

UNTERWEGS AUF DEM PILGERRUNDWEG BERNHARDSPFAD

**Rund um das ehemalige
Zisterzienserkloster Lehnin**



B

Bernhardspfad-
Pilgerrundweg

Ein Pilgerheft mit Informationen
und spirituellen Impulsen
für den Weg



*Doch darin besteht das Wunderbare,
dass niemand dich suchen kann,
der dich nicht schon gefunden hat.
Du willst also gefunden werden,
damit man dich sucht,
und gesucht werden,
damit man dich findet.
Bernhard von Clairvaux*

UNTERWEGS AUF DEM PILGERRUNDWEG BERNHARDSPFAD

Rund um das ehemalige
Zisterzienserkloster Lehnin



Die gesamte Strecke (35 km)

Lehnin ▶ Nahmitz ▶ Netzen ▶ Trechwitz ▶ Damsdorf
▶ Nahmitz ▶ Lehnin ▶ Rädel ▶ Emstal ▶ Lehnin

Die nördliche Strecke (21 km)

Lehnin ▶ Nahmitz ▶ Netzen ▶ Trechwitz ▶ Damsdorf
▶ Nahmitz ▶ Lehnin

Die südliche Strecke (14 km)

Lehnin ▶ Rädel ▶ Emstal ▶ Lehnin

Pilgern in leichter Weise (10,4 km)

für Menschen mit Einschränkungen
Lehnin ▶ Rädel ▶ Emstal ▶ Lehnin

INHALT

| | |
|--|----|
| Bernhard von Clairvaux und die Zisterzienser | 6 |
| Der Zisterzienserorden in Lehnin | 7 |
| Besonderheiten und Sehenswürdigkeiten am Wegesrand | 8 |
| Die Kirchen am Weg des Bernhardspfad | 12 |
| Die Klosterkirche St. Marien zu Lehnin | 12 |
| Die Kirche in Nahmitz | 14 |
| Die Kirche in Netzen | 14 |
| Die Trechwitzer Kirche | 14 |
| Die Kirche in Damsdorf | 16 |
| Die Kirche in Emstal | 17 |
| Die Kirche in Rädels | 18 |
| Ein Pilgertag für Menschen mit Behinderung | 20 |
| Wegbeschreibung | 20 |
| Eine kreative Idee für den Weg | 21 |
| Pilgern wie wir geschaffen sind | 22 |
| Gott beschützt mich! Immer und überall! | 23 |
| Andacht | 24 |
| Meditatives Bibellesen | 25 |
| Psalmen essen | 25 |
| Psalmen für Pilger | 26 |
| Texte aus dem neuen Testament | 29 |
| Die Bergpredigt (Matthäus 5,1–7,29) | 29 |
| Texte von Bernhard von Clairvaux | 31 |
| Bernhard von Clairvaux an Papst Eugen III.: Betrachtungen (Auszüge) | 32 |
| Spirituelle Übungen auf dem Weg | 38 |
| Pilgersegen | 40 |
| Lieder auf dem Weg | 42 |
| Anreise nach Lehnin | 43 |
| Impressum | 43 |
| Wanderkarte auf der Rückseite | |

EINLEITUNG



Pilgern erfreut sich zunehmender Beliebtheit. Nicht nur – und nicht einmal überwiegend – in kirchlichen Kontexten taucht Pilgern seit längerer Zeit als attraktives Thema auf, das Junge wie Alte buchstäblich auf die Beine bringt. Es ermöglicht, Abstand vom Alltag zu gewinnen, sich und sein Leben neu ordnen zu lassen. Viele Menschen erleben diese Unterbrechung heilsam. Eine alte Tradition erlebt ihre Renaissance. Hinter der heutigen Pilgerpraxis steht der Wunsch nach körperlicher und spiritueller Erfahrung in einer zunehmend abstrakter werdenden Lebenswelt. Pilgern ist eine uralte, aber trotzdem zeitgemäße Form von Spiritualität und eine Besinnung auf Traditionen. Pilgern, ist „Beten mit den Füßen“ und Pilgern bedeutet zugleich eine erfrischende Kombination aus Ortswechsel, Stoffwechsel, Wortwechsel. Spirituelle Impulse, die einem auf einer Pilgerwanderung begegnen, wirken oftmals noch lange nach, helfen bei der Gestaltung des Lebens, bei Entscheidungen oder in Klärungsprozessen.



Touristen- und Pilgergruppen, die sich den Bernhardspfad erlauben möchten, wird eine Übernachtung in der Pilgeretage oder im Gästehaus des Klosters Lehnin empfohlen. Das Pilgerheft bietet Informationen über den Weg, die Geschichte der Kirchen und Anregungen & Impulse für den Weg und zu Andachten in den Stationskirchen. Der Pilgertag könnte mit einer morgendlichen Besinnung in der Klosterkirche St. Marien zu Lehnin beginnen.

Im Vorfeld des Pilgertages können Sie versuchen, die Schlüssel für die Besichtigung der Stationskirchen zu organisieren. Jedes Gotteshaus ist für sich ein Ort fürs Ausruhen und Innehalten, für Stille und Gebet. Und jedes hat seine Besonderheit: die Trechwitzer Knobelsdorff-Kirche mit dem wunderschönen schwebenden Taufengel, die Damsdorfer Kirche mit dem beeindruckenden Triptychon des zeitgenössischen Malers Peter Schubert, die Dorfkirche in Rädels mit ihrer liebevoll restaurierten Schuke-Orgel oder die kleine Kirche in Emstal, die mit symbolischer Aussagekraft auf dem Berge liegt.

Am Abend wieder in Kloster Lehnin angekommen, können sie den Tag ausklingen lassen bei einem guten Essen im Klosterhof, im Hotel Markgraf oder in der Zille-Stube. Nach einem erholsamen Schlaf und einem guten Frühstück kehren Sie dann wieder an Leib und Seele erfrischt nach Hause.

Letztlich dürfte das Pilgern auch unter ökonomischen Gesichtspunkten eine günstige Variante touristischer Reiseformen darstellen. Der Austritt aus dem Alltag, das Unterwegssein und der Eintritt in ein spirituelles Lebensmuster sind gratis.



BERNHARD VON CLAIRVAUX UND DIE ZISTERZIENSER

*Otiosum non est vacare deo,
sed negotium negotiorum omnium.
Leer werden für Gott – das ist nicht Müßiggang,
nein, es ist die wichtigste aller Beschäftigungen.*

Statue des Heiligen Bernhard von Clairvaux,
Pfarrkirche St. Michael, Mondsee (Oberösterreich)

Der Zisterziensermönch Bernhard von Clairvaux (1090 – 1153) war die geistlich prägende Gestalt des europäischen Mittelalters, ein leidenschaftlicher Gott-Liebhaber und ein Verkünder der Liebe Gottes wie der Menschenliebe. Wie auch viele Menschen heute, war Bernhard ein Mensch der Sehnsucht. Wer seine Meditationen und Texte auf sich wirken lässt, begegnet einem Menschen, der ehrlich genug ist, um aus seiner eigenen Unruhe und Bedürftigkeit nach einer Wendung nach innen keinen Hehl zu machen.

Der Einfluss dieser großen Mystiker war so groß, „dass man bis heute das zweite Viertel des 12. Jhd. als das ‚Bernhardinische Zeitalter‘ bezeichnet. Bernhard war nicht nur ein strengasketischer Mönch gemäß dem zisterziensischen Klosterideal, sondern als aufrüttelnder Prediger sowie gesuchter Berater von Päpsten, Bischöfen, Fürsten und Königen. Seine vielen theoretischen Abhandlungen, Briefe und Predigttexte sind einzigartige Dokumente seiner hohen schriftstellerischen Begabung. Erasmus von Rotterdam hielt Bernhard für einen der zehn besten Schriftsteller der Christenheit. Seine berühmte Zeitgenossin Hildegard von Bingen nannte ihn die Posaune Gottes“. ⁽¹⁾ Und selbst der nicht gerade für seine Verehrung Heiliger berühmte Reformator Martin Luther sah in Bernhard ein leuchtendes Vorbild für Theologen und Prediger.

Bernhard von Clairvaux wurde 1090 als drittes der sieben Kinder des Burgheren Tescelin von Fontaines-lés-Dijon und der Aleth von Montbard geboren. 1112 bildete er mit etwa 30 Verwandten und Freunden eine „Mönchsgemeinschaft“ in seinem Elternhaus, mit der er 1113 in das nahegelegene burgundische Reformkloster Cîteaux eintrat. 1115 wurde er zur Gründung des Tochterklosters Clairvaux in der Champagne ausgesandt. 38 Jahre, bis zu seinem Tod, war er Abt dieses Klosters, das in dieser Zeit ein geistiger Mittelpunkt des Abendlandes wurde.

Das Persönlichkeitsbild Bernhards ist durchaus widersprüchlich: einerseits verdankt ihm die westliche Christenheit einen Schatz an Texten mystischer Frömmigkeit, auch gilt Bernhard als vorbildlicher Seelsorger und weiser Wirtschaftler, andererseits lässt er sich selbst als Prediger der Kreuzzüge einspannen. Dennoch ist es wohl letztlich die Sehnsucht nach einem Leben in der Gegenwart Gottes, die ihn erfüllt.

(1 In: Traugott Ohse, Voll Güte bist Du, Herr, Beten mit Bernhard von Clairvaux, Hrsg. von der Gemeinschaft Evangelischer Zisterziensererben im Selbstverlag. Im Buchhandel leider nicht erhältlich.

Die göltige Bedeutung der Erfahrungen und Gedanken Bernhards erschließen auch heute noch den Suchenden den Sinn und die Mitte des Lebens.

*„Wenn einer seinen Gott gefunden hat, wird er nicht ablassen, ihn zu suchen.
Nicht mit flüchtigem Fuß, sondern mit der Sehnsucht des Herzens.
Die Seligkeit des Findens löscht die heilige Sehnsucht nicht aus,
sondern entfacht sie von Neuem.“
Bernhard von Clairvaux*



Kloster
Lehnin,
Elisabethen-
haus

DER ZISTERZIENSERORDEN IN LEHNIN

Die Abtei Lehnin wurde 1180 als erstes Kloster des Zisterzienserordens in der damaligen Mark Brandenburg gegründet. Seinen Ursprung hat der auch heute noch weltweit existierende Orden im südfranzösischen Cîteaux, als dort im Jahre 1098 einige Brüder des Benediktinerordens ein neues Kloster gründeten, um sich in dessen Mauern einem Leben in strenger Befolgung der Regeln des hl. Benedikts zu widmen. Das zunächst im Sinne eines einzelnen benediktinischen Reformklosters gegründete Cîteaux erhielt jedoch so viel Zuspruch und Zulauf, dass bald weitere Klöster nach diesem Modell gegründet wurden und sich nach und nach ein eigener Orden entwickelte. Noch heute erinnert der Name Zisterzienser aber an dieses erste Kloster in Cîteaux, das mit lateinischem Namen ‚Cistercium‘ heißt.

Die Zisterzienser suchten ein Leben in Einfachheit. Einfache Kleidung, bescheidene Ernährung, Erwerb des Lebensunterhaltes durch Handarbeit und Landwirtschaft gehörten zu den selbstauferlegten Regeln genauso wie die Forderung, die Klostergebäude und die Klosterkirchen in einfachen Formen zu errichten.

In der Lehniner Klosterkirche sind diese Ideale gut wiederzufinden. Sie hat keinen Kirchturm sondern lediglich einen Dachreiter auf der Vierung, der die bescheidenen Glocken trägt, sie hat keine bunten Ausmalungen und keine bunten, bildlich gestalteten Fenster.

