

## **Pilgern durch die Jahreszeiten am 19.04.2020 mit Psalm 23**

### **Anfangsimpuls beim Aufbruch**

Ich bin da.  
Gott ist da.  
Das genügt.

*Lied: „Weit wie das Meer ist Gottes große Liebe“ (Evangelisches Gesangbuch 622, nach der bekannten Melodie von „Herr, Deine Liebe“, Evangelisches Gesangbuch 623)*

Weit wie das Meer ist Gottes große Liebe,  
wie Wind und Wiesen, ewiges Daheim.  
Freiheit bekamen wir, uns zu bewegen  
und zu Gott ‚Ja‘ zu sagen oder ‚Nein‘.  
Weit wie das Meer ist Gottes große Liebe,  
wie Wind und Wiesen, ewiges Daheim.

Wir wollen Freiheit, um uns selbst zu finden,  
Freiheit, die Leben zu gestalten weiß.  
Nicht leeren Raum, doch Raum für unsre Träume,  
Erde, wo Baum und Blume Wurzel schlägt.  
Weit wie das Meer ist Gottes große Liebe,  
wie Wind und Wiesen, ewiges Daheim.

Ich stehe am Anfang dieses neuen Pilgertags.  
Wieder bin ich hier draußen in der Natur, umgeben von Luft und Sonne,  
von Pflanzen und Tieren.  
So wie in den vergangenen Wochen.

Und wieder bewegt mich das, was da gerade angeklungen ist in dem Lied,  
in dem Wind, Wiesen und Meer mit Gott in Verbindung gebracht werden.  
Um das, was da in diesem Lied zu Wort kommt, ging es auch so oft auf  
meinen Pilgerwegen in den letzten Wochen:  
Freiheit spüren, innere Weite, Raum für Träume – trotz Corona...  
Und mich gleichzeitig verwurzeln – so wie die Pflanzen ringsum.  
Dazu bin ich wieder hier draußen, um mich als Teil der Schöpfung zu  
erfahren, mich von ihr begeistern zu lassen, Atem zu holen, den Sonntag als  
wohltuende Unterbrechung meines Corona-Alltags zu erleben.

Es ist heute der letzte Weg mit Psalm 23.  
So viele Kilometer ist dieses alte Gebet nun schon mein Begleiter gewesen,  
hat mich angeregt, über mich und meinen bisherigen Weg nachzudenken  
hat mich ins Vertrauen gerufen, hat meinen Blick auf das gerichtet, was  
mein Leben trägt, trotz aller schweren Wegabschnitte, die es gegeben hat  
und gibt.

Wieder will ich diesen Psalm zu Beginn einmal laut werden lassen:

### *Psalmgebet*

Der Herr ist mein Hirte,  
mir wird nichts mangeln.  
Er weidet mich auf einer grünen Aue  
und führet mich zum frischen Wasser.  
Er erquicket meine Seele.  
Er führet mich auf rechter Straße  
um seines Namens willen.

Und ob ich schon wanderte im finstern Tal,  
fürchte ich kein Unglück;  
denn du bist bei mir,  
dein Stecken und Stab trösten mich.  
Du bereitest vor mir einen Tisch  
im Angesicht meiner Feinde.  
Du salbest mein Haupt mit Öl  
und schenkest mir voll ein.  
Gutes und Barmherzigkeit  
werden mir folgen mein Leben lang,  
und ich werde bleiben  
im Hause des Herrn immerdar.

Heute kommen nun noch die letzten Verse in den Blick, mit denen der Psalm schließt.

„Gutes und Barmherzigkeit  
werden mir folgen mein Leben lang,  
und ich werde bleiben  
im Hause des Herrn immerdar.“

Am Ende, nach einem langen Weg durch die Welt, geführt und versorgt,  
mit lauter erquickender Freude, aber auch durch finstere Täler hindurch,  
mit dem Segen eines gedeckten Tisches allen Feinden zum Trotz, ist das  
Gebet schließlich Zuhause.

Zuhause bei Gott – was für ein starkes Bild steht da am Schluss!

