

17.05.2019 | www.magazin-forum.de | Beilage zu FORUM-Ausgabe 15

FORUM

DAS WOCHENMAGAZIN

52 Seiten Sonderbeilage

Reise

ZU SICH SELBST

Pilgern ist in – ob in der Heimat, auf dem Jakobsweg oder auf Fernwanderungen im Land der aufgehenden Sonne



Victor's

SEEHOTEL WEINGÄRTNER
BOSTALSEE
★★★★



WANDERFREUDEN am Bostalsee




UNSER ANGEBOT FÜR WANDERFREUNDE

Ob kleine Tour oder anspruchsvolle Etappe für Fortgeschrittene: Die Landschaft rund um unser Hotel ist ein Paradies für alle, die sich auf Schusters Rappen begeben wollen. Freuen Sie sich auf zahlreiche Premiumwanderwege, atemberaubende Aussichten und:

- zwei Übernachtungen mit Frühstück
- zwei 3-Gang-Schlemmer-Menüs oder Essen vom Buffet
- eine Flasche Mineralwasser bei Anreise auf dem Zimmer
- zwei Lunchpakete für Ihre Wanderungen
- ein Kartenset mit allen Premiumwanderwegen der Region
- ein Pflegeprodukt für frische Beine und Füße
- einen kuscheligen Bademantel auf dem Zimmer
- stilvolle Entspannung im Schwimmbad mit Whirlpool, Sauna und Dampfbad

ab € 194 p. P. im Classic-DZ • ab € 243 im Classic-EZ

weitere Zimmerkategorien auf Anfrage. Gültig von April bis Oktober 2019 – ausgenommen Ostern.



Zusätzlich zu unseren eigenen Leistungen erhalten Sie als unser Gast die kostenlose Saarland Card. Erfahren Sie mehr unter: www.card.saarland



38 Auf den Spuren buddhistischer Mönche im fernen Japan



20 Zwei Saarländer unterwegs auf dem Jakobsweg

Geschichte des Pilgerns

AUF DER SUCHE NACH ERLEUCHTUNG

Jährlich pilgern bis zu 500 Millionen Menschen weltweit zu religiösen Stätten. Im Christentum kennt man drei große Pilgerwege. In den vergangenen Jahren steht vor allem der Jakobsweg im Bewusstsein. Wer früher pilgerte, erhoffte sich Segnungen und Ablässe. **4**

Pilgerwanderungen

AUF DEN SPUREN HILDEGARDS VON BINGEN

Das Leben und Wirken der heiligen Hildegard von Bingen beeindruckt bis heute. Eine Pilgerwanderweg auf den Spuren der Natur- und Heilkundlerin führt von Idar Oberstein an der Nahe bis Rüdesheim am Rhein. **10**

ZWEI SAARLÄNDER AUF DEM JAKOBSWEG

Klaus Maria Müller und Bernd Schmitt gingen vier Wochen auf dem Pilgerweg und erlebten alle Höhen und Tiefen, die solch' eine Pilgerwanderung mit sich bringt. Ihre Erlebnisse haben sie in einem Buch festgehalten. **20**

FERNWANDERN UND PILGERN ALS LEBENSERFAHRUNG

Am Goldsteig hatte ich das Glück, Michael Körner, den Manager dieses Fernweges, der 420 Kilometer von Marktredwitz bis Passau führt, kennenzulernen. Ein Interview. **26**

AUF ZU DEN STERNEN

Seit mehr als 1.000 Jahren pilgern Menschen aus aller Welt zur Grabesstätte des Apostels Jakobus

in Santiago de Compostela.

Heute wissen die Wenigsten, dass den mittelalterlichen Pilgern die feine Sternenspur der Milchstraße als Wegweiser diente. **30**

DAS ERWACHEN DES HERZENS

Das Land der aufgehenden Sonne ist für uns Mitteleuropäer bis heute in vielerlei Hinsicht ein Mysterium. Umso faszinierender ist eine Pilgereise durch Japan. **38**

AUS DEM TAGEBUCH EINES WANDERES

Werner Bach, Fernwanderer und Jakobspilger war auf dem Shikoku-Pilgerweg auf der japanischen Insel Shikoku unterwegs. Mit seiner Erlaubnis veröffentlichen wir Auszüge aus seinem Pilger-Tagebuch. **41**

