

IM VORÜBERGEHEN

Das Leben ist eine Reise.

Auf dem Jakobsweg für innere Sammlung,
neue Kraft und für Brief und Siegel.



VON MICHAEL STIEF

Eigentlich war Regen angesagt. Doch der Himmel über Sankt Ottilien erstrahlt in den schönsten bayerischen Farben. Eine knallblaue Leinwand betupft mit fluffigen weißen Pinselstrichen. Nur überm Alpenrand staut sich eine Wolkenwand. Vor dieser Kulisse beginnt nach dem obligatorischen Selfie mit den Teilnehmerinnen der Tag auf dem Jakobsweg von Sankt Ottilien nach Dießen am Ammersee. Dieser „Walk-Shop“ dauert nicht mehr als 24 Stunden. „Eile mit Weile – Der Jakobsweg für Eilige“ entstand im Kontext meiner beruflichen Neuorientierung. Den geografischen Rahmen bilden die beiden Orte am Bayerischen Jakobsweg.

Auf dieser Strecke biete ich meinen Klienten die Gelegenheit, wichtige Lebensthemen zu bewegen und durch eine individuelle Coaching-Einheit während dieser Zeit zu verdichten. Alles binnen 24 Stunden. Das war die Idee. Es gibt Coaching-Fragen vorab, Leitfragen auf dem Weg und ein späteres Follow-up, mit dem ich Wirksamkeit und Nachhaltigkeit des Formates sichere.

Die „Kraftorte“ auf der Strecke und der Weg selbst, der auch medial immer mal wieder präsent ist, entfalten ihre Wirkung über die Authentizität von Kirchen, Plätzen, Wegmarken und Symbolen. Sie machen die gut tausend Jahre zurückreichende Geschichte körperlich erfahrbar, und ebenso die abertausenden Fußspuren, die den Jakobsweg prägten. Das schafft einen guten Rahmen für sehr existenzielle Betrachtungen – und zwar ganz unabhängig von der Lebensphilosophie

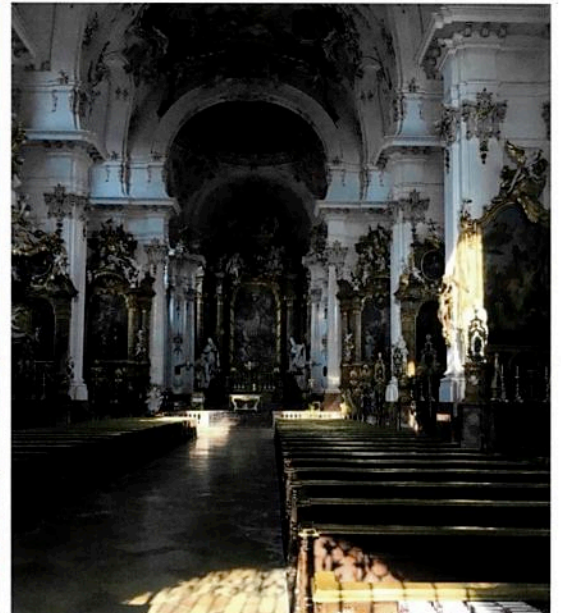
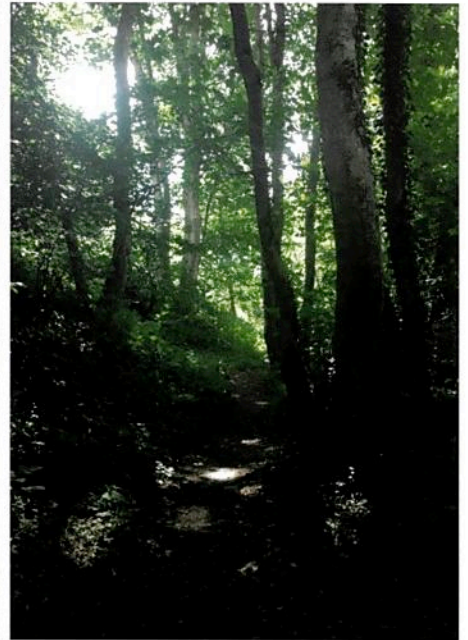
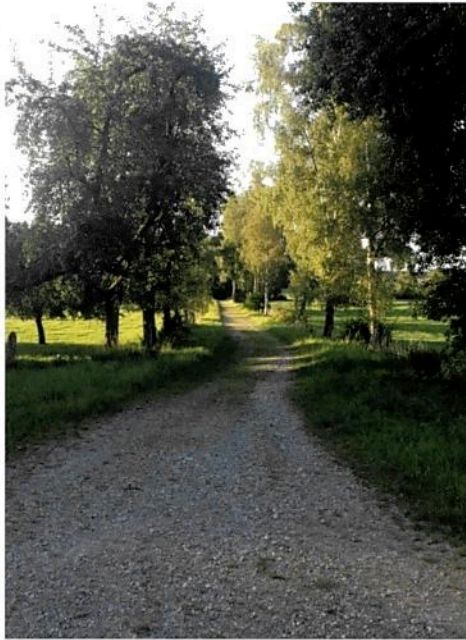
oder der spirituellen Verankerung der einzelnen Coachees.