Mit ihrer persönlich bescheidenen Lebensweise und durch immer wieder erfolgte Schenkungen an die Gemeinschaft wuchs allerdings der Wohlstand des Klosters sehr. So gehörten auch alle Dörfer, durch die der Pilgerweg Bernhardspfad führt, einstmals zu den Besitzungen des Klosters Lehnin.

Der Klostersee bei Nahmitz



BESONDERHEITEN UND SEHENSWÜRDIGKEITEN AM WEGESRAND

von Lutz Manzke

Das spirituelle Erlebnis sollte gut vorbereitet werden. Die gut 35 km lassen sich nur schwer an einem Tag schaffen. Daher sollte man eine Übernachtung einplanen. Ein guter Ausgangspunkt für die Pilgertour ist die ehemalige Zisterzienserabtei Kloster Lehnin, das zwischen der nördlichen und südlichen Runde des Pilgerweges liegt. Auf diesem weiträumigen Gelände und können während eines Besuchs im Museum etwas über die wechselhafte Geschichte der Klosteranlage erfahren. Nach einer Übernachtung beginnen Sie morgens Ihre Pilgerwanderung auf dem Bernhardpfad. Der **Emster Kanal** verbindet die drei Seen der Gewässerkette mit der 15 km weiter nördlich gelegenen Havel und reicht im Süden bis an den Ortsrand von **Lehnin**. Hier, im einstigen Ziegeleihafen, dem „Kessel“, endet dieser gut 16 km lange Kanal. Er wurde 1871 eröffnet und war eine wichtige Wasserstraße für die Holz und Ziegeltransporte aus der Region in Richtung Potsdam und Berlin. Heute ist diese Gewässerkette ein beliebtes Ziel für Sportschiffer und Paddler und Paddlerinnen.

DIE NORDROUTE Die nördliche Teilstrecke ist gut 21 km lang. Sie beginnt auf dem Klostergelände in Lehnin und führt durch ebenes Gelände durch das Naturschutzgebiet **Rietzer See** vorbei an vier Dorfkirchen in **Nahmitz, Trechwitz, Damsdorf** und **Netzen** zurück nach **Lehnin**. Beginnend in Lehnin geht der Weg entlang der "Brandenburger Allee" einem Weg, den schon die Mönche in Brandenburg nutzen. Direkt vor einer Brücke kommt man über den gepflasterten Weg nach etwa 600 m an das Ufer vom **Klostersee**. Der Weg führt linker Hand über eine kleine, blaue Brücke, links dahinter verbirgt sich ein gepfleg-

ter Friedhof, auf dem seit 1911 viele Lehniner Diakonissen beigesetzt wurden. Es geht dann durch recht sandige Kiefernflächen nach **Nahmitz**. Leider ist mit diesem Ort auch ein Stück friedloser Ortsgeschichte verbunden: Hier kam der damalige Abt des Klosters Sibold ums Leben, der von wütenden Nahmitzener Bauern im frühen Mittelalter erschlagen wurde. Dieser blutige Angriff der „heidnischen“ Bevölkerung wurde zum Vatikan gemeldet und 25 Bewohner von Nahmitz wurden hingerichtet.

Weiter geht es quer durch den Ort **Nahmitz** bis zur Kirche. Zwischen **Nahmitz** und **Damsdorf** geht es durch eine ausgedehnte Niederung, die bis etwa 1860 eine feuchte sumpfige Wiese war. Erst als nach 1860 auf dem angrenzenden Trechwitzer Berg, heute Trechwitz Siedlung, die Eichen abgeholzt wurden und zu Bauholz verarbeitet wurden, wehte der Wind den Sand vom Hügel in die angrenzende Niederung und es entstand in wenigen Jahren wertvolles Ackerland.

Der Ort **Damsdorf** ist geprägt von den vielen Siedlungshäusern der Gärtner die nach 1920 hier angesiedelt wurden. Nach dem Besuch der Kirche geht es dann hinter dem Dorf entlang der Straße bis nach **Trechwitz**. Es wurde 1186 erstmals erwähnt und ist eines der alten Klosterdörfer. Bis zu einem Brand stand das Dorf etwa 1 km weiter westlich, nahe dem Ufer des heutigen **Strengsees**. 1408 zogen die Quitzows, ein Raubrittergeschlecht, gegen das Kloster und brannten viele Klosterdörfer nieder, so brannte auch **Trechwitz** 1408 völlig nieder. Die Kirche in **Trechwitz** bietet einen ersten Höhepunkt mit seiner reichen Ausstattung und seiner langen Geschichte. Sie wurde nach dem Brand am heutigen Ort aufgebaut und 1750 vom damaligen Gutsbesitzer Ludolff-Ehrenreich von Rochow nach Plänen des bekannten Architekten G.-W. von Knobelsdorff erweitert.

Die reiche Ausstattung der Kirche geht auf eine Wette zurück, der Gutsbesitzer wollte die „dickste Kirche der Region“ schaffen. Damals entstand auch die Gruft unter dem Altar, die Reste wurden im Herbst 2015 saniert. Caroline-Juliane von Knobelsdorff, eine Tochter des Baumeisters, war mit dem Gutsbesitzersohn Bodo Wigant von Rochow, verheiratet und an dieser Kirche im ausgehenden 18. Jhd. beigesetzt worden. Familienwappen zieren heute noch die Patronatsloge in der Kirche. Der lebensgroße schwebende Engel aus Eichenholz und die älteste Glocke der Mark von 1233 und die voll funktionstüchtige Heiseorgel von 1829 sind Besonderheiten in dieser Kirche.



Der schwebende Engel in der Trechwitzer Kirche

Es geht auf der Wanderung weiter durch den Ort und die etwa 1 km lange Allee bis zum **Netzener See**. Hier im Naturschutzgebiet Rietzer See sind sumpfige Wiesen vorherrschend, salziges Wasser vom einstigen Zechsteinmeer gelangt aus dem Untergrund bis an die Oberfläche und prägt Flora und Fauna. Diese Binnensalzstellen sind hier eine geologische Besonderheit. Das angrenzende große Moorgebiet ist heute durch den **Strengsee** überflutet und ein wertvolles Vogelreservat (SPA) mit einem Vogelbeobachtungsturm auf der Westseite.

Vom **Emster Kanal** geht es auf dem Lehrpfad Netzen weiter zur Kirche nach **Netzen**. Auf dem Weg zur Kirche findet man noch eine der letzten gut erhaltenen Pflasterstraßen, die bis vor wenigen Jahrzehnten in vielen Dörfern vorherrschend waren. Viele der Orte hatten Ziegeleien und so landeten die Fehlbrände als Pflastersteine auf der Straße und prägten so das Gesicht vieler Orte. Weiter geht es durch die Bungalowsiedlung von **Netzen**. Nach Durchquerung des Kiefernwaldes erreicht man **Nahmitz** mit der kleinen Dorfkirche im Zentrum. Im Süden grenzt der 36 ha große **Klostersee** an den Ort. Von der Kirche aus geht es weiter nach Osten in Richtung Autobahn durch die Alte Göhlsdorfer Straße bis zum Ortsausgang, hier biegt der Weg rechts ab und führt durch die Klosterheide am Ostufer des Sees nach dem Strandbad, vorbei am „Ufercafé am Klostersee“ und dem „Institut für Kultur und Handwerk“ mit der Skulpturengalerie (www.gaestehaus-am-klostersee.de) bis nach Lehnin. Nach etwa 1,5 km gelangt man wieder zum Ausgangspunkt im Klostergelände.

DIE SÜDROUTE führt vom ehemaligen Klostergelände in Lehnin und den **Gohlitzsee** weiter durch den Ort **Rädel** bis nach **Emstal**. Diese etwa 14 km langen Strecke führt überwiegend durch Waldgebiet. Zwischen **Rädel** und **Emstal** geht es durch etwas hügeliges, sandiges Gelände vorbei am Rande des Truppenübungsplatzes Lehnin und dann von **Emstal** zurück nach **Lehnin**. Der Höhepunkt ist zweifelsfrei das ehemalige Klostergelände mit seinen historischen Gebäuden und der **Klosterkirche in Lehnin**. Alte Weißbuchen und Eichen säumen den Weg.

Auch die Kirche in **Rädel** bietet eine Besonderheit, denn der Turm steht auf der Ostseite der Kirche. Diese und andere historische Tatsachen ließen viele Sagen über die Region entstehen. Hinter dem Ort **Rädel** hat man einen schönen Blick auf den Zitzel bei Emstal. Diese kleinen Gewässer sind eiszeitliche Relikte und liegen am Fuß des Hanges. Es schließen sich der Rädeler Zitzel und noch einige kleine Gewässer bis zum Ortsrand von **Emstal** an. Sie sind naturnahe Brutplätze der Kraniche und anderer Wasservögel. An der Hauptstraße in **Emstal** angekommen befinden sich rechts vom Weg das **Backofenmuseum** mit zwei der historischen Backöfen, die zu Ortsfesten genutzt werden um „Emstaler Kugelbrote“ zu backen. Etwa 400 m weiter nördlich entlang der Hauptstraße folgend steht die Kirche des Ortes.

Etwas hinter der Kirche am Ortsrand erstreckt sich auf der linken Straßenseite ein Gewässer, das durch Torfabbau nach 1980 entstand und sich nach Westen bis nach **Rädel** erstreckt. An diesem **Emstaler Schlauch** brüten heute Graugänse, Kraniche. Auch einige Biber bauen fleißig an ihren Burgen. Etwa 300 m hinter dem Ortsausgang im Wald zweigt der Weg rechts nach Osten ab und führt erst durch ein Niederungsgebiet mit vielen kleinen naturnahen Feuchtwiesen und später durch den Wald vorbei an der ehemaligen Kaserne von **Lehnin**, dem Sportplatz und der Oberförsterei Lehnin zum Ortsrand von Lehnin. Die heutige Oberförsterei Lehnin ist eine alte Försterei aus dem späten 18. Jhd. am Rande des Willibald Alexis Wanderweg und brannte 1945 völlig nieder. Der Autor Willibald Alexis war hier häufig zu Gast und schrieb Mitte des 19. Jhd. die bekannten Werke: „Die Hosen des Herrn von Bredow“ und „Der Werwolf“. Dafür stifteten die Lehniner Bürger ihm vor über 100 Jahren das Denkmal in der Puschkinstraße vor dem Friedhof in Lehnin.

Besonders auf der Südroute werden sie durch schöne Laubwaldgebiete wandern. Rings um **Lehnin** wurde schon vom preußischen Adel sehr gerne gejagt und es haben sich große zusammenhängende Waldgebiete erhalten. Auch Lehniner Oberförster hatten stets ein großes Augenmerk darauf, artenreiche Mischwälder zu erhalten. Im gesamten Bereich der Südroute findet man große Sickermoore über die Wasser entspringt und die ganze Gewässerrinne der Emster Gewässer speist.

Für Fragen steht Ihnen der „Vogelwart vom Streng“ Lutz Manzke aus Trechwitz zu Verfügung, rufen Sie ihn an: Tel. 0162/ 9118223



Lehmbackofen
in Emstal



Die Klosterkirche
St. Marien zu Lehnin

DIE KIRCHEN AM WEG DES BERNHARDSPFADES

„Wer erkannt hat, dass Sonne und Sterne und Seelen nicht in einem Vakuum schweben, hält sein Herz für die Stunde bereit, in der die Welt verzaubert wird.

Denn die Dinge sind nicht stumm:

Die Stille ist voller Forderungen und wartet auf eine Seele, die das Geheimnis einatmet, welches alle Dinge in ihrer Sehnsucht nach Kommunion ausatmen.

