(Zufallspaare bilden)   | zweite Karte mit<br><i>Bitte 2 Vu/Ab (M1)</i>   |
| Schotterpiste                                | <i>Stehkreis</i><br><br><i>Gesprächsimpuls</i><br><br><i>Steinsuche</i>              | Wie ist es euch mit dem Text ergangen?<br>Wer möchte berichten?<br>Lies die beiden neuen kurzen Texte und<br>vergleiche auch sie miteinander.<br>Das soll wieder im Zweiergespräch erfol-<br>gen. Dazu wählt bitte eine/n neue/n<br>Partner/in. (Neue Zufallspaare)<br>Vor dem Weitergehen suche dir bitte einen<br>Stein zum Mitnehmen. Die Gelegenheit ist<br>hier ziemlich günstig. Er soll dich später als<br>ein Stück von dir im Rahmen eines kleinen<br>Spielkreises vertreten. | dritte Karte mit<br><i>Bitte 3 Vu/Ab (M1)</i><br><br>auf Schotterpiste<br>Stein suchen und<br>mitnehmen                     |
| Wegekreuz                                    | <i>Stehkreis</i><br><br><i>Schweigeimpuls</i><br><br><i>Pilgerschritt**</i>          | Was ist im Gespräch über das Reich Gottes<br>herausgekommen?<br>Lies die neuen (insgesamt 4) kurzen Texte<br>und vergleiche auch sie miteinander. Denke<br>über alle nach, während wir gemeinsam<br>schweigend weiter gehen.<br>Mit Pilgerschritt <u>in</u> Schweigephase  | vierte Karte mit<br><i>Bitte 4 Vu/Ab und</i><br>Fünfte Karte mit<br><i>Bitte 5 Vu/Ab (M1)</i><br>Lied: Schweige und<br>höre |

\* Informationen unter [www.kloster-loccum.de](http://www.kloster-loccum.de) oder über Hinweisschilder vor Ort

\*\* Pilgerschritt: Paarweise (siehe Kleingruppenbildung) zum Kanon „Schweige und höre, neige deines Herzens Ohr, suche den Frieden“, jeweils nach zwei Schritten vorwärts einen zurück gehen. Dabei können sich die Paare auch vorübergehend trennen, und zum Beispiel einen Kreis um einen Taufstein bilden.

| Ort/Zeit                  | Element  | Methode und Inhalt   | Material   |
|---------------------------|--|--|--|
| Waldrand I<br>Kreuzhorst  | <i>Pilgerschritt</i><br><i>Stehkreis</i><br><br><i>Gesprächsimpuls</i>   | Mit Pilgerschritt <u>aus</u> Schweigephase<br>Welche Unterschiede zwischen den Texten sind dir aufgefallen?<br>Lies die beiden neuen kurzen Texte und vergleiche auch sie miteinander. Das soll wieder im Zweiergespräch erfolgen. Dazu wählt bitte eine/n neue/n Partner/in. (Neue Zufallspaare)  | Lied: Schweige und höre<br><br>Sechste Karte mit <i>Bitte 6 Vu/Ab (M1)</i> |
| Waldrand II<br>Kreuzhorst | <i>Stehkreis:</i><br><i>Sitzrast</i><br><i>Gesprächsimpuls</i>           | Wer erzählt von dem Partnergespräch?<br>Lies die beiden letzten kurzen Texte und vergleiche auch sie miteinander. Das soll wieder im Zweiergespräch erfolgen. Dazu wählt bitte eine/n neue/n Partner/in. (Neue Zufallspaare)   | Eigene Verpflegung<br>Siebte Karte mit <i>Bitte 7 Vu/Ab (M1)</i>           |
| Buchendom                 | <i>Stehkreis</i><br><br><i>Kurzandacht</i><br><br><i>Gesprächsimpuls</i> | An der Stelle, wo hohe Buchen das beeindruckende Gefühl erzeugen, dass man sich in einem riesigen sakralen Raum (Buchendom) befindet zur Inszenierung einer Kurzandacht, in der das bis hier her intensiv bedachte Vaterunser gemeinsam gesprochen werden kann.<br>Votum/ Lied/ Lesung Psalmtext/ Lesung Abwûn/ gemeinsames Vaterunser/ Pilgersegen;<br>Jetzt haben wir alle 7 Bitten nacheinander und für sich durchdacht und besprochen. Nehmt jetzt das Ganze in den Blick und tausche dich aus über die Frage, welche Bedeutung das Vaterunser bzw. das Abwûn für dich hat. Das soll wieder im Zweiergespräch erfolgen. Dazu wählt bitte eine/n neue/n Partner/in. (Neue Zufallspaare) | Lied: Lobe den Herren (EG 317)/ Psalm 23/ Abwûn/ Vaterunser/ Segen         |
| Eingang<br>Pollhagen      | <i>Stehkreis</i><br><br><i>Gesprächsimpuls</i>                           | Vor- und Nachteile von <i>Vu/Abwûn/</i> Aufnahme des Abwûn in Liturgie?<br>Lassen sich aus <i>Vu/Ab</i> praktische Handlungsanweisungen ableiten? Wie sollen sich Menschen, die das <i>Vu/Ab</i> beten können, im praktischen Leben verhalten?<br>Das soll wieder im Zweiergespräch geklärt werden. Dazu wählt bitte eine/n neue/n Partner/in. (Neue Paare, aber jetzt in freier Wahl)   |  |
| Blumenfeld                | <i>Blume pflücken</i>  | Gespräch nur kurz unterbrechen und auf Selbstbedienungsfeld eine Blume als Schmuck für die Pollhagener Kirche abschneiden*   | eigene Blume   |

\* jahreszeitabhängig; kostenpflichtig



| Ort / Zeit  | Element  | Methode und Inhalt   | Material  |
|---|--|--|---|
| Gemeindehaus<br>Pollhagen<br>(Toilettengang<br>möglich!)    | <i>Sitzkreis mit<br/>anschließender<br/>Essensrast</i><br><br><i>Gesprächsimpuls</i> | Vor dem Essen:<br>Mittagsdankgebet/ Lied/ gemeinsames<br>Vaterunser.<br>am abgedeckten Mittagstisch:<br>Wo finden sich Vorgaben für ein „gutes“<br>Leben? Das soll im Zweiergespräch geklärt<br>werden. (Freie Partnerwahl).   | Lied:<br>Danket dem Herrn<br>(EG 336)<br>Essen/ eigene Verpfle-<br>gung |
| St. Johannis<br>Kirche                                      | <i>Pilgerschritt</i><br><br><br><i>Stehkreis</i><br><i>Gesprächsimpuls</i>           | Einzug mit Pilgerschritt/ Abstellen der<br>Blumen in große Vase/ Auszug mit Pilger-<br>schritt;<br><br>Eintragung ins Pilgerbuch,<br>Pilgerstempel möglich.<br>vor der Kirche für<br>Jesus als (ein) „Modell“?!<br>Das soll wieder im Zweiergespräch geklärt<br>werden. (Freie Partnerwahl)  | Lied: Schweige und<br>höre<br>Eigene Blume<br><br>Lied: Shalom          |
| Heuhotel<br>Nordsehl<br>(zwischen den<br>Gattern)           | <i>Stehkreis</i><br><br><br><i>Gesprächsimpuls</i>                                   | bibliodramatisches Spiel zur Perikope <i>Je-<br/>sus und die Ehebrecherin</i> : Alle spielen mit,<br>indem sie ihre Steine symbolisch als Rollen-<br>träger einbringen.<br>Stein anschließend wieder mitnehmen.<br>Wie geht die offene Geschichte zu Ende?<br>Hat die nicht verurteilte Frau in der Ge-<br>meinde eine Überlebenschance?<br>Klärt diese Fragen bitte im Zweiergespräch.<br>(Freie Partnerwahl) | Spiel zu Joh. 8,3-11:<br>(M2)   |
| Klärwerk<br>Stadthagen                                      | <i>Stehkreis</i><br><br><br><i>Gesprächsimpuls</i>                                   | Wie sehen eure Lösungen aus?<br>Evtl. Hinweis auf Anschluss text Joh. 8,12!<br>Wie hat mir dieser Pilgertag gefallen?<br>Klärt diese Frage bitte im Zweiergespräch.<br>(Freie Partnerwahl)   |   |
| Allevitischer<br>Kulturverein<br>(Toilettengang<br>möglich) | <i>Stehkreis</i><br><br><br><i>Schweigeimpuls</i>                                    | Erläuterungen zu Theologie, Glaubens-<br>und Lebenspraxis der Allevitin. Eventuell<br>kurzer interreligiöser Dialog.<br>Bis zur Johanniskapelle gehen wir schwei-<br>gend durch die Stadt.   |   |
| Johanniskapelle<br>Stadthagen                               | <i>Pilgerschritt</i>   | Einzug mit Pilgerschritt;<br>Andacht: Votum/ Nachmittagsgebet/   | Lied: Schweige und<br>höre  |
| Pilgerschritt   | <i>Stehkreis</i>   | Lied/ Lesung/ Vaterunser (abwechselnd <i>Vu/<br/>Ab</i> )/<br>Segen mit „Quell“-Wasser in Tathand/ Stein<br>mit zusammenfassender Kritik ablegen/<br>Pilgerseggen  | Quell“-Wasser<br>Eigener Stein  |
| Ca. 17:00 h –<br>17:45 h                                    |  | Rücktransfer nach Loccum;<br>(evtl. Hora-Besuch in Klosterkirche,<br>Beginn: 18 Uhr)   | Kleinbus  |

## M 1

*Textvergleich zwischen dem gewohnten Vaterunser und dem Abwûn [ Vaterunser in aramäischer Sprache - Übertragung ins Deutsche von Niel Douglas-Klotz ]*

### **Text 1**

– **Vater unser im Himmel** –

[ Vater-Mutter des Kosmos zeugend gebärende Liebe, alles erschaffst Du im Licht. ]

### **Text 2**

– **geheiligt werde Dein Name** –

[ Bereite in uns den Raum des Herzens, dass wir Dein Licht und Deinen Klang im Frieden erfahren. ]

– **Dein Reich komme** –

[ ]

### **Text 3**

– **Dein Wille geschehe wie im Himmel, so auf Erden** –

[ Deine Wirklichkeit offenbare sich. Lass Himmel und Erde eine neue Schöpfung bilden, indem wir Deine Liebe in unserer entdecken. ]

### **Text 4**

– **unser tägliches Brot gib uns heute** –

[ Gewähre uns Tag für Tag, was wir an Brot und Einsicht brauchen für den Ruf des wachsenden Lebens. ]

### **Text 5**

– **und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern** –

[ Löse die Fesseln unserer Fehler, wie auch wir freigeben, was uns bindet an die Schuld anderer.],

### **Text 6**

– **und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse und von dem Bösen** –

[ Führe uns in der Versuchung. ],

### **Text 7**

– **denn dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit, in Ewigkeit.** –

[ Denn Dein ist das Reich der Liebe und des Friedens, die Fülle des Lebens, die lebendige Kraft der Neugeburt und der Klang des Kosmos, der alles verschönert von Weltzeit zu Weltzeit. Ich bekräftige dies mit meinem ganzen Sein. ]

**Amen**

### Perikope von der Ehebrecherin (Joh 8,3-11)

Um Einsichten in das Wesen des Neuen Testament als Ausdruck des Glaubens an den gekreuzigten und auferstandenen Jesus Christus gewinnen zu können, bietet sich das Nachempfinden unterschiedlicher Jesusgeschichten mit Hilfe kreativer Verfahren an.

Durch die Identifikation mit den Menschen, die mit ihren Problemen und Fragen Jesus begegnen, lässt sich das Evangelium als frohe Botschaft und als Möglichkeit zu verantwortlichem Handeln auch für sich erfahren.

Am Beispiel der Perikope von der Ehebrecherin ( Joh. 8, 3-11 ) soll erkennbar werden, dass Jesus sich nicht über das Gesetz hinwegsetzt, wenn er Partei für eine Ehebrecherin ergreift, die einem Kollektiv selbstherrlicher Richter in einer spießbürgerlichen Gesellschaft ausgeliefert ist.

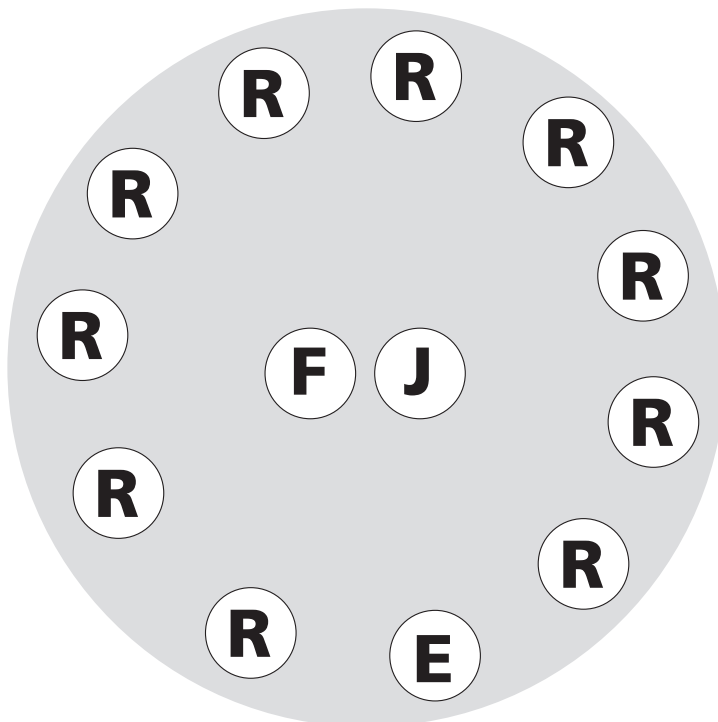
In einem bibliodramatischen Prozess wird der offen gestaltete Bibeltext problemorientiert weitergedichtet, damit eigene Lösungsepisoden angeregt und vorgestellt werden können.

Text: Joh. 8,3-11

#### Zum Verfahren

Parallel zur Erzählung werden die vorher auf einer Schotterpiste gefundenen Steine symbolisch für die vom Erzähler bestimmten Handlungsträger auf dem Boden derart angeordnet, dass die Textsituation (Richter/ Pharisäer/ Ehemann/ Jesus/ Ehebrecherin im Tempel) deutlich wird. Alle Mitspieler sind aufgefordert, ihre Spielsteine entsprechend dem Bibeltext zu bewegen und das offene Ende zu gestalten:

„Am Ende bleibt die Frau alleine. Sie hat noch nicht begriffen, was passiert ist. Erst allmählich kann sie alles nachvollziehen: Die Richter, dieser Jesus, der Schrei, kein Urteil. Und nun? Wie geht es weiter? „Geh!“ Ja, aber wohin? Nach Hause?“ (Reliprax 44, S.38 ff)



F = Frau  
 J = Jesus  
 E = Ehemann  
 R = Richter/Pharisäer



# „Ich – Du – wer noch? - Wir machen uns auf den Weg!“

Ein Pilgerwochenende für Jugendliche zum Thema Gemeinschaft

Jugendliche machen sich auf den Weg – auf einen Pilgerweg. Diesen gehen sie mit Gleichaltrigen zusammen und entdecken dabei sich selbst und andere. Die Auseinandersetzung mit sich und anderen innerhalb einer Gruppe ist wesentlicher Bestandteil in der Entwicklung von Jugendlichen. Das Thema „Gemeinschaft“ eignet sich gut als roter Faden durch das hier vorgestellte Wochenende. Dabei können sich die Jugendlichen in einer selbst gewählten Dosierung mit dem Thema auseinandersetzen: Die Leitung gibt Impulse und Methoden an die Hand, mit denen sich die Teilnehmenden das Thema selbst erarbeiten können.

Dieser Entwurf ist als Ideenbörse zu verstehen und muss für den eigenen Bedarf weiterentwickelt, abgespeckt oder abgeändert werden. Wichtig ist bei der Durchführung zu bedenken, dass sich nicht alle Bausteine dieses Wochenendes für jeden Wegabschnitt eignen. Man muss die Wegbeschaffenheit berücksichtigen und kann sie sogar als Verstärkung eines inhaltlichen Bausteins nutzen (siehe Beitrag „Ich komm dann mal mit“ -Zugänge zum Pilgern eröffnen). So eignen sich z. B. breite Forstwege für Gesprächsphasen zu zweit, während sich schmale oder steil ansteigende Abschnitte besser für Schweigephasen eignen. Ebenso können am Weg liegende Skulpturen, Denkmäler, Kirchen, historisch bedeutsame Gebäude thematisch aufgenommen werden und inhaltlich den Tag begleiten.

Für dieses Wochenende dienen einige fiktive Eckdaten als Grundlage, die so oder so ähnlich in der Praxis passen können: Bei dem Wochenende handelt es sich um eine Pilgergruppe von 15 Jugendlichen im Alter von 13-15 Jahren, die von einem Leitungsteam von zwei Personen angeleitet wird. Die Gruppe, die sich nur flüchtig kennt, pilgert von einem Ort zum anderen und übernachtet in zwei unterschiedlichen Kirchengemeindehäusern, Kirchen, Schulen oder Vereinsheimen, die auf dem Weg liegen. Den Jugendlichen soll der - ohnehin schon ungewohnt schwere - Rucksack erleichtert werden und darum wird ein Begleitfahrzeug gewählt, das das Gepäck

und die Lebensmittel der Gruppe von Ort zu Ort transportieren wird. Dieses Begleitfahrzeug dient mit seinem Team von zwei Personen als Hintergrunddienst u. a. dazu, verletzte Gruppenmitglieder aufzunehmen, Besorgungen zu machen und die Mahlzeiten morgens und abends mit vorzubereiten.

