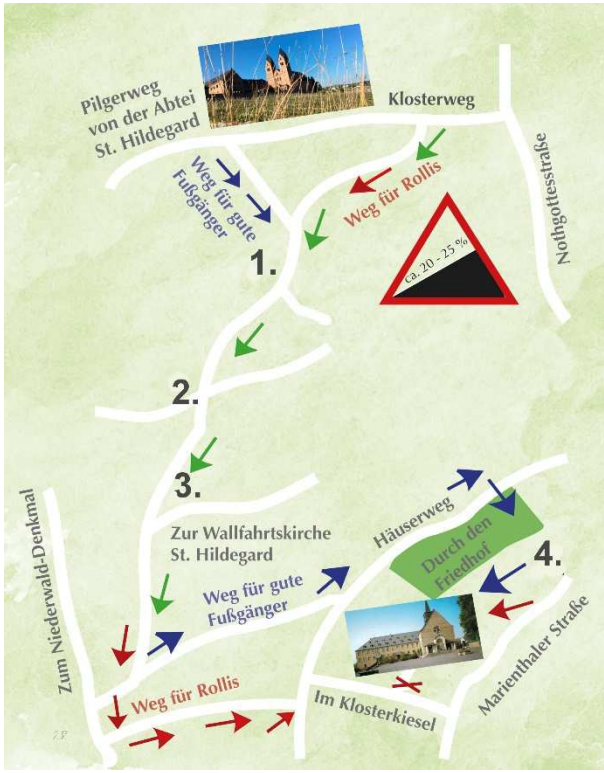
Besinnliche Impulse für den Pilgerweg

von der Abtei St. Hildegard zur Wallfahrtskirche St. Hildegard



Vor dem Start…

Willkommen auf den Wegen der Heiligen Hildegard von Bingen! Der Fußweg von der Abtei zur Wallfahrtskirche führt eine halbe Stunde recht steil bergab. Auf unserer kleinen Skizze sehen Sie die Strecken für gute Fußgänger (hellblau) und für eingeschränkt Bewegliche (hellbraun) ausgewiesen. Für Rollstuhlfahrende ohne Begleitung erscheint uns der Weg wenig geeignet. Teilweise kommen Sie an (nicht stark befahrenen) Autostraßen entlang, wo Sie bitte trotzdem Vorsicht wahren! Die ersten drei Abzweige bitte nicht einschlagen. Sie würden rechts immer auf die (stark befahrene) Nothgottesstraße führen und dann - für einen HildegardWeg wenig geeignet – weitgehend durch das Dorf Eibingen.

Nehmen Sie sich eine gute Stunde Zeit, um ihren Weg mit den folgenden Impulsen zu gestalten. Für den Impuls 1 sollten Sie sich mit einer kleinen Ration Trinkwasser ausstatten. Für den Impuls 4 wäre eine kleine Feder schön.

Machen Sie unterwegs Halt, wo es Ihnen gefällt: Es gibt Wegekreuze und Abzweigungen, kleine Plätze mit Ruhebänken, idyllische Orte in den Weinbergen. Wenn viele Menschen mit Ihnen unterwegs sind, wäre es schön, ein bisschen Abstand zu halten.

Die Impulse können Sie für sich alleine oder in Gruppen betrachten.

Schauen Sie in dieses wunderbare „Hildegard-Land“. Achten Sie unterwegs auf Ihren Schritt, auf Ihren Atem und versuchen Sie Gesprächsthemen zu vermeiden, die Sie vom Hildegard-Pilger-Weg ablenken.

Wir wünschen Ihnen eine schöne und bewegende Erfahrung auf den (Denk)Wegen der Heiligen Hildegard!

Impuls 1:

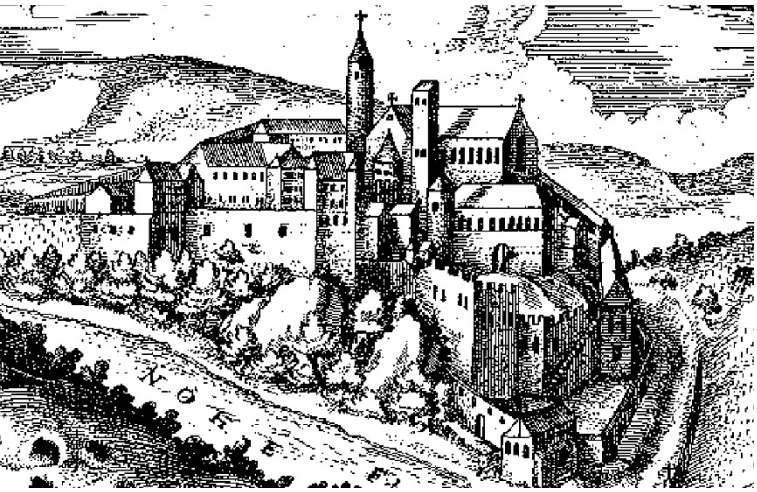
Blick über das Wasser - Das Hildegard-Land

Für den ersten Impuls bietet es sich an, irgendwo zwischen dem 1. und dem 2. Abzweig einen Moment stehen zu bleiben: Wir sind noch recht weit oben auf unserem Weg. Wir sehen unter uns die Ortschaft Eibingen liegen.