Tipps

LESEFUTTER FÜR PILGER

Wir stellen fünf Bücher vor, die sich aus unterschiedlichen Sichtweisen mit dem Thema beschäftigen. **46**

PILGERTERMINE 2019

Eine unvollständige Übersicht über Pilgerangebote in der Region. **48**



DAS WOCHENMAGAZIN

Verlag:

FORUM Agentur für Verlagswesen, Werbung, Marketing und PR GmbH, Deutschmühlental, Am Deutsch-Französischen Garten, 66117 Saarbrücken, Telefon 0681-93613-2

Geschäftsführung:

Susanne Kleehaas (V.i.S.d.P.)

Verlagsleitung: Dr. Bernd Coen

Redaktionelle Umsetzung: Jörg Heinze

Layout: Saskia Bommer

FORUM erscheint wöchentlich freitags. Der Einzelverkaufspreis beträgt 3,30 Euro.

Auf der Suche nach Erleuchtung

Jährlich pilgern 300 bis 500 Millionen Menschen weltweit zu religiösen Stätten. Im Christentum kennt man **drei große Pilgerwege**. In den vergangenen Jahren steht vor allem der Jakobsweg im öffentlichen Bewusstsein.

Von **Günter Schmitt**

Das Christentum kannte im ersten Jahrtausend drei Pilgerwege. Wer den Weg von Anfang bis Ende auf sich nahm, erhoffte sich Segnungen und Ablass. Ein Pilgerweg führte zum Grab des Heiligen Petrus nach Rom, deshalb nannte man diese Pilger, die unter dem Zeichen des Kreuzes unterwegs waren, auch Romfahrer. Ein weiterer Weg brachte die Pilger zum Heiligen Grab Christi in Jerusalem. Sie wurden als Palmträger bezeichnet, da das Symbol der Menschen, die nach Jerusalem unterwegs waren, der Palmzweig war – jene Palmen, mit denen Christus

bei seinem Einzug in die Stadt begrüßt worden war.

Schließlich führte der dritte Pilgerweg zu den Reliquien des Apostels Jakobus, die auf der iberischen Halbinsel an der Stelle begraben waren, an der ein Hirte über einem Feld einen Stern leuchten sah. Der Legende nach sollen der Heilige Jakobus und die Jungfrau Maria dort nach dem Tod von Christus das Evangelium verkündet haben, um die Menschen zum Wort Gottes zu bekehren. Dieser Ort erhielt den Namen Compostela, das Sternfeld. Im Laufe der Zeit entstand eine Stadt, die bis heute Reisende und



FOTO: WWW.PEOPLEIMAGES.COM



Viele Pilger führt ihr Weg nach Rom (oben). Die Muschel ist das Symbol des Jakobsweges, an dessen Endpunkt am Kap Finister ein Pilgerschuh aus Bronze steht.



Pilger aus der gesamten Welt anzieht. Diejenigen, die diesen dritten Pilgerweg auf sich nahmen, wurden als Jakobsbrüder bezeichnet, und sie erkoren die Muschel als Symbol ihrer Reise.

Alle Pilgerreisen hatten gewisse Merkmale, die sie als heilige Pilgertour hervorhoben. Oft steht anfangs ein Gelübde oder ein Versprechen und am Ende ein Dankgebet – für Erleuchtung, Vergebung oder ein Wunder. Ein weiteres Merkmal der Pilgertour war als äußeres Zeichen das Tragen eines Symbols (Muschel, Palmzweig). Die Pilgerreise musste entbehrungsreich sein, und nach der Rückkehr sollte der Pilger von den positiven Erfahrungen berichten. Mittelalterliche Pilger reisten oft ohne Geld

und waren auf die Mildtätigkeit anderer Menschen angewiesen. Im Mittelalter war es verpönt, Abkürzungen zu nehmen oder sein Gepäck tragen zu lassen. Der Pilgerweg war mit Absicht so angelegt, dass er voller seelenreinigender Schmer-

Jakobsweg heißt auch Weg der Milchstraße

zen und Mühen war. Straßen im Tal waren des Teufels, der wahre gottesfürchtige Pilger ging geradewegs über die Berge.