Von dieser Vorstellung eines Zuhauses bei Gott kommt mir der eigenartige  
Name in den Sinn, den der heutige Sonntag in der Sprache der Kirche hat:  
„Quasimodogeniti“ heißt dieser erste Sonntag nach Ostern seit langer Zeit.

Denn so können wir uns nach Ostern fühlen: Wie neugeborene Kinder!  
(was dieser lateinische Name bedeutet).

Eigentlich ist die Situation ja immer noch die gleiche wie vor Ostern:  
Das Corona-Virus hält die ganze Welt in Atem, bremst das ganze  
öffentliche Leben und gefährdet die Gesundheit so vieler Menschen auf der  
Welt.

Unsere ganze Art zu leben, ist ins Stocken geraten und infrage gestellt.  
Wir wissen nicht, wie es weitergehen wird.

Aber von Ostern aus kann mein Blick darauf ein anderer sein:  
Als jemand, der darauf vertraut, dass das Leben stärker ist als der Tod,  
als jemand, der glaubt, dass Gottes Lebensgeist auch große Steine aus dem  
Weg räumen kann,  
als jemand, der wie ein neugeborenes Kind sein Zuhause bei Gott hat, kann  
ich der Krise anders begegnen.  
Denn Ostern weckt in mir diese Gewissheit:

„Wer will mich scheiden von der Liebe Gottes?  
Weder Tod noch Leben können das,  
weder Engel noch unsichtbare Mächte,  
nichts Gegenwärtiges oder Zukünftiges“,  
kein Corona oder sonst irgendetwas, das es auf der Welt gibt,  
(Römerbrief 8, 35.38).

Neugeborene Kinder lassen sich nicht irre machen von allem, was ihr  
Leben gefährdet.

Wenn es Anlass gibt zu schreien, dann schreien sie.

Wenn sie Hunger haben, melden sie sich.

Wenn sie Sehnsucht nach Nähe haben, rufen sie.

Manchmal lässt die Hilfe auf sich warten,  
manchmal dauert es, bis jemand da ist.  
Dann müssen sie ein wenig länger schreien.

Aber in der übrigen Zeit leben sie einfach.  
Und oft lachen sie den Gefahren, die da draußen auf sie warten, einfach ins Gesicht.  
Weil sie spüren, dass sie ein Zuhause haben.  
Einen Ort der Geborgenheit, an den sie gehören.

In diesem österlichen Geist will ich in diesen Tag gehen.  
Ich will mich heute in diesen Gedanken meines Zuhauses bei Gott fallen lassen.  
So wie ein neugeborenes Kind will ich meine Sehnsucht und meinen Hunger laut werden lassen, sofern es Not tut.  
Ich will mich ansonsten aber daran freuen, dass ich am Leben bin und beheimatet bei dem, der nicht nur mir sondern auch dieser wunderbaren Schöpfung ringsum ihren Lebensgeist einhaucht.

Bevor ich aufbreche, denke ich wie immer an die anderen, mit denen ich dieses Zuhause teile und die heute wie ich durch Wind und Wiesen gehen auf der Suche nach Freiheit, innerer Weite und Raum für Träume.  
Wir sind verbunden.  
Es ist gut, dass ihr auch wieder unterwegs seid.  
So habe ich Euch auch heute gedanklich an meiner Seite und sende Euch einen Gruß!  
Habt einen guten Tag, einen guten Weg und gute Erfahrungen...

*[Ich starte also und gehe wieder erst einmal ein ganzes Stück.  
Ich sehe mich um, ich atme durch, ich nehme wahr, was um mich herum ist.*

*Nachdem ich so erstmal in den Tritt gekommen bin, gehe ich dann irgendwann einen Teil des Wegs ganz bewusst im Schweigen.]*

## **Impuls unterwegs für den Weg im Schweigen**

„Weit wie das Meer ist Gottes große Liebe,  
wie Wind und Wiesen, ewiges Daheim.“

Ich kehre gedanklich zurück zu dieser Liedzeile aus meinem Anfangslied und zu dem Zuhause, das da besungen wird genauso wie in unserem Psalm.

