

## Bewegen, orientieren, inspirieren – Coaching auf dem Jakobsweg

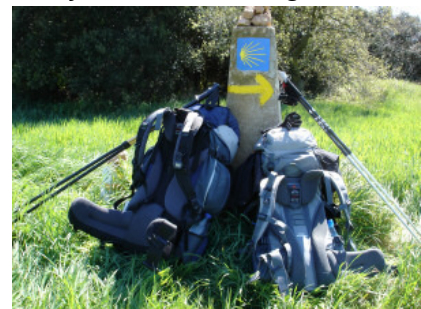
Magisch, mythisch, einzigartig – seit mehr als tausend Jahren zieht es Menschen aus aller Welt auf den Jakobsweg. Er ist der berühmteste und letzte noch bestehende mittelalterliche Wander- und Pilgerweg in Europa, beginnt im Südwesten Frankreichs und endet im Wahlfahrtsort Santiago de Compostela. In den letzten Jahren erlebte dieser Weg eine Renaissance. Immer mehr Menschen - Gläubige, Kulturinteressierte, Sportler, Suchende – begeben sich auf eine Reise, wohin? Viele können gar nicht genau sagen, warum sie aufbrechen. Sie reißen sich ein in den Strom von Mensch und Geschichte, der auf der Hauptroute – dem Camino Frances – durch Spanien über 800 km von Osten nach Westen führt. Ganz gleich in welcher Absicht: Auf dem Camino treffen sich alle. Zunächst erlebt der Aufbrechende fremde Landschaften und steinerne Zeugen des Mittelalters. Zwischen den Pyrenäen und den grünen Hügeln Galiciens windet sich die Route durch Berge, vorbei an Wiesen und Weingärten, an Kirchen und Klöster, an Burgen, Paläste, Einsiedeleien. Jeder Stein, jedes Wegekreuz, jede Brücke geschichtssatt. Die Begegnungen mit Fremden - den Herbergsleitern, anderen Wanderern – verrücken die Perspektive. Alter, Geschlecht und Nationalität, Funktionen, gesellschaftliche Stellung verlieren an Bedeutung.



Auf dem Weg findet jeder Mensch seinen ganz persönlichen Schritt. Das Laufen und die Beschränkung auf Wesentliches verändern die Vorstellung von Zeit. Man kommt dem eigentlichen Ziel des Unterwegsseins näher: der Selbstfindung. Darüber haben berühmte Pilger, etwa der Romancier Paulo Coelho, Hollywoodstar Shirley MacLaine oder zuletzt Hape Kerkeling, der dann einfach weg war, immer wieder berichtet. Sie hatten, jeder für sich, etwas gefunden. Doch eines eint die Erkenntnisse dieser unterschiedlichen Personen: Sie sind auf- und ausgebrochen aus ihrem Alltag und haben sich neu orientiert.



So eine Orientierung wollen Michaela Belitz und Harald Kurp mit ihrem Projekt „Coaching auf dem Jakobsweg“ durch Bewegung und Inspiration unterstützen. Mit Gruppen von maximal acht Teilnehmern begeben sie sich im Frühjahr und Herbst auf den Jakobsweg in Nordspanien. Die Gruppen sind in jeder Hinsicht gemischt; jeder und jede hat andere Beweggründe. Drei Beispiele aus dem Frühjahr 2006: Bei Herrn Müller\* stimmte im Berufsalltag etwas nicht mehr. Die Anforderungen von außen waren gestiegen, er tat sich immer schwerer, ihnen gerecht zu werden. Herr Müller hatte in der Firma eine neue Stelle mit Leitungsverantwortung übernommen und sein Akku war leer. Frau Schulze\* fehlten nach einer längeren Familienphase die Energien, um wieder in den Beruf einzusteigen. Sie brauchte einen Anstoß, um sich und ihr Umfeld neu zu organisieren. Herr Krause\* war nach außen hin sehr erfolgreich. Aber Erfolg und Aufgaben erfüllten ihn nicht mehr. Der rechte Sinn in der Plackerei war ihm



abhanden gekommen. Alle drei standen in ihrem Leben an einem Scheitelpunkt, den viele kennen. Ein äußeres Ereignis – sei es noch so geringfügig – unterbricht der Trott der Routine. Nichts ist mehr wie vorher und die Fragen, die man sich stellt, bohren zunehmend tief.

In dieser Situation haben Herr Müller, Frau Schulze und Herr Krause „Coaching auf dem Jakobsweg“ als Hilfe und Unterstützung erfahren, um wieder trittsicher zu werden. Fünf Tage waren sie mit Michaela Belitz und Harald Kurp auf dem Jakobsweg unterwegs. Jeden Tag 20 km mit der eigenen Last auf dem Rücken – am



Anfang wog sie schwer, am Ende der Reise leicht. Der Austausch mit anderen Pilgern, einfachste Mahlzeiten und Unterkünfte genossen sie. Auf den Tagesetappen wechselten sich Schweige- und Sprechzeiten mit Einzelcoaching ab. Auf diese Weise konnten die vielfältigen Erfahrungen auf der Wanderung sortiert werden. Die körperliche Bewegung in der Natur machte Kopf und Gefühl frei für neue Orientierung und Inspiration. Am Ende der Reise auf dem Jakobsweg

nach fünf Tagen bereitete sich die Gruppe mit einem Besuch im Guggenheimmuseum in Bilbao auf den Übergang in den Alltag vor. Mit Hilfe der Kunst wurden die Erfahrungen auf dem Weg betrachtet und deren Bedeutung für den Alltag gedeutet.

Michaela Belitz, ist als Psychologin im Personalbereich tätig und Harald Kurp arbeitet als Theologe in der Hochschulseelsorge. Daneben sind beide als Diplomsupervisoren und Organisationsberater freiberuflich tätig. Sie wollen mit dem Projekt „Coaching auf dem Jakobsweg“ das Aus- und Aufbrechen aus dem Alltag unterstützen. Die bewusste Verbindung von Körper und Geist soll in der Bewegung Orientierung ermöglichen und inspirieren. Dabei ist das Ziel nicht Santiago de Compostela, sondern der Weg an sich. Von daher gehen sie mit den Teilnehmern auch nur die ersten 100 km des 800 km langen Weges. Immer wieder erleben sie aber, dass Teilnehmer ihres Projektes sich später erneut auf den Weg begeben und dann alleine nach Santiago weiter gehen.



15.01.2007

### **Michaela Belitz & Harald Kurp**

Große Bäckerstraße 26, 21335 Lüneburg

Tel. 04131-683033

[buero@supervision-lueneburg.de](mailto:buero@supervision-lueneburg.de)

[www.supervision-lueneburg.de](http://www.supervision-lueneburg.de)

### **Literaturempfehlungen:**

Andreas Drouve: Der Jakobsweg - Ein Reisebegleiter, in: Insel taschenbuch.

Michael Kasper: Spanien Jakobsweg - Camino Francés - Der Weg ist das Ziel, Outdoorverlag.

Hape Kerkeling: Ich bin dann mal weg

\* Die Namen der Teilnehmer wurden geändert.