Das größte Gebäude, fast direkt am Saum der Weinberge, mit dem kleinen spitzen Turm, das ist das Ziel unseres Weges: Die Wallfahrtskirche St. Hildegard. Wir lassen unseren Blick über sie hinweg schweifen.

Da liegt der Rhein. Je nach Witterung erscheint er uns als blaues, grünes oder silbernes Band. Hildegard hat ihn und sein Wasser sehr genau beschrieben und sie hat ihn lange Zeit, Woche für Woche mehrmals in einem Nachen überquert, um ihr Rheingau-Kloster zu besuchen, dort, wo heute die Wallfahrtskirche steht.

Über das Wasser als viertes Element sagt Hildegard, es sei die **Grundlage allen Lebens**. Sie meditiert es in seiner ganzen Vielfalt vom sakramentalen Wasser der Taufe, über das Quell- und Regenwasser bis zu den Tränen. Sie betont z.B. für das Wasser der Flüsse, dass es oft verschmutzt sei (eine Äußerung im 12. Jahrhundert!) und man es nur abgekocht trinken dürfe.



Schauen wir über den Rhein hinüber auf die andere Uferseite, dann sehen wir direkt gegenüber den Rochusberg mit der Rochuskapelle. Dort steht heute der alte Hildegard-Altar aus ihrem damaligen Kloster hier unten in Eibingen, über den Strom gerettet, als das Koster zerstört wurde.
Schauen wir etwas weiter nach rechts, kann man, mitten durch Bingen, die Mündung der Nahe in den Rhein erahnen. Bingen ist der Ort, mit dem Hildegard durch den Beinamen, den andere ihr später gaben, in aller Welt bis heute verbunden wird. Schon eine Art Lebensmittelpunkt.
Dort drüben am rechten Naheufer, wo heute der Stadtteil Bingerbrück liegt, dort hatte Hildegard ihr imposantestes Bauwerk geschaffen, das Kloster Rupertsberg. Ihr Herkunftskloster auf dem Disibodenberg, 35 Kilometer landeinwärts war für die wachsende Frauengemeinschaft zu klein geworden und die Abhängigkeit vom dortigen Männerkloster und ihrem neidischen Abt Kuno zu groß. Außerdem, Hildegard wollte näher ans Wasser, wegen der Verbindungen der Wasserstraßen in „alle Welt“, aber auch weil es sich am Ufergestade des fließenden Wassers lebendiger und fruchtbarer leben lässt.
Doppelt soweit drüben ins Hildegard-Land geschaut, mehr als 60 Kilometer entfernt, vermuten wir den Ort, wo Hildegard im Jahr 1098 geboren wurde: Bermersheim oder Niederhosenbach, genau wissen wir es nicht…

Hildegard-Text:

In einer Vision Hildegards äußert sich die (personifizierte) Liebe als Urkraft des Lebens in enger Verbindung zu den Urelementen der Natur (Luft, Wasser und Erde). Die Liebe sagt von sich: *„Ich aber bin jene Luft, die alle Grünkraft nährt und die Blüten mit ihren reifenden Früchten sprießen lässt. Denn ich bin durch jene Einhauchung von Gottes Geist belehrt. So lasse ich die klarsten Bäche hervorquellen, das heißt die Tränen aus gutem Seufzen. Aus den Tränen bringe ich aber auch durch heilige Werke Wohlgeruch hervor. Auch bin ich jener Regen, der aus dem Tau hervorquillt, durch den alle Kräuter in fröhlichem Leben zu mir lachen.“*
(Liber vitae meritorum, 2014, S.165)
„Ein Wind sei er (der Mensch), indem er den Elenden hilft, ein Tau, indem er die Verlassenen tröstet. Und Regenluft sei er, indem er die Ermatteten aufrichtet und sie erfüllt wie Hungernde, indem er ihnen seine Seele hingibt."
(aus Scivias; zitiert nach Ingrid Riedel, Mystik des Herzens, S.151)

Impulsfragen:

Welche Rolle spielt für Sie das Element Wasser?
Welche Beziehung haben Sie zu „Gewässern“ wie: Flüssen, Bächen, Quellen, Seen oder Meeren?
Zu den „Niederschlägen“ wie: Regen, Tau und Schnee?
Und zum Wasser der Tränen?
Nehmen Sie ganz bewusst einen Schluck Trinkwasser. Was ist Ihr wichtigster Gedanke, ihre dringendste Bitte, wenn Sie an Wasser denken?
Nehmen Sie sich schon hier oben vor, sich nachher in der Wallfahrtskirche ganz bewusst und intensiv mit Weihwasser zu bekreuzigen: „Ich bin getauft…“.

