

Aufbruch

Die Last bündeln
Die Hände frei machen
Die Füße ausrichten
Das Gewicht einem Bein anvertrauen
Dem anderen den ersten Schritt gönnen

Katharina Krebs

aufbrechen

aufbrechen
Gewohntes verlassen
mich erden
und himmeln

dem Ungewissen
entgegensehen
weit offen

aufbrechen
vorwärts schauen
Zeichen
erleuchten den
Weg

dem Ungewissen
entgegengehen
weit offen

mich
vom Weg
leiten lassen
weit offen

Thomas Schweizer

Wie weit ist es?

Wie weit ist es...
... bis zur nächsten Wegkreuzung?
... bis zur nächsten Zeitangabe?
... bis zum nächsten Unterstand?
... bis zur nächsten Einkehr?
... bis zum nächsten Hügelkamm?
... bis zu Dir?
... bis zu mir?

Silvia Alig

fort

Schritt
Wort
Schritt
Wort

fort
fort...?

zu
mir

Marlies Schweizer

Dein Weg

Du musst deine eigenen Schritte gehen,
deinen eigenen Weg.
Es gibt ihn nur einmal,
so wie Du ihn gehst.
Jede Strasse,
jede Abkürzung,
jeder Umweg
bringt dich weiter auf deinem Weg.

Silvia Alig

Beim Gehen

Beim Gehen wieg ich das Kind in mir,
wieg seine Ängste, wieg seinen Schmerz.

Beim Gehen hör ich mir selber zu,
hör meine Sorgen, die Zweifel, das Glück.

Beim Gehen entdeck ich den Horizont,
und der Gedankenschwindel verläuft sich ins Weite.

Beim Gehen blick ich neu auf mein Leben
und suche den roten Faden darin.

Beim Gehen schleicht Gott sich in meine Seele
und richtet den Tag zum Himmel hin aus.

Tina Willms, Rechte bei der Autorin, Einverständniserklärung der Autorin

Pilgern

Aufbruch und Wagnis
zwischen Bodenhaftigkeit und Leichtigkeit
im Fluss sein
mit dem Leben
gestern und morgen
der Atem wird frei
Türen öffnen sich
in mir
zu anderen
zu dir Gott

Kerstin Bonk

pilgern

achtsam unterwegs
schritt um schritt
langsam ankommen im leben
sein

Mechthild Wand
www.medebach.ch

Pilgern

gehen
leer werden
Kopf frei
nichts mehr denken
nichts mehr vorhaben
nichts mehr beabsichtigen
sein
da-sein
hier bin ich
Gott

Kerstin Bonk

pilgern

pilgern bedeutet hören und staunen mit den Füßen
einen Schritt vor den anderen
begegnen was mir entgegenkommt
mit jedem Schritt überlegen was es mir bedeutet
mich darauf einlassen?
Dinge ändern?
mich ändern?

pilgern bedeutet Zeit einräumen zum Rasten
was bietet mein Rucksack?
ich lasse mich überraschen, was die Gastgeberin anbietet
ob ein Gespräch entsteht?
manchmal möchte man lieber schweigen

Schritt um Schritt
Atemzug um Atemzug
Augenblick um Augenblick
unmerklich ändert sich die Sicht!
wandelt sich meine Sichtweise?
entscheide ich mich für eine neue Handlungsweise?
ich habe die Wahl!

Pius Freiermuth

Wandeln

von wo nach wo
von wem zum wem
ganz neu oder ganz anders
warum
WOZU
wie merk ich's
wie merkst du's
woran zeigt sich's

Pius Freiermuth

schweigend unterwegs

dem puls
der zeit

ein schweigen
schenken

gegenwärtigsein

hamsterradläufern
die stille
zurufen

mit einem
lächeln
im vorüber

Mechthild Wand
www.medebach.ch

verbindungswege

verbindungswege
finden
finden wollen

auf ihnen
gehen
hin und her

trampelpfade
entstehen

verbindung
geschieht

zwischen
zwei
verschiedenen

Mechthild Wand
www.medebach.ch

der weg

mich nicht
an zweifeln zermürben
ob
der weg
den ich gehe
mein weg sei

ich gehe

mich nicht
erschöpfen
an fragen

hätte ich schon längst
abbiegen sollen
bin ich noch
auf dem richtigen weg

ich gehe

jedes wegstück
auf dem

ich bin
ist
der weg

Mechthild Wand
www.medebach.ch

schneckentempo

schneckentempoläufer
kommen
auch
an

irgendwann

was ist der unterschied

gibt es
ein problem

Mechthild Wand
www.medebach.ch

unterwegs

Unterwegs
warst du
schon als Kind
immer unterwegs

Später dann
unterwegs
Neues suchend
Neues findend

Ferne Länder
andre Menschen
unterwegs
krankes Glück

Nun mein Sohn
bist du
unterwegs
zum letzten Ziel

Anonym

Leichten Fusses

Ich reibe mir die Nacht aus den Augen
ich schüttele mir den Staub vom Herz
und hülle mich in dein Wort
ich mache mich auf
in das Land
das du mir zeigen willst.
Ich gehe leichten Fusses
wie ein Vogel die Flügel auf dem Wind
ohne Karte
der Weg wird mich finden
Ich gehe
Hoffnung im Rücken
das Ohr am Himmel
auf den Feldern gedeihen die Gebete
Ich gehe gesegnet mit Verbündeten
mit Erde und Engeln
Wasser Wurzeln und Wolkenblau
Sterne weicher Regen Kinderatem
Tränen und Träume
Ich gehe und ahne
du gehst mit

Jacqueline Keune, Rechte bei der Autorin, Einverständniserklärung der Autorin

Ankommen

Wo ich
gegangen bin
Du

Wo ich
gerastet habe
Du

Nun
da ich
angekommen bin
geh ich
mit Dir

Thomas Schweizer