Bei der inhaltlichen Gestaltung sei hier ein grober Ablauf dargestellt, der für die jeweilige Gruppe weiterentwickelt werden muss. Innerhalb eines Themenelementes werden verschiedene Bausteine dargestellt, die umgestellt bzw. verändert und erweitert werden können.



## Tag 1

| Zeit    | Element             | Methode und Inhalt  | Material                          |
|---------|---------------------|---|-----------------------------------|
| 17.00 h | <i>Anreise</i>      | Ankommen, Einrichten, Essen vorbereiten   | Allgemeines Gepäck                |
| 18.30 h | <i>Essen</i>        | (ggf. mit Hilfe des Begleitemps)  | Lebensmittel                      |
| 19.30 h | <i>Ankommen</i>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vorstellung des Wochenendes</li> <li>- Vorstellung des Wegverlaufes</li> <li>- Fragen, Erwartungen, Befürchtungen klären</li> <li>- Kennenlernspiele (gemeinschafts-fördernde kooperative Spiele)</li> </ul> | Landkarte<br><br>Kennenlernspiele |
| 21.30 h | <i>Tagesschluss</i> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Standortbestimmung: eigenes Befinden formulieren</li> <li>- Andacht</li> </ul>   | Andacht                           |

## Tag 2

| Zeit                      | Element             | Methode und Inhalt  | Material  |
|---------------------------|---------------------|---|---|
| 8.00 h                    | <i>Frühstück</i>    | (ggf. mit Hilfe des Begleitemps)<br>Lunchpakete packen!   | Lebensmittel  |
| 9.30 h                    | <i>Aufbruch</i>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Andacht</li> <li>- Einlaufen: Die TN werden aufgefordert, sich auf diesem ersten Wegabschnitt einzulassen und sich an das Unterwegssein zu Fuß gewöhnen. Dabei sollen sie sich warm laufen, die Natur, die Menschen um sich herum und ihren Körper wahrnehmen (wo kneift, wo drückt es?) und ggf. darauf reagieren (Rucksack anders einstellen, Schuhe nach-schnüren)*.</li> </ul>   | Andacht   |
| 10.15 h<br>bis<br>13.00 h | <i>Kennenlernen</i> | - Zettel verteilen mit Einstiegsfragen zum gegenseitigen Kennenlernen (Interviews in Zweiertams beim Gehen)   | Zettel mit Fragen   |
|                           |                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Gruppe als zusammengesetztes Puzzle</li> <li>- jede/r ist ein Puzzleteil</li> <li>- An diesem WE werden zwischendurch leere Puzzleteile verteilt, die mit Texten, Zeichnungen, Bildern etc. versehen werden können. Puzzleteile in kleinem Stoffbeutel (= Minirucksack) aufbewahren</li> <li>- Ein Puzzleteil mit einer besonderen persönlichen Eigenschaft beschriften, danach Puzzleteil an andere Person verschenken (Ziel: jede/r hat zum Schluss einen Beutel mit Puzzleteilen, die an die Gemeinschaft und die Themen erinnern und zu einem großen Puzzle gelegt werden können)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- pro Person 1 kleiner Stoffbeutel</li> <li>- Puzzleteile auf Pappe</li> <li>- Stifte</li> </ul> |
| 13.00                     | <i>Pause</i>        | Mittagspause mit gemeinsamen Tischgebet (Essen in Gemeinschaft)   | Lunchpakete ▶   |

\* Binz u. a.: *Ciao – Spielend kennen lernen*. Rex-Verlag, Luzern 2000

## Fortsetzung Tag 2

# Durchführung

| Zeit                      | Element                               | Methode und Inhalt  | Material              |
|---------------------------|---------------------------------------|---|-----------------------|
| 13.30 h<br>bis<br>17.00 h | <i>Thema</i><br><i>Freundschaften</i> | <b>KENNENLERNEN</b><br>- Jesus und seine Jünger finden sich als zusammengepuzzelte Gruppe zusammen (z. B. Joh 1,35-51) und lernen sich kennen<br>- Gespräch: Wie und wo lernt man sich kennen? Wie kommt man zusammen? Was gehört zum gegenseitigen Kennenlernen?     |                       |
|                           |                                       | <b>GEMEINSAMKEITEN</b><br>- Kennenlernspiel/e durchführen, in denen Eigenschaften und Vorlieben benannt werden (siehe z. B. "Ciao – Spielend kennen lernen"*) und TN Gemeinsamkeiten entdecken können   |                       |
|                           |                                       | <b>STREIT + VERSÖHNUNG</b><br>- Was kann dazu führen, dass Streit entsteht und/oder Freundschaften beendet werden? Austausch in Zweiergruppen während des weiteren Gehens<br>- Wie findet man wieder zusammen?<br>Was sind die Voraussetzungen?                       |                       |
|                           |                                       | <b>VERTRAUEN</b><br>- Gegenseitig gute Wünsche für Freundschaften auf Puzzleteile schreiben und austauschen<br>- Auf Puzzleteile schreiben, was man am anderen mag  | Puzzleteile<br>Stifte |
|                           |                                       | <b>ERFAHRUNGEN</b><br>- Was macht Freundschaften aus?<br>- unterwegs verschiedene Naturmaterialien suchen, die für Freundschaften stehen (gelbe Blume für fröhliche Freundschaften, eckiger Stein für Streitigkeiten etc.)<br>- Austausch über gesammelte Gegenstände |                       |
| 17.00 h                   | <i>Ankunft</i>                        | Ankommen, duschen, ausruhen...  |                       |
| 18.30 h                   | <i>Essen</i>                          | (ggf. mit Hilfe des Begleiteams)  | Lebensmittel          |
| 20.00 h                   | <i>Activity!</i>                      | Gruppenspiel: Pilgeractivity  | Pilgeractivity (M1)   |
| 21.30 h                   | <i>Tagesschluss</i>                   | - Rückblick: Jede/r beschreibt einen eindrücklichen Moment des Tages<br>- Andacht   | Andacht               |



## Tag 3

| Zeit                      | Element                             | Methode und Inhalt   | Material  |
|---------------------------|-------------------------------------|--|---|
| 8.00 h                    | <i>Frühstück</i>                    | (ggf. mit Hilfe des Begleitemms)<br>Lunchpaket packen!   | Lebensmittel                                      |
| 9.30 h                    | <i>Aufbruch</i>                     | - Andacht<br>- Einlaufen, warm werden, Körper wahrnehmen   |   |
| 10.15 h<br>bis<br>13.00 h | <i>Thema</i><br><i>Gemeinschaft</i> | - Jesus will mit seinen Freunden allein sein und zieht sich mit ihnen zurück (z. B. Joh 6,1-3)<br>- An welchen Orten kann man sich gut mit Freunden treffen und/oder zurückziehen? Was gehört zu einer guten Location? Beispiele auf Puzzleteile schreiben<br>- "Jesus macht 5000 Menschen satt" (z. B. Joh 6,1-15) als Beispiel einer Gemeinschaftsgeschichte<br>- Was braucht man zum Leben, um "satt" zu werden (im übertragenen Sinn)? (Mögliche Beispiele: Freunde, Zuneigung, Gemeinschaft etc.) | Puzzleteile<br>Stifte                             |
| 13.00 h                   | <i>Pause</i>                        | Mittagspause mit gemeinsamem Tischgebet (miteinander Brot teilen)  | Lunchpakete                                       |
| 13.30 h<br>bis<br>15.00 h | <i>Thema</i><br><i>Andere</i>       | Schweigephase zu folgenden Aspekten: (Dauer etwa ½ Stunde)<br>- Umgang mit Personen, die nicht zu m/einer Gemeinschaft gehören?<br>- Warum gehören sie nicht dazu?<br>- Was ist es, was mich an ihnen stört?<br>- Was würde dazu beitragen, sie akzeptieren zu können?   |   |
|                           |                                     | Bildbetrachtung zu "Tischgemeinschaft" von Sieger Köder<br>- Was sehe ich? Was könnte hinter diesem Bild stecken? Wie könnte der Titel dieses Bildes lauten?<br>- Auslegung des Bildes<br>- Was hat das Bild mit mir persönlich zu tun?  | Postkarte<br>"Tischgemeinschaft" von Sieger Köder |
| 15.00 h<br>bis<br>16.00 h | <i>Ankommen</i>                     | - "Rucksackmeditation": Der Rucksack (= Stoffbeutel mit gesammelten Puzzleteilen) wird als Sinnbild für jede/n Einzelne/n genommen, in dem sich offen liegende und verborgene Schätze befinden. Jede/r öffnet seinen Rucksack mehr oder weniger. Bezug auf das zurückliegende Wochenende nehmen im Hinblick auf das Thema Gemeinschaft.<br>- Was wollt ihr in euren Rucksack von diesem Wochenende mitnehmen?  | Rucksackmeditation (M2)                           |

## Fortsetzung Tag 3

| Zeit    | Element         | Methode und Inhalt  | Material |
|---------|-----------------|---|----------|
|         |                 | - Was bedeutet Pilgern? Jede/r Einzelne hat an diesem Wochenende eine Definition für sich gefunden.<br>- "Pilgern buchstabieren" (für jeden Buchstaben des Wortes PILGERN schweigend eigene Worte finden und auf Puzzleleile schreiben) |          |
| 16.00 h | <i>Abschied</i> | - Weg abschütteln - Körperübungen zum Ankommen (einzelne Körperteile ausschütteln und mit dem Thema in Verbindung bringen)<br>- Abschlussrunde, Reflexion, Verabschiedung, Abreise  |          |

## Anhang

### M 1

#### Pilgeractivity:

- Das bekannte Gesellschafts-Spiel "Activity" wird mit Begriffen bestückt, die zum Pilgern passen und entsprechend der Würfelaugen in Kleingruppen pantomimisch, darstellend und beschreibend erklärt werden müssen. (Beispiele: Butterbrot, Rucksackdruckstellen, Sonnenbrand, Regenhose, Schweigephase, Pausenplatz, Muskelkater, Andacht, Kennenlernen, Bäume, etc.)

#### Alternativ dazu Pilgerquiz:

- Es werden ca. 20 - 25 DIN A4 große Schilder mit ebenso vielen Fragen oder Aufgaben zum Thema Pilgern vorbereitet, auf denen auf der Vorderseite die zu erreichende Punktezahl (10, 20, 30, 40,...) zu sehen ist. Diese werden in z.B.

fünf Rubriken aufgeteilt, der jeweils ca. 4 - 5 Schilder zugeordnet werden. Auf der Rückseite der Schilder befinden sich jeweils eine Frage oder zu lösende Aufgabe. Die Fragen können gemäß der Punktzahl in Schwierigkeitsstufen unterteilt werden.

- Die Gruppe wird in Kleingruppen aufgeteilt und jedes Spielteam wählt reihum ein Schild aus. Hat eine Kleingruppe die Frage in einer vorgegebenen Zeit richtig beantwortet bzw. die Aufgabe richtig gelöst, bekommt sie die Punktzahl des Schildes. Ist die Frage nicht gelöst, kann die Punktzahl ggf. verfallen oder an die Folgegruppe weitergegeben werden.
- Sind alle Schilder aufgedeckt, werden die Punkte zusammengezählt. Wenn gewünscht, kann es eine Preisverleihung geben.



### Rucksackmeditation

„Zwei ganze Tage haben wir nun unseren Rucksack mit uns herumgetragen. Dieser Rucksack ist gefüllt mit den wichtigen Dingen, die wir benötigen: Getränke, Brote, Süßigkeiten, eine Regenjacke, Sonnencreme, vielleicht ein Tagebuch, ein Fotoapparat, Blasenpflaster... Mit diesem Rucksack kann ich ganz frei und unabhängig sein, weil alles drin ist, was ich brauche. Mir geht es auf längeren Touren so, dass ich ab einem bestimmten Zeitpunkt „mit dem Rucksack eins werde“. Es ist plötzlich ganz komisch, wenn ich abends ohne ihn unterwegs bin. Vielleicht werdet ihr das auch ein bisschen seltsam finden, wenn eure Schultern ab morgen wieder ganz befreit sind. Weil der Rucksack so ein wichtiger Begleiter ist, möchte ich ihn mit euch genauer unter die Lupe nehmen.

Schaut euch euren Rucksack an:

- Welche Farbe, welche Größe und welches Material hat er?
- Fühlt er sich weich an oder kratzig oder raschelt er?
- Hängen irgendwelche Stofftiere oder Schlüsselanhänger als persönliches Kennzeichen an der Seite?
- Welche (Reiß-)Verschlüsse habt ihr an diesem Wochenende ständig geöffnet und geschlossen? Welcher Verschluss klemmt manchmal oder ist auch schon abgerissen und musste notdürftig geflickt werden?
- In welchen Gegenden des Rucksackes ist alles mit einem Griff zu finden?
- Das äußere Netz für die Getränkeflasche ist bestimmt ganz ausgeleiert, weil es so oft benutzt wurde.
- Gibt es vielleicht kleine Geheimtaschen, von denen außer euch niemand weiß?

Mit so einem Rucksack ist es ähnlich wie mit uns Menschen: Wir sind äußerlich alle ganz verschieden. Auch wenn alle blaue Jeans tragen - das sind nur Äußerlichkeiten. Jede/r ist etwas ganz Besonderes und Individuelles. Und jede/r ist etwas ganz besonderes vor Gott. Von ihm sind wir mit unseren Eigenschaften und Eigenarten geschaffen. Und wir haben alle unterschiedliche Aufteilungen und Taschen. Manche Taschen an und in uns haben wir ganz weit geöffnet, so dass jede/r gern in uns hineinsehen kann. Manche Personen öffnen ihren Rucksack allerdings auch so weit, dass es schon wieder unangenehm ist. Von manchen Geheimfächern wissen nur wir und verraten auch niemanden, wo noch ein kleiner Schatz oder eine kleine Stinkbombe versteckt ist. Wenn wir uns kennenlernen

und entdecken, finden wir - im besten Fall - im Laufe der Zeit die verschiedenen Innentaschen des/der Anderen und es bleibt nicht nur beim Öffnen des Deckelfaches.“

An diesem Wochenende haben wir uns untereinander besser kennen gelernt und uns in den Rucksack schauen lassen. Manchmal ist uns bestimmt auch ungewollt „etwas aus dem Rucksack gefallen“, das wir ganz schnell ungeschehen machen wollen.

Wenn wir in unseren echten Rucksack schauen, haben wir dort eine Streichholzschachtel, in der sich kleine Puzzleteile befinden, auf denen ihr Gedanken zum Thema „Gemeinschaft“ gesammelt habt. Diese Puzzleteile lassen sich zusammenfügen und so wird deutlich, dass wir mit unserer jeweiligen Persönlichkeit ein Puzzleteil zu dieser Gemeinschaft beigetragen haben. Die Streichholzschachtel ist etwas Sichtbares und Plastisches, das wir in unserem Rucksack mit nach Hause nehmen. Daneben gibt es noch einiges mehr, das wir mitnehmen.

► **Auftrag:** Einander erzählen, was ihr - im übertragenen Sinn - in euren Rucksack stecken und von diesem Wochenende mit nach Hause nehmen wollt!