Im 14. Jahrhundert pilgerten über eine Million Menschen entlang des Jakobsweges nach Compostela. Da sich die



Pilger des nachts nach der Milchstraße am Firmament orientierten, wird der Pilgerweg auch oft als „der Weg der Milchstraße“ genannt. Bis heute wandern und pilgern Menschen aus unterschiedlichsten Beweggründen die knapp siebenhundert Kilometer von der französischen Stadt Saint-Jean-Pied-de-Port am Fuße der Pyrenäen zur Kathedrale von Santiago de Compostela in Spanien.

Seit 1123 hat sich die Route von Saint-Jean-Pied-de-Port nur in winzigen Details verändert. Dies ist vor allem dem französischen Aymeric Picaud zu verdanken. Seine Erlebnisse schrieb er in insgesamt fünf Büchern nieder. Papst Calixtus II., der ein großer Verehrer des Heiligen Jakobus war, sorgte für die Herausgabe der Bücher, die später unter der Bezeichnung Codex Calixtinus bekannt wurden. Im fünften Buch des Liber Ca-



Vor einer Pilgerherberge warten die Rucksäcke fein sauber aufgereiht auf ihre Besitzer.

lixtinus, dem Liber Sancti Jacobi, zählte Aymeric Picaud die besonderen Merkmale der Natur, Hospize, Unterstände, Brunnen und Städte längs des Weges auf.

Im 12. Jahrhundert begann Spaniens Kampf gegen die Mauren, die die Halbinsel besetzt hatten. Mehrere religiöse Ritterorden entwickelten sich entlang des Pilgerweges. Die Asche des Apostels wurde zu einem mächtigen, spirituellen Bollwerk im Kampf gegen die Mauren, die ihrerseits behaupteten, der Arm Mohammeds sei mit ihnen.

Nach der Wiedereroberung der Iberischen Halbinsel waren die Ritterorden derart mächtig geworden, dass der Staat sie als Bedrohung empfand. Die katholischen Könige sahen sich gezwungen einzugreifen, da man verhindern wollte, dass die Orden sich gegen den Adel erhoben. In der Folgezeit geriet der Jakobsweg immer mehr in Vergessenheit.

Die Zahl der registrierten Pilger in Santiago de Compostela steigt seit 30 Jahren kontinuierlich an. 1986 lag deren Zahl knapp über 1.000 Pilger, wenige Jahre später, 1993, kamen im Heiligen Jahr bereits 100.000 Pilger nach Santiago. In den vergangenen zehn Jahren waren mehr als 1,3 Millionen Menschen auf Pilgerwegen unterwegs.

1987 erklärte der Europarat die Wege der Jakobspilger zur europäischen Kulturstraße mit symbolischem Wert für die Weiterentwicklung Europas. Sechs Jahre

später erklärte die Unesco die Jakobsweg nach Santiago de Compostela zum geistigen Weltkulturerbe. Der Europarat und die Unesco, schreibt Peter Michael Lupp in seinem Buch „Sternenweg“, fordern damit die Regionen Europas auf, die Wege der Jakobspilger zu erforschen, zu pflegen, zu kennzeichnen und zu vernetzen.

Am Vorbild des „europäischen Mittelalters“ soll dadurch der Transfer von Ideen, Kunst und Kultur zwischen den Regionen und Nationen der Europäischen Gemeinschaft gefördert werden.

Auch in Deutschland erfreut sich das Pilgern wachsender Beliebtheit. 2007 sorgte der „Kerking-Effekt“ für besondere Motivation. Die Zahl der deutschen Pilger stieg nach der Veröffentlichung des Buches von Hape Kerking „Ich bin dann mal weg“ um 70 Prozent. Der Pilgerbericht von Kerking wurde von mehr als drei Millionen Menschen gekauft.

Acht Prozent aller Deutschen haben einmal eine Pilgerreise unternommen, sieben Prozent derjenigen, die noch nie gepilgert sind, tragen sich mit dem Gedanken, irgendwann in ihrem Leben zu einer Pilgerreise aufzubrechen. Das Pilgern ist in den vergangenen Jahren in den Medien fest verankert. In Buchhandlungen sind inzwischen Themenecken mit Reiseberichten, Reiseführern, Bildbänden, Praxis-Tipps und spiritueller Begleitlektüre eingerichtet. Während sich in der Wanderliteratur im Jahr 1990 ein knappes Duzend lieferbarer Titel zum Jakobsweg fand, sind es heute mehr als 400 Titel.