Wie es begann

Aus einer beruflich bedingten Lebenskrise heraus bin ich den Jakobsweg selbst gegangen. Und zwar im Gefolge einer Fusion, als ich nach 19 Jahren das Unternehmen verließ, um mich an anderer Stelle weiterzuentwickeln. Dabei hatten mich der mediale Hype um prominente Jakobsweg-Erfahrungen und der Jakobsweg als „Mode“ stets abgestoßen. Die Entscheidung fiel in diesem Sommer gewissermaßen im Dialog mit einem Freund „aus heiterem Himmel“. Binnen weniger Tage stand meine Route fest: der Portugiesische Jakobsweg von Porto nach Santiago de Compostela und weiter nach Finisterre.

Mitte Juli brach ich von Porto auf und war bis Finisterre, das ehemals westlichste Ende Europas, zehn Tage unterwegs. Auf diesem Weg bewegte mich die Frage nach Orientierung für mein weiteres Leben und nach einer passenden, tragfähigen beruflichen Existenz. So wurde der Jakobsweg für mich zu einer Erfahrung, die mein Leben veränderte und die Prioritäten völlig neu ordnete.

Und ich entdeckte, dass der Münchner Jakobsweg quasi in unmittelbarer Nähe von meinem Zuhause am Ammersee entlangführt. Faszinierend! Nur eine Tagesetappe von gut 25 Kilometern trennt das Kloster St. Ottilien vom Marienmünster in Dießen – zwei Orte, die auch noch verkehrstechnisch ideal entlang der Bahnlinie Augsburg–Weilheim–Garmisch liegen. So lag es dann auch nahe, den Walk-Shop im ▶



Von links nach rechts: Die „Jakobsmuschel“ weist überall den Weg nach Santiago de Compostela • Aufbruch zwischen Wiesen und Feldern • Auf verschlungenen Wegen kommt man auch voran • Nach schmalen Wegen: Die Weite des Ammersees • Am Ziel: Das Marienmünster in Dießen. Schlichtheit und Glanz vereint.

Alle Fotos: M. Stief

Benediktinerkloster St. Ottilien zu beginnen, und zwar mit einer Vorabendreise, Impulsen zur Einstimmung und der Möglichkeit zur Teilnahme am letzten Stundengebet der Mönche.

Ruhig werden in der Komplet

Bei der Anmeldung erhalten die Teilnehmer eine E-Mail mit ersten Leitfragen:

- Was hat dich letztlich bewegt, dich jetzt auf den Weg zu machen?

- Welche Frage möchtest du auf dem Weg bewegen?
- Für welches konkrete Thema möchtest du meine Begleitung im Coaching?
- Welche Wünsche hast du für deinen Weg?

Nach dem Kennenlernen vor Ort folgt ein einfaches Abendessen im Exerzitien-Haus, eine Gelegenheit für lockeren Austausch zwischen Coach und Coachees. Danach folgt individuell

die Teilnahme an der Komplet, dem Abendgebet der Mönchsgemeinschaft. Sie bildet den Abschluss eines Tages, den die Mönche früh um 5:40 Uhr mit der Laudes, dem Morgenlob, begonnen und im ständigen Wechsel von Gebet, Arbeit und Lesung verbracht haben. Diesen Tagesrhythmus hatte der Gründer, der heilige Benedikt, vor 1.500 Jahren niedergelegt. Unabhängig vom Zugang zum Mönchtum oder zum christlichen Glauben spüren Teilnehmer in der Komplet den

Raum des Kirchenschiffes, die Trance beim Gesang der Mönche, die Geschichte des Ortes, und sie werden ruhig und aufmerksam. So haben sie die Chance anzukommen, „runterzukommen“ und im geordneten kontemplativ orientierten Leben der Mönche, in der Kulisse des Klosters einen Gegenpol zu ihrem eigenen Leben zu erleben.

Danach entlasse ich meine Coachees, und zwar schon „geimpft“ mit den Coaching-Fragen aus der Einladung zum Walk-Shop und den Orientierungsfragen für den kommenden Tag, in die Nacht, die sie in schlichten Zimmern im Gästehaus bzw. Exerzitienhaus verbringen.