#### Andachtsliturgie

- Begrüßung und Votum
- Psalmwort (z. B. Psalm 23, 27, 31, 34, 91, 121)
- Lied
- Inhaltlicher Impuls
- Lied
- Stille, Gebet, Vaterunser
- Segen mit Bewegung
- Shake Hands (alle stellen sich in einen Kreis mit dem Gesicht zur Mitte, eine Person fängt an und stellt sich der/dem Nachbar/in gegenüber, gibt ihr die Hand, verabschiedet sich und geht zur dritten Person. Die zweite Person schließt sich an, dann die dritte usw., bis alle sich persönlich voneinander verabschiedet haben)

#### Lieder

- Vertraut den neuen Wegen
- Schritte wagen
- Du bist der Weg und die Wahrheit und das Leben
- Vergiss es nie
- Einsam bist du klein
- Diverse Lieder aus Taizé

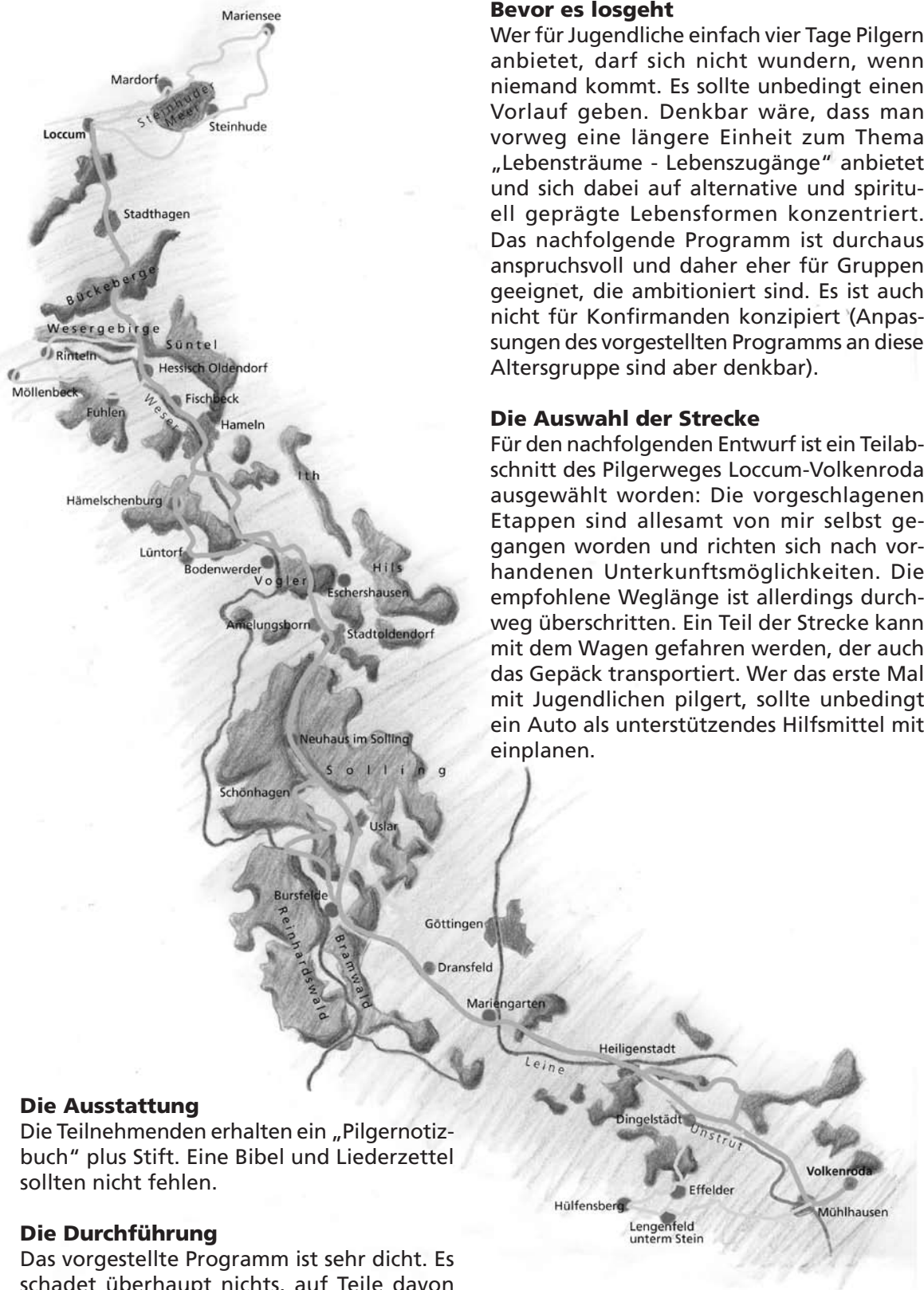


Wolfgang Blaffert

# Sinne schärfen, in Bewegung kommen!

Vier Tage auf dem Pilgerweg

Durchführung



## Bevor es losgeht

Wer für Jugendliche einfach vier Tage Pilgern anbietet, darf sich nicht wundern, wenn niemand kommt. Es sollte unbedingt einen Vorlauf geben. Denkbar wäre, dass man vorweg eine längere Einheit zum Thema „Lebensträume - Lebenszugänge“ anbietet und sich dabei auf alternative und spirituell geprägte Lebensformen konzentriert. Das nachfolgende Programm ist durchaus anspruchsvoll und daher eher für Gruppen geeignet, die ambitioniert sind. Es ist auch nicht für Konfirmanden konzipiert (Anpassungen des vorgestellten Programms an diese Altersgruppe sind aber denkbar).

## Die Auswahl der Strecke

Für den nachfolgenden Entwurf ist ein Teilabschnitt des Pilgerweges Loccum-Volkenroda ausgewählt worden: Die vorgeschlagenen Etappen sind allesamt von mir selbst gegangen worden und richten sich nach vorhandenen Unterkunftsmöglichkeiten. Die empfohlene Weglänge ist allerdings durchweg überschritten. Ein Teil der Strecke kann mit dem Wagen gefahren werden, der auch das Gepäck transportiert. Wer das erste Mal mit Jugendlichen pilgert, sollte unbedingt ein Auto als unterstützendes Hilfsmittel mit einplanen.

## Die Ausstattung

Die Teilnehmenden erhalten ein „Pilgernotizbuch“ plus Stift. Eine Bibel und Liederzettel sollten nicht fehlen.

## Die Durchführung

Das vorgestellte Programm ist sehr dicht. Es schadet überhaupt nichts, auf Teile davon zu verzichten.

## Tag 1

Die Strecke Bodenwerder – Amelungsborn gehört zu den landschaftlich reizvollsten Abschnitten auf dem Pilgerweg. Höhepunkt ist die Besteigung des Aussichtsturmes auf dem Ebersnacken, der eine phantastische Aussicht bietet. Die Strecke kennt eine ganze Reihe von Höhenunterschieden, die für Ungeübte nicht ganz leicht zu bewältigen sind.



| Zeit    | Element                    | Methode und Inhalt  | Material                           |
|---------|----------------------------|---|------------------------------------|
| 10:00 h | <i>Einstimmung</i>         | Alle TN erhalten einen Bibelspruch zum Thema „Unterwegssein“ mit dem Hinweis, dass dieses persönliche Wort sie durch die Tage begleiten soll. Die TN lesen sich ihr Wort gegenseitig vor. Am Schluss steht ein Reisesegen   | verschiedene Bibelworte, laminiert |
| 10.30 h | <i>Start</i>               | „Ein gemeinsames Tempo finden“: Jede/r achtet auf die anderen. Der/die Langsamste übernimmt die Führung. Persönliche Fragen, die schriftlich beantwortet werden sollen: 1. Wo nehme ich im Alltag Rücksicht auf Schwächere? 2. Wo geben mir andere das Tempo vor?     | Pilgernotizbuch und Stift          |
| 11.30 h | <i>Wegaufgabe</i>          | 15 Minuten Farben schauen. Die TN verteilen sich und schreiben möglichst präzise auf, welche Farben sie erblicken. Anschließend folgt ein Austausch über das Gesehene. Daran schließt sich die Frage an, ob das bewusste Schauen ein Mehr an Eindrücken gebracht hat. | Pilgernotizbuch und Stift          |
| 12.00 h | <i>Fortsetzung Pilgern</i> | Die Schwächsten bestimmen weiterhin das Tempo   |                                    |
| 13.00 h | <i>Rast</i>                | Nachfragen, wie das Pilgern bislang erlebt wurde. Ausruhen, essen, dösen  |                                    |
| 13.45 h | <i>Wegaufgabe</i>          | Es wird vereinbart, eine Stunde zu schweigen. Die Gruppe bleibt zusammen, aber jede/r geht für sich.  |                                    |
| 14.45 h | <i>Feedbackrunde</i>       | Austausch über die Schweigeeerfahrungen   |                                    |

Bis zum Ebersnacken dürfte es nicht mehr weit sein. Eine genaue Zeitangabe ist schwierig, da im Vorfeld kaum eingeschätzt werden kann, wie schnell oder langsam die Pilgergruppe sich bewegt. Die nachfolgende Zeitangabe beruht somit auf Schätzungen.

| Zeit    | Element                    | Methode und Inhalt   | Material |
|---------|----------------------------|--|----------|
| 15.15 h | <i>Aussichtsturm</i>       | Blick vom Ebersnacken. Psalm 104 wird vorgelesen   | Bibel    |
| 16.00 h | <i>Fortsetzung Pilgern</i> | keine Aufgabe, aber möglichst viel Gespräch in der Gruppe, um den Rest der Strecke zu bewältigen   |          |
| 16.45 h | <i>Transport</i>           | mit dem Auto nach Amelungsborn   |          |
| 19.00 h | <i>Abendaufgabe</i>        | 15 Minuten Farben schauen. Die TN verteilen sich im Klostergarten und schreiben möglichst präzise auf, welche Farben sie schauen. Anschließend folgt ein Austausch über das Gesehene. War in der Wahrnehmung etwas anders als am Morgen? |          |
| 20.00 h | <i>Abendandacht</i>        | Text Mt. 6,24-34 („Sorgt euch nicht um den morgigen Tag“)  |          |
| 20.30 h | <i>Ausklang</i>            | offenes Programm   |          |

Die Strecke Amelungsborn – Silberborn führt größtenteils auf breiten Halbschotterwegen durch Waldgelände. Sehr schön ist die kleine Kirche in Silberborn, die tagsüber in der Regel offen steht (ansonsten kann man sich gegenüber den Schlüssel von der Küsterin besorgen) und wo sich zum Abschluss gut eine Andacht feiern lässt. Höhepunkt ist das Moorgebiet bei Silberborn, das man sich aber für den nächsten Tag aufsparen sollte



| Zeit    | Element            | Methode und Inhalt   | Material                  |
|---------|--------------------|--|---------------------------|
| 9.00 h  | Morgenimpuls       | Bibelwort – Lied - Segen   |                           |
| 9.15 h  | Start              | eine Stunde lang gehen   |                           |
| 10.15 h | Wegaufgabe         | 15 Minuten Gerüche wahrnehmen. Die TN verteilen sich und schreiben alles auf, was sie mit ihrer Nase erspüren. Anschließend Austauschrunde   | Pilgernotizbuch und Stift |
| 10.45 h | Wegaufgabe         | „Das eigene Tempo finden“: jede/r konzentriert sich nur auf sich selbst und wählt die Gehgeschwindigkeit, die zu ihm/ihr passt. Es wird vereinbart, dass die Schnellsten um 12.00 Uhr stoppen und auf die Übrigen warten. Persönliche Fragen, die schriftlich beantwortet werden sollen: 1. Wo bin ich in meinem Leben schnell, wo langsam? 2. Kann ich in meinem Leben selbst das Tempo vorgeben? |                           |
| 12.00 h | Rast               | Ausruhen, essen, dösen   |                           |
| 13.00 h | Wegaufgabe         | Eine Stunde schweigen: in dieser Zeit soll jede/r über das biblische Wort nachdenken, das er/sie am ersten Tag bekommen hat. Frage dazu: Kann ich dieses Wort mit meinem Leben in Verbindung bringen?  |                           |
| 14.00 h | Weggespräche       | Je zwei TN tauschen sich 10 Minuten lang über ihre Schweigeeerfahrungen und ihr biblisches Wort aus. Anschließend wird gewechselt und so fort.   |                           |
| 15.00 h | Rast               |  |                           |
| 15.30 h | Geh-Variationen    | je 12 Minuten: schnell, langsam, normal, bei jemand eingehakt, barfuss   |                           |
| 16.30 h | Transport mit Auto | mit dem Auto nach Silberborn   |                           |
| 17.00 h | Kirchenbesuch      | Kurzandacht: ein biblischer Text zum „Gehen“ steht im Mittelpunkt. Die TN steuern kurze Assoziationen und Erfahrungen bei.   |                           |
| 19.00 h | Ausklang           | offenes Programm   |                           |

## Tag 3

Die Strecke Silberborn – Uslar bietet gleich vier Besonderheiten: das Moor bei Silberborn, eine Quelle mit Rastmöglichkeit (der Lunauborn), der Sollingturm mit großartigem Panoramablick und die St. Johanniskirche in Uslar, die sich im Zentrum der Altstadt befindet



| Zeit    | Element                       | Methode und Inhalt   | Material                  |
|---------|-------------------------------|--|---------------------------|
| 9.00 h  | <i>Morgenimpuls</i>           |  |                           |
| 9.30 h  | <i>Moorbesuch</i>             | Gruppengespräch: „Wenn der Boden unter meinen Füßen schwankt“  |                           |
| 10.15 h | <i>Start</i>                  | eine Stunde lang wird einfach gelaufen   |                           |
| 11.15 h | <i>Wegaufgabe</i>             | 15 Minuten Hören. Die TN verteilen sich und schreiben alle Geräusche, Töne, Klänge auf, die sie hören. Anschließend Austausch der Ergebnisse.  | Pilgernotizbuch und Stift |
| 12.00 h | <i>Rast</i>                   |  |                           |
| 12.30 h | <i>Spiel</i>                  | „Wandernde Jukebox“: Eine/r schlägt ein Lied vor. Alle singen, bis ihnen der Text ausgeht oder jemand ein anderes Lied vorschlägt. Dann folgt der nächste Vorschlag. Je rascher, desto spaßiger. Die Lieder können zunächst vollkommen wahllos vorgeschlagen werden. Irgendwann verdichtet sich alles auf das Thema „Gehen“  |                           |
| 13.00 h | <i>Wegaufgabe</i>             | Jede/r schreibt ein Elfchengedicht übers Pilgern. Anschließend werden die Resultate im Gehen vorgetragen.  |                           |
| 13.30 h | <i>Pilgern</i>                | Zwei Stunden am Stück gehen. Sich zu unterhalten ist erlaubt.  |                           |
| 15.30 h | <i>Rast an der Quelle</i>     |  |                           |
| 16.00 h | <i>Meditationsübung</i>       | Die TN suchen sich eine bequeme Sitzposition. Dann schließen sie die Augen und werden angeleitet zum Hören, zum Riechen, zum Tasten. Zuletzt überlassen sie sich ganz dem Rauschen der Quelle und lassen ihre Gedanken ebenso fließen. Die Übung endet mit einem kurzen Bibeltext.<br>(1. Könige 19, 11-13: 11 Der Herr sprach: Geh heraus und tritt hin auf den Berg vor den HERRN! Und siehe, der HERR wird vorübergehen. Und ein großer, starker Wind, der die Berge zerriss und die Felsen zerbrach, kam vor dem HERRN her; der HERR aber war nicht im Winde. Nach dem Wind aber kam ein Erdbeben; aber der HERR war nicht im Erdbeben. 12 Und nach dem Erdbeben kam ein Feuer; aber der HERR war nicht im Feuer. Und nach dem Feuer kam ein stilles, sanftes Säusen. 13 Als das Elia hörte, verhüllte er sein Antlitz mit seinem Mantel und ging hinaus und trat in den Eingang der Höhle.) |                           |
| 16.45 h | <i>Aufbruch</i>               | Es wird noch eine Stunde gegangen  |                           |
| 17.45 h | <i>Transport mit dem Auto</i> |  |                           |
| 18.00 h | <i>Ankommen in Uslar</i>      |  |                           |
| 19.15 h | <i>Abendimpuls</i>            | Wort – Lied - Segen  |                           |
| 19.30 h | <i>Ausklang</i>               | offenes Programm   |                           |



Höhepunkt auf der Strecke von Uslar nach Bursfelde ist das Ziel: das Kloster Bursfelde. Die Hälfte des Weges sollte mit dem Auto bewältigt werden, damit genügend Zeit für das Kloster bleibt.



| Zeit  | Element                   | Methode und Inhalt  | Material                  |
|-------|---------------------------|---|---------------------------|
| 9.00  | <i>Morgenandacht</i>      | in der St. Johanniskirche   |                           |
| 10.00 | <i>Start</i>              | eine Stunde gehen   |                           |
| 11.00 | <i>Wegaufgabe</i>         | „Von Gott auf die Füße gestellt werden – was heißt das für mein Leben?“ Schriftliche Beantwortung. Zum Abschluss wird Ps. 31,9b verlesen: „Du stellst meine Füße auf weiten Raum“   | Pilgernotizbuch und Stift |
| 12.00 | <i>Rast</i>               |   |                           |
| 12.30 | <i>Wegaufgabe</i>         | Kurzauslegung des persönlichen Bibelwortes. Die TN suchen sich unterwegs einen passenden Gegenstand, mit dem sie ihre Gedanken zum Text verdeutlichen. Sie werden gebeten, sich ihre Überlegungen zu merken.  |                           |
| 13.30 | <i>Spiel</i>              | Die Fortbewegungs-Weisen: weise wird man, wenn man eine besondere Fortbewegungsart benennen kann (schlurfen, hüpfen, staksen, torkeln, schleichen usw.). Der jeweilige Begriff muss von allen augenblicklich umgesetzt werden, so lange, bis der nächste hineingerufen wird. Wem die meisten Begriffe eingefallen sind, wird zur /zum Ober-Fortbewegungs-Weisen ausgerufen. |                           |
| 14.00 | <i>Wegaufgabe</i>         | Mit den Händen sehen: Die TN stellen sich vor einen Baum, schließen die Augen und erkunden tastend die Rinde. Anschließend berichtet jede/r kurz von dem Erlebten.  |                           |
| 14.30 | <i>Gehen</i>              | Es wird noch eine Dreiviertelstunde gelaufen.   |                           |
| 15.30 | <i>Andacht im Kloster</i> | Im Mittelpunkt stehen die persönlichen Bibelworte. Die Gruppe bildet einen Kreis und jede/r zeigt den gewählten Gegenstand zum Text und äußert sich kurz zu dem jeweiligen Wort.  |                           |
| 16.30 | <i>Abschluss</i>          | Es wird ein Gruppenfoto gemacht, anschließend Einzelporträts, die die TN später als Erinnerung und Dankeschön erhalten, jeweils unterlegt mit dem persönlichen Bibelwort.   |                           |
| 17.00 | <i>Rückreise</i>          |   |                           |

# Auf dem Weg – Mich und Andere(s) entdecken

Vier-Stunden-Pilgern mit Konfirmanden

Mit mehreren kleinen Gruppen, die zwischen elf und sechzehn Personen groß waren, sind die Konfirmanden aus der Region Bodenwerder im Oktober 2010 ein Stück auf dem Pilgerweg (Loccum-Volkenroda) von Bodenwerder nach Kirchbrak gewandert. Zwei Gruppenleiter (einer vorn – einer hinten) haben die Gruppe begleitet. Gestartet wurde im Jugendzentrum Klex in Bodenwerder - Ziel die Kirche in Kirchbrak. Eine Pilgertour dauerte ca. vier Stunden und begann nachmittags um vierzehn Uhr und endete um achtzehn Uhr. Verschiedene Aktionen, die an 12 Stationen auf dem Weg eingeleitet wurden haben den Weg der Konfirmanden begleitet und abwechslungsreich gestaltet. Etwa alle 20 Minuten konnten sich die Konfirmanden mit einer neuen Aufgabe beschäftigen. Viele Stationen lassen sich auch in anderen Regionen wiederholen.

