

Wellness für die Seele

Meditative Wanderung des Katholischen Frauenbundes Oberwallis KFBO

Blatten – eing.) Mit dem Ziel, bekannte oder verborgene Kapellen und Kirchen im Oberwallis wandernd zu entdecken, hat der KFBO dieses Jahr den Pilgerweg von Blatten nach Kühmatt unter die Füsse genommen. Die Teilnehmerinnen waren eingeladen, aus dem Alltag auszubrechen und sich so neue Energie schenken zu lassen

Nach einem ersten Impuls in der Pfarrkirche Blatten, verbunden mit interessanten Informationen zur Pfarreigeschichte im Lötschental und dem Bau der Dorfkirche, übernahm der Einheimische Hans Schröter die Schar zu einer Führung durch den alten Dorfkern. Das Komitee der Frauen- und Müttergemeinschaft offerierte daraufhin einen Begrüssungs-kaffee mit selbstgebackenem Zopf. Das unkomplizierte Zusammensitzen bei schönstem Sonnenschein entlang der Dorfgasse bezauberte mit einer Spur von Italianità.

Auch der aktivste und gesündeste Mensch kann nicht ständig nur arbeiten und funktionieren. Eine Auszeit hilft, sich eine Insel im Alltagsleben zu schaffen. Eine Studie hat gezeigt, dass sich eine intakte Landschaft stärker auf die Gesundheit auswirkt, als bisher angenommen. Diese positive Wirkung einer erholsamen Umgebung auf das Wohlbefinden kann - kombiniert mit positiven Gedanken - auf dem Besinnungsweg nach Kühmatt erfahren werden.

Jede Teilnehmerin war eingeladen, den Pilgerweg in ihrem eigenen Tempo, allein oder in Gemeinschaft, abzulaufen. Einige liefen schneller, manche verweilten länger vor den Impulstafeln, einige liessen sich von den idyllischen Plätzen und der Landschaft inspirieren und genossen die Natur und den Sommertag. Auf dem Weg konnte jede Teilnehmerin in entspannter Atmosphäre ihren eigenen Gedanken und Gefühlen nachspüren. Jede nahm sich die Zeit, die sie selber brauchte, um schliesslich ruhig in Kühmatt anzukommen. Das gemeinsame Wandern, Singen und Beten und das gemeinschaftliche, einfache Mittagessen im nahen Lärchenwald schweisste alle zu einer Gemeinschaft zusammen.

Im abschliessenden Gottesdienst mit dem geistlichen Begleiter des KFBO stellten sich die Frauen die Frage: Sind meine Batterien jetzt wieder aufgeladen? Hat sich mein Körper entspannen und meine Seele auftanken können? Symbolisch füllte Pfarrer Richard Lehner eine Glasschüssel mit Wasser.

Bitsch, 20.6.2007

KATHOLISCHER FRAUENBUND OBERWALLIS KFBO

Für den Vorstand: Brigitte Bürcher-Lochmutter