

ENTSCHLEUNIGUNG: Gut Ding will Weile haben

Tempo, tempo! heißt es allenthalben – unsere Welt wird (scheinbar) immer schneller, und nicht nur unsere Wettbewerbsteilnehmer wollen oder müssen sich mit diesem Phänomen auseinandersetzen. Die meisten Diskussionen zum Thema Tempo kreisen um die tatsächliche oder vermeintliche Beschleunigung und ihre Konsequenzen. Je nach Einzelproblem kommen nicht wenige Autoren zu einer kritischen oder skeptischen Bewertung dieser Entwicklung.

Einige Wettbewerbsteilnehmer zäumen das Pferd jedoch von der anderen Seite auf: Sie erforschen die Langsamkeit und setzen damit einen positiven Kontrapunkt zur Beschleunigung(skritik). Wie wichtig ist Ruhe? Wie bringen wir wieder Ruhe in unseren Alltag? Und an welchen Stellen ist Entschleunigung nicht nur möglich, sondern sogar hilfreich und notwendig?

Einige preisgekrönte Arbeiten zum Thema „Entschleunigung“ stellen wir in dieser Ausgabe vor. Im „Preisträgerarbeit Spezial“ zum Thema der Woche geht es um das Wandern als langsamste menschliche Fortbewegungsart, genauer gesagt: das Pilgern. Gerade die damit verbundene zwangsläufige Entschleunigung führt, so Preisträgerin Esther Heiße, die zwischen Görlitz und Erfurt einen alten Pilgerweg wiederbelebt, zu einer neuen Bewusstwerdung und hat positive Auswirkungen auf die Persönlichkeitsreifung.

PREISTRÄGERARBEITEN zum Thema „Entschleunigung“

AUF DER SUCHE NACH DEM KÖNIGSWEG

Wandern als Reifeprüfung – Pädagogin belebt uralte Pilgerstraße wieder
Fortschritt braucht Zeit. Mal ein ganzes Jahr, mal mehrere Wochen: Wenn Esther Heiße ihre Wanderschuhe schnürt, dann will sie zu Fuß Hunderte Kilometer bewältigen. Die 25-Jährige sagt: „Auf Langstreckenwanderungen reift der Mensch.“ Das Gehen über große Distanzen – die Pädagogin sieht darin ein Medium des Erwachsenwerdens und zugleich einen „radikalen Gegenentwurf zur beschleunigten Welt“. Der Theorie des Wanderns als Übergangsritual hat Heiße auch einen praktischen Rahmen gegeben, indem sie einen alten Pilgerweg wiederbelebte. Am 6. Juli 2003 wurde er festlich eröffnet. Das Wandern als des Forschers Lust? Von Psychologen über Kardiologen bis zu Orthopäden haben sich Mediziner mit der stärkenden Wirkung des Wanderns auf Körper und Geist befasst. Landschaftspsychologen fanden heraus, dass schöne Natureindrücke die Stimmung heben, Puls und Blutdruck senken und zugleich die Sinne vielseitig aktivieren. Natur-Soziologen sehen die Beliebtheit des Fußsportes rasant ansteigen und deuten den Trend als Gegenwehr zu Technisierung und Beschleunigung des Alltags. „Im Technikzeitalter bekommt das Gehen einen neuen Akzent. Es wird Gegenstück zum bloßen Transportiert werden“, so Heiße, „und bietet die Chance, einen eigenen Rhythmus zu finden.“

Heiße hat das an sich selbst erfahren. Mit dem Ziel, ohne die Hilfe der Eltern zu bestehen, reiste sie nach dem Abitur ein Jahr zu Fuß durch Deutschland. Auf gut Glück ging sie los, klopfte bei Fremden an die Tür und bat um Unterkunft. „Das Wanderjahr verlangsamte einerseits meine Biografie. Zugleich machte ich aber einen entscheidenden Entwicklungsschub“, erinnert sie sich. In „ungeahnte Maße“ habe das lange Gehen die Abnabelung beschleunigt und ihr Selbstbewusstsein gestärkt. Sie

wollte wissen, ob ihre Erfahrungen übertragbar sind und begann, sich wissenschaftlich mit dem Thema zu beschäftigen. Die Wanderpädagogik wurde ein Schwerpunkt ihres Studiums an der Evangelischen Fachhochschule Moritzburg in Sachsen. Heiße sagt: „Es ging mir konkret darum, Menschen in Umbruchsituationen zu verlangsamer Reflexion auf das eigene zu motivieren.“