Auf den ersten Blick scheint das ja dort *die große Heimkehr* zu sein.  
Kommt mir bekannt vor:

„Hänschen klein / ging allein / in die weite Welt hinein. /  
Stock und Hut / stehn ihm gut / ist gar wohlgemut.  
Aber Mutter weinet sehr, / hat ja nun kein Hänschen mehr.  
Da besinnt sich das Kind, / läuft nach Haus geschwind.

So wie in diesem Kinderlied kommt auch im 23. Psalm der Reisende nach seinem Weg durch die Welt am Ende wieder heim.  
So scheint es.

Doch ich glaube nicht, dass es hier in unserem Psalm in erster Linie darum geht, von einem Heimkommen zu erzählen.  
Ich glaube nicht, dass das Gebet beschreiben will, wie jemand nach allerlei Anfechtungen und Abenteuern am Ende schließlich wieder in der der Sicherheit seines Zuhauses ankommt und dort für immer bleibt.

Ich glaube vielmehr, dass der, der hier voller Vertrauen von seinem Weg spricht, dieses Zuhause die ganze Zeit bei sich hat.  
Auf dem Weg durch das finstere Tal ist dieses Zuhause schon längst bei ihm und gibt ihm die Zuversicht weiterzugehen.  
Die erquickenden Erlebnisse unterwegs rechnet er diesem Zuhause ebenso zu wie die Erfahrung, dass es ihm am Tisch trotz der gegenwärtigen Gefahr an nichts mangelt.

Und nicht zuletzt, dass er sich von Gutem und Barmherzigkeit verfolgt weiß, führt er auf dieses Zuhause zurück.  
Das Zuhause ist hier also nicht in erster Linie ein Zielpunkt.  
Dieses Zuhause ist nicht an irgendeinen Ort oder irgendeine Zeit gebunden, sondern kann immer und überall Ausgangs- und Zufluchtsort sein.  
Denn dieses Zuhause trage ich in mir.

Anders als in dem Kinderlied von dem kleinen Hänschen ist dieses Zuhause demnach kein Ort im eigentlichen Sinne, zu dem man erstmal hingehen muss.

Und anders als dort in dem Lied versucht dieses Zuhause auch nicht, mich in meinem vitalen Bewegungsdrang irgendwie zu bremsen.

Dort „weinet“ ja die Mutter „sehr“ und sorgt so mit sanftem Druck dafür, dass ihr Junge schnell wieder nach Hause unter ihre Fittiche und damit auch unter ihre Kontrolle zurückkommt.

In dieser Zweiseitigkeit hat mancher und manche das eigene Zuhause ja vielleicht ebenfalls erlebt:

Einerseits als Heimathafen, an den man zurückkehren kann, was immer auch geschieht.

Aber eben auch als einen Ort, der mitunter nicht nur mit positiven Gefühlen besetzt ist und von dem man sich manchmal eher behindert als gefördert fühlte.

Das Zuhause, von dem der 23. Psalm spricht, arbeitet nicht mit solchen subtilen Methoden wie die Mutter in dem Lied oder wie auch ich sie als Vater leider manchmal anwende.

Vielmehr macht dieses Zuhause vor allem eines:

Es vermittelt Geborgenheit.

Alles Weitere erwächst daraus.

So ist dieses Zuhause nicht nur ein Heimathafen, an den ich *zurückkehre*, sondern eben auch ein *Ausgangspunkt* für alle Wege, die vor mir liegen.

Es ist so ähnlich, wie ich es als Idealvorstellung in einem Erziehungsratgeber gelesen habe:

„Sicher gebundene Kinder [...] entwickeln Kraft und Bereitschaft ihr Leben zu meistern, aber auch die Fähigkeit, mit Frustrationen umzugehen [...] und Lebenskrisen auszuhalten.“<sup>1</sup>

Wenn ich mich „sicher gebunden“ fühle als Kind Gottes, dann kann ich – so wie im 23. Psalm – Schwieriges meistern und Probleme bestehen. Ich kann mich auf den Weg machen und darauf vertrauen, dass ich den Herausforderungen, die dieser Weg für mich bereithält, gewachsen sein werde.