## 1. Station:

Das Pilgern beginnt mit einer kurzen Einführung über die Idee des Pilgerns, dem entdecken eigener religiöser Vorstellungen, dem „in sich gehen“ und mit der Kontaktaufnahme, mit Gott auf dem Wege. Die Kon-

firmanden hören von der Entwicklung des Pilgerweges im Jahr der EXPO 2000 und den Jugendlichen, die als erste auf den Spuren der 13 Mönche aus dem Kloster Volkenroda diesen Pilgerweg nach Loccum beschritten haben.

Im Jugendzentrum Klex erhalten alle Teilnehmer /innen einen Pilgerbutton (kostenlos erhältlich bei: [www.loccum-volkenroda.de](http://www.loccum-volkenroda.de)) und einen Infobogen über ihren Vornamen (Infos gibt's z.B. bei: [www.beliebte-vornamen.de](http://www.beliebte-vornamen.de)). Ausgehend von diesen Informationen sollen sie sich ein Namensschild gestalten, das ein Symbol enthält, welches mit ihrem Namen in Verbindung steht. Es wird mit doppelseitigem Klebeband an die Jacke geheftet. Auf der ersten Strecke ihres Weges sollen sich die Konfis mit wechselnden Partnern über ihren Namen austauschen und einander dabei berichten was ihr Name bedeutet, woher er stammt und welche berühmten Namenspartner er hat.

## 2. Station:

Auf dem weiteren Weg nach dem Austausch über Namen und Hintergründe haben die Konfirmanden die Aufgabe, sich einen Ge-



genstand mit einem Duft zu suchen, der Erinnerungen oder Gedanken bei ihnen hervorruft. Bei einer Schutzhütte steht die Gruppe im Kreis und die Konfirmanden beschreiben nacheinander den gefundenen Gegenstand mit seinem Geruch und erzählen warum sie ihn ausgewählt haben oder welche Erinnerung der Geruch bei ihnen wachruft. Der Gruppenleiter beginnt mit seinem Gegenstand. Während der duftende Gegenstand im Kreis herumgereicht wird kann schon der Nächste seinem Duft beschreiben. (Es werden Düfte gefunden wie z.B.: Pilze, Moos, Blätter, Hölzer, Erde, Farne, u.s.w.)

### 3. Station:

Auf der Anhöhe des Aussichtsturmes "Königszinne", die den Blick über das Weserbergland ermöglicht, sollen sich die Konfirmanden drei Hölzchen suchen, die sie zu einem Pfeil zusammenlegen. Der Pfeil soll in die Richtung weisen, die sie sich für ihre Zukunft auswählen. Wohin soll es für mich gehen? Was ist meine Vorstellung von meiner Zukunft? Was möchte ich einmal erreichen? Was wird aus mir werden? - Einem Partner der eigenen Wahl sollen die Konfirmanden ihren Pfeil zeigen und berichten was sie sich für ihre Zukunft wünschen.

### 4. Station:

Hinaufklettern auf die Königszinne – Ehrensache. Oben ein in Stein gemeißeltes Schild entdecken:

„Errichtet zur Jubelfeier für die Schlacht bei Leibzig 1875“ - Blick in das Tal und auf die Hügel ringsum und weiter. Nach ca. 10 Minuten eine gerodete Hochebene. Dort wartete die nächste Aufgabe. Mit den dort reichlich vorhandenen Rotsandsteinen soll in kleinen Gruppen von ca. vier Personen ein kleines Denkmal errichtet werden. Würden wir auch ein Denkmal für eine Schlacht errichten – so wie die Leute um 1875? Gibt es für uns etwas was wichtiger ist? Jede Kleingruppe entscheidet: „Was ist für uns so wichtig, dass wir ein Denkmal dafür errichten würden?“ Ergebnisse wie: „Unser Denkmal steht für die hungernden Kinder auf der Welt“, „Unser Denkmal ist das Tor zwischen zwei Staaten, das immer offen ist!“, „Unser Denkmal steht für Gleichberechtigung in der Schule“ oder „Unseres steht für den Frieden“ werden den jeweils anderen Gruppen vorgestellt und das Denkmal wird mit seinen Erbauern fotografiert.

### 5. Station:

Ein Spiel auf dem Wege. „Ich sehe was, was Du nicht siehst – und das ist braun oder eckig,

oder nass, oder weich, oder eklig, oder spitz, oder, oder, oder ...“

Nicht nur Farben sollen den gesuchten Gegenstand beschreiben. Der Phantasie sollen keine Grenzen gesetzt werden. Wer den Gegenstand herausgefunden hat darf sich selbst einen suchen, nach dem er fragt. Wenn die Gruppe an dem gesuchten Gegenstand vorbeigelaufen ist, dann wird ein neuer Gegenstand ausgespäht und zur Suche freigegeben. Das Suchspiel ist einfach, kurzweilig und lädt zum genauen Betrachten der Umgebung ein. Jeder kann mal gewinnen und für ca. 15 Minuten ist eine Beschäftigung gefunden, die die müden Füße vergessen lässt.



### 6. Station:

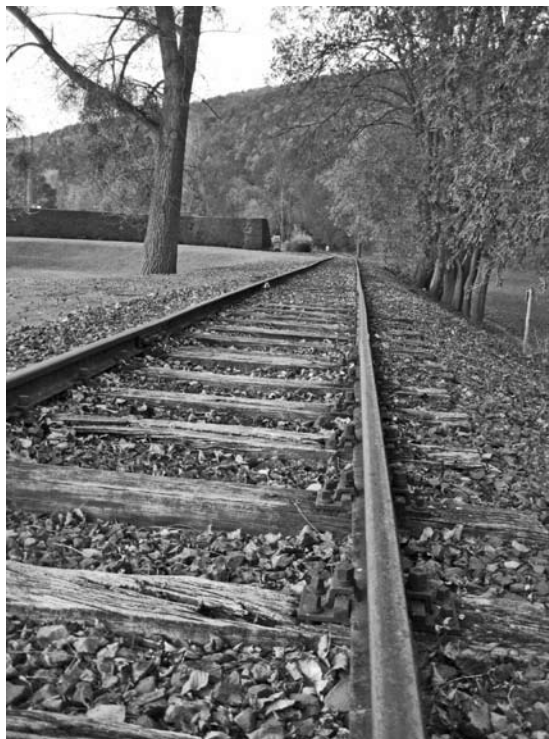
Halt vor dem Bretterzaun des „Dreifaltigkeitsklosters“ im Forst vor Buchhagen. Ein Blick über den Zaun, eine kurze Info über die drei Mönche, die vor ca. 15 Jahren gekommen sind, um hier in der Abgeschiedenheit zu Gott zu beten und dieses Kloster zu erbauen.

Die Konfirmanden sollen sich jeder ein Blatt vom Boden suchen, die hier reichlich herumliegen. Im Kreis stehend sollen sie ihr Blatt genau anschauen. Die Kanten des Blattes, die Adern, die Farben, die Löcher und Makel ihres Blattes. Danach sollen sie sich von ihm verabschieden - wie von einem Freund. Die Blätter werden eingesammelt und miteinander gemischt. Danach werden sie eins nach dem anderen in den Kreis zurückgegeben. Jeder gibt das Blatt was er erhält weiter, nur das Eigene, das soll man behalten. Nach kurzer Zeit hat jeder sein Blatt wiedergefunden. Jedes Blatt hat seine Eigenarten - obwohl es alle ähnliche Blätter sind, obwohl viele vom gleichen Baum stammen, jedes Blatt ist besonders. So wie wir auch. Der Bibeltext „1. Korinther 12,12-19 Niemand hat seine Fähigkeiten für sich allein. Jeder ist anders und soll seine Besonderheit in der Gemeinde einsetzen.“ wird vorgelesen. Beispiele werden erzählt wo Menschen Ihre Fähigkeiten für die Gemeinde einsetzen.



**7. Station:**

Auf dem Restweg nach Buchhagen erhalten die Konfirmanden einen Din A 5 Zettel aus dem sie mittig ein Loch herausreißen. Das nun entstandene Paspertu soll den Rahmen für schöne Neuentdeckungen in der Natur sein. Die Aufgabe lautet: „Schau Dich mit Deinem Paspertu um. Wenn Du etwas Schönes entdeckst, zeig es auch anderen aus der Gruppe und lass sie durch dein Paspertu sehen. Entdecke die Details deiner Umwelt neu!“

**8. Station:**

Wir queren die Straße in Buchhagen und gehen an die Lenne – an der Dreisinen Haltestelle vorbei. Wir queren die Brücke sehen dort auf den Wasserfall und treffen uns im Kreis hinter der Brücke um an unsere Taufe zu denken. „Wart ihr schon bei einer Taufe dabei? Erzähle was dir davon noch in Erinnerung ist. Wer wurde getauft? Die „Wassermeditation“ (aus dem Pilgerreader von der Arbeitsstelle für Kirche und Tourismus wird verlesen. Jeder erhält einen Zettel mit Taufliedtext und Bild von kl. Schuhen.. Die Liedstrophe wird mehrfach gesungen.

**9. Station:**

Entlang der Schienenstrecke der Draisinenbahn. Hier sollen die Konfirmanden schätzen: Wie viele Gleisschwellen sind es bis zur Wegquerung? Einer zählt die Schienen und geht auf den Schwellen voran. Die anderen schätzen. Die Gewinner erhalten kleine Weingummibeutel (der Zähler auch).

**10. Station:**

An der Haltestelle "Westerbrak. Wir spielen 1,2 oder 3. Drei Plätze werden ausgemacht: für jede Antwort ein Platz. Dann geht es los. Wer sich für eine falsche Antwort entscheidet und an die falsche Stelle geht muss ausscheiden. Drei fragen verkleinern nach und nach die mitspielende Gruppe. Schätzt mal: Wie viel Schritte sind es noch bis zum Ziel? (mit dem Schrittzähler bin ich die Strecke zuvor abgegangen). 2. Frage: wie alt mag die Kirche in Kirchbrak (unserem Ziel) sein? 3. Frage Wie viele Jünger sind auf dem Kirchbraker Altarbild zu erkennen? – jeweils drei Antworten sind zu vermuten und die Gewinner erhalten kleine Weingummitütchen zur Wegzehrung.

**11. Station:**

Ortseingang Kirchbrak: nocheinmal 1,2 oder drei.: Wieviel Tage hat ein Kirchenjahr? Wo geht die Sonne auf? Wer lebte in dieser Region vor 1800 Jahren?

**12. Station:**

Am Ziel. Die Kirche von Kirchbrak wird entdeckt (sie ist bis 19.00 Uhr regelmäßig geöffnet). Textlesung von den pilgernden Mönchen, die ihr Zuhause als ihr Ziel erkennen (aus dem Pilgerhandbuch) Dann gibt es einen Stempel in den Pilgerpass (Ein Stempel liegt in jeder Pilgerkirche am Wege aus). Wir fahren mit dem Kleinbus an den Ausgangsort zurück.

**Weitere Angebot in unserer Region:**

Um einen ganzen Tag in unserer Region zu füllen kann man zusätzlich das Jugendzentrum als Spiel und Pausenort nutzen oder auf der Allwetter Sommerrodelbahn fahren oder mit der Draisinenbahn durch die Region rollen. Eine Kanutour ist auf der Weser mit den Kanus des Jugendzentrums (23 Bootsplätze) möglich.



# Die geheimnisvolle Welt des Pilgerns

Pilgerexkurs mit Grundschulern

Die folgenden Ausführungen beschreiben einen halbtägigen Pilgerexkurs mit Grundschulern. Durchgeführt wurde diese Pilgerwanderung von der Martin-Luther-Kirchengemeinde Schönhagen (Pastor und Pilgerbeauftragte) mit den Klassen 1 bis 4 der Grundschule Schönhagen/Sohlingen. Ziel war es, den Schülern auf kindgerechte Weise einen Einblick in das geheimnisvolle Wort Pilgern zu geben, von dem sie, bedingt durch die Lage der Schule und die enge Zusammenarbeit zwischen Schule und Kirchengemeinde, schon so oft gehört hatten. Im Vordergrund stand nicht eine reine Wissensvermittlung rund um das Thema Pilgern, sondern das hautnahe Erleben einer kleinen Pilgertour, mit den unterschiedlichen Facetten des Unterwegsseins.

Bedingt durch die örtlichen Besonderheiten auf dem Wegabschnitt zwischen Uslar und Schönhagen, kann dieser Entwurf nur Möglichkeiten und Ideen aufzeigen, die für den eigenen Bedarf verändert und zurecht geschnitten werden können.

## **Vorbereitung:**

In einem Vorgespräch mit den verantwortlichen Lehrerinnen und Lehrern wurde geklärt, welche Streckenlänge den Schulkindern zuzumuten ist. In Frage kam eine Strecke zwischen 6-8 km, die an einem Vormittag zu bewältigen ist. Ausgewählt wurde eine Wegstrecke zwischen Uslar und Schönhagen mit einer Länge von gut 7 km. Für den Pilgertag wurde ein Liedblatt im Taschenformat erstellt. Bewusst wurden dazu alte Lieder aus dem evangelischen Gesangbuch ausgewählt. Ein Informationszettel mit praktischen Hinweisen zu Schuhwerk, Bekleidung und Verpflegung für die Kinder und deren Eltern wurde von der Schule vorbereitet und verteilt.

## **Durchführung:**

Mit dem Bus wurde der Startpunkt in Uslar angefahren. Die Kinder hatten bis dahin ganz bewusst nur wenige Informationen zu der geplanten Pilgerwanderung erhalten, damit sie sich ohne großes Nachdenken auf etwas vollkommen Neues einlassen können. Der Pastor und die Pilgerbeauftragte waren allen Kindern durch vorhergehende Projekte

bereits bekannt, so dass auf eine Vorstellung zunächst verzichtet wurde. Wenige Meter von der Busstation entfernt wurde zunächst das Lied „Lasst uns miteinander singen, beten, loben den Herrn“ gesungen. Die vorbereiteten Liederzettel mit alten Gesangbuchliedern (hier eignen sich gut: „Geh aus mein Herz und suche Freud“, „Freuet euch der schönen Erde“ und „Nun steht in Laub und Blüte“) wurden verteilt, bevor es weiterging. Nach ein paar hundert Metern Wegstrecke wurde an einem geeigneten Platz, in diesem Fall der Vorplatz des „Grashauses“ bei Eschershausen, der erste Stopp eingelegt. Der Pastor und die Pilgerbeauftragte schlüpfen in die Rolle eines Pilgers und eines zufällig vorbeikommenden Wanderes, die beide auf dem Weg nach Schönhagen waren. Dabei sorgten zwei Hüte und zwei große Wanderstöcke, einer mit der Jakobsmuschel versehen, für die passende Verkleidung. Die beiden kamen ins Gespräch. Der Wanderer fragte wohin der andere geht und erhielt als Antwort: „Ich pilgere von Volkenroda nach Loccum.“ Da der Wanderer mit dem Begriff pilgern nichts anfangen konnte, wurde er vom Pilger aufgeklärt, was Pilgern überhaupt ist. Der Pilger erklärte, dass er versucht, auf dem Weg Gott zu finden, ihm zu begegnen. Das Gespräch wurde thematisch in Richtung „Schöpfung“ gelenkt, die Kinder wurden ins Gespräch einbezogen. Bevor es weiter ging, wurde den Schülerinnen und Schülern der Impuls mitgegeben, auf der folgenden Wegstrecke, bewusst zu sehen, zu hören und zu riechen, was Gott alles geschaffen hat. Der nun folgende Abschnitt führte eine starke Steigung hinauf, die einige Kinder an ihre körperlichen Grenzen brachten und auch für sportliche Kinder recht anstrengend war. An einer Schutzhütte angekommen, wurde ein kurzes Fazit gezogen, was unterwegs alles wahrgenommen wurde. Der „Pilger“ verlas den Psalm 104 auszugsweise, ein Lied vom Liedblatt wurde gesungen.

Der Weg wurde ohne Impuls fortgesetzt und führte am Waldrand entlang (unterhalb des eigentlichen Pilgerwegs, der normalerweise den Sollingturm einbezieht). Auf dem Parkplatz einer ehemaligen Gaststätte unterhalb des Sollingturms wurde eine Rast eingelegt. Der Pilger musste erst einmal frühstücken. Da

der Wanderer auf eine Rast nicht vorbereitet war, wurde er zum Mitessen eingeladen. In einem Gespräch zwischen Pilger und Wanderer wurde der Aspekt der Gastfreundschaft und des Teilens behandelt. Mit allen Kindern wurden nach einem Tischgebet die vom Pilger mitgebrachten Weintrauben geteilt, bevor sie ihr eigenes Frühstück verzehrten. Wenige hundert Meter nach der Rast kamen wir an einen herrlichen Aussichtspunkt, an dem die Dörfer Schönhagen, Kammerborn, Sohlingen und die Stadt Uslar gut zu sehen sind. Nach einem Lied vom Liedblatt fragte der Wanderer den Pilger über sein Ziel aus. In diesem Zusammenhang wurde die Entstehung der Klöster Volkenroda und Loccum erklärt sowie die Entstehung des heutigen Pilgerwegs Loccum-Volkenroda.