In ihrer Studie diskutiert Heiße das Wandern als Tätigkeit, die Körper und Psyche gleichermaßen stärkt, die anthropologische Grundsituationen aufgreift wie Abschiednehmen und Ankommen und religiöse Erfahrungen erschließt wie Sinnsuchen und –finden. Ausgehend davon empfiehlt sie das Langstreckenwandern für die Bildung. Heiße erklärt das so: „Auf einer Langstreckenwanderung wird das sichere Heim bis auf weiteres verlassen. Mit der Entfernung beginnt alles Feste zu verschwimmen: Konzepte werden beweglich, Strukturen relativieren sich, Begrenzungen verlieren ihre Geltung.“ Der Wanderer trifft auf fremde Welten, muss neue Probleme lösen und lotet dabei seine persönlichen Grenzen aus – aus Sicht der Autorin vor allem für Jugendliche eine wichtige Erfahrung.

Es scheint, als sei Heiße selbst bestes Beispiel für ihre Formel, Zeit in die Persönlichkeitsbildung zu investieren, um Handlungskompetenz zu erwerben. Eine große Portion Ausdauer und Verhandlungsgeschick waren nötig, um ihre Idee eines ökumenischen Pilgerwegs in Mitteldeutschland durchzusetzen. „Ich wollte meine theoretischen Erkenntnisse in ein praktisches Projekt einfließen lassen und erproben“, sagt sie.

Auf einem Fußmarsch durch Spanien im Jahr 2000 traf die Studentin viele Pilger. „Pilger verstehen sich als Suchende und durchleben ständig wichtige Grunderfahrungen“, sagt Heiße. Im Pilgern fand sie eine Entsprechung ihrer Idee des Wanderns. Sie bekam eine Karte des Europäischen Pilgerwegs in die Hände, wie er seit dem Mittelalter besteht. Darauf entdeckte sie die alte europäische Fernstraße Via Regia. Die Ost-West-Route lief durch die heutigen Bundesländer Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen. Im Mittelalter benutzen Pilger die Straße, um ins nordspanische Santiago de Compostela zum Grab des Apostel Jakobus zu gelangen. Die Studentin hatte das praktische Pendant für die Theorie gefunden.

Um den ursprünglichen Verlauf der alten Handelsstraße wiederzufinden, befragte Heiße Kirchenhistoriker und wanderte im Sommer 2001 selbst 350 Kilometer von Görlitz nach Erfurt – „ein Abenteuer“, sagt sie. Heute führen Bundes- oder Landstraßen auf der alten Trasse entlang, die sich im Laufe der Jahrhunderte immer wieder leicht verschoben hat. Wo die Strecke zugewachsen und nicht mehr erkennbar war, suchte Heiße nach Orientierungspunkten wie Bergrücken und nach Spuren, die etwa durch Wagenräder entstanden sind. Stück für Stück dokumentierte Heiße so den Verlauf der Straße für die 420 Kilometer lange Strecke von Görlitz in Sachsen durch Sachsen-Anhalt bis nach Vacha (Thüringen) an der Grenze zu Hessen.

Nachdem der Weg gefunden war, begann für Heiße die Suche nach Geldquellen. Nach mehreren Misserfolgen konnte sie schließlich die Robert-Bosch-Stiftung von ihrem Projekt überzeugen. Die Stiftung finanzierte ein Freiwilligenjahr, das Heiße im August 2002 antrat. Das Landesjugendpfarramt in Sachsen übernahm die Trägerschaft und stellte ein Büro in Dresden – Schaltzentrale des Projekts. Für die Zukunft hat Heiße auch schon vorgesorgt: Als Schirmherr für den Wanderweg gewann sie Sachsens Landeschef Georg Milbradt. Mit anderen Pilgern gründete sie die Jakobusinitiative Mitteldeutschland, die den Weg betreuen wird, nachdem ihre Projektstelle ausgelaufen ist.