Aus der Welt steigt das Geheiß auf, die Luft mit einem verückten Lied für Gott zu tränken.“ Abraham Joshua Heschel

DIE KLOSTERKIRCHE ST. MARIEN ZU LEHNIN

Das Zisterzienserkloster Lehnin ist das älteste der Mark Brandenburg. Es wurde 1180 von Markgraf Otto I. von Brandenburg gegründet. Nachdem Einzug eines Konvents aus dem Zisterzienserkloster Sittichenbach wurde die Klosteranlage bis etwa 1260 errichtet. Die Klosterkirche St. Marien zu Lehnin ist ein hervorragendes Beispiel früher norddeutscher Backsteinarchitektur. An den in romanischen Bauformen errichteten Ostteil mit Chor, Chorhaus und einem Langhausjoch schließt sich der Westteil im Stil der Frühgotik an. Das ehemalige Zisterzienserkloster Lehnin bildet einen touristischen Höhepunkt zwischen Potsdam und Brandenburg. Viele tausend Besucher im Jahr genießen

die Ruhe des Ortes. Es gibt wohl kaum jemanden, dem sich beim Verweilen in den altherwürdigen Gemäuern nicht eine Ahnung von der reichen Geschichte des Ortes einstellt. Die Lehniner Sommermusiken sind bereits zu einer Tradition geworden und werden stets gut besucht. Einen besonderen musikalischen Schwerpunkt bildet die Konzertreihe der Musica Mediaevalis, die insbesondere Musik aus der Zisterzienserzeit zu Gehör bringt und in Sommerkursen und Seminaren die Theologie und Musiktheorie des Mittelalters in Erinnerung hält. Für die Besucherinnen und Besucher der Konzerte wird so das akustische Ereignis der „singenden Steine“ im Zusammenspiel mit der visuellen Wirkung der romanisch-gotischen Architektur zu einem ganzheitlichen, spirituellen und berührenden Erleben.

Die Klosterkirche ist heute im Besitz des Evangelischen Diakonissenhauses Berlin Teltow Lehnin. Die Kirche wird in gemeinsamen Gottesdiensten genutzt von der Evangelischen Kirchengemeinde des Luise-Henrietten-Stiftes und der Ortskirchengemeinde, der St. Marien Klosterkirchengemeinde Lehnin. Als Außenstelle des AKD (Amt für kirchliche Dienste) ist das geistliche Zentrum Kloster Lehnin auch der von der Evangelischen Landeskirche (EKBO) ausgewiesene Lehr- und Lernort christlicher Spiritualität (<https://akd-ekbo.de/spiritualitaet>).

Öffnungszeiten

1. April - 31. Oktober:

Montag - Freitag 10:00 - 16:00 Uhr

Samstag 10:00 - 17:00 Uhr

Sonn- und Feiertage 13:00 - 17:00 Uhr

1. November - 31. März

Montag - Samstag 10:30 - 15:30 Uhr

Sonn- und Feiertage 13:00 - 16:00 Uhr

Während der Gottesdienste und Konzerte ist die Kirche nicht zu besichtigen. Führungen in der Kirche und eigene Andachten müssen angemeldet werden:

Museum, Stefan Beier: Tel. 03382/704151,

E-Mail: Stefan.Beier@diakonissenhaus.de

Gästewesen, Mark Thurley: Tel. 03382/768 409,

E-Mail: Mark.Thurley@diakonissenhaus.de

Für Pilgergruppen, die auf dem Klostergelände in Lehnin übernachten, besteht die Möglichkeit, einen Schlüssel für die Dorfkirchen in Rädels und Emstals zu erhalten.

DIE KIRCHE IN NAHMITZ

Errichtet wurde die Kirche 1744 an der Stelle eines Vorgängerbaus, der vermutlich schon um 1200 existierte. Die barocke Ausstattung umfasst einen Kanzelaltar, die Hufeisen-Empore sowie das Gemeinde- und Chorgestühl. Der Taufstein ist aus dem späten 19. Jhd. Die Orgel ist ein Werk der Firma Alexander Schuke aus Potsdam von 1911. Die letzte Kirchenrestaurierung erfolgte zwischen 1997 und 2005. *Pfr. Anselm Babin*

Kirchenschlüssel: Pfarrer Anselm Babin, Tel. 03382/872, anselm@ekmb.de
Ursula Strehlau, Alte Göhlsdorfer Str. 23, 03382/702615 E-Mail:babin.

DIE KIRCHE IN NETZEN

Die ursprüngliche Kirche gab es bereits um 1190. Der jetzige Bau ist ein gotischer Backstein-Saalbau, der im Spätmittelalter durch einen eingezogenen Westturm aus Mischmauerwerk ergänzt wurde. Im frühen 18. Jhd. erfolgte eine Erhöhung und Verlängerung nach Osten, ebenso der barocke Ausbau. Der Kanzelaltar entstand Ende des 18. Jhd. Die Orgel ist ein Werk der Firma Alexander Schuke aus Potsdam von 1907. Die letzte Kirchenrestaurierung erfolgte zwischen 1998 und 2014. *Pfr. Anselm Babin*

Kirchenschlüssel: Ines Hübner: Tel. 03382/701 349

Pfarrer Anselm Babin, Tel. 03382/872 · E-Mail: babin.anselm@ekmb.de

DIE TRECHWITZER KIRCHE

Von weither ist die Kirche von Trechwitz zu sehen, dem kleinen Ort, der ursprünglich zum Besitz des Zisterzienserklosters Lehnin gehörte, nähert. 1183 wurde Trechwitz zum ersten Mal urkundlich erwähnt. Die kleine Glocke in der Kirche, die zu den ältesten im Brandenburger Land zählt, ist eine Schenkung des Lehniner Abtes Heinrich, nachdem die Trechwitzer fleißig beim Bau der Lehniner Klosterkirche geholfen hatten. Sie stammt aus dem 13. Jhd.



Die Trechwitzer Kirche ist die Patronatskirche eines Zweiges der Familie von Rochow. Sie wurde auf den Mauern eines mittelalterlichen Vorgängerbaus errichtet und 1750 geweiht. Die Gruft befindet sich unter dem Altarraum, und der Erbauer Ludolph Ehrenreich von Rochow war der erste, der 1751 hier beigesetzt wurde. Nach Verwüstungen und Schändungen Ende des vorigen Jhd. wurde die Grablege im Herbst 2015 wiederhergestellt und ist seitdem auch durch eine Außentür zugänglich.

Zu den erwähnenswerten Ausstattungsstücken der barocken Kirche, deren Baupläne mitunter dem Potsdamer Baumeister von Sanssouci, Georg Wenzeslaus von Knobelsdorff, zugeschrieben werden, zählen der Kanzelaltar aus dem 18. Jhd. mit marmorierend bemalten Säulen sowie der Taufengel, der in seiner rechten Hand eine Muschel trägt, die 2016 nach dem Vorbild des 18. Jhd. gefertigt wurde. Der Palmzweig, den er ursprünglich in der linken Hand hielt, ist verschollen. Die Orgel von 1844 stammt aus der Werkstatt Gottlieb Heise. Das Gestühl verweist auf ehemalige Sitzordnungen in der Kirche: Jungmädchen, Neubüdner und Altbüdner. Büdnerereien waren kleine ländliche Anwesen mit bescheidenem Grundbesitz. Über der Patronatsloge ist ein Allianzwapen zu sehen, das die Verheiratung des Sohnes des Erbauers, Botho Wiegand von Rochow, mit der Tochter Knobelsdorffs, Caroline Juliane von Knobelsdorff, dokumentiert.

Die Trechwitzer Kirche unterscheidet sich von den Landkirchen der Umgebung durch eine überdurchschnittlich aufwendige und qualitätsvolle Ausstattung, die dem Patron Ludolph Ehrenreich von Rochow zu verdanken ist. Die Trechwitzer und die Lukas-Kirchengemeinde Jeserig freuen sich, dass Trechwitz nun Pilgerstation auf dem Bernhardsweg wird. Wir wünschen allen Pilgern eine erlebnisreiche Zeit und unvergessliche Eindrücke.

Pfrn. Christiane Klussmann

Die Kirche kann gern auf Anfrage besichtigt werden. Bitte melden Sie sich bei

**Frau Bleike, Grabenstr. 23a,
Trechwitz, Tel. 03382/702827,**

**im Pfarramt bei Familie Klußmann,
Blütenring 41, Schenkenberg,
Tel. 033207/32602**

**oder bei Familie Wolter, Grabenstraße 9,
Trechwitz, Tel. 03382/703624.**

*Die Kirche in Nahmitz,
die Netzener Kirche,
die Trechwitzer Kirche
(v.l.n.r.)*

„Schuberts Bilder sind Szenen
von dramatischer Kraft.
Manches wirkt wie eine abstrakte
Landschaft, düstere Farbigkeit
wechselt zu größter Leuchtkraft...“
Jelena Jamaikina



Die Kirche in Damsdorf

DIE KIRCHE IN DAMSDORF

Sehnsucht nach Schönheit. Wenn Menschen sich aufmachen, um nach Jerusalem, Rom oder Santiago de Compostela zu pilgern, ist das Ziel eine wunderschöne Stadt mit einer herrlichen Kirche. Nicht nur Pilger sondern wir Geschöpfe Gottes sind auf der Suche nach Schönheit. Gerät unser Leben in Unordnung oder auch unser Herzschlag, unsere medizinischen Werte, dann ist unser Leben gefährdet. Das Leben in Ordnung bringen, damit es wieder schön wird – auch dazu kommen Menschen in die Kirche.

Die Damsdorfer Kirche empfängt Sie mit einem preußisch barocken Raum. Der Blick wird nach oben gezogen zu einem monumentalen Deckenfresko - etwas Einmaliges in einer Brandenburger Dorfkirche. Wir schauen in einen Himmel, wo Gott aus dem Tohuwabohu, aus der Unordnung die Schönheit der Schöpfung schuf. Wenn wir unter dem vom Künstler Peter Schubert in der abstrakten Bildsprache gemalten Himmel stehen, werden wir hineingezogen in dem Moment des Anfangs aller Schönheit.

Auch das Triptychon gestaltete Peter Schubert. Im Mittelteil leuchtet uns das Auferstehungslicht entgegen, und wir erahnen das aufgebrochene Grab und die geblendeten Wachen. Die linke Bildtafel lässt das Martyrium Jesu empfinden und das rechte Bild vermittelt Gefährdungen und Hoffnungen unseres Lebens.

Ein weiteres Highlight der Gegenwartskunst ist das Kruzifix gestaltet von Prof. Wieland Förster. Am Sonntag, nach dem bisher opferreichsten Terroranschlag in Europa, den Madrider Zuganschlägen im Jahr 2009, saß die Gemeinde erstmals vor diesem gekreuzigten Christus. – Die Bilder von zerrissenen Menschen im Kopf sagte die damalige Gottesdienstgemeinde – dieses Kruzifix gehört zu uns. Neben dem Kruzifix entwarf Prof. Wieland Förster den Altar, die Taufe und den Ambo. Wenn Sie Sehnsucht nach Schönheit verspüren, dann kommen Sie in unsere Kirche, werden dort still, und lassen Sie den Glanz Gottes auf Ihr Leben scheinen.

Übrigens, Pilger sind unterwegs zum himmlischen Jerusalem. Irgendwo ist es in unserer Kirche künstlerisch versteckt. Können Sie es in unserer Kirche entdecken? Pfr. Reinhard Danner

Kirchenschlüssel bei

Folker Palm, Tel.: 03382/702431 oder 0176/99299224,

Ronald Andersen, Tel.: 03382/703399

Susanne Gruner, Tel.: 03382/700785

Pfr. Reinhard Danner Tel.: 033207/32523

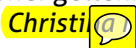


Die Emstaler Kirche

DIE KIRCHE IN EMSTAL

Die heutige schlanke, spitztürmige Kirche ist ein recht junger Ziegelbau aus der 2. Hälfte des 19. Jhd. Sie steht – weithin sichtbar – im Westen des Dorfes auf einer Anhöhe, die ehemals als Kirchhof genutzt wurde. Nur wenige Reste einer Grabumrandung und eines schmiedeeisernen Stückes sind noch vorhanden, jedoch von Flieder überwachsen.