An der Lunauquelle angekommen, tranken alle Kinder einen Schluck frisches Wasser aus der Quelle. Einige füllten ihre Trinkflaschen sogar mit dem frischen Wasser auf. Da der Wanderer schon hin und wieder in der Kirche war, hatte er gehört, dass der Pastor von der Quelle des Lebens gesprochen hat. Was dies zu bedeuten hat, ließ er sich nun vom Pilger erklären. Den Kindern wurde in diesem Zusammenhang der Psalm 36 näher gebracht. Die nächste Wegstrecke führte uns entlang des Lunaubachs. Als Impuls wurde mitgegeben, bis zum nächsten Halt schweigend zu gehen und bewusst auf das plätschern des Wassers zu hören. Nach rund einem

Kilometer schweigenden Gehens wurde das Gespräch zwischen Pilger und Wanderer wieder aufgegriffen. Das Heimatdorf lag bereits in Sichtweite. Und damit auch das Ende des gemeinsamen Weges. Der Pilger fragte den Wanderer, wie ihm das gemeinsame Pilgern gefallen habe. Dem Wanderer hat dieses Pilgern gut getan. Eine Zeit lang konnte er sogar die Sorgen des Alltags vergessen, die nun am Ende des Weges aber wieder ins Blickfeld rückten. Der Pilger las daraufhin einen Abschnitt aus Matthäus 6,25-34 und sprach dem Wanderer Mut zu, seine Sorgen getrost in Gottes Hand zu legen.

Der letzte Abschnitt des Weges führte durch das Heimatdorf Schönhagen bis hin zum Pilgerkreuz an der Kirche. Dort wurden alle Kinder gesegnet, bevor sie den Weg zurück zur Schule antraten.

**Fazit:**

Die Kinder konnten hautnah die Verbundenheit mit der Natur erfahren, aber auch die Herausforderungen der Wegstrecke. Bemerkenswert waren die große Aufmerksamkeit und die Zufriedenheit nahezu aller Kinder. Viele Fragen zwischendurch spiegelten das Interesse der Kinder wider. Bedingt durch die Vielfältigkeit der Landschaft, der wunderschönen Wegführung entlang des Waldes, vorbei an einer Quelle und entlang eines Bachlaufs, war die ausgesuchte Wegstrecke für dieses „Versuchspilgern“ ideal.



# Wenn dich die Ferne lockt...

Methodische Bausteine für die Arbeit mit Jugendlichen auf dem Pilgerweg

Die folgenden methodischen Bausteine wurden von Jürgen Jeremia Lechelt zusammengestellt. Sie sollen als Anregung in der Arbeit mit Jugendlichen auf dem Pilgerweg dienen und können vielfältig kombiniert und verwendet werden. Die vollständige Ausarbeitung, der die methodischen Bausteine entnommen wurden, kann über die Jugendkirche Hannover bezogen werden.

## Baustein I

### Über Mauern springen

#### Beschreibung:

Die Themen Kennenlernen und Freundschaft stehen im Vordergrund dieses erlebnispädagogischen Bausteins. Durch die Aufgabe, gemeinschaftlich ein Hindernis zu überwinden, wird die Gruppe zu kooperativem Handeln herausgefordert. Gleichzeitig unterstützt die Übung gemeinsame Erfolgserlebnisse in der Gruppe.

#### Vorbereitung:

Diese Form der Erlebnispädagogik benötigt allgemein keinerlei Vorbereitung. Es muss lediglich an ein Seil gedacht und ein geeigneter Platz zur Ausübung der gemeinsamen Tätigkeit gesucht werden.

#### Durchführung:

Zwei der Teamer binden sich ein Seil um den Bauch und stellen sich einander gegenüber. Der Gruppe wird die Aufgabe gestellt, gemeinsam (egal auf welche Weise) über das Seil zu gelangen. Die Gruppe muss sich dabei gemeinsam über die Bewältigung dieser Aufgabe Gedanken machen und ein Konzept dafür „erarbeiten“. Dabei sollte(n)

- alle Teilnehmer/innen über das Seil zur anderen Seite gelangen
- keiner der Teilnehmer/innen das Seil berühren.
- möglichst keine Hilfsmittel verwendet werden.

## Baustein II

### Mit allen Sinnen

#### Beschreibung:

Ziel dieses erlebnispädagogischen Bausteins ist die bewusste Wahrnehmung der Umgebung. Durch das Erfühlen von Gegenständen aus der Natur sollen die Teilnehmer/innen für die Besonderheiten ihres Umfeldes sensibilisiert werden.

#### Vorbereitung:

Abseits des Pilgerweges sollte ein ruhiger Platz ausgesucht und wie folgt vorbereitet werden: Zum einen müssen Sitzgelegenheiten für jedes Gruppenmitglied geschaffen werden, zum Beispiel in Form von Baumstämmen, die im Kreis aufgestellt werden (es eignet sich aber auch ein Grillplatz oder ähnliches). Außerdem werden je nach Gruppengröße Plastikbecher mit verschiedenen, natürlichen Inhalten gefüllt, die von den Pilgern später mit verbundenen Augen erastet werden müssen. Als Inhalte kommen alle Gegenstände in Frage, die den Pilgern auf ihrem Weg unbewusst begegnen: Steine, Blumen, Baumrinde, Erde, Nüsse, Blätter, Rasen, Vogelfeder, Regenwürmer usw. Aus diesem Grund ist es ausreichend, sie vor Ort zu sammeln. Die gefüllten Becher werden in der Mitte des Sitzkreises aufgestellt und mit einem großen Tuch bedeckt.

#### Durchführung:

Die Pilgergruppe teilt sich in zwei gleich große Gruppen auf: Die eine Hälfte nimmt auf den vorbereiteten Sitzplätzen Platz und schließt die Augen. Die andere Hälfte bekommt pro Person von einem der Teamer einen der zuvor vorbereiteten Becher zugeteilt. Anschließend stellt sich jeder Becherbesitzer vor eine „blinde Person“ des Sitzkreises. Wenn jeder einem Partner gegenübersteht, beginnt die Übung durch ein akustisches Signal eines Teamers, woraufhin der Becherinhalt zum Ertasten in die Hände seines Gegenübers gelegt wird. Innerhalb einer Minute muss der Gegenstand erkannt werden. Die richtig geäußerte Vermutung des Ratenden wird allerdings nicht verbal, sondern nur durch ein leichtes Klopfen auf die Schulter bestätigt. Nach Ablauf der Zeit wendet sich jeder Sehende mit dem Inhalt seines Bechers nach Rechts und verfährt nach dem gleichen Prinzip, solange bis er wieder an seinem Ausgangsort angekommen ist. Erst dann werden die Gruppen gewechselt. Auch die Becher werden gegen die noch verdeckten vertauscht, so dass niemand einen Vorteil aus der Vorrunde hat. Nach Beendigung dieses Tastspiels setzt die

Gruppe unkommentiert ihr Pilgern mit der Aufforderung, die kleinen Einzelheiten der umliegenden Landschaft bewusster wahrzunehmen, fort.

### **Baustein III** **Vertrau mir!**

#### **Beschreibung:**

Dieser erlebnispädagogische Baustein fördert die bewusste Auseinandersetzung mit sich selbst und dem Nächsten. Im Rahmen dieser Übung werden die Teilnehmer/innen dazu herausgefordert auf die Anweisungen ihres Gruppenpartners zu vertrauen. Das unbehagliche Gefühl und Zweifel an den Absichten des Teampartners müssen dabei überwunden werden. Die Übung wird dadurch zu einer Selbst- und Grenzerfahrung jedes Teilnehmenden.

#### **Vorbereitung:**

Im Vorfeld sollte von den Teamern ein angemessenes Gelände gewählt werden, das keine Gefahrenzonen hat, die zu ernsthaften Verletzungen führen könnten, d.h. nicht in der Nähe von steilen Berghängen und tiefem Gewässer, und nicht in einem dicht bewaldeten Waldstück. Die Gruppen dürfen währenddessen nicht außer Sichtweite der Teamer gelangen, sodass niemand „verloren“ geht.

#### **Durchführung:**

Für diese Übung finden sich immer zwei Personen zusammen. Einem Teilnehmenden aus jedem Team werden die Augen verbunden. Anschließend sollen die Teams ca. 10 Minuten gemeinsam das umliegende Territorium erkunden. Dabei muss der Blinde so geführt werden, dass er das Gelände sicher durchqueren kann. Auch bei dieser Tätigkeit soll nicht gesprochen werden, sondern lediglich über Berührung miteinander kommuniziert werden. Eine Berührung am linken Arm bedeutet beispielsweise, sich nach Links zu wenden. Jedes Team einigt sich vorher individuell auf diese Kommunikationszeichen. Bei der abendlichen Reflexionsrunde sollten die Teilnehmenden die Möglichkeit bekommen, ihre Gedanken zu dieser Übung zu äußern.

### **Baustein IV** **Schweigen und Wahrnehmen**

#### **Beschreibung:**

Im Mittelpunkt dieses methodischen Bausteins steht das Schweigen, Fühlen, Denken.

Durch das schweigende Betrachten von Bildern auf dem Weg werden die Teilnehmer/innen dazu eingeladen, sich Zeit zu nehmen über nicht alltägliche Situationen nachzudenken. Ein weiteres Ziel ist es, den jungen Pilgern Denkanstöße zu geben, die andere Denkweisen und Ansichten aufzeigen und die der eigenen Meinung gegenüber gestellt werden.

#### **Vorbereitung:**

Ein Teil der gesamten Tagesstrecke wird als Schweigepfad bestimmt. Auf der zu laufenden Strecke werden in regelmäßigen Abständen zwischen zehn und fünfzehn laminierte Bilder befestigt, die zum Nachdenken über verschiedene Dinge aus dem eigenen Alltag anregen sollen. Für die Vorbereitung des Schweigepfades müssen ca. vier Personen zur Verfügung stehen: Zwei Personen nehmen unter den Pilgern die Funktion von Schweigewächtern ein, welche die Gruppe zum ständigen Schweigen anhalten und darüber bis zum Ziel wachen. Eine weitere Person muss am Ende der Gruppe laufen, um die zuvor von einer weiteren Person ausgehängten Bilder wieder einzusammeln und mitzunehmen.

#### **Durchführung:**

Bevor die Pilger ihren Schweigepfad beginnen, sollte ein Teamer vorauslaufen und die vorbereiteten Bilder in regelmäßigen Abständen anbringen. Während des schweigenden Laufens sollen die Pilger bewusst an den Bildern vorbeigehen, kurz anhalten, um sie zu betrachten und sich eigene Assoziationen machen. Die ungewöhnlichen, neu gewonnenen Eindrücke sollten bei der gemeinsamen Fortsetzung der Pilgerstrecke in der Gruppe allerdings im völligen Schweigen für sich selbst verarbeitet werden. Nachdem der letzte Pilger an einem Bild vorbeigepilgert ist, muss ein weiterer Teamer, der als letztes hinter der Gruppe geht, dieses wieder abnehmen und bis zur Ankunft am Ziel der Strecke bei sich tragen.

Diese Übung lässt sich ebenso mit Textaustauschnitten durchführen, die sich thematisch mit Alltags-, Lebens- oder aktuellen Problemfragen der Jugendlichen befassen.

### **Baustein V** **Feuer, Wasser, Erde, Luft – wo bist du?**

#### **Beschreibung:**

Bei diesem methodischen Baustein zu den Elementen Feuer, Wasser, Erde, Luft, soll es



um die Selbstfindung im natürlichen Ganzen gehen. Dem Pilger soll die Verbundenheit zwischen Mensch und Natur erkenntlich gemacht werden, indem er sie spürt und erlebt. Dadurch soll ein Verständnis für die Sensibilität der Natur entstehen. Das Gefühl für die natürliche Art der Fortbewegung soll dem Pilger ebenso gewöhnlich werden, wie der Respekt vor seiner Umwelt.

**Vorbereitung:**

In der Vorbereitung werden unterschiedliche Wegabschnitte ausgewählt, die sich von den Teilnehmer/innen abschnittsweise barfuß durchqueren lassen – ein weicher Laubboden oder erdbedeckter Waldboden, ein Bachlauf oder Fluss mit geringer Höhe des Wasserstandes und eine Graswiese.

**Durchführung:**

Während des Tages werden einzelne Wegstrecken mit den Teilnehmer/innen barfuß erlebt. Dazu muss die Pilgergruppe ab einem festgelegten Punkt ihre Schuhe und Socken ausziehen. Zunächst gilt es barfuß auf einem zuvor von einem Teamer ausgesuchten Wegabschnitt „durch den Wald zu gehen“. Ein Teamer sollte vorausgehen, um die Gruppe auf dem richtigen Pfad zu führen und anzuweisen. Anschließend wird eine kurze Strecke durch einen Wasserlauf gegangen und somit unter anderem für Erfrischung der vom pilgern müden Füße gesorgt. Als letzten Abschnitt können sich die Pilger innerhalb einem vorgegebenen Zeitrahmen frei auf einer Wiese bewegen und sie alleine oder in Grüppchen entdecken. Zwischen den Wegabschnitten, die barfuß gegangen werden, können die Teilnehmer/innen entscheiden weiter barfuß zu gehen oder aber sich das vorhandene Schuhwerk wieder anzuziehen.

**Baustein VI**

**Carpe diem**

**Beschreibung:**

Dieser Baustein dient der Erholung, der Besinnung und der Reflexion. Die Pilgergruppe taucht dazu ganz in das Leben eines Klosters ein.

**Durchführung:**

Der Tagesrhythmus wird durch die Stundengebete und die Mahlzeiten eines Klosters strukturiert. Damit die Pilgergruppen über den Tag nicht „zerfällt“, ist es wichtig, dass die Stundengebete, die Mahlzeiten und die Aktivitäten auch an diesem Tage gemeinsam wahrgenommen werden.

Ein Tag im **Kloster Volkenroda** könnte wie folgt gestaltet werden:

|  |   |
|--|---|
| 7:30 Uhr                               | Morgenandacht<br>in der Klosterkirche   |
| 10:00 Uhr                              | Führung durch das<br>Kloster Volkenroda |
| 12:00 Uhr                              | Mittagsgebet<br>in der Klosterkirche    |
| Anschließend Zeit zur freien Verfügung |   |
| 16:00 Uhr                              | Führung durch<br>den Christus Pavillon  |
| 18:00 Uhr                              | Abendgebet<br>in der Klosterkirche      |
| 20:00 Uhr                              | Reflexion in der Gruppe                 |



## Weitere Programmbausteine (entnommen aus dem PraxisHandBuch „AbenteuerPilgern“)

### ● Barfuß-Karawane:

Alle stellen sich barfuß hintereinander und schließen die Augen mit Ausnahme der vordersten Person. Nun geht die „Barfuß-Raupe“ über Wiesen und Äcker, durch Pfützen und Schlamm, Laub und Kies. Das massiert die Füße und verstärkt die Wahrnehmung für den eigenen Körper.

### ● Wahrnehmungsübung: Naturmemory

Auf dem Weg, der zurückgelegt wird, sammeln alle Gegenstände, auf die sie aufmerksam werden (Blätter, Blumen, Müll etc.), oder nehmen Gegenstände, die sie selbst beim Pilgern dabei haben. In einer Pause werden alle Gegenstände unter ein Tuch gelegt. Die Gruppe setzt sich um das Tuch, das für eine Minute weggezogen wird und dann wieder über die Gegenstände gelegt wird. Nun zählen alle auf, was sie alles gesehen haben. Es kann ein Austausch erfolgen, was die Teilnehmenden an dem einen oder anderen Gegenstand Besonderes entdeckt haben, was er für sie oder für das Pilgern bedeutet.

### ● Emmausgang:

Für eine bestimmte Wegstrecke geht die Gruppe paarweise und tauscht sich über ein vorgegebenes oder frei wählbares Thema aus.

### ● Imaginäre Pilgerfotos beschreiben:

Rast auf einer Wiese, gedankenverloren sitzen alle da und lassen den Blick schweifen. Viele Bilder und Eindrücke gehen durch den Kopf. Sie sind meist schnell wieder vergessen und durch neue Bilder ersetzt. Welche Szene war heute am eindrucklichsten, welcher Ausblick am Schönsten? Wenn jeder eine Bild beschreibt, entsteht ein richtiges Pilger-Fotoalbum!

### ● Steine erfühlen:

Intention: Sensibilisierung der Wahrnehmung durch Erfühlen und Wiedererkennen eines Steines.

Alle Teilnehmenden suchen sich einen Stein, betrachten und betasten ihn sorgsam. Anschließend sammelt der Spielleiter die Steine ein. Die Gruppe bildet einen Kreis, alle nehmen die Hände auf den Rücken. Vom Spielleiter werden die Steine in willkürlicher Reihenfolge ausgeteilt. Die Steine dürfen nur erfühlt, nicht betrachtet werden. Auf

ein Zeichen hin geben alle die Steine hinter dem Rücken gleichzeitig nach rechts weiter. Dies wiederholt sich jeweils nach einer kurzen Weile fortlaufend. Wer den eigenen Stein fühlend wieder erkennt, tritt einen Schritt nach hinten aus dem Kreis heraus. Schließlich hat jede und jeder den eigenen Stein wieder.

### ● Klopfen:

Die Gruppe steht im Kreis. Alle Teilnehmenden haben zwei Steine, die aneinander geschlagen werden können. Der Schlag wird im Kreis weitergegeben. Zweimal klopfen bedeutet Richtungswechsel. Wer sich „verschlägt“, muss ausscheiden. Es wird gekämpft, bis zwei Spielende übrig bleiben.

### ● „Ich sehe was, was du nicht siehst“:

Dieses bekannte Kinderspiel kann ein guter Einsieg sein, sich das vor Augen Liegende bewusst zu machen. Eine Variante dieses Spiels ist, sich in vorgegebener knapp bemessener Zeit (etwa eine Minute) möglichst viele „Dinge“ des Ortes einzuprägen und dann aufzuschreiben oder zu nennen.