Heutzutage starten viele Pilger direkt von ihrer Haustür. Einer meiner Freunde, der Santiago de Compostela zu Fuß erreichen wollte, startete vor einigen Jahren nicht am Fuße der Pyrenäen, sondern von seinem Wohnort in Darmstadt.

Mit der vom Europarat 1987 vergebenen Auszeichnung „Erste Kulturstraße Europa“ war die Aufforderung verbunden, die alten Wege der Jakobspilger in ganz Europa nicht nur ausfindig, sondern auch wieder begehbar zu machen. Dieser Aufruf war vor allem an die Jakobsgesellschaften gerichtet. Ein Geflecht von Jakobswegen durchspannt heute Europa wie ein Spinnennetz. Und viele Jakobsgesellschaften,

Vereine und Institutionen arbeiten daran, dieses Netz noch engmaschiger zu spinnen. Ob von

Jährlich bis zu 500 Millionen Pilger weltweit

England, Norwegen, Russland, Deutschland oder Frankreich, egal von wo man lospilgert: Das Wegenetz ist mittlerweile so ausgebaut, dass man meist problemlos von seiner eigenen Haustür zur Pilgerreise aufbrechen kann.

Auch die Tourismusbranche hat inzwischen das Pilgern entdeckt, denn das Drumherum ist durchaus lukrativ. Die Tourismusfachleute sprechen beim Pilgern von einem der großen Sehenswärtmärkte. Auf der alljährlich in Berlin stattfindenden größten Tourismusmesse der Welt, der ITB, wird seit langem über das Interesse an Angeboten mit geistigem und spirituellem Mehrwert diskutiert.

Nach Schätzungen der Vereinten Nationen pilgern jährlich 300 bis 500 Millionen Menschen weltweit zu religiösen Stätten. Dabei werden geschätzt 13,5 Milliarden Euro umgesetzt. ●

ST. JAKOBUSBRUDERSCHAFT TRIER E.V.

Seit März 2004 wird das Pilgerbüro der St. Jakobusbruderschaft in den Räumen und in Kooperation mit der Dom-Information Trier betrieben. Etwa 1.000 Pilger, die zurzeit jährlich in Trier starten, erhalten hier ihre Pilgerausweise für ihren Weg nach Santiago, nach Rom oder Jerusalem. Die Mitarbeiter der Dom-Information sind bei der Quartiersuche oder bei der weiteren Streckenplanung behilflich. Daneben werden eine Literatursammlung und Pilgerandenken angeboten. In Trier hat die Sorge um Pilger, die nach Santiago, Rom oder Jerusalem unterwegs sind, eine lange Tradition. Bis zur Französischen Revolution gab es 500 Jahre lang eine Jakobusbruderschaft und ein Hospiz, in dem Pilger Aufnahme fanden. In dieser Tradition sieht sich die im Jahr 2003 wiedergegründete St. Jakobusbruderschaft Trier. Mit rund 250 Mitgliedern kümmert sie sich in christlichem Geist um die wachsende Zahl von Menschen, die sich zu Fuß, mit dem Fahrrad oder zu Pferd auf den Weg zu einem der mittelalterlichen Pilgerziele macht.

Weitere Informationen zum Pilgerbüro unter www.sjb-trier.de

PILGERREISEN

Unter dem Motto „Heilige Gemeinschaft – Glaube – Spiritualität“ bietet Arche Noha Reisen GmbH in Trier Pilgerreisen an. Ziele sind Malta, Albanien, Israel, Türkei, Zypern, Polen, Italien, Spanien, Elsass, Lourdes, Fatima, Klöster im Rheingau und Altötting.