Patronatsrecht hatte bis 1542 das Kloster Lehnin, nach Auflösung des Klosters der Landesherr. Die Kirche war bis 1979 Tochterkirche von Rädel. Heute sind wir ein Glied der St. Marien Klosterkirchengemeinde Lehnin. In Emstal gibt es circa 80 Gemeindeglieder.

Die Emstaler Kirche kann als typisches Beispiel für einen äußerst sparsamen ländlichen Kirchenbau des 19. Jhd. gelten. Das Schiff der Kirche ist der nachschinkelschen Zeit verpflichtet.  Christl Kölller

Kirchenschlüssel:

Frau Kusserow: Tel. 03382/700085, E-Mail: kussie@gmx.de



DIE KIRCHE IN RÄDEL

Die heutige Rädeler Dorfkirche ist ein barocker Bau aus dem Jahre 1739. Damals hatte die Kirche jedoch einen Westturm und der Innenraum war geostet. In den Jahren 1912-13 wurde die Kirche stark umgebaut. Einerseits sollte sie erweitert werden, andererseits neigte sich der Turm wegen des moorastigen Bodens. Beim Umbau wurde ein neuer Turm an den Ostgiebel der Kirche angebaut und der Altarraum auf die Westseite verlegt.

Der einfache rechteckige Innenraum ist durch die mittig hinter dem Altar an der Wand platzierte Kanzel geprägt, die wohl noch aus der Erbauungszeit von 1739 stammt. Der neobarocke Altartisch und die Taufe sind Arbeiten von 1912/13.

Auch die Orgel wurde bei diesem Umbau durch den Orgelbauers Schuke/Potsdam neu geschaffen. Die Empore stammt im Kern aus dem 18. Jhd., wurde aber ebenfalls beim Umbau 1912/13 auf die Ostseite versetzt und vergrößert.

Stefan Beier

Kirchenschlüssel für Gruppen, die in Lehnin übernachten, beim Gästewesen in Lehnin.

Wir bitten ausdrücklich um Verständnis dafür, dass wir nicht dafür garantieren können, dass ein Zutritt zu den Kirchen in allen Fällen ermöglicht werden kann.

ANDACHT UNTERWEGS

Jede Pilgergruppe, jede Pilgerin und jeder Pilger ist in der Regel in einem ganz eigenen Modus mit einem ganz eigenen Thema unterwegs. Der folgende Vorschlag für den Ablauf einer Andacht ist in jeder Hinsicht variierbar.

Die Texte aus der Bibel, aus der geistlichen Tradition und auch die „Übungen auf dem Weg“ sind als Bausteine für die Andacht gedacht und wollen sollen als Anregungen für diejenigen dienen, die eine einfache Andacht auf dem Weg gestalten wollen.

STILL WERDEN

VOTUM & BEGRÜSSUNG

INFORMATIONEN ZUR KIRCHE

LIED

PSALM

IMPULS / TEXT

VATERUNSER & SEGEN

LIED: „WECHSELNDE PFADE“

EINE ÜBUNG FÜR DEN WEG VORSCHLAGEN

WEITERGEHEN

EIN PILGERTAG FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

Das Wort „Inklusion“ wird momentan von vielen Menschen benutzt. Sie wollen damit ausdrücken, dass alle Menschen wichtig sind. Alle Menschen sind wichtig, weil sie alle gleich viel wert sind. Niemand ist besser, weil er mehr kann oder weiß. Im Zusammenleben mit anderen sind wir darauf angewiesen, dass alle Menschen sich mit ihren Stärken einbringen. Inklusion bedeutet, diese Stärken weiter zu stärken. Inklusion bedeutet auch: Dinge, die man nicht so gut kann, stark zu machen. Wichtiges Merkmal der Inklusion ist es, den Blick eines Jeden, einer Jeden auf die Nächsten zu richten - zur eigenen und damit auch zur Bereicherung des Ganzen.

Ausdrücklich laden wir dazu ein, den Bernhardspfad inklusiv zu begehen:

Strecke: Südlicher Teil des Bernhardspfades:

Klosterkirche Lehnin ▶ Rädels ▶ Emstal ▶ Klosterkirche Lehnin (10,4 km)

WEGBESCHREIBUNG ⁽²⁾

Start: Klosterkirche Lehnin

Wir verlassen die Kirche, gehen nach rechts und verlassen das Gelände. Der Name der Straße ist „**Kurfürstenstraße**“ am Geländeeingang und -ausgang. Wir überqueren sie an der Ampel und laufen auf ihr weiter nach rechts. Bald heißt sie **Friedensstraße**. Es geht weiter geradeaus. Nach insgesamt 800 Metern gehen wir in die **Lindenstraße**. Es geht geradeaus. 700 Meter später erreichen wir den **Parkplatz am Gohlitzsee**.

Dort bleiben wir und halten Andacht.

Weiter geht es **links entlang des Sees** für alle die über Stock und Stein auf einem unebenen Waldweg gehen wollen bis zum Ende des Sees. Dort geht es nach rechts bis zur **Hauptstraße (Lindenstraße Parkplatz ▶ Rädels Kirche 3,3 Kilometer)**. Dort bleiben wir stehen, vielleicht warten wir auf die Anderen, die den anderen Weg gegangen/gefahren sind ...

Oder: Es geht **rechts entlang am See**. Die Straße ist asphaltiert. Rechts jenseits der Straße führt ein etwas unebener Waldweg (nicht für selbstständig fahrende Rollstühle/Rollatoren geeignet) genau neben der Straße bis nach **Rädels Kirche (Lindenstraße Parkplatz ▶ Rädels Kirche 3,3 Kilometer)**. Dort treffen wir vielleicht auf die Anderen, die den anderen Weg entlang des Sees gegangen sind ... Wir halten Andacht.

Hier fahren Busse des Öffentlichen Verkehrssystems zurück nach Lehnin.

(2) Die Wegbeschreibung wurde von Mitarbeitenden des Evangelischen Diakonissenhauses Berlin Teltow Lehnin aus den Wohnstätten I und II für Erwachsene mit geistiger Behinderung erarbeitet. Verantwortlich war Sabine Feja-Michel.

Weiter geht es so: Wir gehen die **Hauptstraße** zurück bis wir nach rechts in den **Waldweg** einbiegen können. Dort gehen wir den **Wanderweg**, der später auch **Quellweg** (unebener Waldweg, keine Rollstühle und Rollatoren) genannt wird. Es geht entlang von kleinen Seen. Wir gehen ihn bis zum **Gemeindezentrum Emstal**. Dort gehen wir links die **Emstaler Hauptstraße** (asphaltiert) entlang zur **Kirche in Emstal (2,0 Kilometer)** und halten dort Andacht.

Hier halten Busse des öffentlichen Nahverkehrs, die nach Lehnin fahren.

Letztes Wegstück: Von der **Kirche in Emstal** gehen wir rechts die **Emstaler Hauptstraße** entlang. Es ist ein asphaltierter Fuß- und Radweg. Er führt nach Lehnin. Dort treffen wir wieder auf das Gelände der Klosterkirche nach ungefähr 3,6 Kilometern.

Wir haben es geschafft! **GOTT-SEI-DANK!**

EINE KREATIVE IDEE FÜR DEN WEG

Vor dem Losgehen: Den Weg unter ein gutes Zeichen stellen!

Ein Lebenskrenz basteln

Material: Bindfaden, Draht, eine Laubsäge.

Anleitung: Aus zwei dickeren Ästen wird mit Draht oder Bindfaden ein Kreuz gebunden und von allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern der Pilgergruppe gemeinsam geschmückt. Hierzu eignen sich Blumen, Beeren, Blätter und anderes Naturmaterial ebenso wie ein buntes Tuch oder ein Armband, das jemand bereitwillig für diesen Tag zur Verfügung stellt.



Das fertige Lebenskrenz soll den Pilgerzug anführen. Es wird jeweils von der Person getragen, die vorne geht. Das können wechselnde Personen sein. Es ist eine Pilgerregel, dass niemand anders vor dem Kreuz geht. So bleibt die Gruppe als Pilgergruppe erkennbar.

Am Ende des Pilgertages können Erfahrungen ausgetauscht werden.

Wie war das, das Kreuz zu tragen?

Wie haben die Leute, denen wir begegneten, reagiert?

Was haben wir sonst noch erlebt?

Das Lebenskrenz lassen wir in der Kirche am Altar stehen. Es kann nun für andere Menschen ein Schutzzeichen sein. Alle Teilnehmer*innen bekommen ein kleines Kreuz aus Olivenholz als Erinnerung geschenkt.

PILGERN WIE WIR GESCHAFFEN SIND

Miteinander gehen und gemeinsam suchen was Heil bringt
inspiriert von Psalm 84 in Leichter Sprache mit Bildern



Die Menschen sind schon immer unterwegs.

Nicht immer haben sie
ein Ziel mit einem Namen.



Sie ziehen durch ein dürres Tal.
Und sie wissen nicht, wie es weitergeht.

Manchmal sind sie auf der Suche.
Wonach sie suchen?



Sie suchen nach Ordnung,
in der sie sich zu Hause fühlen.
Die Menschen gehen von einer Kraft
zur anderen

Und begegnen **GOTT** ...

Im Anderen.

GOTT BESCHÜTZT MICH! IMMER UND ÜBERALL!

Pilgerpsalm in Leichter Sprache inspiriert von Psalm 121

Ich laufe auf einem Weg. Überall sind hohe Berge. Ich fühle mich allein.

Ich frage: Wer hilft mir?

Gott antwortet mir: ICH helfe Dir. ICH lasse Dich nicht allein.

Gott sagt: ICH habe alles gemacht. Himmel und Erde.

Die ganze Welt. Auch Dich habe ICH gemacht.

Ich höre Gott zu.


Er sagt: ICH beschütze dich. ICH schlafe nicht ein.

ICH passe auf dich auf. Dann fällst Du nicht hin.

Dir wird nichts Schlimmes passieren.

Ich denke: Die Sonne ist so heiß. Und der Mond ist viel zu hell.

Das ist gefährlich.

Gott sagt: ICH bin Dein Schatten.  beschütze dich.

Wie ein Sonnenschirm.

Eine Stimme in mir sagt: GOTT behütet mich vor allem Übel.

Er behütet sogar meine Seele.

Wenn ich losgehe ist GOTT da.

Wenn ich ankomme ist GOTT auch da!

Auch, wenn ich einmal sterbe ist GOTT da.

Immer und überall!

Impuls:

Der Psalm wird zu Beginn des Weges gelesen – und immer wieder unterwegs.
Jeder/Jeder merkt sich einen Satz. Dann gehen alle 15-20 Minuten (oder länger)
im Schweigen. Dabei kann man seinen Satz leise vor sich hinmurmeln oder
still auswendig sagen.

Nach dieser „Stillen Zeit“ sagt jeder/jede den Satz noch einmal laut.

Alle beten dann noch einmal den Psalm zusammen.

Wer möchte, kann erzählen, wie das war: still gehen und beten

und was ich sonst noch erzählen möchte.



Als Symbol für die zentrale Aussage des Psalms
können kleine Sonnenschirme
(wie sie manchmal die Eisbecher zieren)
verteilt werden.

ANDACHT

Der Tag hat begonnen.
Lasst uns wach und aufmerksam sein, damit wir mit jedem Schritt Gott Dank sagen. ER gibt uns jeden Morgen wieder neu Kraft und Mut für unseren Weg.