### ● Ortsgeheimnisse ertasten:

Zwei finden sich zusammen, der eine führt den anderen, der die Augen schließt, und lässt ihn eine vorher festgelegte Zahl von Geheimnissen (z.B. Wegweiser, angeknabbertes Blatt eines Baumes) entdecken. Die blinde Person versucht dann mit geöffneten Augen die Geheimnisse wiederzufinden.

### ● Menschliche Kamera:

Zwei finden sich zusammen, der eine führt den anderen, der blind ist. Bei einer vorher festgelegten Anzahl von Motiven wird der Auslöser betätigt, und die blinde Person öffnet für einen Augenblick ihre Augen. Anschließend erzählt sie dem Partner oder der Partnerin, wie sie den Ort über die verschiedenen Augenblicke wahrgenommen hat.

### ● Zeichnen:

Der Ort oder ein Detail des Ortes kann auch ins Pilgerbuch gezeichnet werden. Diese Methode braucht allerdings etwas Zeit.

Den Weg malen:

Die Gruppe kann ein gemeinsames Bild vom ersten Tag unterwegs bis jetzt zusammen malen oder mit Materialien (Pilgerbücher, Utensilien des alltäglichen Gebrauchs, Na-

turmaterialien etc.) auf den Boden legen. So werden nochmals prägende Ereignisse und Begebenheiten im wahrsten Sinne des Wortes sichtbar gemacht.

● **Vogelweibchen sucht Vogelmännchen**

Zusätzliches Material: Tücher, um die Augen zu verbinden.

Teilnehmerzahl: etwa 10 Spieler und Spielerinnen.

Spielort: Waldstück.

Intention: Balzverhalten und Partnersuche der Singvögel nachvollziehen.

Die Teilnehmenden finden paarweise zusammen. Jedes Paar besteht aus einem Vogelweibchen und einem Vogelmännchen. Jedes Vogelpaar einigt sich auf einen Rhythmus, den das Vogelmännchen mit zwei Steinen klopfen wird. Den Vogelweibchen werden anschließend die Augen verbunden. Der Spielleiter verteilt die Vogelmännchen auf einem kleinen Waldstück, wenige Meter voneinander entfernt. Sind alle Vogelmännchen am Platz, beginnen sie ihren Rhythmus zu klopfen, um ihr Weibchen anzulocken. Hat das Vogelweibchen sein Männchen gefunden, hört das Männchen auf zu klopfen. Wenn alle Singvögel schweigen, ist die Partnersuche beendet.

● **Dichten:**

Ein Gedicht zu einem Ort zu formulieren kann eine gute Übung zur Verdichtung der eigenen Erfahrung sein. Wichtig ist der Hinweis, dass ein Gedicht keineswegs eine Reimform braucht. Folgende Struktur ist eine hervorragende Hilfe, damit auch Ungeübte eindrucksvolle lyrische Texte entwerfen können. Es ist das so genannte Elfchen, da es sich um ein Gedicht mit 11 Wörtern handelt (1. Zeile: Ein Wort – Eigenschaft, 2. Zeile: Zwei Wörter – Ortsbezeichnung; 3. Zeile: Drei Wörter – wie ist/wirkt der Ort?, 4. Zeile: Vier Wörter – was tut er in Bezug auf mich?; 5. Zeile: Ein Wort). Am Beispiel der Wegkreuzung könnte das so aussehen:

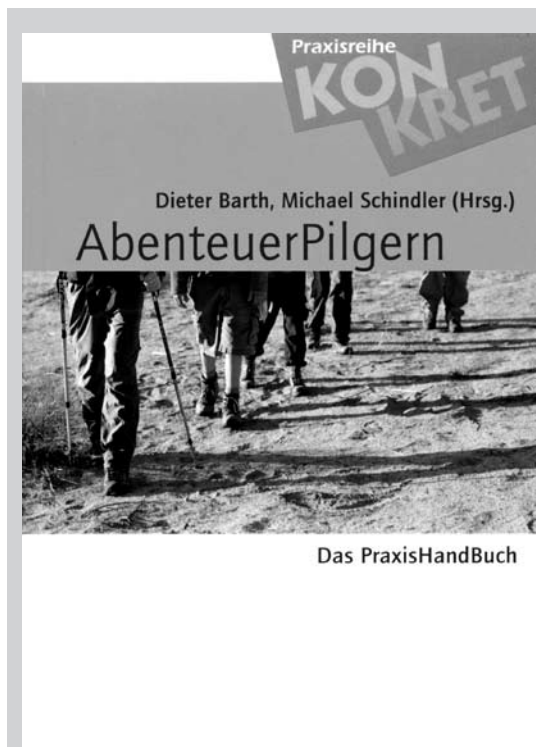
**Wohin**

**Du Wegkreuzung**

**Fragst du mich schweigend**

**Zwingst mich zu wählen**

**Weiter!**



Dieter Barth, Michael Schindler (Hrsg.)

**AbenteuerPilgern**

Das PraxisHandBuch

14,8 x 21 cm; 124 Seiten; kartoniert

Verlag Katholisches Bibelwerk

ISBN 978-3-460-32578-4

**Mit dem PraxisHandBuch „Abenteurpilgern“ aus der Reihe „konkret“ erhalten die Verantwortlichen in der Arbeit mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen in sieben Schritten entscheidende Impulse für kleine und große Pilgerreisen: aufzubrechen – Schritte zu gehen – anzukommen – Abschied zu nehmen – nach Hause zu gehen – heim zu kommen und zurück zu blicken.**

*Neben dem „PraxisHandBuch“ für die Vorbereitung und Leitung von Pilgerreisen, ist „Der spirituelle Wegbegleiter“ mit zahlreichen Impulsen die ideale Ergänzung für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer unterwegs.*

(ISBN 978-3-460-32576-0)

# Unterwegs einkehren und verorten

Kirchenräume wahrnehmen

Von weitem sichtbar oder versteckt in den Dörfern: die Kirchen. Wie Perlen auf einer Kette sind sie aufgereiht auf einem Pilgerweg. An jeder Kirche wird die Frage gestellt werden: Gehen wir hinein?

Motive hierfür sind vielfältig.

- endlich mal wieder sitzen und ausruhen
- nur mal hineinschauen
- die Zeit zur Stille und zum Gebet nutzen
- die Kühle an einem heißen Sommertag nutzen
- Kraft und Energie tanken

Die Auswahl für den Besuch einer Kirche wird sowohl geplant als auch spontan sein. Je nach Wetter und Gruppensituation entscheidet eine Gruppe recht kurzfristig, ob die Kirche aufgesucht wird. Geplant oder eher spontan, es lohnt für die Leitung ein paar Methoden „in der Tasche“ zu haben. Die Raumwahrnehmung – Schönheit, Akustik oder Stil – ist jeweils herausfordernd für jede einzelne Person. Es gilt, Zugänge zu ermöglichen durch Wahrnehmungsübungen; Kommunikation und Impulsen.

Für die Pilgerwanderung kann der Besuch einer Kirche sehr bedeutend und für den Tag prägend werden. Eine Kirche stellt einen Kontrast zur Natur dar und ist Kulturgut ganz besonderer Art. Baulich stellen Kirchen häufig die größten Kunstschatze einer Region dar und beschreiben damit einen hohen tou-

ristischen Wert. Kirchen sind jedoch genauso Orte gelebten Glaubens und Zentrum einer Kirchengemeinde. Sie sind Stein gewordener Glaube und bilden in vielen Facetten den Glauben und das Hoffen von Christen der vergangenen Jahrhunderte ab und vernetzen zugleich durch ihr „Gedächtnis“ zur heutigen lebendigen und anwesenden Gemeinde. Bischöfin Käßmann beschreibt Kirchen als „jahrhundertlang durchbetete Räume“. Kirchenräume können insofern davon etwas spüren lassen.

In Kirchen zu Gast sein heißt auch immer in einer Gemeinde zu Gast zu sein. Deshalb ist Respekt und Zurückhaltung geboten. Zugleich besteht die Möglichkeit, Menschen zu begegnen und in ein Gespräch einzutreten. In vielen Gemeinden entlang des Pilgerweges Loccum-Volkenroda sind verlässliche und gastfreundliche Menschen zu finden, die sich auf Pilgernde freuen und sich auf sie einstellen.

Damit das Einkehren in einer Kirche eine gelungene Unterbrechung wird,

*... kann die Gruppe den Raum erkunden.*

Methodisch bietet sich das Ablegen eines Gegenstandes an: Ein Stein, ein Blatt Papier, ein Stück Stoff werden von den Gruppenmitgliedern an Orten im Kirchenraum abgelegt, an denen sie entweder etwas besonders schön finden oder auch etwas nicht verstehen und







eine Frage stellen möchten (Empfehlung: Nur ein Aufgabenimpuls setzen). Anschließend kommt es zu einer gemeinsamen Begehung, bei der die Orte aufgesucht werden und die Personen ihren Eindruck und ihre Frage nennen. Es ist nicht wichtig, das Leitende alles wissen. Die Gruppe ist häufig imstande z. B. Symbole miteinander zu erschließen.

*... kann eine Kerze entzündet werden.*

Altarkerzen, die Taufkerze sind entsprechenden gottesdienstlichen Anlässen vorbehalten und können natürlich – ggf. nach Rücksprache vor Ort – für eine kleine Andacht entzündet werden. Viele Kirchen haben Gebetsleuchter. Dort können kleine Kerzen, möglicherweise verbunden mit einem kleinen Gebet oder eines Personengedenkens entzündet werden.

*... singt die Gruppe ein Lied.*

Das kann ein alter Choral aus dem Evangelischen Gesangbuch sein, ein Kanon oder auch der „Gruppenshanty“. Ziele können sein: die Akustik und die Raumgröße zu spüren, den Klang bzw. auch den Hall – natürlich ist es auch eine schöne geistliche Übung in einer Kirche zu singen, denn dort fällt es deutlich leichter. Der Klang trägt – probiert es!

*... kann die Gruppe miteinander oder einzeln eine Zeit des Gebets vereinbaren und ausüben.*

Das braucht sicherlich ein eingebettetes Ritual, das für die Gruppe umsetzbar ist. Der Ort dafür ist prima. Gebet und Kirche passen sehr gut zusammen. Möglicherweise gibt es Anliegen, die hier besonders genannt werden können. Vielleicht werden fürbitend Namen genannt oder ein Dank für die bisherige Bewahrung zu Gott gebracht.

*... bildet ein Kunstwerk (Altarbild, Grabstein, Ausmalung) das Hauptziel des Verweilens in dieser Kirche ab.*

Hierfür hat die Gruppenleitung sich Grundkenntnisse vorab verschafft und methodische Überlegungen getroffen. Eine Postkarte hiervon könnte eine Erinnerung an die Kirchenbegehung sein.

*... werden die Sinne geschärft.*

Riechproben in alten Kirchen sind nicht immer angenehm, doch ergänzen sie deutlich die Augenleistung. Das Hören ist gesanglich oder auch mit ggf. vorhandenen oder mitgebrachten Musikinstrumenten umsetzbar. Essen sollte die Gruppe nur dann in einer Kirche, wenn eine klare Rücksprache mit der Gemeinde getroffen wurde und dieses gestattet worden ist. Damit ein Kirchenraum „begriffen“ werden kann, ist ein Tasten der Wände, des Bodens, von erreichbaren Darstellungen (vorsichtig!) und nicht zuletzt der (dicken) Mauern an den Außenwänden oftmals hilfreicher als viele Worte.

*... bricht die Gruppe gesegnet auf.*

Möglicherweise segnet ein Gemeindeglied vor Ort die Gruppe bevor sie weiterzieht.

Bekanntermaßen wirken Bibelworte in der Kirche wie auch die Stilleübung in besonderer Weise – ihr hoher Stellenwert ist bekannt. Deshalb wird es hilfreich sein und die Wirkung steigern, wenn ein Text z. B. in besonderer Art gelesen (aus dem „Off“) oder in einer besonderen Haltung (liegend, ...) gehört wird. Einen Bibelvers mal in einer Kirche laut oder leise, rezitierend und umhergehend zu sprechen, kann für einzelne oder auch als Gruppenprozess von besonders wertvoller Erfahrung sein.

Nach intensiver Verortung, die je nach Impuls und Methode zwischen 20 Minuten und einer Stunde dauern kann, bricht die Gruppe auf und verlässt die Kirche aufgeräumt und wertschätzend der Gemeinde gegenüber.

# Rituale beim Pilgern

Ein wichtiger Bestandteil im Tagesablauf

Rituale sind ein wichtiger Bestandteil in unserem Leben. Angefangen vom Abschiedskuss beim Verlassen des Hauses bis hin zu großen Passageriten wie der Konfirmation. Rituale strukturieren unseren Alltag, stärken die Gemeinschaft und geben uns Sicherheit in einer vom Wandel bestimmten Zeit. Ganz besonders dann, wenn wir uns auf etwas Neues einlassen, uns gemeinsam auf den Weg machen, sollten auch Rituale einen Platz haben.

Im Folgenden möchte ich einige Rituale vorstellen, die ich zum Teil selbst auf einer einwöchigen Pilgerreise des Kirchenkreisjugenddienstes Osterholz-Scharmbeck erprobt habe und die zu wichtigen Wegbegleitern auf unserer Reise wurden.

## Pilgersäckchen

Das Pilgersäckchen gilt als äußeres sichtbares Zeichen der Pilgerschaft. Gemeinsam mit den Teilnehmer/innen kann es vor einer Pilgerreise erstellt werden, so dass „Schätze am Weg und in der Natur“ auf der Reise darin eingesammelt werden können. Anhand der gesammelten Gegenstände kann in Form eines abschließenden Ritus die Pilgerwanderung nochmals Revue passiert werden bzw. vom Erlebten erzählt werden. Auch besteht die Möglichkeit, das Pilgersäckchen bereits während der Pilgerwanderung in die Tagesplanung mit einfließen zu lassen.

## Pilgerbüchlein

In der Praxis hat sich ein Pilgertagebuch als guter Wegbegleiter bewährt. Dieses wird vor der Pilgerwanderung an die Teilnehmer/innen ausgehändigt. Texte, Andachten und Lieder können in dem Pilgerbüchlein abgedruckt werden. Darüber hinaus sollte ausreichend Platz für eigene Gedanken, Skizzen und Wünsche der Teilnehmer/innen sein. Als kleiner Tipp: Planen Sie eine feste Zeit im Tagesablauf für das Schreiben im Pilgerbüchlein ein.

## Ablegen eines Steines

Nach alter Pilgertradition nimmt jede/r Pilgernde einen Stein von zu Hause mit, der während der Pilgerreise an geeigneter Stelle (z.B. unter einem Kreuz) abgelegt wird. Der Stein symbolisiert die Last, die der/die Pilgernde während seiner/ihrer Wanderung ablegt.

## Morgen- und Abendritual

Der Morgen und der Abend eines jeden Pilgertages kann nach einer zuvor festgelegten Liturgie begonnen und beschlossen werden. Neben Liedern, Gebeten und Segenshandlungen, nimmt am Abend die Reflexion des Tages einen wichtigen Platz ein. Diese könnte mit Hilfe von Federn und Dornen unter der Fragestellung eingeleitet werden: Was hat mich heute beflügelt? Was war dornig an diesem Tag?

### Morgenritus (20 min)    Abendritus (30 min)

- |   |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Lied</li><li>• Pilgergebet</li><li>• Ziehen einer Losung aus Dosungen*</li><li>• Stille</li><li>• Lied</li><li>• Vater Unser</li><li>• Pilgersegen</li><li>• Lied</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Lied</li><li>• Abendgebet</li><li>• Fragen zum Tag</li><li>• Stille</li><li>• Gedanken zum Tag</li><li>• Stille</li><li>• Dankgebet</li><li>• Lied</li><li>• Segen</li><li>• Lied</li></ul> |
|---|---|

\* Dosungen: 365 Bibelverse zum Selberziehen.  
ISBN-13: 978-3789374890

## Textmeditation

Im Rahmen der Morgenandacht kann ein Wege-Text an die Teilnehmer/innen ausgehändigt werden (Losungen, Bibelsprüche oder Literarisches), welcher auf dem Weg verinnerlicht und auswendig gelernt wird. Als Wegeimpuls kann der Text wiederholt, und ggf. in der Abendandacht erneut aufgegriffen werden.

## Wege-Schal

Als ein weiteres Abendritual können die Ergebnisse des Tages (Erlebtes, evtl. der Tagestext, Gesehenes etc.) auf Stoffschals aufgeschrieben werden (jeden Tag 1m Stoffrest, länglich). Die Tage werden anschließend aneinander genäht, so dass mit der Zeit der Schal zu einem richtigen Weg wird. Auf diese Weise wächst das Erlebte mit und geht nicht verloren.

## Ankomm-Ritual

Am Zielort angekommen, könnten sich die Teilnehmer/innen gegenseitig mit einer „Abklatschrunde“ für die geschaffte Etappe belohnen

„Am Ende der Pilgertour können im Tagebuch auch Wünsche und Erinnerungen zwischen den Teilnehmenden ausgetauscht werden.“

Ortrun Iser

# Weggeschichten

Biblische Texte zum Pilgern

In den Schriften des Alten und Neuen Testaments finden sich zahlreiche Weggeschichten: Dem Volk Israel offenbart sich Jahwe als ein mitgehender Gott. Im Neuen Testament begegnen wir dem umherziehenden Jesus von Nazareth.

