

ANDREAS KNAPP

**Spirituelle Auszeit
in der Wüste**

Der Autor

Andreas Knapp, geb. 1958, lebt im Orden der Kleinen Brüder vom Evangelium in Leipzig und zählt zu den bekanntesten spirituellen Lyrikern Deutschlands. Knapp reist regelmäßig in die Wüste: Er durchquerte bereits die Sahara, verbrachte 40 Tage als Einsiedler in Algerien und fuhr mit dem Fahrrad durch die Wüste von Syrien und Jordanien. Sein Wüstentagebuch »Lebensspuren im Sand« wurde ein Bestseller.

ANDREAS KNAPP
Spirituelle Auszeit

*in der
Wüste*

Impulse zum Auftanken

HERDER 

FREIBURG · BASEL · WIEN

Inhalt

Ab in die Wüste! 7

I. Aufbrechen 11

II. Staunen 33

III. Sich Aussetzen 55

IV. Wahrnehmen 83

V. Neu Ausrichten 111

Zum Schluss: Gönn dir einen Wüstentag! 137

Literatur (Auswahl) 141

Quellenverweise 142

Ab in die Wüste!

»Zu einer Oasenfahrt würde ich mitkommen, aber zu einer Wüstentour?« So reagierte ein Freund, als ich ihm erzählte, dass ich mit dem bekannten Wüstenabenteurer Gisbert Greshake zu einer fünfwöchigen Sahara-Fahrt aufbrechen werde.

In der Tat, warum soll man sich das antun, warum abgestandenes, warmes Wasser trinken, wenn man doch anderswo eisgekühlte Getränke genießen könnte? Warum verstaubt und verschwitzt in verdreckter Kleidung umherlaufen, anstatt seine Ferien in einer gepflegten Wellness-Oase zu verbringen? Warum Hitze, Sandstürme und eintönige Landschaften aushalten, statt sich bei gemütlichen Wanderungen durch grüne Wälder und Wiesen zu erholen? Warum also in die karge Wüste ziehen, wenn man es sich doch in den Urlaubsparadiesen mit Pool und überreichem Buffet gemütlich machen könnte?

Ein bisschen hirnverbrannt muss man schon sein, um in ein Land der verbrannten Erde zu ziehen ...

Und dennoch: Die Wüste lockt! Seit ich als Student der Theologie eine Woche lang in der Sinai-Wüste unterwegs war, hat mich die Magie dieser Landschaft immer wieder verzaubert. Denn in der Wüste prallen die Gegensätze hart aufeinander: Hitze und Kälte, Unfruchtbarkeit und Leben, wasserlose Zonen und blühende Oasen. Viele Male war ich

im Sinai, im Negev, in der Wüste Juda; ich habe die Sahara durchquert, 40 Tage als Einsiedler in Algerien und später in einer Halbwüste Spaniens gelebt, bin mit dem Fahrrad durch die Wüste von Syrien und Jordanien gestrampelt. Manches ist heute nicht möglich, weil Kriege und Unruhen das verbieten. Doch der Durst vieler Menschen nach Wüste ist ungebrochen groß und viele Reiseunternehmen bieten Wüstentouren an: zu Fuß, auf Reitkamelen oder mit dem Landcruiser. Reisen zu den großen Kulturdenkmälern Ägyptens werden mit Wüsten-Expeditionen verbunden. Und selbst in China werden Touristen in die große Wüste Taklamakan geführt.

Die Motive für Wüstenreisen sind vielfältig: Abenteuerlust, Interesse an fremden Kulturen, ein einfaches Leben fernab unserer überzivilisierten Welt, Sehnsucht nach Stille. Die Wüste wird beschrieben als »Ort, der dich bei dir selbst ankommen lässt«. In der Wüste kann man die Sinne wie Hören oder Schmecken feiner erleben. Hier kann sich jeder selbst neu erfahren. Es geht darum, die Komfortzone zu verlassen, um sich selbst intensiver zu spüren. Und immer wieder: der Hunger nach spirituellen Erfahrungen.

Der vorliegende Reisebegleiter will dazu anregen, vor allem die spirituellen Dimensionen der Wüste besser wahrzunehmen. Den hier vorgeschlagenen Themen müssen Sie sich nicht unbedingt in der angegebenen Reihenfolge zuwenden. Wählen Sie je nach Länge und Gestaltung der Wüstenreise und entsprechend Ihren per-

sönlichen Fragen jeweils ein Tagesthema. Und wenn Sie nicht in die »wirkliche Wüste« reisen können, so halten auch Gebirgstouren oder Pilgerwege manche Aspekte einer Wüstenfahrt bereit. Noch ein kleiner Tipp. Auch wenn Sie sonst nie Tagebuch schreiben: In der Wüste kann diese Übung helfen, sich selbst und Ihre Umgebung wacher und aufmerksamer wahrzunehmen. Und in der Nachlese kann man oft einen roten Faden entdecken, der etwas von der Richtung, vom Sinn des Lebens erahnen lässt.

Ich wünsche Ihnen, dass die hier angebotenen Impulse helfen, alle Sinne zu öffnen, um den Reichtum zu entdecken, den die Wüste für Sie bereit hält.