Lied

Meinem Gott gehört die Welt 1+3

1. Meinem Gott gehört die Welt,
meinem Gott das Himmelszelt,
ihm gehört der Raum, die Zeit,
sein ist auch die Ewigkeit.
3. Wo ich bin, hält Gott die Wacht,
führt und schirmt mich Tag und Nacht;
über Bitten und Verstehn
muß sein Wille mir geschehn.

Impuls

Gott wacht über uns. Es ist egal, welchen Weg wir nehmen.
Den linken oder den rechten. In uns ist seine Liebe.
Sie führt uns, sie trägt uns, sie gibt uns Nahrung.
Wie spüren wir diese Kraft? Sehen wir sie vielleicht sogar?
Mit Gott im Herzen sind wir bereit, uns auf den fremden Weg zu machen.
Machen wir uns auf!

Gebet

Lieber Vater im Himmel, wir danken dir, dass wir hier sein können.
Bitte gib uns Mut für den Weg. Denn wir kennen ihn nicht.
Erinnere uns in jedem Moment, dass du uns nahe bist.
Amen

Segen

Gott spricht: Und siehe, ich bin mit dir und will dich behüten,
wo du hinziehst, und will dich wieder herbringen in dies Land.
Denn ich will dich nicht verlassen, bis ich alles tue,
was ich dir zugesagt habe. (1.Mose 28, 15)

MEDITATIVES BIBELLESEN

Die Bibel ist mehr als ein Buch, das man schnell von vorne bis hinten durchliest und dann wieder beiseitelegt. Vielmehr ist die Bibel eine Begleiterin fürs ganze Leben.

*„Die Heilige Schrift ist ein Kräutlein; je mehr du es reibst, desto mehr duftet es.
Wie das Wort ist, so wird auch die Seele davon.“ Martin Luther*

Bewusst wurden nur einige wenige bekannte Psalmen und Texte aus dem Neuen Testament für den Pilger*innentag auf dem **Bernhardspfad** ausgewählt. So, wie das Gehen ein und desselben Weges im Wechsel der Jahreszeiten uns immer andere Erfahrungen machen lässt, ist es auch mit dem Lesen bekannter Bibeltexte: wir lesen sie im Wechsel unserer Lebensabschnitte und Lebenssituationen immer neu.

Sage also nie: *„Kenne ich schon! Habe ich schon zigmal gelesen!“* Lies die Bibel jedes Mal wie zum ersten Mal. Und mache dabei die Erfahrung, dass Gott in neuer Weise zu dir spricht.

Übung auf dem Pilgerweg: Wähle einen Psalm oder einen Text aus dem Neuen Testament. Lies langsam, lies laut, lies mehrmals! Lass die Worte in Dir klingen. Lass die Worte in Dir wohnen. Lass die Worte in Dir ihre Kraft entfalten. Woran erinnert Dich das? Du entdeckst: der Text weiß etwas von mir! Er ist wie ein Scheinwerfer in mein Leben. Gib dem Nachdenken Raum, aber nicht zu schell. Lass erst mal an Dich ran, was Dir in den Sinn kommt und frage Dich, was es Dir sagen möchte. Trau Dich, etwas zu entdecken.

*„Wenn Du am Abend schlafen gehst, so nimm noch etwas aus der Heiligen Schrift mit Dir zu Bett, um es im Herzen zu erwägen und es – gleich wie ein Tier – wiederzukäuen und damit sanft einzuschlafen.
Es soll aber nicht viel sein, eher ganz wenig, aber gut durchdacht und verstanden.
Und wenn Du am Morgen aufstehst, sollst Du es als den Ertrag des gestrigen Tages vorfinden.“ Martin Luther*

PSALMEN ESSEN

„Die Psalmen sind für mich eins der wichtigsten Lebensmittel. Ich esse sie, ich trinke sie, ich kaue auf ihnen herum, manchmal spucke ich sie aus, und manchmal wiederhole ich mir einen mitten in der Nacht. Sie sind für mich Brot.

Ohne sie tritt die spirituelle Magersucht ein, die sehr verbreitet unter uns ist und oft zu einer tödlichen Verarmung des Geistes und des Herzens führt. Materieller Reichtum und technologisches Wissen stellen in unserem Teil der Erde die Bedingungen für den spirituellen Tod der Überentwickelten dar. (...)

Findet euren eigenen Psalm. Das ist eine Lebensaufgabe und viel zu groß für uns, aber lasst euch nicht unnötig verkleinern.

„Meine Seele singe zu Gott“ — so haben Menschen, die innerhalb furchtbarer Verkleinerungszwänge lebten, gebetet. Hungrige, Verkrümmte, Geängstigte, an Geist und Seele verkümmerte Frauen haben das gewusst und gesungen.

„Lobe den Herrn, meine Seele“, haben sie zu ihrer Seele gesagt. Esst den Psalm, Gott hat schon Brot gebacken, die Väter und Mütter des Glaubens haben schon für uns vorgesorgt. Esst und lernt, Brot zu backen.“ *Dorothee Sölle*



PSALMEN FÜR PILGER

Psalm 23 · Ein Psalm Davids.



*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.*

Psalm 84 · Ein Psalm der Kinder Korah, auf der Githith vorzusingen.

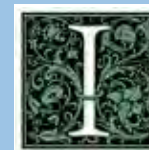


*Wie lieblich sind deine Wohnungen, HERR Zebaoth!
Meine Seele verlangt und sehnt sich nach den Vorhöfen des
HERRN; mein Leib und Seele freuen sich in dem lebendigen
Gott.*

*Denn der Vogel hat ein Haus gefunden und die Schwalbe
ihr Nest für ihre Jungen, deine Altäre, HERR Zebaoth,
mein König und mein Gott! Wohl denen, die in deinem Hause wohnen;
die loben dich immerdar. Sela.*

*Wohl den Menschen, die dich für ihre Stärke halten und von Herzen dir
nach wandeln, wenn sie durchs dürre Tag ziehen,
wird es ihnen zum Quellgrund und Frühregen hüllt es in Segen.
Sie ziehen von einer Kraft zur andern und schauen den wahren Gott in Zion.
HERR, Gott Zebaoth, höre mein Gebet; vernimm es, Gott Jakobs! Sela.
Gott, unser Schild, schaue doch; siehe an das Antlitz deines Gesalbten!
Denn ein Tag in deinen Vorhöfen ist besser denn sonst tausend.
Ich will lieber der Tür hüten in meines Gottes Hause,
als wohnen in der Gottlosen Hütten.
Denn Gott der HERR ist Sonne und Schild, der HERR gibt Gnade und Ehre;
er wird kein Gutes mangeln lassen den Frommen.*

Psalm 121 · Ein Wallfahrtslied.



*Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen.
Woher kommt mir Hilfe?
Meine Hilfe kommt vom HERRN,
der Himmel und Erde gemacht hat.
Er wird deinen Fuß nicht gleiten lassen,*

*und der dich behütet, schläft nicht.
Siehe, der Hüter Israels
schläft und schlummert nicht.
Der HERR behütet dich;
der HERR ist dein Schatten über deiner rechten Hand,
dass dich des Tages die Sonne nicht steche
noch der Mond des Nachts.
Der HERR behüte dich vor allem Übel,
er behüte deine Seele.
Der HERR behüte deinen Ausgang und Eingang
von nun an bis in Ewigkeit!*

TEXTE AUS DEM NEUEN TESTAMENT

DIE BERGPREDIGT (Matthäus 5,1–7,29)

Die Seligpreisungen

Als Jesus aber das Volk sah, ging er auf einen Berg und setzte sich; und seine Jünger traten zu ihm.

Und er tat seinen Mund auf, lehrte sie und sprach:

Selig sind, die da geistlich arm sind; denn ihrer ist das Himmelreich.

Selig sind, die da Leid tragen; denn sie sollen getröstet werden.

Selig sind die Sanftmütigen; denn sie werden das Erdreich besitzen.

Selig sind, die da hungert und dürstet nach der Gerechtigkeit; denn sie sollen satt werden.

Selig sind die Barmherzigen; denn sie werden Barmherzigkeit erlangen.

Selig sind, die reinen Herzens sind; denn sie werden Gott schauen.

Selig sind die Friedfertigen; denn sie werden Gottes Kinder heißen.

Selig sind, die um der Gerechtigkeit willen verfolgt werden; denn ihrer ist das Himmelreich.

Selig seid ihr, wenn euch die Menschen um meinetwillen schmähen und verfolgen und reden allerlei Übles gegen euch, wenn sie damit lügen.

Seid fröhlich und getrost; es wird euch im Himmel reichlich belohnt werden. Denn ebenso haben sie verfolgt die Propheten, die vor euch gewesen sind.



Von der Feindesliebe

Ihr habt gehört, dass gesagt ist: „Du sollst deinen Nächsten lieben“

Ich aber sage euch: **Liebt eure Feinde und bittet für die, die euch verfolgen, damit ihr Kinder seid eures Vaters im Himmel.**

Denn er lässt seine Sonne aufgehen über Böse und Gute und lässt regnen über Gerechte und Ungerechte.

Denn wenn ihr liebt, die euch lieben, was werdet ihr für Lohn haben? Tun nicht dasselbe auch die Zöllner?

Und wenn ihr nur zu euren Brüdern freundlich seid, was tut ihr Besonderes? Tun nicht dasselbe auch die Heiden?

Darum sollt ihr vollkommen sein, wie euer Vater im Himmel vollkommen ist.

Das Vaterunser

Wenn du aber betest, geh in deine Kammer, schließ die Tür und bete zu deinem Vater, der im Verborgenen ist. Und dein Vater, der ins Verborgene sieht, wird es dir vergelten.

Wenn ihr aber betet, sollt ihr nicht plappern wie die Heiden; sie meinen nämlich, sie werden ihrer vielen Worte wegen erhört.

Tut es ihnen nicht gleich! Euer Vater weiß, was ihr braucht, noch ehe ihr ihn bittet.

So sollt ihr beten:

Unser Vater im Himmel. Dein Name werde geheiligt.

Dein Reich komme. Dein Wille geschehe, wie im Himmel, so auf Erden.

Das Brot, das wir nötig haben, gib uns heute!

Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben haben jenen, die an uns schuldig geworden sind.

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.

Unbesorgtheit

Darum sage ich euch: Sorgt euch nicht um euer Leben, was ihr essen werdet, noch um euren Leib, was ihr anziehen werdet. Ist nicht das Leben mehr als die Nahrung und der Leib mehr als die Kleidung?

Schaut auf die Vögel des Himmels: Sie säen nicht, sie ernten nicht, sie sammeln nicht in Scheunen – euer himmlischer Vater ernährt sie. Seid ihr nicht mehr wert als sie?

Wer von euch vermag durch Sorgen seiner Lebenszeit auch nur eine Elle hinzuzufügen?

Und was sorgt ihr euch um die Kleidung? Lernt von den Lilien auf dem Feld, wie sie wachsen: Sie arbeiten nicht und spinnen nicht, ich sage euch aber:

Selbst Salomo in all seiner Pracht war nicht gekleidet wie eine von ihnen.

Wenn Gott aber das Gras des Feldes, das heute steht und morgen in den Ofen geworfen wird, so kleidet, wie viel mehr dann euch, ihr Kleingläubigen!

Sorgt euch also nicht und sagt nicht: Was werden wir essen?

Oder: Was werden wir trinken? Oder: Was werden wir anziehen?

Denn um all das kümmern sich die Heiden. Euer himmlischer Vater weiss nämlich, dass ihr das alles braucht.

Trachtet vielmehr zuerst nach seinem Reich und seiner Gerechtigkeit, dann wird euch das alles dazugegeben werden.