*Weitere Informationen:
Telefon 0651-97555-0,
E-Mail: info@arche-noah-reisen.de*

Wallfahrten des Bistums Trier

Die Pilgerwallfahrten führen zu weltbekannten Pilgerstätten wie Fatima, Lourdes, Rom, Santiago de Compostela oder ins Heilige Land. In einer Zeit, in der die Glaubenspraxis vieler Menschen nachzulassen scheint, sind Wallfahrten lebendiger Ausdruck des Glaubens, der in Gemeinschaft mit anderen erlebt wird. Die Bistumswallfahrten zeichnen sich durch die geistliche Leitung eines Bischofs oder eines Weihbischofs aus. Eine dieser Wallfahrten hat immer das Ziel Lourdes, und die andere Wallfahrt hat wechselnde Ziele.

Weitere Infos gibt es im Internet unter www.bistum-trier.de. Dort findet sich auch eine Karte mit den Wallfahrtsorten des Bistums, die auch heruntergeladen werden kann. Außerdem findet sich unter der Überschrift „Glaube unterwegs nach nebenan“ eine Liste mit mehr als 90 Wallfahrtszielen.

Pilgerreisen des Bistums Speyer

Die Diözesanpilgerstelle des Bistums Speyer unterstützt Pfarreien, kirchliche Einrichtungen, Gruppen und Vereine bei der Planung, Organisation und Durchführung von Gruppenreisen oder Wallfahrten. Dabei wird die jeweilige Reise individuell auf spezielle Wünsche und Bedürfnisse abgestimmt. Mit dem Fokus auf Wallfahrten, Pilgerreisen und christliche Kulturreisen bietet das Bistum gemeinsam mit dem Bayerischen Pilgerbüro in München, ein großes Spektrum an Reisezielen.

*Weitere Informationen:
www.pilgerreisen.de,
info@pilgerreisen-speyer.de
Pilgerbüro: Hasenpühlstraße 33,
67346 Speyer,
Telefon 06232-102423
Alles rund um Jakobswege und andere Pilgerwege bietet Beate Steger auf ihrer Homepage www.pilgerwissen.de*

PILGERN UND PILGERWEGE IM SÜDWESTEN

Pfälzer Jakobsweg (Südroute)

Strecke: Speyer – Hornbach, 144 Kilometer, neun Etappen
 Dom Speyer – Germersheim (21 km)
 Germersheim – Rülzheim (13 km)
 Rülzheim – Landau (19,5 km)
 Landau – Klingenmünster (14 km)
 Klingenmünster – Bad Bergzabern (7,5 km)
 Bad Bergzabern – Erlenbach (12 km)
 Erlenbach – Fischbach (15 km)
 Fischbach – Kröppen (21,5 km)
 Kröppen – Hornbach (20,5 km)

Pfälzer Jakobsweg (Nordroute)

Strecke: Speyer – Hornbach, 144 Kilometer, elf Etappen
 Dom Speyer – Dudenhofen (5,5 km)
 Dudenhofen – Neustadt/Weinstraße (20 km)
 Neustadt – Lambrecht (8,5 km)
 Lambrecht – Elmstein (13,5 km)
 Elmstein – Johanniskreuz (13 km)
 Johanniskreuz – Finsterbrunnertal (11 km)
 Finsterbrunnertal – Landstuhl (18,5 km)
 Landstuhl – Bruhmühlbach (15 km)
 Bruhmühlbach – Homburg/Uni-Klinik (15 km)
 Homburg – Niederauerbach (11 km)
 Niederauerbach – Hornbach (13 km)

Saarländisch-Lothringische Südroute

Strecke: Hornbach – Hérapel, 65 km, vier Etappen
 Hornbach – Walsheim (18 km)
 Walsheim – Gräfinthal (13 km)
 Gräfinthal – Saarguemines (16 km)
 Saarguemines – Hérapel (18 km)

Saarländisch-Lothringische Nordroute

Strecke: Hornbach – Hérapel, 74,5 km, fünf Etappen
 Hornbach – Blieskastel (14 km)
 Blieskastel – Heckendalheim (12,5 km)
 Heckendalheim – Brebach (10,5 km)
 Brebach – Forbach (14 km)
 Forbach – Hérapel 7,5 km)

Lothringischer Jakobsweg

Strecke: Hérapel – Metz, 76,5 km, vier Etappen
 Hérapel – St. Avoild (16 km)
 St. Avoild – Fouligny (24 km)
 Fouligny – Pange (15,5 km)
 Pange – Metz (21 km)