Weggeschichten erzählen vom Unterwegssein der Menschen, vom Sinn des Daseins und dem Wunder der Verwandlung. Mit auf den Weg genommen, können sie Anstöße geben und Impulse setzen. Sie können meditiert, erzählt und auf vielfältige Weise erschlossen werden.

## Aufbrechen

*Gen 12,1-9*: Abrahams Berufung

*Ex 3,1-12*: Moses Berufung

*Rut 1,1-22*: Rut und Noomi

*Jon 1,1-3*: Jonas Berufung

*Mk 1,16-20*: Die Berufung der ersten Jünger

*Mk 6,7-10*: Die Aussendung der Zwölf

*Lk 10,3-5*: Die Aussendung der zweiundsiebzig Jünger

## Auf dem Weg sein – Texte für unterwegs

*Gen 28,10-22*: Jakob schaut die Himmelsleiter

*Gen 32,23-32*: Jakobs Kampf am Jabbok

*Gen 37-45*: Josefs Geschichte

*Ex 13,17-22*: Die Wolken- und Feuersäule

*Ex 15,22-27*: Wasser in der Wüste

*Ex 16,1-18*: Wachteln und Manna in der Wüste

*1. Kön 19,1-21*: Elia am Berg Horeb

*Jona 2,1-11*: Jonas Gebet

*Mt 4,1-11*: Jesu Versuchung

*Mt 5,1-7,29*: Die Bergpredigt

*Mt 28,16-20*: Der Missionsbefehl

*Mt 14,22-33*: Der sinkende Petrus

*Mk 2,1-12*: Die Heilung eines Gelähmten

*Mk 10,17-27*: Der reiche Jüngling

*Mk 14ff*: Die Passionsgeschichte

*Mk 16,1-8*: Die Auferstehung

*Lk 2,1-20*: Jesu Geburt

*Lk 5,1-11*: Der Fischzug des Petrus

*Lk 9,57-62*: Vom Ernst der Nachfolge

*Lk 15,11-32*: Vom verlorenen Sohn

*Apg 1,1-14*: Christi Himmelfahrt

## Jesu „Ich-bin“-Worte

- *Joh 6,35*: Das Brot des Lebens
- *Joh 8,12*: Das Licht der Welt
- *Joh 10,9*: Die Tür
- *Joh 10,14f*: Der gute Hirt



- *Joh 11,25ff*: Auferstehung und Leben
- *Joh 14,6*: Weg, Wahrheit und Leben
- *Joh 15,5*: Der Weinstock

## Ankommen - Heimkehren

- *Mt 2,9-11*: Die Weisen aus dem Morgenland
- *Lk 24,13-35*: Die Emmausjünger
- *Joh 12,12-19*: Der Einzug in Jerusalem
- *Num 6,24-26*: Der aaronitische Segen

## Psalmen für unterwegs

*Psalms 8*

*Psalms 22*

*Psalms 23*

*Psalms 42*

*Psalms 84*

*Psalms 91*

*Psalms 104*

*Psalms 118*

*Psalms 121*

*Psalms 139*

## --- Tipp ---

Für eine Pilgertour kann man die einzelnen Abschnitte des Vaterunser methodisch aufarbeiten. Dazu kann als roter Faden das Vaterunser in Gebärdensprache eingeübt werden.

### Literaturhinweis:

Weggedanken zu zahlreichen Bibeltexten, sowie Lieder und Gebete für den Weg, finden sie im „Loccumer Wegbegleiter. Texte und Lieder für Pilger“. (siehe Literaturhinweise)

# Gemeinde in Bewegung

Eine mobile Pilgerandacht

## Grundidee

Diese Andacht wird nicht an einem Ort gefeiert, sondern an verschiedenen Stationen. Als „Weglieder“ für unterwegs kann man Songs aus der neueren Musik auswählen. Sehr gut eignet sich z.B. „I can see clearly now“ von Bob Marley. Ein, zwei fähige MusikerInnen mit Motivierungspotential sind unverzichtbar. Schön wäre, wenn jemand Akkordeon spielen könnte. Die Andacht ist für Jugendliche ab 15 Jahren gedacht. Eltern oder ältere Gemeindeglieder sind gern gesehen.

## 1. Station

(in einer Kirche)

**Orgelvorspiel**, ganz traditionell

### Begrüßung:

Wir feiern diese Andacht im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen. Herzlich Willkommen zu dieser besonderen Andacht. Wir beginnen hier in der Kirche, als Zeichen, dass unser Glaube immer einen Ort hat, wo er Gott nahe sein kann. Wir beginnen hier, aber wir bleiben da nicht. Wir gehen hinaus, als Zeichen, dass unser Glaube in die Welt gehört und dass er in Bewegung bringen kann, uns und andere.

**Lied:** *Halte deine Träume fest* (Lieder zur Ökumenischen Dekade, Nr. 24)

### Gebet:

Lieber Gott,  
wir danken dir  
für all' die tollen Leute hier.  
Stell unsren Fuß  
auf weiten Grund  
und mach uns Herz und Geist gesund.  
Amen

### Auszug mit Akkordeon

*Bis zur nächsten Station sollten es ungefähr 2 Kilometer sein. Alle weiteren Stationen sollten je 1 Kilometer auseinander liegen.*

## 2. Station

**Psalmgebet** im Wechsel: Psalm 121  
(EG Nr. 749)

**Lesung:** Mt. 10, 5-14: Die Aussendung der Zwölf (Übersetzung Gute Nachricht Bibel)  
*Der Text sollte nicht einfach nur gelesen, sondern mit den Mitteln des Texttheaters\* von Jugendlichen gestaltet werden. Dies kann nicht spontan geschehen, sondern muss vorbereitet sein.*

**Kanon:** Jeder Teil dieser Erde  
(Lieder zur Ökumenischen Dekade, Nr. 32)

### Aufbruch mit Akkordeon

## 3. Station

### Predigt:

Liebe Pilgernde ! Habt Ihr einmal nachgezählt, wie oft Ihr in Eurem Leben schon die Koffer gepackt habt: wegen Umzug, Urlaub, Besuch, Ausflug oder vielleicht auch Krankenhaus? Seid Ihr jedes Mal gerne weggefahren oder manchmal auch mit Bedauern?

Die meisten von Euch sind viel an den Wochenenden unterwegs und legen oft große Strecken zurück. Das ist für Euch ganz normal.

Jede Reise ist ein kleines Abenteuer. Unterwegs kann sich eine Menge ereignen. Jedes Unterwegssein erfordert Vertrauen. Wer sich fürchtet, geht nicht los oder nur gezwungenermaßen. Menschen heute sind mobil. Sie sind viel mehr in Bewegung als die Leute in früheren Zeiten. Sie tun das freiwillig, während man früher vor allem wegging, wenn Gefahr drohte. Aber bei aller Mobilität, wird der Wunsch nach Sicherheit und Geborgenheit nicht schwächer. Niemand hält es aus, im ständigen Wechsel zu leben. Jede und jeder sehnt sich nach etwas, das zuverlässig und dauerhaft ist, nach "Heimat".

In der modernen Philosophie geht man davon aus, dass es eben das nicht gibt. Der Zufall hat uns auf die Bühne des Lebens gekegelt und wir müssen zusehen, eine halbwegs gute Vorstellung abzugeben in der Frist, die uns gegeben ist. Das Leben wird als Irrfahrt gesehen, als eine Reise ohne Bestimmung, die grundlos beginnt und genauso grundlos irgendwann abbricht. Heimatloser als in dieser Vorstellung kann man kaum sein. Der Mensch ist unterwegs und kann wohl selbst bestimmen, was er tut. Doch eigentlich ist es vollkommen gleichgültig, wofür er sich entscheidet, weil am Ende der Tod ohnehin alles wieder einkassiert. Geist und Bewusstsein – ein Betriebsunfall der Evolution. Die

\* siehe Anhang



Welt ist zu klein für den Menschen. Er gehört nicht hierher. Er ist ein Durchreisender ohne Heimat. Soweit die moderne Vorstellung. Die Bibel insgesamt hat eine andere Sicht der Dinge. In einem Punkt allerdings teilt sie die moderne Vorstellung. Auch sie sieht den Menschen als Durchreisenden. Auch für sie ist die Welt für den Menschen zu klein. Wollte man eine Überschrift für die Bibel erfinden, so könnte man sie "das Buch der Unruhe" nennen. Denn ständig ist das Personal in ihr auf Reisen, auf der Suche, auf der Flucht oder auf Wanderschaft. Die Beziehung zwischen Gott und seinem Volk ist immer dann am engsten, wenn das Volk unterwegs ist. Sobald es sich niederlässt, fangen die Probleme an. Umgekehrt mussten die Israeliten erst mühsam lernen, dass sich Gott nicht in einen Tempel sperren ließ, sondern dass man ihm überall begegnen konnte. Aber gleichzeitig hörten sie niemals auf, sich nach einem festen Ort zu sehnen, nach einer Heimat, die es von aller Ruhelosigkeit erlösen sollte. Und dann taucht eines Tages in der Weltgeschichte ein Zimmermannssohn auf, der im Alter von 30 Jahren seine ordentliche Existenz aufgibt. Er verlässt Familie und Heimatort, um sich in der Weltgeschichte herumzutreiben. Er beginnt den Leuten von Gott zu erzählen, auf neue, unerhörte Weise. werden wir hören, was das bedeutet.

*Als aber Jesus die Menge um sich sah, befahl er, hinüber ans andere Ufer zu fahren. Und es trat ein Schriftgelehrter herzu und sprach zu ihm: Meister, ich will dir folgen, wohin du gehst. Jesus sagte zu ihm: Die Füchse haben Gruben, und die Vögel unter dem Himmel haben Nester; aber der Menschensohn hat nichts, wo er sein Haupt hinlege. (Mt.8,18-20)*

Das ist keine Klage, sondern ein Programm! Jesus macht radikal ernst mit der Heimatlosigkeit des Menschen in der Welt; er verzichtet auf alle scheinbaren Sicherheiten und lügt sich nicht darüber hinweg. Der Schriftgelehrte, der sich ihm anschließen will, wird gewarnt. Er soll sich sehr genau überlegen, was er da vorhat. Die Folgen seiner Entscheidung rühren ans Grundlegende. Wenn du mir nachfolgen willst, dann musst du in Bewegung bleiben, nicht nur physisch, sondern auch im Denken, auch in deinen Überzeugungen, erklärt Jesus dem Schriftgelehrten. Wenn du mir nachfolgen willst, dann darfst du das Vorläufige nicht mit dem Endgültigen verwechseln.

*Der Menschensohn hat nichts, wo er sein Haupt hinlege – das klingt beängstigend;*

nach einer Aufgabe allein für Superchristen, von Otto Normalvertrauendem nicht zu bewältigen. Aber Jesus geht es nicht darum, einen Hindernisparcours aufzustellen, den niemand fehlerlos hinter sich bringen kann. Was er hier über sich sagt, das bezieht er zugleich auf uns alle: Der Mensch geht nicht auf in der Welt. Wer das übersieht, wird nie erfahren, welche Möglichkeiten das Leben für uns bereithält. Aber zum Leben gehört eben auch das Vorläufige; gehören die alltäglichen Dinge. Es ist genauso falsch, wenn man mit ihnen nichts zu tun haben will.

Wir können in den Evangelien nachlesen, dass Jesus nicht vorhatte, möglichst schnell in die Ewigkeit zu entkommen. Die Welt ist für ihn kein Jammertal, sondern ein Ort vielfältiger Freude. Wir sind auf der Durchreise, aber nicht auf einer Strafexpedition. Im Gegensatz zu heutigen Vorstellungen betrachtet Jesus unser Dasein nicht als Irrfahrt. Wir stolpern nicht blind durch die Gegend, sondern wir sind unterwegs. Unterwegs ist nur, wer ein Ziel hat. Und nur wer ein Ziel hat, kann einen Weg gehen. Alles andere ist Tappen im Nebel. Jesus hat eine Heimat gefunden in seiner Beziehung zu Gott, die er über alle sonstigen Bindungen stellte. Das hat ihn frei gemacht. Die Welt wird zu einem bewohnbaren Ort für uns, wenn wir glauben. Wenn wir in Beziehung zu Gott leben, spielen wir kein sinnloses Stück mehr auf einsamer Bühne. Erst dann haben wir auch tief reichende Beziehungen zu anderen Menschen und können neugierig sein auf das, was kommt, neugierig auf die, die uns begegnen werden. Jesus hat deutlich gemacht: wenn wir nicht aufgehen in der Welt, müssen wir uns in ihr auch nicht fürchten und nicht an etwas festklammern. Wir haben die Freiheit zu empfangen und wieder loszulassen. Denn wir sind unterwegs. Und Gott wird uns auf unserem Weg immer etwas mitgeben, das unser Leben zum Leuchten bringen kann. Amen

**Lied:** Lasst uns den Weg der Gerechtigkeit gehen (Lieder zur Ökumenischen Dekade, Nr. 37)

**Aufbruch in Stille**

*„Beim Abschlussgottesdienst des Pilgerns formulieren die Jugendlichen eigene Fürbitten. Eine solche Tiefe, Ehrlichkeit und Offenheit habe ich selten bei Jugendlichen erlebt.“*

Ortrun Iser

## 4. Station

### Fürbittengebet:

Guter Gott,  
oft laufen wir mit verschlossenen Augen  
durch die Welt.

Wir sehen nur, was wir sehen wollen.  
Schmerzen, Nöte und Probleme anderer  
nehmen wir gar nicht wahr.

Deshalb bitten wir dich:  
Schenke uns geöffnete Augen,  
damit wir das Leid unserer Mitmenschen  
erkennen.

Guter Gott,  
oft ist unser Blick eingeschränkt.  
Wir sehen nur unsere Probleme  
und denken, diese seien wichtiger  
als alles andere.

Deshalb bitten wir dich:  
Schenke uns den Mut zum Handeln,  
unseren Blick von uns selbst abzuwenden  
und dort zu helfen,  
wo unsere Hilfe benötigt wird.

Denn wir wissen,  
dass du, Gott, barmherzig bist,  
egal zu wem.

Gib uns die Kraft  
und das Selbstbewusstsein,  
Christus nachzufolgen  
und für die Konsequenzen  
unserer Handlungen einzustehen. Amen



### Vaterunser

#### Segen:

Das Licht der Vergebung erhellte uns den  
Weg.

Der Baum des Friedens gebe uns Schatten.

Die Welle der Liebe trage uns über das  
Meer.

Die Kraft der Verwurzelung lasse uns beweg-  
lich sein.

Gottes Segen fließe durch unsere Hände und  
Füße,

damit wir, von Gott gesegnet,  
für andere ein Segen sein können  
im Namen des Vaters, des Sohnes  
und des Heiligen Geistes. Amen

**Lied:** Mögen sich die Wege  
(Lieder zur Ökumenischen Dekade, Nr. 41)

*Nach der Andacht kann sich ein großes Pick-  
nick für alle anschließen, so dass man noch  
längere Zeit zusammenbleibt.*



### 1. Als Texttheater

wird eine Unterrichtsmethode bezeichnet, bei der die Beteiligten unterschiedliche Lesarten eines Textes durch dessen szenische Interpretation herstellen, indem sie diesen Text:

- zerstückeln, - kürzen, - wiederholen, - intonieren, - einzeln oder im Chor, - ein- oder mehrstimmig vortragen, verfremden und dadurch interpretieren.

### 2. Spielregeln

*Regel 1:* Der Wortlaut des zugrunde gelegten Textes darf nicht verändert werden. Es ist allerdings zulässig und auch notwendig, den Text auf einige wenige Aussagen zu konzentrieren, also sich auf wenige Wörter oder ganz kurze Textpassagen zu beschränken. So kann das herausgepickte Zitat in der Aussage bekräftigt oder – je nach Form der Inszenierung – verfremdet oder karikiert werden.

*Regel 2:* Versuche, Deine Interpretation des Textes/des Textteils durch die Form seiner Inszenierung zum Ausdruck zu bringen.

### 3. Inszenierungstechniken

- Die ausgewählten Wörter, Satzteile usw. (= Zitate) können monoton oder gehetzt, im Sing-Sang, mehrfach wiederholend, als Rap oder sonst wie vorgetragen werden.
- Die Zitate können im Befehlstone oder in Frageform, ironisch oder sarkastisch, arrogant oder naiv vorgetragen werden. Die Zitate können gesungen, sie können durch Pantomime unterstützt oder durch Tanzen dynamisiert werden.
- Die Deutung der Zitate kann durch die Körpersprache (z. B. Kopfnicken, ausholende Gesten der Hände, durch Hochblicken oder Niederbeugen, durch stehende, sitzende, verkrampte oder sportliche Körperhaltung, durch Hinlegen auf den Fußboden und anderes mehr) unterstützt werden.
- Gute Erfahrungen sind auch damit gemacht worden, einzelne Satzteile oder Schlagworte von „Chören“ sprechen zu lassen. Dies gibt Aussagen, die hervorgehoben werden sollen, besonderes Gewicht. Dies erleichtert es Anfängern, im Schutz des Chores die Scheu vor der Körperarbeit zu überwinden.

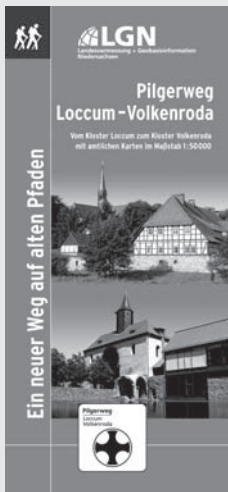
### 4. Raumregie

Die Raumregie spielt eine wesentliche Rolle. Ein Gegenüber-Aufstellen der Spieler/innen kann Konfrontation, aber auch Dialog bedeuten; das enge Zusammenrücken kann Interessengleichheit anzeigen. Das Umzingeln eines Sprechers signalisiert Bedrohung oder Zustimmung und Schutz.

