

Interview 03**von Clefferle (C) mit Günter (G)****Thema: Pilgern**

F C :

Hallo Günter! Heute bist du nun schon 10 Tage oder so unterwegs. Daher möchte ich mich heute mit dir über das Pilgern unterhalten. Was bedeutet das Pilgern für Dich!

A G :

So wenig ich Ahnung über Depressionen hatte, so wenig Ahnung hatte ich vom Pilgern. Es hat mich nicht interessiert. Im Krankenhaus 2005 als ich das erste Mal mit dem Jakobsweg gedanklich umging, sagte eine Ärztin zu mir: "Vielleicht bringen Sie ja irgendwann Menschen auf den Jakobsweg. Ich selber war bis heute in Spanien und auch schon in Deutschland unterwegs. Mich wird der Jakobsweg nicht mehr los lassen.

F C :

Wie ist das - du gehst los. Was geschieht da beim pilgern? Kannst du das noch etwas erklären?

A G :

Schon den Punkt: Du gehst los - sehe ich zu kurz gedacht an. Da passiert noch vorher einiges. Ich hab mich bei jedem Start auf den Jakobsweg mit dem Weg, der Packliste und noch einigem mehr beschäftigt. Allerdings werden bei allen Planungen, die man vorher macht diese auf dem Weg verändert und zum Teil nichtig werden.

F C :

Also ist zunächst einmal der Mut für das Losgehen wichtig?

A G :

Ja das stimmt, Einlassen auf Unbekanntes. Nicht wissen, wo ich am Abend schlafe. Nicht wissen, welchen Leuten ich begegne. Nicht immer wissen, wie der Weg ist!

F C :

Und dann weiter?

A G :

Verantwortung übernehmen was ich trage. Wenn ich falsch laufe. Wenn ich mich rechts oder links entscheiden muss und womöglich doch falsch laufe. Und, und, und.

F C :

Warum machen die Menschen solche Strapazen überhaupt? Ist da am Strand liegen nicht viel besser und vor allem einfacher?

A G :

Die Beweggründe sind sicher unterschiedlich. Meine sind mit dem Thema Depression verknüpft. Andere Gründe sind z. B. nur sportlich, irgendein Ereignis, einfach so, ein Versprechen aus Dankbarkeit und natürlich auch spiritistisch - um mehr über sich und Gott zu erfahren. Man sagt ja auch - Pilgern ist beten mit den Füßen!

F C :

Was ist bei dir geschehen?

A G :

Ich bekomme Abstand. Gewissermaßen einen Standortwechsel. Allerdings brauch ich immer ein paar Tage. Das geht nicht sofort!

F C :

Hilft das auch für den Selbstwert oder Vertrauen?

A G :

Vermutlich ist das bei jedem anders. Aber wenn am Abend eine Strecke geschafft ist - oder auch nicht - das ist manchmal gar nicht mehr so wichtig. Auch ist nicht wichtig, in einer bestimmten Zeit ein bestimmtes Ziel erreicht zu haben.

Wichtiger ist: Was habe ich gesehen, gespürt, gefühlt. Kam ich zurecht alleine? Ohne reden. Konfrontiert mit mir selber! Welche Begegnungen hatte ich? Wie hab ich diese gewertet? Oder vielleicht auch nicht! Ich hatte bei den Aufschrieben zu Beginn auch geschrieben: Hat der Weg ein Herz? Das halte ich aber für wichtig nicht nur auf dem Jakobsweg. Aber um auf die Frage zurück zu kommen. Ich denke dass Vertrauen und der Selbstwert schon wächst.

F C :

Was ist wenn es schlechtes Wetter gibt? Gefällt dir das Pilgern im Regen auch noch?

A G :

Das ist wie im Leben auch. Nur Sonne ist nicht gut. Der Regen gehört auch dazu. Regen führt ja auch zu Wachstum. Mir macht Regen beim Pilgern nichts aus, da ich ja meinen Poncho dabei habe. Da rege ich mich aber manchmal schon auf, wenn ich den nicht so rüber bekomme wie ich es brauche.

F C :

Wie ist das mit der Natur?

A G :

In der Natur unterwegs zu sein - mit offenen Augen - führt schnell zu Respekt und Wertschätzung der Natur gegenüber. Wir misshandeln diese oft genug, in dem wir Dinge wegwerfen und nicht sehen und schätzen. Ein richtiger Pilger wird mit diesen Dingen achtsam umgehen.

F C :

Was schätzt du am Pilgern am meisten?

A G :

Das sind mehrer Dinge. Die unterschiedlichen Begegnungen. Dabei ist es aber schon notwendig auch bereit und offen dazu zu sein. Dann das Bewegen in der Natur. Ich für mich kann gut alleine sein. Wobei ich z. B. das Schreiben und Fotografieren brauche. Ich sehe so viele große und kleine Wunder.

F C :

Wie wichtig ist für dich das Ankommen am Ziel? Oder das Ziel zu erreichen?

A G :

Das möchte ich natürlich auch immer. Ankommen an den gesteckten Zielen. Ob auf dem Weg oder sonst. Ich nehme für mich aber auch den Druck heraus - ankommen zu müssen - Ziele erreiche zu müssen. Das habe ich so lange MÜSSEN. Also im aktuellen Fall möchte ich schon in Konstanz ankommen. Einfach weil es mir wichtig ist. Wenn das nicht klappen sollte, dann kann ich auch nichts machen. Dann ist das einfach so und sollte so sein.

C :

Eine letzte Frage. Was schätzt du höher ein? Diese vielen Kilometer zu laufen oder gegen die Depressionen zu kämpfen und nicht aufzugeben?

A G :

Jeder, der momentan oder künftig mit Depressionen kämpft leistet mehr wie ich auf den paar Kilometern. Ich erachte das auf jeden Fall für schwerer und höher einzuschätzen. Trotzdem muss man nicht laufen oder pilgern können, um die Depression zu besiegen oder zu lernen mit ihr umzugehen. Jede Etappe - jeder Rückschlag - muss gegangen werden. Hier spielt wieder das Vertrauen und die Hoffnung und vor allem Geduld eine große Rolle! Nicht aufgeben bei Depression! Auch das ist ein Jakobsweg! Beim Jakobsweg mit den Füßen ist aufgeben nicht schlimm.