Jakobsweg Bonn-Trier-Schengen

Strecke: Bonn-Schengen 279 km, zwölf Etappen
 Bonn – Rheinbach (28 km)
 Rheinbach – Bad Münstereifel (23 km)
 Bad Münstereifel – Blankenheim (21 km)
 Blankenheim – Kronenburg (22 km)
 Kronenburg – Prüm (25 km)
 Prüm – Waxweiler (25 km)
 Waxweiler – Mettendorf (27 km)
 Mettendorf – Echternach (24 km)
 Echternach – Welschbillig (15 km)
 Welschbillig – Trier (20 km)
 Trier – Merzkirchen (29 km)
 Merzkirchen – Schengen (20 km)

Jakobsweg St. Wendel – Saarbrücken

Strecke: St. Wendel – Saarbrücken, 63,3 km, drei Etappen
 St. Wendel – Tholey (15 km)

Tholey – Illingen (16,8 km)
 Illingen – Saarbrücken (31,5 km)

Pilgerwege im St. Wendeler Land

Marien Rundweg, 10,5 km,
 Start: Pfarrkirche „Maria Himmelfahrt“, Marpingen
 Mauritius Rundweg, 8 km,
 Start: Benediktinerabtei Tholey
 Wendelinus Rundweg, 8 km,
 Start: Wendelinusbasilika St. Wendel

Mosel-Camino

Strecke: Koblenz-Trier, 172 km, acht Etappen
 Koblenz – Alken (20 km)
 Alken – Treis-Karden (20 km)
 Treis-Karden – Bullay (29 km)
 Bullay – Traben-Trabach (25 km)
 Traben-Trabach – Osann-Monzel (18 km)
 Osann-Monzel – Klüsserath (19 km)
 Klüsserath – Schweich (17 km)
 Schweich – Trier (24 km)

Hunsrücker Jakobsweg

Strecke: Bingen-Trier, 117 km, sechs Etappen
 Bingen – Rheinböllen (21 km)
 Rheinböllen – Kirchberg (24 km)
 Kirchberg – Morbach (26 km)
 Morbach – Gräfendhron (13 km)
 Gräfendhron – Fell (20 km)
 Fell – Trier (13 km)

Weitere hilfreiche Adressen:

www.jakobs-weg.org
www.jakobusgesellschaft.eu
www.mosel-camino.org

AUF DEN SPUREN **HILDEGARDS VON BINGEN**

Das Leben und Wirken der heiligen Hildegard von Bingen beeindruckt bis heute. Die Äbtissin, Dichterin, Theologin, Natur- und Heilkundlerin lebte während ihres gesamten Lebens an der Nahe. Eine Pilgerwanderweg führt **von Idar Oberstein an der Nahe bis Rüdesheim** am Rhein.

Von **Günter Schmitt**







Der 137 Kilometer lange Pilgerwanderweg, der in vielen Passagen auf Premiumwegen entlang der Nahe entlang verläuft, beginnt in Idar-Oberstein und führt über Niederhosenbach, dem Familiensitz und möglichen Geburtsort Hildegard von Bingen, weiter nach Bad Sobernheim. Unweit von hier befindet sich die Klosterterruine Disibodenberg, in dem die heilige Hildegard die ersten 40 Jahre ihres bedeutenden Lebens verbrachte. Weiter geht es nach Sponheim, wo Hildegard im Alter von acht Jahren zu ihrer Lehrerin Jutta von Sponheim gegeben wurde (1106). Der Pilgerwanderweg endet schließlich in Bingen am Rhein. Hier zeugt noch der Rupertsberger Gewöl-

bekeller von der letzten Wirkungsstätte Hildegard von Bingen: 1150 gründete sie das Kloster Rupertsberg im heutigen Bingerbrück, das 29 Jahre Ort ihres Schaffens war. Letzte Stationen auf dem Pilgerwanderweg sind die Wallfahrtskirche St. Hildegard in Rüdesheim-Eibingen mit dem Hildegardschrein sowie die Benediktinerinnenabtei St. Hildegard in Rüdesheim-Eibingen.