Da bewegt sich was

Nach einem kräftigenden Frühstück brechen wir auf – und bisher geschah dies stets bei bestem Wetter. Es geht durch Wiesen und Felder zu Füßen von St. Ottilien und durch Wälder diesseits und jenseits der Windach, eines kleinen Flusses entlang der Autobahn München–Lindau. In Schondorf treffen wir auf das St. Jakobs-Kirchlein unmittelbar am Jakobsweg von München.

Der Weg kommt über 100 Kilometer von München her und führt über 2.500 Kilometer weiter bis nach Santiago de Compostela. Menschen gingen diesen Weg aus Glaubensgründen oder um Vergebung oder Heilung zu erbitten, für sich selbst oder einen geliebten Menschen, oder um eine Verbindung zu Gott zu finden. Heutzutage mag seine landschaftliche Schönheit eine Rolle spielen, seine mediale Bekanntheit. Und immer geht es auch um das Besinnen, um den Sinn, der schon im Wort enthalten ist. So ist es auch bei meinen Coachees. Sie möchten sich etwas Gutes tun. Oder es gibt einen konkreten Anstoß: ein konkretes Thema, das sie bewegen wollen, oder eine Herausforderung, eine Chance, von der sie noch nicht wissen, ob sie sie ergreifen sollten. Oder es gibt eine Krise.

Auf den etwas mehr als 25 Kilometern zwischen St. Ottilien und Dießen erleben sie entspanntes Plaudern, tiefes

Die Orientierungsfragen

- Welche Wünsche hast du für deinen Weg?
- Welche „Spielregeln“ brauchst du für dich?
- Was hat dich bewegt, dich auf den Jakobsweg zu machen?
- Was hat dich bewegt, dich jetzt auf den Weg zu machen?
- Was willst du bewegen? Welche Frage, welches Thema?
- Wenn du auf deinen Weg zurückschaust, was war wertvoll?
- Wofür bist du dankbar?
- Für welche Begegnungen, Erlebnisse, Menschen?
- Was trägst du im Geist und im Herzen mit dir?
- Was steckt dir in den Knochen?
- Und was hast du noch im Rucksack?
- Was möchtest du gerne weiter mitnehmen?
- Was möchtest du gerne zurücklassen?
- An welchen guten Ort könnte dein Weg dich nun führen?
- Und was erwartet dich da?
- Für welches konkrete Thema möchtest du Begleitung?

Gespräch, kurze Impulse durch die Coachingfragen oder komplette Coachingsequenzen. Und immer wieder Stille beim Gehen und Rasten. Über die Wegstrecke vertiefen sich so die Eindrücke, nähern wir uns den Antworten auf die Fragen oder es verdichtet sich die Fülle der Themen zu einer neuen Perspektive oder Frage.

Die Felder und Wälder, die üppige Natur sind nicht nur Kulisse, sondern Kur. Die Benediktinerin und Universalgelehrte Hildegard von Bingen etwa beschrieb dies als *viriditas*, Grünkraft. Das Gehen, diese äußere Bewegung, sorgt auch für eine innere Bewegung, wechselnde Perspektiven der Kulisse bringen auch die inneren Perspektiven in Bewegung, äußere Anstöße geben innere Impulse, ein Windstoß, der durch die Bäume fährt, ein Graffiti auf einer Mauer, das die Antwort auf eine Frage direkt in den Raum stellt.

Am Ende der Tagesetappe auf dem Jakobsweg, in Dießen, stehen wir im Marienmünster mit seiner barocken Figurensprache und einem verwirrend schlichten Kontrast aus weißem Stuck und goldener Illumination. Und die Wanderer haben erfahren, was ein spanisches Pilgerlied besingt: „No hay camino, se hace camino al andar ...“. Es gibt keinen Weg, der Weg entsteht

im Gehen. Dort gibt es auch Brief und Siegel in Form einer „Pilger-Urkunde“.

Das Leben als Weg

Der Linguist George Lakoff hat in seinem Buch „Metaphors We Live by“ gemeinsam mit Mark Johnson auf die intime Verschränkung von sprachlichen Bildern und subjektiver körperlicher Erfahrung hingewiesen. „Embodied reason“, frei übersetzt „fleischgewordene Vernunft“, nennt er dies. Nach seiner Einschätzung ist die Metapher „Das Leben als Reise“ eine der reichsten und ergiebigsten Metaphern. Ihr verdankt auch der Jakobsweg einen Teil seiner Anziehungskraft.

In meinem Walk-Shop können alle Beteiligten gewissermaßen im Vorübergehen aus der Fülle dieser tief im Sprachschatz verankerten Metaphern und der spirituellen Tradition des Jakobswegs schöpfen. ◀◀



Zum Autor

Michael Stief

Linguist und Informatiker, DVNLP-Trainer und Systemischer Coach, Personal-leiter für Personalentwicklung und freier Berater.
www.michaelstief.com