In den zwölf Monaten ist es Heiße gelungen, den Weg eigenhändig auszuschildern und Unterkünfte für die Fußreisenden zu finden. Dafür besuchte sie persönlich jede Gemeinde an der Trasse zwischen Görlitz und Erfurt. Ansässige mussten gewonnen werden, um bei der Freilegung und Ausbesserung des Wegs zu helfen, Bürgermeister und Wandervereine der Ausschilderung zustimmen. Heiße fand in jeder Region Ehrenamtli-

che, die den Weg künftig warten. Darüber hinaus tat sie 50 Herbergen zwischen Start- und Zielpunkt auf – überwiegend Gemeinderäume, die mit Matratzen ausgestattet sind. Kostenlose Unterkunft finden dort Wanderer im Besitz eines Pilgerausweises. Das Papier gibt es zusammen mit einem Wanderführer aus der Feder von Heiße bei der katholischen Jugendseelsorge und den Jugendpfarrämtern der drei beteiligten Bundesländer.

Kurz vor der Eröffnung am 6. Juli zog sich Heiße für ein paar Tage in ein Kloster zurück – „um nach der rasanten Projektentwicklung einmal abzubremsen und nachzudenken.“ Mit parallelen Festgottesdiensten im Erfurter Augustinerkloster (Thüringen), in der Neumarkt-Kirche in Merseburg (Sachsen-Anhalt) und in Königsbrück (Sachsen) wurde der Weg eröffnet. Heiße war bei der Feier in Königsbrück dabei, wo einer der ältesten Abschnitte der Via Regia gefunden wurde. Zahlreiche Gäste, unter ihnen viele Journalisten, brachten den Wanderstock mit. Zehn Tagestouren sind es von Königsbrück bis nach Erfurt, noch einmal vier bis nach Vacha. Für den Eröffnungstag lud Heiße ein, sieben Kilometer der Strecke zu laufen – beschleunigtes Pilgern gewissermaßen.

- Ökumenischer Pilgerweg

Die offizielle Seite zum Projekt von Preisträgerin Esther Heiße informiert ausführlich über die Wiederbelebung des alten Pilgerwegs zwischen Görlitz und Erfurt. Von Hintergrundinformationen zu den tieferen Dimensionen des Wanderns und zur Geschichte der Pilgerfahrt kann der virtuelle Besucher weitersurfen bis zu den Neuigkeiten, Veranstaltungen und Terminen rund um den Pilgerweg, der am 6. Juli neu eröffnet wurde. Für alle diejenigen, die nach Lektüre der ansprechend gestalteten Seiten noch Fragen haben, ist auch die Kontaktadresse angegeben.

<http://www.oekumenischer-pilgerweg.de>

- Via regia – die alte Handelsstraße

Der Ökumenische Pilgerweg verläuft in Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen auf der Via Regia, einer alten Handelsstraße, die seit vielen Jahrhunderten Ost- und Westeuropa miteinander verbindet. Über diese alte Straße informiert das Europäische Kultur- und Informationszentrum Thüringen in der Trägerschaft des Vereins Via Regia – Kultur für Europa e.V.

Vor allem in der Rubrik „Texte“ erfährt man viel Wissenswertes über Entstehung und Entwicklung, Verlauf und Bedeutung der Via Regia.

<http://www.via-regia.org/strasse>

- Jakobswege in Deutschland

Nicht nur auf der Via Regia in Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen verläuft ein Stück Jakobsweg: Auch aus anderen Teilen des heutigen Deutschlands sind seit dem Mittelalter Pilger nach Santiago da Compostela aufgebrochen. Ob im Rheinland oder im Sauerland, in Hessen, Franken, Schwaben oder in der Pfalz – überall verlaufen Jakobswege. Die Seite auf der Homepage zweier engagierter Pilgerer gibt eine Übersicht mit zahlreichen Links zu weiteren Informationen über die einzelnen Wegstücke.

<http://home.t-online.de/home/jakobuspilger/germany.htm>