59 Hildegard-Tafeln informieren auf der gesamten Wegstrecke über die Visionärin und Kirchenlehrerin, ihr Werk sowie über das Leben im Mittelalter. Die Informationstafeln machen nicht nur auf die historische Bedeutung der wichtigen Hildegardorte aufmerksam, sondern auch auf Hildegards Schriften und Wer-

Idar-Oberstein ist bekannt für seine Edelsteine wie diesen ungeschliffenen Chrysopras.



An der Felsenkirche startet der Pilgerwanderweg.



ke im Bereich der Mystik, der Medizin, der Naturkunde und der Musik. Die spirituelle Seite Hildegards von Bingen vermitteln die meditativen Tafeln, die den visionären Bildern aus ihrem Hauptwerk der „Scivias – Wissen die Wege“ folgen und interessante Impulse für eine Meditation geben.

„Die einen sind vielleicht spirituell unterwegs und können dabei eine sportliche Erfahrung machen; andere sind eher sportlich unterwegs und können eine spirituelle Erfahrung machen. Beide können hoffentlich Hildegard zustimmen: O quam mirabilis – Wie wunderbar!“, schreibt Dr. Annette Esser, die Autorin des Hildegard von Bingen Pilgerbuches, und Gründerin des Scivias-Instituts für Kunst und Spiritualität e.V. in Bad Kreuznach

1. ETAPPE IDAR-OBERSTEIN – HERRSTEIN (20,5 KILOMETER)

Durch die über fünfhundert Jahre alte Edelstein- und Schmuckindustrie ist Idar-Oberstein weltweit bekannt. Die Wurzeln der Edelstein-Industrie der Stadt liegen im 15. Jahrhundert. Aufgrund des natürlichen Vorkommen an Achaten, Jaspis und anderen Edelsteinen im Bergland um Nahe und Saar waren in Idar und Oberstein bereits früh die Berufe des Achat Schleifers und später auch des Achatbohrers entstanden. In der Folge siedelten sich um 1600 auch Goldschmiede in der Region an. Bis ins 19. Jahrhundert wurden nur Rohsteine

aus dem heimischen Umland verarbeitet. Dann begann mit aus Brasilien importierten Rohsteinen die Neuzeit dieses Industriezweiges. Das Schleiferhandwerk nahm nach 1871 einen gewaltigen Aufschwung. 1886 wurde die erste Diamantschleiferei gegründet.

Die Orte Idar und Oberstein entwickelten sich ab Mitte des 19. Jahrhunderts neben Pforzheim, Hanau und Schwäbisch Gmünd zu einem der vier wichtigsten Schmuckzentren Deutschlands. Das Deutsche Mineralienmuseum unterhalb der Felsenkirche in der Altstadt Idar-Obersteins zeigt Edelsteine und Mineralien aus der gesamten Welt. Darunter die schönsten und größten Kristalle, die je aus Übersee nach Europa gebracht wurden. Mineralien aus der Edelsteinregion Idar-Oberstein sind zu bewundern. Der schönste Kristallsaal Deutschlands und die größte Sammlung von Nachbildungen historischer Diamanten locken Besucher aus aller Welt in die Edelsteinstadt. Darüber hinaus sind 400 Millionen Jahre alte Versteinerungen aus dem Hunsrückschiefer der Devonzeit zu sehen – darunter Seesterne, Seelilien und Krebse.

Unmittelbar am Deutschen Mineralienmuseum steht die erste Informationstafel des Hildegardwegs und beschäftigt sich mit Steinkunde. Die Seherin und heilkundige Hildegard beschrieb die heilende Wirkung der Steine auf den Menschen. Hildegard war überzeugt, dass bestimmte Steine bei der Heilung spezifischer Beschwerden helfen können, und

sie beschreibt die Wirkung von 26 (Edel) Steinen:

„Jeder Stein enthält Feuer und Feuchtigkeit. Aber der Teufel schreckt vor edlen Steinen zurück und hasst und verachtet sie.“
(Hildegard von Bingen)

Der Startpunkt des Hildegard-Weges befindet sich mitten in Idar-Oberstein am Marktplatz unweit des Deutschen Mineralienmuseums. Dort beginnt auch über etliche Treppenstufen der Aufstieg zur Felsenkirche und weiter zum Schloss. Auf dem Weg dorthin steht die erste Meditationstafel des Pilgerweges, die ein Bild der Seherin Hildegard zeigt. Die Tafel zeigt Hildegard, wie sie das „lebendige Licht“ vom Himmel empfängt, das in fünf Feuerzungen vom Dach eines Gebäudes fließt.