Denn da ist ja dieses Zuhause, das mir – wo immer ich auch bin – Kraft gibt und Trost, Hilfe und Schutz.

Ich brauche keinen Tag zu reisen, um dieses Zuhause zu erreichen.

Ich brauche keinen Kilometer zu gehen, um dort hinzukommen.

Denn es ist immer bei mir.

Ich kann jeden Moment von dort aufbrechen und ich kann mich jeden Moment dorthin zurückziehen.

Ich kann dort auftanken.

Ich kann mich dort auskotzen.

Ich kann mich dort fallen lassen.

Denn es ist der Ort, an dem ich aufgehoben bin und an den ich gehöre.

Es ist der Ort in mir, an dem Gottes Geist mich berührt, mich manchmal tröstet und nährt, mich manchmal aufrüttelt oder fragt, mir manchmal Phantasie für meinen Weg einflüstert oder mir sagt, dass ich jetzt mal langsamer machen soll.

Es ist der Ort in mir, an dem das Gefühl wohnt, dass es gut ist, dass ich auf der Welt bin.

---

<sup>1</sup> Anselm Grün, Jan-Uwe Rogge: Kinder fragen nach Gott. Wie spirituelle Erziehung Familien stärkt, Hamburg 2011, S. 146.

Den Weg im Schweigen will so gehen:  
Mit jedem Atemzug will ich diesem Zuhause in mir Raum geben.  
Zuhause im Glauben.  
Zuhause in der Welt.  
Zuhause in mir.  
Zuhause auf meinem Weg.

*Wer mag, kann vor dem Aufbruch in die Schweigezeit noch das Lied  
„Bewahre uns Gott“ singen (Evangelisches Gesangbuch 171).*

Bewahre uns, Gott, behüte uns, Gott,  
sei mit uns auf unsern Wegen.  
Sei Quelle und Brot in Wüstennot, sei um uns mit deinem Segen,  
sei Quelle und Brot in Wüstennot, sei um uns mit deinem Segen.

Bewahre uns, Gott, behüte uns, Gott,  
sei mit uns in allem Leiden.  
Voll Wärme und Licht im Angesicht, sei nahe in schweren Zeiten,  
voll Wärme und Licht im Angesicht, sei nahe in schweren Zeiten.

Bewahre uns, Gott, behüte uns, Gott,  
sei mit uns vor allem Bösen.  
Sei Hilfe, sei Kraft, die Frieden schafft, sei in uns, uns zu erlösen,  
sei Hilfe, sei Kraft, die Frieden schafft, sei in uns, uns zu erlösen.

Bewahre uns, Gott, behüte uns, Gott,  
sei mit uns durch deinen Segen.  
Dein Heiliger Geist, der Leben verheißt, sei um uns auf unsern Wegen,  
dein Heiliger Geist, der Leben verheißt, sei um uns auf unsern Wegen,

*Wenn Ihr Euch mit diesem Impuls auf den Weg macht,  
segne Euch Gott der Gott des Lebens, der Liebe und des Friedens.*

*Möge der Weg Dir guttun!  
Möge die Sonne Dich wärmen!  
Möge die Weite Dein Herz weit machen!  
Mögest Du Dich frei fühlen!  
Mögest Du Deine Wurzeln spüren!  
Mögest Du Dich geborgen fühlen, weil Du weißt, dass Du ein Zuhause hast!*

---

*Betet, wenn ihr mögt, am Ende der Schweigezeit ein Vaterunser und/oder  
singt eines der Lieder noch einmal!*

Vater unser im Himmel  
Geheiligt werde dein Name.  
Dein Reich komme.  
Dein Wille geschehe,  
wie im Himmel, so auf Erden.  
Unser tägliches Brot gib uns heute.  
Und vergib uns unsere Schuld,  
wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.  
Und führe uns nicht in Versuchung,  
sondern erlöse uns von dem Bösen.  
Denn dein ist das Reich  
und die Kraft und die Herrlichkeit  
in Ewigkeit.  
Amen.