Sorgt euch also nicht um den morgigen Tag, denn der morgige Tag wird für sich selber sorgen. Jeder Tag hat genug an seiner eigenen Last.



Brunnen im Zisterzienserkloster
Maulbronn

TEXTE VON BERNHARD VON CLAIRVAUX

*Wenn du vernünftig bist, erweise dich als Schale
und nicht als Kanal,
der fast gleichzeitig empfängt und weiter gibt,
während jene wartet, bis sie erfüllt ist.
Auf diese Weise gibt sie das,
was bei ihr überfließt, ohne eigenen Schaden weiter.*

*Lerne auch du, nur aus der Fülle auszugießen
und habe nicht den Wunsch, freigiebiger zu sein als Gott.
Die Schale ahmt die Quelle nach.
Erst wenn sie mit Wasser gesättigt ist,
strömt sie zum Fluss, wird zur See.
Die Schale schämt sich nicht,
nicht überströmender zu sein als die Quelle.*

*Ich möchte nicht reich werden,
wenn du dabei leer wirst.
Wenn du nämlich mit dir selbst schlecht umgehst,
wem bist du dann gut?
Wenn du kannst, hilf mir aus deiner Fülle,
wenn nicht, schone dich.*

Bernhard von Clairvaux

Liebesmystik

Der Grund, Gott zu lieben, ist Gott. (...)

Denn er ist die Ursache und das Ziel der Liebe. Er selbst gibt die Gelegenheit, der selbst weckt das Verlangen, er selbst erfüllt die Sehnsucht. Er selbst hat es bewirkt, ja, ist deshalb Mensch geworden, damit er geliebt würde. Er selbst erhofft sich, mit mehr Glückseligkeit geliebt werden zu können, damit er nicht umsonst geliebt werde. Seine Liebe bereitet die unsere vor und vergilt sie. Voll Güte geht sie unserer Liebe voraus, wird mit vollem Recht erwidert, und wir dürfen immer noch größere Süßigkeit erwarten. Er ist reich für alle, die ihn anrufen, und hat doch nichts Besseres als sich selbst. Sich selbst schenkt er als Belohnung, sich hält er bereit als Lohn, bietet sich an als Erquickung für die Seelen, gibt sich hin als Preis zum Loskauf der Gefangenen. Voll Güte bist du, Herr, für die Seele, die dich sucht. Doch was erst bist du für die, die dich findet? Doch darin besteht das Wunderbare, dass niemand dich suchen kann, der dich nicht schon gefunden hat. Du willst also gefunden werden, damit man dich sucht, und gesucht werden, damit man dich findet.

BERNHARD VON CLAIRVAUX AN PAPST EUGEN III.: BETRACHTUNGEN (AUSZÜGE)

Der Stress und seine Folgen – Schmerz oder Gewöhnung?

Wo soll ich anfangen? Am besten bei Deinen zahlreichen Beschäftigungen, denn ihretwegen habe ich am meisten Mitleid mit Dir. Ich kann allerdings nur Mitleid mit Dir haben, wenn Du selbst Leid empfindest. Sonst müsste ich richtiger sagen, dass es mir um Dich leid tut. Denn wo einer kein Leid empfindet, kann man auch nicht mitleiden. Wenn Du also leidest, dann empfinde ich Mitleid mit Dir; wenn nicht, tust Du mir dennoch leid, ja dann erst recht, denn ich weiß, dass ein Glied, das nichts mehr empfindet, schon ziemlich weit weg vom Heilsein ist, und dass ein Kranker, der gar nichts mehr von seinem Kranksein spürt, in Lebensgefahr schwebt.

Verlass Dich nicht zu sehr auf das, was Du im Augenblick empfindest. Es gibt in unserem Geist nichts, was sich nicht durch Nachlässigkeit und Zeitverstreichen abschleift. Über eine alte Wunde, die man vernachlässigt, wächst ein Schorf, und je weniger man sie noch spürt, desto unheilbarer wird sie. Und einen ständigen heftigen Schmerz kann man nicht tagtäglich aushalten. Lässt er sich nicht irgendwie tilgen, so spürt man ihn allmählich weniger. Entweder erhält er rasch Linderung von einem Heilmittel, oder er stumpft im Laufe der Zeit ab. Gibt es etwas, was die Gewohnheit nicht verkehrt? Was durch ständiges Andauern nicht hart wird? Was sich durch Gebrauch nicht verschleißt? Wie oft ist uns schon etwas, vor dessen Bitterkeit wir zunächst zurückschreckten, durch den bloßen Gebrauch allmählich vom Schlechten ins Süße verwandelt worden? Höre den Gerechten, wie er über eine solche Erfahrung klagt: Das, was meine Seele früher nicht anrühren wollte, ist mir jetzt in meiner Bedrängnis zur Nahrung geworden (Hiob 6, 7). Zunächst kommt Dir etwas unerträglich vor.

Im Laufe der Zeit gewöhnst Du Dich vielleicht daran und hältst es nicht mehr für so schwer; es dauert nicht lange, und es kommt Dir leicht vor; es vergeht nicht viel weitere Zeit, und es sagt Dir sogar zu. So verhärtet man allmählich Schritt für Schritt sein Herz, und auf die Verhärtung folgt die Abneigung.

Ja, so geht es: ein schwerer und ständiger Schmerz drängt auf einen raschen Ausweg: entweder auf die Gesundheit oder auf die Empfindungslosigkeit.

Das harte Herz

Aus diesem, eben diesem Grund lebe ich in ständiger Sorge um Dich. Ich fürchte, Du hast kein Heilmittel und könntest den Schmerz nicht aushalten und Dich deshalb verzweifelt in eine Gefahr stürzen, der kaum mehr zu entkommen wäre. Ich fürchte, sage ich, dass Du, eingekellt in Deine zahlreichen Beschäftigungen, keinen Ausweg mehr siehst und deshalb Deine Stirn verhärtest; dass Du Dich nach und nach des Gespürs für einen durchaus richtigen und heilsamen Schmerz entledigst. Es ist viel klüger, Du entziehst Dich von Zeit zu Zeit Deinen Beschäftigungen, als dass sie Dich ziehen und Dich nach und nach an einen Punkt führen, an dem Du nicht landen willst. Du fragst, an welchen Punkt? An den Punkt, wo das Herz hart wird. Frage nicht weiter, was damit gemeint sei; wenn Du jetzt nicht erschrickst, ist Dein Herz schon so weit.



Hl. Bernhard,
Buchinitiale, *Legenda Aurea*, 13. Jhd.

Das harte Herz ist allein; es ist sich selbst nicht zuwider, weil es sich selbst nicht spürt. Was fragst Du mich? Frage den Pharao. (2. Mose 7, 13 u.a.) Keiner mit hartem Herzen hat jemals das Heil erlangt, es sei denn, Gott habe sich seiner erbarmt und ihm, wie der Prophet sagt, sein Herz aus Stein weggenommen und ihm ein Herz aus Fleisch gegeben. (2. Mose 36, 26)

Was ist also ein hartes Herz? Das ist ein Herz, welches sich weder von Reue zerreißen, noch durch Zuneigung erweichen, noch durch Bitten bewegen lässt. Es lässt sich von Drohungen nicht beeindrucken, es wird durch Schläge nur noch härter. Gegenüber Wohltaten ist es undankbar, Ratschläge nimmt es nicht an, über klare Entscheidungen wird es wütend, vor Schimpflichem scheut es sich nicht, Gefahren nimmt es nicht wahr; es hat kein Gespür für menschliches Verhalten, ist Gott gegenüber gleichgültig, verliert die Vergangenheit aus dem Bewusstsein, lebt unachtsam in der Gegenwart, schaut nicht voraus in die Zukunft. Für das harte Herz gibt es nichts Erinnerungswertes, außer zugefügte Beleidigungen, nichts Wichtiges in der Gegenwart, nichts in der Zukunft, wonach es ausschauen oder worauf es sich vorbereiten könnte, es sei denn, dass es irgendeinen Racheakt im Schilde führe. Um kurz und knapp alle Übel dieser schrecklichen Krankheit auf einen Nenner zu bringen: einem harten Herzen ist die Gottesfurcht und das Gespür für die Menschen abhanden gekommen.



Filippino Lippi: *Maria erscheint Bernhard*, 1486, Badia-Kirche in Florenz

Schau, dahin ziehen Dich diese verfluchten Beschäftigungen, wenn Du so wie bisher weitermachst und Dich ihnen völlig auslieferst, ohne Dir etwas für Dich vorzubehalten. Du vergeudest Zeit und – wenn ich mir erlauben darf, für Dich ein zweiter Jitro zu sein (vgl. 2. Mose 18, 17 - 18) – Du verausgabst Dich selbst in ihnen in sinnloser Mühe, die nur den Geist versehrt, das Herz aushöhlt und die Gnade verpuffen lässt. Denn was sind die Früchte von all dem? Sind es nicht bloße Spinnweben?

Selbstbesinnung

Wenn Du Dein ganzes Leben und Erleben völlig ins Tätigsein verlegst und keinen Raum mehr für die Besinnung vorsiehst, soll ich Dich da loben? Darin lobe ich Dich nicht. Ich glaube, niemand wird Dich loben, der das Wort Salomos kennt: Wer seine Tätigkeit einschränkt, erlangt Weisheit (Jesus Sirach 38, 25). Und bestimmt ist es der Tätigkeit selbst nicht förderlich, wenn ihr nicht die Besinnung vorausgeht.

Wenn Du ganz und gar für alle da sein willst, nach dem Beispiel dessen, der allen alles geworden ist (1. Korinther 9, 22), lobe ich Deine Menschlichkeit – aber nur, wenn sie voll und echt ist. Wie kannst Du aber voll und echt Mensch sein, wenn Du Dich selbst verloren hast? Auch Du bist ein Mensch. Damit Deine Menschlichkeit allumfassend und vollkommen sein kann, musst Du also nicht nur für alle ändern, sondern auch für Dich selbst ein aufmerksames Herz haben. Denn was würde es Dir sonst nützen, wenn Du – nach dem Wort des Herrn (Matthäus 16, 26) – alle gewinnen, aber als einzigen Dich selbst verlieren würdest? Wenn also alle Menschen ein Recht auf Dich haben, dann sei auch Du selbst ein Mensch, der ein Recht auf sich selbst hat. Warum solltest einzig Du selbst nichts von Dir haben? Wie lange bist Du noch ein Geist, der auszieht und nie wieder heimkehrt (Psalm 78, 39)? Wie lange noch schenkst Du allen andern Deine Aufmerksamkeit, nur nicht Dir selber? Du fühlst Dich Weisen und Narren verpflichtet und verkennst einzig Dir selbst gegenüber Deine Verpflichtung? Narr und Weiser, Knecht und Freier, Reicher und Armer, Mann und Frau, Greis und junger Mann, Kleriker und Laie, Gerechter und Gottloser – alle schöpfen aus Deinem Herzen wie aus einem öffentlichen Brunnen, und Du selbst stehst durstig abseits? Wenn schon der Verdammnis verfällt, wer seinen Anteil schrumpfen lässt: was geschieht erst mit dem, der ihn sich ganz aus den Händen nehmen lässt? Lass ruhig Deine Wasser über die Plätze fließen (Sprüche 5, 16): Menschen und Rinder und alles Vieh mögen von ihnen trin-

ken, und meinetwegen kannst Du sogar die Kamele des Knechtes Abrahams tränken (1. Mose 24, 14); aber mit ihnen allen trinke auch Du vom Wasser Deines Brunnens. Ein Fremder soll nicht aus ihm trinken, heißt es (Sprüche 5, 15). Bist Du etwa Dir selbst ein Fremder? Und bist Du nicht jedem fremd, wenn Du Dir selber fremd bist? Ja, wer mit sich selbst schlecht umgeht, wem kann der gut sein? Denk also daran: Gönn Dir selbst. Ich sage nicht: tu das immer, ich sage nicht: tu das oft, aber ich sage: tu es immer wieder einmal. Sei wie für alle anderen auch für Dich selbst da, oder jedenfalls sei es nach allen anderen.