Impuls 2:

Blick zurück nach „oben“ - Das Kloster, dem Himmel nahe

Wenn Sie den 2. Abzweig hinter sich gelassen haben, drehen Sie sich einmal um und schauen Sie die Wegstrecke zurück. Aus dieser Perspektive kann man ahnen und spüren, wie sehr jedes Kloster ein Ort ist, wo man dem Himmel besonders nahe kommt.

Hildegard hat sich darum in ihrem Klosterleben (immerhin seit ihrem achten oder zwölften Lebensjahr!) niemals eingeengt gefühlt, sondern im Gegenteil wunderbar frei. In den 81 Jahren ihres langen Lebens verschmolzen die Liebe zu Gott, zu den Menschen und zur Natur immer stärker zu einem einzigen großem Gefühl und Gedanken. Daraus gewann sie eine für ihre Zeit besonders herzliche und liebevolle Gottesbeziehung, die kaum düstere Züge hatte. Daraus entwickelte sie eine tiefe Liebe zu den Menschen, die gerne ihre Nähe, ihren Rat und ihre Hilfe suchten (selbst Kaiser und Bischöfe!). Daraus zog sie schließlich eine enorme geistige Kraft, Welt und Natur besonders gut zu verstehen und ihre Kräfte heilsam zu nutzen.

Hildegard-Text:

Wenn ich mit offenen Auge betrachte,
was du, mein Gott, geschaffen hast,
besitze ich hier schon den Himmel.

Ruhig sammle ich im Schoß
Rosen und Lilien und alles Grün,
während ich deine Werke preise.
(Pilgerbuch 1998, S.47)

Impulsfragen:

Wo und wann fühlen Sie sich „dem Himmel nahe“ und was ist für Sie ein „heiliger Ort“?
Was empfinden Sie, wenn Sie hier mit den Gedanken und im Gedenken der Heiligen Hildegard zum Himmel aufblicken?

Impuls 3:

Blick hinunter zur Erde – In allem die Grünkraft

Nach dem 3. Abzweig suchen Sie sich bitte ein Fleckchen grüner Vegetation: ein Stück Wiese, einen belaubten Weinstock. Betrachten Sie für einen Augenblick offen und liebevoll diesen kleinen Ausschnitt grüner Natur: Tasten und fühlen Sie, ob es vielleicht feucht und kühl ist? Schnuppern Sie, nach was diese Natur duftet.

Alles geistige und physische Leben wurzelt für Hildegard von Bingen in Gott. Für die eine und einzige Kraft, die alles hervorbringt, stützt und nährt hat sie in ihrer Welt-Theologie und Himmels-Medizin den wundervollen Begriff **„Grünkraft“** geprägt.
Hier können wir einen der ungewöhnlichsten Hildegard-Aspekte entdecken, den diese „kränkliche Powerfrau“, diese „spirituelle Rationalistin“, diese „weltverliebte Himmelszeugin“, aus ihrer tief empfundenen Verbindung zwischen Himmel und Erde, zwischen Glaube und Vernunft und zwischen Religion und Naturwissenschaft abgeleitet hat.
Das Grün der Blätter symbolisiert für Hildegard jenes göttliche Prinzip, das allem irdischen Leben die Kraft zum Gedeihen verleiht - das lebendige Band zwischen Schöpfer und Schöpfung. So überträgt sich auf den Menschen auch die heilsame Lebenskraft von Pflanzen, wenn „ihr Grün nützlich und lieblich ist“. Heilkunde und Heilslehre sind bei Hildegard also untrennbar miteinander verbunden. Daher kann Krankheitsheilung auch niemals rein „naturwissenschaftlich“ nur durch die Wirkungen von Kräutern beschrieben werden. Gesundheit ist vielmehr immer auch die Folge eines gottgefälligen Lebens im Einklang mit der ganzen Schöpfung. Und letztlich liegt die Genesung aus schwerer Krankheit alleine in der Hand Gottes. Was für ein aktueller, richtungsweisender Impuls für heutige Fragen nach Medizin und Ethik!!!

