Platz für Notizen:

Erzdiözese Freiburg

Röm.-kath. Kirchengemeinde Hotzenwald

St. Wendelinus

Durchs Labyrinth gehen. Für Erwachsene

Durchs Labyrinth gehen.

Für Erwachsene

Von Ursula Hilchenbach

Willkommen im Labyrinth von Chartres!
Viel Skepsis und Zweifel gehen vielleicht durch deinen Kopf, was es mit diesem alten Menschheitssymbol auf sich hat, dass es sogar den Weg in die Pfarrkirche Görwihl gefunden hat.
Willst du den langen Weg wirklich gehen – bis zur Mitte und wieder zurück?
Sei mutig und mache den ersten Schritt, es ist wie im Leben, sei offen für neue Erfahrungen und habe keine Angst vor Veränderungen.

Keine Angst haben, sich keine Sorgen machen ist leicht gesagt,
wenn die Nöte drohen über den Kopf zu wachsen.
Da verlieren wir schnell den Überblick.
Beim **Gehen** ist es leichter sich den Fragen und Problemen zu stellen – hier und jetzt – auf dem Weg zur Mitte. -

Der **Labyrinthweg** wird auch ein **Pilgerweg** genannt, ein Weg um neue Sichtweisen zu gewinnen.
Wie könnte sie aussehen, diese Mitte, in der alles wieder im Lot ist?
Wie viele Kehrtwendungen habe ich in meinem Leben schon gemacht?

Der **Weg** liegt vor uns, aber wir sehen nicht wohin er führt.
Stehen bleiben hilft nicht, umkehren, aufgeben sind keine Optionen, wenn wir das Ziel erreichen wollen und einen **Sinn** in allem **suchen**.
Manchmal ist es nur ein Aushalten so vieler ungelöster Fragen, das Geduld erfordert.
Weitergehen im Vertrauen, dass - wie in der Natur - sich im Stillen die Dinge langsam und beharrlich entwickeln.

Auf einmal bin ich da. Das **Ankommen** ist überraschend, ein Geschenk, Freude am Ziel zu sein.
Wie viele solche **Glücksmomente** hast du in deinem Leben schon gespürt?
Ist da nicht unwillkürlich **Dankbarkeit**, dass im Rückblick vieles sich gelöst hat, und es weiterging?

Die **Rückkehr in den Alltag** war oft ernüchternd, jedoch notwendig. Bleib nicht in der Mitte stehen! Das Leben ist immer im Wandel und ständige Veränderung.
Der lange Rückweg aus dem Labyrinth gibt dir die Chance deine Gedanken und Empfindungen noch einmal zu überdenken.

Kleine Schritte machen – nicht hinauslaufen – Gefühlen Raum geben um vielleicht die eine oder andere Idee aufzugreifen, die du die nächste Zeit umsetzen möchtest.
Langsames, bewusstes Gehen gibt viel Ruhe und Kraft.
Wir vergeuden unnötige Kraft beim Drängen auf vorschnelle Antworten.
Bewusstes Ein- und Ausatmen, den eigenen Rhythmus finden, Weggefährten suchen und **den eigenen Weg lieben lernen**.

Vielleicht siehst du das Labyrinth nun mit anderen Augen. Du kannst es jederzeit wieder aufsuchen, und im Gehen deine Fragen stellen. Es wird dich immer daran erinnern, dass die Mitte, deine Mitte, das Geheimnis allen Lebens da ist, egal wie lang der Weg auch sein mag.

Verabschiede dich am Ende vom Labyrinth und gehe auf deinem Weg mit Vertrauen ins Leben und in DEN, der es dir im Atem täglich schenkt, weiter.