Sich Zeit nehmen für das Nachdenken

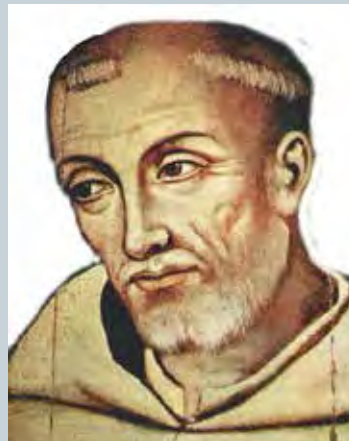
Du fragst, was das sei: pietas (Andacht). Sich Zeit nehmen für das Nachdenken.

Du sagst vielleicht, ich stimmte damit nicht mit dem überein, der pietatis als Gottesverehrung definiert hat (Hiob 28, 28, nach einer alten Version). Das ist nicht wahr. Wenn Du gut nachdenkst, habe ich mit eigenen Worten das gleiche gesagt, was er meint, wenn auch unter einem bestimmten Gesichtspunkt. Denn was ist wesentlicher für den Gottesdienst als das, wozu Gott selbst im Psalm ermahnt: Nehmt euch Zeit und seht, dass ich Gott bin (Psalm 46, 11)? Und das ist doch das wichtigste beim Nachdenken.

Zunächst denke darüber nach, was ich mit dem Nachdenken meine. Ich möchte das Nachdenken nicht in jeder Hinsicht mit der Kontemplation gleichsetzen, denn die Kontemplation erfasst die Gewissheit der Dinge, während das Nachdenken ihnen eher nachgeht, um diese Fähigkeit zu erwerben. In diesem Sinn kann man Kontemplation definieren als den wahren und von Gewissheit getragenen Blick des Geistes auf das Wesen jedes Dinges, oder als zweifelsfreies Erfassen des Wahren. Das Nachdenken aber ist ein angestrenktes Denken auf der Spur dazu hin, oder die Konzentration des Geistes auf der Spurensuche nach dem Wahren. Im allgemeinen Sprachgebrauch werden allerdings beide Begriffe synonym gebraucht.

Der Weg der Rückkehr zu Gott

Fange damit an, dass Du über Dich selbst nachdenkst, damit Du Dich nicht selbstvergessen nach anderem ausstreckst. Was nützte Dir, wenn Du die ganze Welt gewinnst und einzig Dich verlierst? Denn wärest Du auch weise, so würde Dir doch etwas zur Weisheit fehlen, solange Du Dich nicht selbst in der Hand hast. Wie viel Dir fehlen würde? Meiner Ansicht nach: Alles. Du könntest alle Geheimnisse kennen, Du könntest die Weiten der Erde kennen, die Höhen des Himmels, die Tiefen des Meeres: wenn Du Dich selbst nicht kennen würdest, glichest Du jemandem, der ein Gebäude ohne Fundament aufrichtet; der eine Ruine, kein Bauwerk aufstellt. Alles, was Du außerhalb Deiner selbst aufbaust, wird wie ein Staubhaufen sein, der jedem Wind preisgegeben ist.



Hl. Bernhard, Gemälde (Ausschnitt) in der Kathedrale von Troyes, Florenz. 16. Jhd

Keiner ist also weise, der nicht über sich selbst Bescheid weiß. Ein Weiser muss zunächst in Weisheit sich selbst kennen und als erster aus seinem eigenen Brunnen Wasser trinken. Fang also damit an, über Dich selbst nachzudenken, und nicht nur dies: lass Dein Nachdenken auch bei Dir selbst zum Abschluss kommen. Wohin Deine Gedanken auch schweifen mögen, rufe sie zu Dir selbst zurück, und Du erntest Früchte des Heils. Sei Du für Dich der erste und der letzte Gegenstand des Nachdenkens.

Nimm Dir als Beispiel den höchsten Vater aller, der sein Wort aussendet und zugleich bei sich behält. Dein Wort, das ist Dein Nachdenken. Wenn es sich auf den Weg macht, soll es sich nicht ganz von Dir lösen. Es soll so vorgehen, dass es nicht ganz abschweift; es soll so in die Ferne ziehen, dass es Dich nicht im Stich lässt. Wenn es um Dein Heil geht, hast Du keinen besseren Bruder als Dich selbst.



Pietro Perugino: Die Vision des Bernhard
1493, Alte Pinakothek in München

Verschließe Dich vor allen Gedanken, die gegen Dein Heil sind. Was sage ich: gegen? Ich hätte besser sagen sollen: die abseits von Deinem Heil liegen. Was immer sich Deinen Gedanken anbietet: weise es zurück, wenn es nicht auf irgendeine Weise mit Deinem Heil zu tun hat.

Was ist der Mensch?

Denk darüber nach, in welchem Zustand Du geboren bist. Nimm die Verhüllung weg, die Du von Deinen Stammeltern geerbt hast und die von Anfang an ein Zeichen des Fluches war. Zerreiße den Lendenschurz aus Feigenblättern, der nur Deine Schande verhüllt, aber Deine Wunde nicht heilt. Trag die Schminke

dieser flüchtigen Ehre ab, den schlecht gemalten Glanz von Herrlichkeit, und denke nackt über Dich Nackten nach; denn nackt bist Du aus dem Schoß Deiner Mutter herausgekommen. Du trägst die Mitra? Du glitzerst von Edelsteinen, prangst in Seide, bist mit Federn geschmückt, mit kostbaren Metallen gespickt? Wenn Du beim Nachdenken all das wie Morgengewölk zerstreut und von Deinen Augen wegbläst; wenn Du siehst, wie rasch das vorübergeht und wie schnell es vorbei ist, was tritt dann zutage? Der nackte, arme, erbärmliche und erbarmungswürdige Mensch. Der Mensch, der darunter leidet, ein Mensch zu sein; der sich schämt, nackt zu sein; der bedauert, geboren worden zu sein; der gegen seine Existenz aufbegehrt; der Mensch, der für die Mühsal, nicht für die Ehre geboren ist; der nur kurze Zeit lebt und deshalb mit Angst; der mit viel Erbärmlichkeit behaftet ist, und deshalb mit viel Grund zur Klage. Vieles an ihm ist tatsächlich erbärmlich, denn sowohl sein Leib als auch seine Seele sind angeschlagen. Wo wäre nicht ein Defekt bei einem, der in Sünde geboren ist, gebrechlich dem Leib und unfruchtbar dem Geist nach?

Das ist eine heilsame Verbindung, wenn Du daran denkst, dass Du der höchste Bischof bist und zugleich die jämmerlichste Asche nicht nur warst, sondern immer noch bist.

Die Beugung der Höhe

Dein Denken gleiche sich Deiner Natur an. Es gleiche sich, was noch angemessener ist, dem Urheber Deiner Natur an. So verbindet es Höchstes und Niedrigstes. Hat nicht die Natur in der Person des Menschen wertlosen Lehm mit lebendigem Odem verbunden? Hat nicht der Urheber der Natur in seiner Person das Wort und den Lehm miteinander verschmolzen?

So halte Dir für Deine Selbsteinschätzung gleichzeitig vor Augen, woher wir in Wirklichkeit stammen, und wie geheimnisvoll wir erlöst sind. Dann sitzt Du auf der Höhe und bist doch nicht hochfahrenden Geistes; dann beugst Du Dich in Deinem Denken nieder und weißt Dich eins mit den Gebeugten.

Quelle: Paul Geißendörfer: Komme zu dir selbst, Ev. Buchhilfe e.V., Vellmar 1990

*Otiosum non est vacare deo,
sed negotium negotiorum omnium.*

*Leer werden für Gott – das ist nicht Müßiggang,
nein, es ist die wichtigste aller Beschäftigungen*



Bernhard von Clairvaux,
Herz-Jesu-Kirche, Berlin

SPIRITUELLE ÜBUNGEN AUF DEM WEG

„Das Leben ist nicht ein Frommsein, sondern ein Frommwerden, nicht eine Gesundheit, sondern ein Gesundwerden, nicht ein Sein, sondern ein Werden, nicht eine Ruhe, sondern eine Übung.

Wir sind's noch nicht, wir werden's aber. Es ist noch nicht getan oder geschehen, es ist aber im Gang und im Schwang. Es ist noch nicht das Ende, aber der Weg.

Es glüht und glänzt noch nicht alles, es reinigt sich aber alles.“ Martin Luther

Das Gehen auf dem Bernhardspfad ist nicht mehr und nicht weniger als ein kleines „Pilgerexperiment“. Vielleicht macht er Lust auf mehr, auf eine richtige Pilgerwanderung auf einem der traditionellen Wege. Auch die „Spirituellen Übungen auf dem Weg“ sind als ein „Experimentierbalken“ zum Ausprobieren gedacht, als Anregungen für das, was auf einem längeren Pilgerweg zum Thema werden könnte.

BARFUSS!

„Ziehe deine Schuhe von deinen Füßen, denn der Ort, darauf du stehst, ist heiliges Land!“ 2. Mose 3, 5

Mose hütet Schafe. Das ist sein Beruf. Er ist mit den Schafen unterwegs in einsamem Gelände. Mitten in seinem Alltagsgeschäft wird Mose durch eine wunderbare Naturerscheinung, einen brennenden, aber nicht verbrennenden Dornbusch angehalten. Er steht still und hört: „Ziehe deine Schuhe von deinen Füßen...“. Mose zieht die Schuhe aus, löst sich aus der gewohnten Perspektive. Um neue Erfahrungen zu machen, muss ich mich von Altem lösen.

Übung: Auch ich ziehe meine Schuhe aus und bleibe stehen. Nehme wahr, was ist. Ich denke nach: was soll ich loslassen, um mich auf Neues einlassen zu können? Ich gehe eine Wegstrecke barfuß. Was nehme ich dabei wahr? Was ist für mich „Heiliges Land“?

ABSICHTSLOS!

„Geh aus deinem Vaterland und von deiner Verwandtschaft (...) in ein Land, das ich dir zeigen will.“ 1. Mose 12, 1

Die Bibel erzählt von Abram, dem Stammvater Israels. Mancher Lebensstrom blieb unerfüllt. So schien es Abram und seiner Frau Sarai versagt, Kinder zu bekommen. Abram ist schon alt, als er die Stimme Gottes hört: Lech lecha, geh' los. Brich noch einmal auf! Im Hebräischen ist das eine Formulierung, die nach innen weist: Geh' in dich! Geh' im Innern los! Für jeden und jede von uns gibt es dieses Land, das Gott uns zeigen will.

Übung: Ich gehe eine Weile „so für mich hin“. Ich gehe bewusst langsam. Wie ist das für mich? Kann ich das noch: ohne Absicht gehen? Ich öffne mich für die Geräusche, Klänge und Töne um mich – und in mir? Was will Gott mir zeigen? Wohin zieht mich meine Sehnsucht?

SCHWEIGEND!

„Es liegt aber im Stillsein eine wundersame Macht der Sammlung, der Klärung und der Besinnung auf das Wesentliche.“ Dietrich Bonhoeffer

Dietrich Bonhoeffer war ein gefragter Prediger, Lehrer und hervorragender Redner. Er liebte Musik, Geselligkeit und Gespräche. Er war sich aber bewusst, dass alles im Leben hohl wird, wenn es nicht auch andere Zeiten gibt. Ohne Schweigen kein wirkliches Gespräch. Im andauernden Aktivsein, ohne regelmäßige Zeiten der Stille, tendieren unsere Gedanken und unser ganzes Leben zum Wirren, Chaotischen und zur Überforderung. Im bewusst gesuchten Stillsein aber, klärt sich Vieles, die Gedanken ordnen und es wird deutlich, was mir wirklich wichtig und wesentlich ist.