Der Mensch hat in dieser Schöpfung zwar eine zentrale Stellung, aber der wird er nur gerecht und darin bleibt er nur gesund, wenn er sich sehr aktiv in diesen Schöpfungszusammenhang einordnet. So sagt Hildegard: *"Im Menschen sind Feuer, Luft, Wasser und Erde, und aus ihnen besteht er. Vom Feuer hat er die Wärme, von der Luft den Atem, vom Wasser das Blut und von der Erde den Körper."* Sie nennt den menschlichen Körper einen "Tempel" und die ganze Welt einen "Garten" und zeigt mit ihren Gedanken über die von Gott stammende "Grün-Kraft", inwiefern sie, die mittelalterliche Nonne Hildegard von Bingen eine auch für heute höchst aktuelle "Grüne" ist.

Hildegard-Text:

"Halte deinen Tempel mit Umsicht in Ordnung, damit jene Grünheit, in der du Gott mit Liebe empfängst, nicht Schaden nehme."
"Achte mit Sorgfalt darauf, dass durch die Wechselhaftigkeit deiner Gedanken die grünende Kraft, die du von Gott hast, in dir nicht dürr wird."
Und über diese göttliche Kraft, die natürlich wieder die Liebe selbst ist, sagt sie voller Poesie:
"Liebe: Ich bin aller Grüne ein milder Hauch, indem ich Blüte und Frucht aller Tugendkraft hervorbringe und sie in den Gesinnungen der Menschen festlege und aufbaue“

Impulsfrage:

Lassen Sie den Begriff „Grünkraft“ jetzt einen Augenblick auf sich wirken.
Wie könnten Ihre Gedanken zu diesem „Zauberwort“ spontan zu einem kleinen „Schöpfungsgebet“ werden?

Impuls 4:

Blick nach innen am Hildegardschrein– wie eine Feder und wie eine Posaune

Wenn Sie am Ende des Pilgerweges auf dem Platz vor der Wallfahrtskirche ankommen, lassen Sie allen Trubel, der hier vielleicht herrscht, an sich abperlen und betreten Sie still und gesammelt die Kirche. Nehmen Sie in Erinnerung an den ersten Impuls ganz bewusst Weihwasser zum Kreuzzeichen: Ich bin getauft, im Namen des Vaters und des Sohnes…
Suchen Sie sich zunächst irgendwo in der Wallfahrtskirche einen stillen Ort für den vierten Impuls:

Am Beginn unseres Weges im Vorgarten der Abtei sahen wir zu Füßen der bronzenen Hildegardskulptur diese **kleine Feder**. Manche halten sie für eine Schreibfeder. Sie ist aber mehr ein Symbol für Hildegard selbst, wie sie sich von Gott, vom Heiligen Geist, vom „Windhauch“ bewegt und getragen sieht.

Hildegard-Text:

„Ich strecke meine Hände zu Gott aus, dass er mich halte, so wie die Feder, frei von aller Schwere, vom Winde getragen fliegt.“

„Ein Wind blies von einem hohen Berg und brachte mit seinem Wehen eine kleine Feder in Bewegung, die aus sich selbst keinerlei Fähigkeit zum Fliegen besaß, sondern diese nur durch den Wind empfing. Zweifellos veranlasste dies der allmächtige Gott, um zu zeigen, was er, durch ein Wesen, das von sich nicht das Geringste sich zutrauen würde, zu wirken vermag.“

Hildegard sieht sich und ihre Aufgabe noch in einem anderen Bild symbolisiert, das zur leichten, zarten Feder recht gegensätzlich erscheint: Sie versteht sich als **„Posaune Gottes“**!
Den Ruf Gottes und seine Botschaft laut und vernehmbar in die Welt hinein und hinaus zu posaunen. Bald tausend Jahre später ist dieser Weckruf keineswegs verklungen, sondern wieder ganz neu und sehr aktuell vernehmbar.

Impulsfragen:

Schließen Sie für einen Moment die Augen, stellen Sie sich die Feder vor und dazu den Posaunenklang. Suchen Sie Ihre persönliche Antwort auf die beiden Fragen: Was trägt und wer bewegt mich? Und welches „Musikinstrument“ könnte ich sein, um im Orchester der Welt den Ruf und die Botschaft Gottes zum Klingen zu bringen?

Zum Ende des Weges:

Suchen Sie nun zum Ende Ihres Weges den Schrein mit den Gebeinen der Heiligen Hildegard auf.
Tragen Sie ihr nach einem „stillen Moment“ mit einem kurzen Gebet einige Gedanken zu Ihrem Sankt-Hildegard-Pilgerweg vor, den Sie nun von der Abtei oben auf dem Berg hier hinunter zur Wallfahrtskirche zurückgelegt haben.

Stefan Herok