Alles Weitere bleibt dem Einfallsreichtum der Ausübenden überlassen.



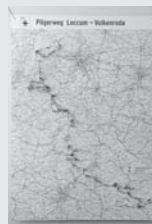
# Materialhinweise



**Pilgerweg  
Loccum-Volkenroda**  
Artikel-Nr. 562823  
ISBN 978-3-89435-  
995-9  
12,90 € + Versand

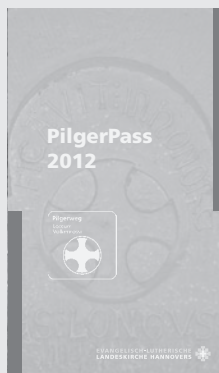
Der Wanderführer „Pilgerweg Loccum-Volkenroda“ bietet in drei handlichen Heften im Schutzumschlag Tourenbeschreibungen für 17 Tagesetappen und drei Nebenwege und

Karten im Maßstab 1:50.000 sowie eine Übersichtskarte mit Höhenrelief und Adressen von Kirchengemeinden und Touristikern am Pilgerweg Loccum-Volkenroda.



**Wandkarte**  
Artikel-Nr. 562822  
10,00 €

Die Wandkarte im Format 60 x 83 cm zeigt den Pilgerweg Loccum-Volkenroda mit seinen Etappen und den drei Nebenwegen im Maßstab 1:50.000 und kann zur Vorbereitung einer Pilgerwanderung genutzt werden.



**Pilgerpass**  
Artikel-Nr. 562816  
kostenlos

Der Pilgerpass bietet eine kleine Liturgie für Morgen-, Mittags- und Abendandachten, den Loccumer Pilgersegen und viele freie Felder für die Pilgerstempel.



**Flyer – beWEGt**  
Artikel-Nr. 562824  
kostenlos

Informationen zum Pilgern mit Jugendlichen und Konfirmandinnen und Konfirmanden, Hinweise auf die Arbeitshilfe und den Imagefilm **beWEGt**, die Interesse wecken sollen, sich auf „den Weg“ zu machen

Der Pilgerpass für den Pilgerweg Loccum-Volkenroda ist postalisch oder persönlich beim Haus kirchlicher Dienste, Kirche im Tourismus erhältlich.

**Adressieren Sie einen Briefumschlag an:**  
Haus kirchlicher Dienste  
Pilgerweg Loccum-Volkenroda  
Postfach 265  
30002 Hannover

*Frankieren Sie diesen Umschlag mit 0,55 €. Adressieren Sie einen weiteren Briefumschlag, DIN lang (110 x 220 mm), an sich selbst und frankieren Sie diesen Umschlag mit 0,90 €. Nun brauchen Sie nur noch Ihre Post in den Briefkasten zu werfen. Nach Erhalt Ihres Briefes senden wir Ihnen den Pilgerpass umgehend zu.*



**DVD – beWEGt –  
Der Film**  
Artikel-Nr. 562811  
5,00 € + Versand

Der 5-minütige Imagefilm ist als „Türöffner“ in der Jugend- und Konfir-

mandenarbeit einsetzbar. Sechs Jugendliche erzählen aus ihrer Perspektive ihre Erfahrungen einer Pilgerwanderung auf dem Pilgerweg Loccum-Volkenroda.

## Materialien zur Entleihe:



**Fahne** (lila od. weiß, 80x215 cm)  
Artikel-Nr. 562821  
Entleihe kostenlos  
+ Versandkosten



**Banner** (300x220 cm)  
Entleihe kostenlos  
+ Versandkosten

Fahne und Banner sind vielseitig einsetzbar bei Kirchenjubiläen, Gemeindefesten und -abenden.





**Klick-Klack-Dose**  
 Artikel-Nr.: 5628051,00€  
 gefüllt mit Mini-Pfeffer-  
 minz-Dragees  
 Inhalt ca. 15 Gramm.  
 45 mm Durchmesser



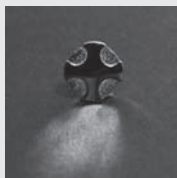
**Stoffarmband  
 mit Segensspruch**  
 Artikel-Nr.: 562804  
 kostenlos



**Magnet**  
 Artikel-Nr.: 5628031,00€  
 Größe: 40mm x 40 mm



**Button**  
 Artikel-Nr.: 562817  
 kostenlos  
 Größe: 25mm x 25mm  
 Der Metallbutton mit  
 lila Aufdruck auf wei-  
 ßem Untergrund gibt die Trägerin oder  
 dem Träger als Pilgernden sichtbar zu  
 erkennen.



**Pin**  
 Artikel-Nr.: 5628199,80€  
 Durchmesser: ca. 12 mm  
 Das Loccumer Zisterziens-  
 serkreuz als Anstecker.

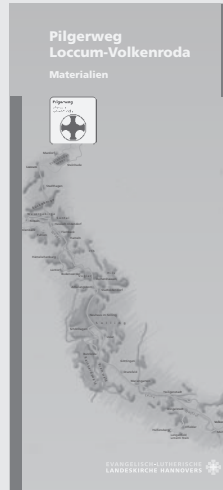


**Anhänger**  
 Artikel-Nr.: 562820  
 13,80€  
 Durchmesser: ca. 20 mm  
 Das Loccumer Zisterziens-  
 serkreuz als Anhänger

(aus Silber, teilweise vergoldet).



**Stern überm  
 Pilgerweg  
 Weggeschichten**  
 Artikel-Nr.: 562870  
 2,50 €  
 In 17 Weggeschich-  
 ten finden sich  
 nachdenkliche, hu-  
 morvolle und auch  
 anrührende Erinne-  
 rungen von Menschen am und auf dem  
 Pilgerweg. Sie zeigen, dass und wie der  
 Weg „lebt“, ja können Lust machen, sich  
 selbst auf den Weg zu machen.



**Flyer  
 Materialien  
 und Schmuck**  
 Artikel-Nr. 562814  
 kostenlos  
 Hinweise auf Bücher  
 und Wegbegleiter  
 zum Pilgerweg Loc-  
 cum-Volkenroda sind  
 hier ebenso wie der  
 Hinweis zum Wan-  
 derführer „Pilgerweg  
 Loccum-Volkenroda“  
 und die Vorstellung  
 des Anhängers und  
 Pins des Loccumer  
 Zisterziensserkreuzes zu finden.

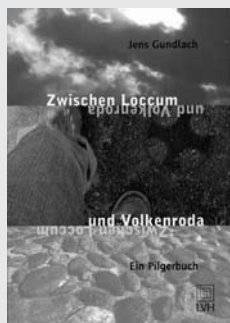


**Info-Flyer**  
 Artikel-Nr. 562813 **kostenlos**  
 Wer pilgert und warum überhaupt? Was  
 ist beim Pilgern zu beachten?  
 Der Info-Flyer ist als erster Einstieg in  
 das Thema Pilgern auf dem Pilgerweg  
 Loccum-Volkenroda gedacht. Mit der stilii-  
 sierten Karte des Pilgerweges im Innenteil  
 gibt er kurze Einblicke in ein umfassendes  
 Thema und weckt das Interesse nach  
 mehr Informationen.



**Flyer  
 Begleitete Pilger-  
 wanderungen**  
 Artikel-Nr. 562815  
 kostenlos  
 Seit 2009 bieten  
 zertifizierte Pilger-  
 begleiterinnen und  
 Pilgerbegeleiter auf  
 fast allen Etappen  
 des Pilgerweges  
 Loccum-Volkenroda  
 geführte Pilgerwan-  
 derungen an, die sie  
 mit liturgischer Kom-  
 petenz gestalten und  
 geistliche Impulse setzen. Nebenbei wer-  
 den Natur und Kulturlandschaft erläutert.  
 Die Rückkehr zum Ausgangspunkt der  
 Pilgerwanderung gehört bei den eintä-  
 gigen Pilgerwanderungen ebenfalls mit  
 in das Angebotspaket einer begleiteten  
 Pilgerwanderung.

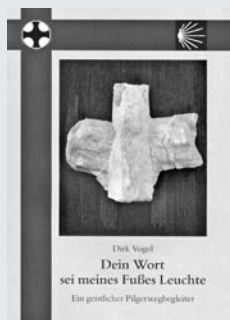
## Über den Buchhandel sind erhältlich:



**Jens Gundlach:**  
**Zwischen Loccum  
und Volkenroda**  
Ein Pilgerbuch  
ISBN 978-3-7859-  
0973-7  
14,90 €



**Margot Käbmann  
(Hrsg.):**  
**Mit Leib und See-  
le  
auf dem Weg**  
Handbuch des Pilgerns  
in der hannoverschen Lan-  
deskirche  
ISBN 978-3-7859-  
0946-1  
19,90 €



**Dirk Vogel:**  
**Dein Wort  
sei meines Fußes  
Leuchte**  
Ein geistlicher  
Pilgerwegbegleiter  
ISBN 978-3-86160-6  
5,00 €

## Über das Pilgerbüro Loccum ist erhältlich:



**Horst Hirschler/  
Maike Selmayr  
(Hrsg.):**  
**Loccumer  
Wegbegleiter**  
Texte und Lieder  
für Pilger

Pilgerbüro Loccum, Fon: 05766 941575  
E-Mail: pilgerbuero.loccum@evlka.de  
ISBN 978-3-422-02077-1  
9,80 €

## Kontakte, Informationen und Bestellungen



Haus kirchlicher Dienste  
der Evangelisch-lutherischen  
Landeskirche Hannovers  
**Pilgerweg Loccum-Volkenroda**  
Postfach 265  
30002 Hannover

Fon: 0511 1241-592  
Fax: 0511 1241-558

E-Mail: [pilgerweg@loccum-volkenroda.de](mailto:pilgerweg@loccum-volkenroda.de)  
Internet: [www.loccum-volkenroda.de](http://www.loccum-volkenroda.de)

# Literaturhinweise

Barth, Dieter/ Schindler, Michael:  
AbenteuerPilgern.  
Das PraxisHandBuch.  
Katholisches Bibelwerk. Stuttgart 2003.  
**ISBN-13: 978-3460325784**

Barth, Dieter/ Schindler, Michael:  
AbenteuerPilgern.  
Der spirituelle Wegbegleiter.  
Katholisches Bibelwerk. Stuttgart 2004.  
**ISBN-13: 978-3460325760**

Brünjes, Hermann:  
„Bibel erleben, Wege und Stationen  
mit biblischen Texten“  
Aussaat-Verlag  
**ISBN 978-3761558331**

Clotz, Paul Martin:  
Unterwegs mit Gott.  
Ökumenische Pilgerwege.  
Brunnen Verlag. Gießen 1998.  
**ISBN-13: 978-3765554872**

Cordes, Martin/ Wustrack, Simone (Hrsg.):  
Pilger-Wege-Räume.  
Historische, religionspädagogische und  
kunsttherapeutische Reflexionen.  
Blumhardt Verlag. Hannover 2005.  
**ISBN-13: 978-3932011603**

CVJM-Landesverband Bayern e.V.:  
Gottes Wort extrem stabil.  
Outdoor-Evangelium nach Lukas  
(Gute Nachricht Bibel), wasserfeste Ausgabe.  
2009.  
**ISBN-13: 978-3981224009**

Emrich, Felix/Labusch, Christine/  
von Stemm, Sönke:  
Ein Staun-Spaziergang mit dem Schöpfungs-  
psalm 104,  
In: Loccumer Pelikan. Religionspädagogisches  
Magazin für Schule und Gemeinde. 2009.  
[http://www.rpi-loccum.de/sek1\\_emrich.html](http://www.rpi-loccum.de/sek1_emrich.html)

Feldweg, Bettina (Hrsg.):  
Losgehen, um anzukommen.  
Die Faszination des Pilgerns.  
Piper Verlag. München 2008.  
**ISBN-13: 978-3890293462**

Gasperi, Klaus:  
Mein Pilgertagebuch.  
Verlagsanstalt Tyrolia. Innsbruck 2008.  
**ISBN-13: 978-3702229092**

Gundlach, Jens:  
Zwischen Loccum und Volkenroda.  
Ein Pilgerbuch.  
Lutherisches Verlagshaus. Hannover 2007.  
**ISBN-13: 978-3785909737**

Hirschler, Horst/ Selmayr, Maïke (Hrsg.):  
Loccumer Wegbegleiter.  
Texte und Lieder für Pilger.  
Deutscher Kunstverlag. 2007.  
**ISBN-13: 978-3422020771**

Käßmann, M. (Hrsg.).  
Mit Leib und Seele auf dem Weg.  
Handbuch des Pilgerns in der hannoverschen  
Landeskirche.  
Lutherisches Verlagshaus. Hannover 2007.  
**ISBN-13: 978-3785909461**

Kerkeling, Hape:  
Ich bin dann mal weg.  
Meine Reise auf dem Jakobsweg.  
Piper Verlag. München 2006.  
**ISBN-13: 978-3890293127**

Landesjugendkammer der  
Evangelischen Jugend in der Evangelisch-  
lutherischen Landeskirche Hannovers,  
Wolfgang Blaffert  
Andachten  
Haus kirchlicher Dienste der Evangelisch-  
lutherischen Landeskirche Hannovers  
**www.ejah.de, Themenbuch 25**

Landesjugendkammer der  
Evangelischen Jugend in der Evangelisch-  
lutherischen Landeskirche Hannovers,  
Betan  
Ein Praxisbuch  
Haus kirchlicher Dienste der Evangelisch-  
lutherischen Landeskirche Hannovers  
**www.ejh.de, Themenbuch 26**

Laube, Martin (Hrsg.):  
Pilgerweg Loccum-Volkenroda zwischen Kir-  
che, Kultur und Tourismus.  
Auf dem Weg zu einem gemeinsamen Leit-  
bild.  
Loccumer Protokolle 29/07. Rehburg-Loccum  
2007.  
**ISBN-13: 978-3817229079**

Muff, Albin/ Engelhardt, Horst:  
Erlebnispädagogik und Spiritualität:  
44 Anregungen für die Gruppenarbeit.  
Ernst Reinhardt Verlag. München 2007.  
**ISBN-13: 978-349-019359**

# Literaturhinweise

Serrau, Coline:  
Saint Jacques... Pilgern auf Französisch.  
Piper-Verlag. 2008.  
**ISBN-13: 978-3492252706**

Ueberschär, Ellen (Hrsg.):  
Pilgerschritte. Neue Spiritualität auf uralten  
Wegen.  
Loccumer Protokolle 02/05. Rehburg-Loccum  
2005.  
**ISBN-13: 978-3817202058**

Vogel, Dirk:  
Dein Wort sei meines Fußes Leuchte.  
Ein geistlicher Pilgerbegleiter.  
Wartburg Verlag. Weimar 2007.  
**ISBN-13: 978-3861601906**



# Autorenverzeichnis

|                               |  |
|-------------------------------|--|
| <b>Kerstin Ahlborn</b>        | Ehrenamtliche Mitarbeiterin  |
| <b>Torsten Beckmann-Loeks</b> | Dipl. Sozialarbeiter/ Sozialpädagoge,<br>Trainer für kT, kR und Kiss, freiberuflich tätig  |
| <b>Wolfgang Blaffert</b>      | Pastor, Referent für Fortbildung, Jugendforschung und<br>Theologie im Landesjugendpfarramt,<br>Haus kirchlicher Dienste              |
| <b>Anja Bohling</b>           | Dipl.-Religionspädagogin, Diakonin, ehrenamtliche<br>Pilgerbegleiterin auf dem Pilgerweg Loccum-Volkenroda                           |
| <b>Markus Bohling</b>         | Vermessungsingenieur, ehrenamtlicher Pilgerbegleiter<br>auf dem Pilgerweg Loccum-Volkenroda  |
| <b>Michael Frey</b>           | Dipl. Sozialpädagoge, Diakon,<br>Trainer und Berater szenischer Verfahren,<br>Berufsschullehrer im Fach Religion                     |
| <b>Ortrun Iser</b>            | Dipl. Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin,<br>Studienleiterin im Jugendbildungszentrum Kloster Volkenroda                               |
| <b>Joachim Köhler</b>         | Pastor in Loccum   |
| <b>Jürgen Jeremia Lechelt</b> | Diakon, Berufsschulpfarramt  |
| <b>Tabea Nack</b>             | Diakonin   |
| <b>Katharina Rohn</b>         | Diakonin   |
| <b>Susann Röwer</b>           | Projektkoordinatorin Pilgerweg Loccum-Volkenroda,<br>Kirche im Tourismus, Haus kirchlicher Dienste                                   |
| <b>Dr. Christian Stäblein</b> | Pastor, Konventual-Studiendirektor am Predigerseminar der<br>Ev.-luth. Landeskirche Hannovers im Kloster Loccum                      |
| <b>Uwe Steinert</b>           | Religionspädagoge; Sonderschullehrer i.R.,<br>Pilgerbegleiter auf dem Pilgerweg Loccum-Volkenroda                                    |
| <b>Klaus Stemmann</b>         | Diakon, Verantwortlicher für den Pilgerweg Loccum-Volkenroda,<br>Leitender Referent Kirche im Tourismus,<br>Haus kirchlicher Dienste |
| <b>Heiko Zufall</b>           | Diakon   |







[www.loccum-volkenroda.de](http://www.loccum-volkenroda.de)



Haus kirchlicher Dienste

562812