Übung: Ich gehe eine Stunde lang bewusst im Schweigen. Ich gehe in meinem ganz eigenen Tempo und Rhythmus, lasse den Gedanken freien Lauf und vertraue darauf, dass mir das gut tut.

BETEND!

„Und da er das Volk von sich gelassen hatte, stieg er auf einen Berg allein, dass er betete. Und am Abend war er allein dasebst.“ Markus 6, 46

Immer wieder, so berichten die biblischen Autoren, sucht Jesus ganz bewusst, das Alleinsein, um zu beten. Beten, das ist für Jesus Zusammensein mit Gott. Im Gespräch, im Gebet mit Gott, ist für ihn ein „Alles Eins (=All-Ein) – Sein“.

Wie bete ich? Was ist Beten für mich? Die spanische Mystikerin Teresa von Avila hat eine schöne Definition gefunden:

„Beten ist Reden mit Gott – wie mit einem Freund - mit dem ich oft und gern allein bin, weil ich sicher weiß, dass er mich liebt!“

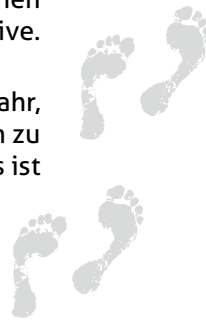
Übung: Ich spreche mehrmals nacheinander die beiden folgenden Sätze: Ich glaube an Gott! Und dann: Ich glaube an Dich, Gott. Was macht die unterschiedliche Perspektive mit mir?

ANGEWIESEN!

„Bittet, so wird euch gegeben. Suchet, so werdet ihr finden. Klopft an, so wird euch aufgetan!“ Lukas 7, 7

Wer einmal länger als Pilger/als Pilgerin unterwegs gewesen ist, kennt gewiss die Erfahrung, wie sehr man immer wieder auf die kleinen, hilfreichen Gesten anderer angewiesen ist: Das Pflaster, das einem gereicht wird, das Stück Brot, das geteilt wird, der Apfel, den die Bäuerin am Wegesrand verschenkt. Alle diese sind Zeichen von Mensch zu Mensch. Wir lernen vertrauen!

Übung: Ich klopfe oder klingele unterwegs an einer fremden Haustür und bitte um ein Glas Wasser. Ich danke mit einem Segen: „Friede sei mit diesem Haus!“ oder: „Schalom!“



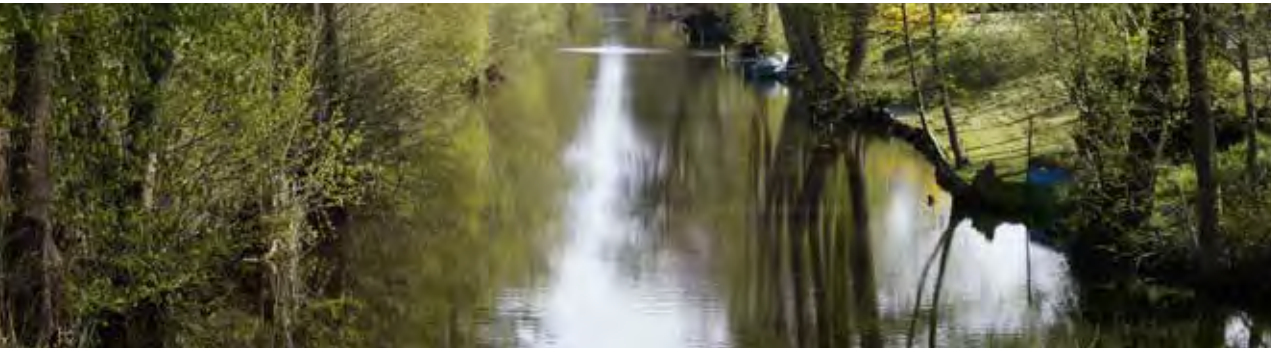
DANKBAR!

„Unser Körper spricht ein tiefes Dankgebet, wenn er seinen Durst mit einem Glas Wasser stillt. Wenn wir uns an einem heißen Sommertag in die Fluten eines tiefen Flusses stürzen, singt unsere Haut eine Dankeshymne an ihren Schöpfer, auch wenn die ein irrationales Gebet ist, das ohne unsere ausdrückliche Zustimmung oder sogar gegen unseren Willen geschieht. Wir können aber willentlich aus allen unseren Tagen ein Gebet machen.“

Ernesto Cardenal

Vielleicht geht es auch mir so, dass sich beim Unterwegssein das Gefühl von Dankbarkeit einstellt. Dankbarkeit für die Natur, für mein Leben, für die Beine, die mich tragen... .

Übung: Mitten in der Natur errichte ich einen kleinen Altar, ein Denk-Mal aus einem Stein, Zweigen, Blumen oder Früchten; ein einfaches Zeichen meines Dankes dem Schöpfer gegenüber. Ich spreche ein einfaches Gebet.



PILGERSEGEN

Segen

*Gott, wir bitten um Deinen Segen
für die Erde, auf der wir leben.
Segne uns den Weg, auf dem wir gehen,
bis hin zu den Zielen, die wir erreichen können.
Sei bei uns, auch wenn wir rasten,
wenn wir nach Deinem Willen suchen,
Deine Liebe empfangen und weitergeben.
Segne unsere Hoffnung, die dann in uns ruht,
unseren Blick, der uns Erkenntnisse zeigt
und uns die Kraft gibt, Deinen Segen in die Welt zu tragen,
und auf allen Wegen, die wir mit Dir gehen dürfen*

Segenswort vom Jakobsweg

*Gesegnet sei dein Weg,
Tag für Tag, Schritt für Schritt.
Gesegnet sei, was dir gelingt
und wo du versagst.
Gesegnet seien die Menschen,
die dich glücklich machen.
Gesegnet seien die Menschen,
die dir Steine in den Weg legen.
Gesegnet sei deine Arbeit und deine Ruhe.
Gesegnet sei dein Weg.
Tag für Tag, Schritt für Schritt.
Gehe deinen Weg in Frieden.
Gott geht mit dir.
Klaus-Dieter Hägele*

Bitte um Segen aus dem 4. Jhd.

*Herr, sei du vor mir, um mir den Weg zu zeigen
Herr, sei du neben mir, um mich in die Arme zu schließen
und mich zu schützen.
Herr, sei du unter mir, um mich aufzufangen, wenn ich falle,
und mich aus der Schlinge zu ziehen.
Herr, sei du in mir, um mich zu trösten, wenn ich traurig bin.
Herr, sei du um mich herum, um mich zu verteidigen,
wenn andere über mich herfallen.
Herr, sei über mir, um mich zu segnen*

Segenswort aus der Kathedrale Santa Maria la Real in Pamplona

*Möge der Herr eure Schritte
freundlich und wohlgesinnt lenken
und euch auf dem Weg
untrennbarer Gefährte sein.
Möge der heilige Apostel Jakobus
euch auf eurem Weg begleiten
und jegliche Unbill und Widrigkeiten
von euch abwenden,
damit ihr glücklich
das Ziel eures Weges erreicht.*

LIEDER AUF DEM WEG

Als ein musikalisches Leitmotiv kann auf dem Pilgerweg wiederholt der Kanon „Wechselnde Pfade“ gesungen werden:



Als weitere „Pilgerlieder“ eignen sich:

- „Ausgang und Eingang“ (EG 175)
- „Befiehl du deine Wege“ (EG 361)
- „Bewahre uns, Gott, behüte uns, Gott“ (EG 171)
- „Geh' aus, mein Herz“ (EG 503)
- „Ich bin ein Gast auf Erden“ (EG 529)
- „Vertraut den neuen Wegen“ (EG 395)
- ... und viele andere

Gesangbücher finden Sie in den Kirchen am Weg!

*„Ein solches Lied kann nur der Geist der Liebe lehren, es lässt sich nur in der Erfahrung lernen. Wer es erfahren hat, erkennt es wieder, und wer noch nicht, soll glühen in der Sehnsucht, nicht: mehr von ihm zu wissen, sondern: an der Erfahrung teilzuhaben. Dies Lied klingt nicht im Ohr: es jubelt auf im Herzen. Es tönt nicht von den Lippen, sondern erregt in tiefer Freude. Nicht Stimmen schwingen da in eins, sondern die Strebungen der Herzen. Es ist nicht draußen zu vernehmen, es schallt nicht offen auf dem Markt. Nur die es singt, vernimmt den Klang und der, dem sie es singt: die Braut und ihr geliebter Bräutigam.“
Bernhard von Clairvaux*

ANREISE NACH LEHNIN

Der Pilgerrundweg „Bernhardspfad“ beginnt und endet auf dem historischen Klostergelände von Lehnin.

Adresse

Klosterkirchplatz 1-19, 14797 Kloster Lehnin, OT Lehnin

Anreise mit dem Pkw

Kloster Lehnin liegt unweit des Berliner Autobahnringes A10. Besucher fahren auf der A2 bis zur Abfahrt Lehnin und folgen der Landstraße in den Ort hinein. Das Kloster verfügt über einen kostenlosen Gästeparkplatz.

Hinweis für Benutzer von Navigationssystemen:

Wenn Sie die Adresse „Klosterkirchplatz 1-19“ in ein Navigationsgerät eingeben, wird das Gerät Sie, aller Erfahrung nach, an der Parkplatz-Zufahrt vorbeileiten. Bitte geben Sie daher folgende Koordinaten in Ihr Navigationsgerät ein: 52.321235 N; 12.747932 O.

Anreise mit dem öffentlichen Nahverkehr

Der Regionalexpress RE1 Magdeburg – Berlin – Frankfurt (Oder) – Cottbus hält u.a. in Brandenburg, Groß Kreutz und Potsdam.

Von diesen Bahnhöfen bestehen Busverbindungen nach Lehnin:

Bus 553 Brandenburg – Lehnin ca. 36 Minuten

Bus 550 Groß Kreutz – Lehnin ca. 20 Minuten

Bus 580 Potsdam – Lehnin ca. 53 Minuten

Die aktuell gültigen Verbindungen entnehmen Sie bitte hier: www.vbb.de

IMPRESSUM

AKD:



Herausgeber:

Andrea Richter, Amt für kirchliche Dienste, Goethestraße 26 – 30, 10625 Berlin, www.akd-ekbo.de

unter Mitarbeit des

Evangelischen Diakonissenhauses Berlin Teltow Lehnin: Sabine Feja-Michel, Leiterin der Wohnstätten I und II für Erwachsene mit geistiger Behinderung Teltow und Stefan Beier, Leiter Museum im Zisterzienserkloster Lehnin

Gestaltung: Cornela Wuppermann, www.WuppermannGraphic.de

Fotonachweise: S. Herrmann-Elsemüller: S. 1, 12, 19, 26, 28, 40, L. Manzke: S. 8, R. Sickel: S. 2, 5, Kloster Lehnin: S. 9, 18, pixabay: S. 22, 23, zeitzubeten.org: S. 29, J. Schäfer, Ökum. Heiligenlexikon: S. 33, 34, 35, **CC BY-SA:** W. Sauber: S. 6, A. Savin: S. 7, L. Schulz: S. 11, 14, D. Antony: 15, 16, Chronistpm01: S. 14, 17, 18, G. Grafe: S. 37, Nemracc: S. 31, © Pilgerwanderkarte: Gemeinde Kloster Lehnin