Ihr Andreas Knapp

Leipzig im April 2018



Aufbrechen

Lust auf Abenteuer

Meine erste Begegnung mit der Wüste war rein phantastisch: Als Jugendlicher ließ ich mich von Karl Mays »Durch die Wüste« zu Phantasiereisen in den Orient entführen. Diese Lektüre beflügelte meine Träume von Wildnis und Weite. Doch neugierig war ich im Prinzip von früher Kindheit an, denn von Anfang an ist der Mensch ein Neugier-Wesen: Schon das kleine Kind erkundet seine Umgebung. Es will sämtliche Schubladen und Türen öffnen, um zu erfahren, was sich in und hinter ihnen verbirgt. Der Drang, Neues zu erfahren und in fremde Lebensräume vorzudringen, ist tief in uns verankert.

Zugleich kennen wir das Bedürfnis, uns schön einzurichten und unser Leben abzupolstern. Wie mächtig dieses Bedürfnis nach Sicherheit in uns steckt, wird an den ungezählten Versicherungsgesellschaften deutlich, deren Angebote alle Lebensbereiche umfassen. Ähnlich wie die Banken errichten sie ihre imposanten Kathedralen, um das Sicherheitsbedürfnis der Menschen – kostenpflichtig – zu verwalten. Wer etwa auf Reisen geht, kann sich mit einem »Rundum-sorglos-Paket« gegen alle Eventualitäten abfedern.

Doch diese übertersicherte Art, durchs Leben zu gleiten, wird irgendwann reizlos. Denn der Mensch sucht ja auch das Reizvolle, die Herausforderung, das Abenteuer. In einer Gesellschaft, in der jedes Risiko vermieden wird,

kommen zugleich Risiko-Sportarten in Mode: Viele wollen ausbrechen und den Kitzel des Extremen verspüren.

Die Wüste lockt durch einen besonderen Reiz: Sie verblüfft uns Mitteleuropäer durch ihre Andersartigkeit. Als Gegenlandschaft zur vertrauten Heimatumgebung fordert die Wüste die Abenteuerlust heraus: Dort wartet das Fremde, Unbekannte, Gefährliche. Die Sehnsucht nach Urtümlichkeit und einfachem Leben bricht sich Bahn. Das Bedrohliche provoziert geradezu, die gesicherte und damit auch langweilige Umgebung zu verlassen und sich selbst neu auszuprobieren.

Daheim ist das vollklimatisierte Auto mit Navi selbstverständlich geworden. Nun bricht man auf in die Wüste und setzt sich dort freiwillig einem extremen Klima aus, Hitze und Kälte, Sandsturm und Trockenheit. Man hat die Kochsendungen im Fernsehen satt und ist der exklusiven Delikatessen überdrüssig. In der Wüste freut man sich über das einfache Essen, auf Wasser und Brot. Hier kann man auf dem Boden schlafen, abends am Feuer sitzen, sich an den Sternen orientieren. Und die Landschaft ist so merkwürdig bizarr, erschreckend leer, ungewohnt verformt: Sie nimmt uns gefangen, bannt uns durch ihren Zauber, legt aber auch einen leisen Schauer auf uns. Wenn wir nach Abenteuer dürsten, dann sind wir hier richtig.

Biblischer Impuls

Die Wüste ist eine biblische Urlandschaft. Viele der großen Erzählungen aus der Bibel spielen in der Wüste. So zum Beispiel die Geschichte von Mose, der mit seiner Herde immer weiter in die Steppe hinauszieht. Schließlich wird Mose in der Wüste Sinai auf eine ungewöhnliche Erscheinung aufmerksam:

Da erschien ihm der Engel des Herrn in einer Feuerflamme, mitten aus einem Dornbusch heraus. Als er hinsah, nahm er wahr, dass der Dornbusch wohl brannte, aber vom Feuer nicht verzehrt wurde. Da dachte Mose: Ich will doch hingehen und dieses seltsame Schauspiel betrachten, warum der Dornbusch nicht verbrennt. Als der Herr sah, dass er herantrat, um nachzusehen, rief Gott ihm aus dem Dornbusch zu: Mose, Mose! Dieser antwortete: Hier bin ich! Da sprach er: Tritt nicht näher heran! Zieh deine Schuhe von deinen Füßen, denn der Ort, auf dem du stehst, ist heiliger Boden!

(Ex 3,1–5)

Zum Wahrnehmen und Bewähren

Um in dieser neuen und so fremden Landschaft gut anzukommen, empfehle ich eine kleine Übung für die Sinne: Ich nehme mir etwa eine Stunde Zeit für einen Wahrnehmungsspaziergang. Dabei ist es wichtig, sehr langsam und aufmerksam zu gehen. Denn wer schnell geht, geht an vielem vorbei.

Daher versuche ich, zunächst einmal sehr bewusst zu schauen. Ich kann öfter stehen bleiben, um etwas näher zu betrachten: eine Spur, einen Stein, einen Grashalm.

Dann stelle ich mich an einen Platz, von dem aus ich eine gute Übersicht habe, und schaue in die Landschaft hinaus. Dabei konzentriere ich mich auf einen bestimmten Ausschnitt und lasse auf mich wirken, was ich sehe: Formen, Farben, Strukturen ...

Ich ziehe die Schuhe aus und mache mir bewusst, dass ich auf »heiligem Boden« stehe. Denn an jedem Ort dieser Erde können wir Göttliches erfahren, wenn wir achtsam sind.

Ich schließe die Augen. Einige Minuten lang versuche ich, ganz bewusst zu hören: den Wind, Geräusche aus der Ferne, die Stille ...

Nun wende ich mich den Dingen meiner Umgebung zu, um sie zu ertasten: Wie fühlt sich ein bestimmter Stein an, der Sand, ein Grashalm? ... Danach gehe ich barfuß ein paar Schritte weiter und spüre den Kitzel des feinen Sandes.

Ich kann auch meinen Geruchssinn betätigen: Wie