Herrstein ist geprägt von wunderschönen Fachwerkhäusern.

Und siehe, im 43. Jahr meines Lebens, als ich in große Furcht und zitternder Aufmerksamkeit mit einer himmlischen Vision befasst war, schaute ich einen strahlend hellen Glanz, in dem eine Stimme vom Himmel an mich erging, die zu mir sprach: „Du gebrechlicher Mensch, Asche von Asche, Fäulnis von Fäulnis, sage und schreibe, was du siehst und hörst“

(Hildegard von Bingen)

Der Weg von Idar-Oberstein nach Herrstein folgt im Wesentlichen der Saar-Hunsrück-Steig-Etappe, die ebenfalls von Idar-Oberstein nach Herrstein führt. Diese Pilgeretappe ist sowohl die längste als auch schwerste Etappe des gesamten Pilgerweges. Auf dem Weg zum historischen Ortskern von Herrstein durchstreift man ausgedehnte Wälder und erlebt traumhafte Aussichten über die bewaldeten Hunsrückkuppen. Wer einen leichten Einstieg in den Pilgerwanderweg sucht, sollte dem Tipp der Touristinformation in Kirn folgen, welche eine Zweiteilung der langen ersten Etappe vorschlägt:

Die Etappe 1a (10,3 Kilometer) endet in Fischbach und ist somit nur etwa halb so lang wie die gesamte erste Etappe, die von Idar-Oberstein bis Herrstein führt. Von Fischbach sind es noch etwa 2,5 zusätzliche Kilometer bis zum Bahnhof Fischbach/Weierbach, wo regelmäßige

Verbindungen mit der Regionalbahn nach Idar-Oberstein/Saarbrücken beziehungsweise Bad Kreuznach/Mainz/Frankfurt bestehen.

Die Etappe 1b (8,7 Kilometer) beginnt in Fischbach und ist somit nur etwa halb so lang wie die gesamte erste Etappe, die von Idar-Oberstein bis Herrstein führt. Zum Einstieg in den Pilgerweg sind es vom Bahnhof Fischbach/Weierbach etwa 2,5 zusätzliche Kilometer. Es bestehen regelmäßige Verbindungen mit der Regionalbahn von Idar-Oberstein/Saarbrücken beziehungsweise von Bad Kreuznach/Mainz/Frankfurt.

Wer sich für die beiden Halbetappen entscheidet, hat dann noch genügend Zeit, das Besucherbergwerk „Kupferbergwerk Fischbach“ zu besuchen, das sich nur 800 Meter vom Wanderweg entfernt befindet. Die riesigen Hohlräume sind beleuchtet, bunte Mineralien verzaubern Decken und Wände. Kristalle und Tropfsteine lassen die Felswände in vielen Farben leuchten.

2. ETAPPE: HERRSTEIN – KIRN (15,6 KILOMETER)

Bevor wir uns zur zweiten Etappe aufmachen, starten wir vom Marktplatz Herrsteins zu einem Rundgang durch den historischen Ortskern. Die reichverzierten Fachwerkhäuser aus dem 15. bis 18. Jahrhundert zeugen von der Baukunst der Spätgotik, der Renaissance und des Barock. Ein Ensemble aus 60 Bürgerhäusern unterhalb von Schloss und Kir-

che gruppiert sich um den Rathausplatz. Wahrzeichen von Herrstein ist der Uhrturm aus dem 12. Jahrhundert, der auch als mittelalterliches Stadttor diente. An allen historischen Gebäuden sowie den restaurierten Fachwerkhäusern erläutern kleine, schmiedeeiserne Tafeln die Geschichte und Bedeutung der Gebäude.

1983 wurde Herrstein von der Europa Nostra, einer internationalen Vereinigung von Verbänden zum Schutz des Kultur- und Naturerbes Europas, sowie 1988 von der Europäischen Union und dem Europarat ausgezeichnet für – wie es offiziell heißt – „die ausgezeichnete Restaurierung in einer Gemeinde von großer historischer Bedeutung, die fast ein ideales Bild der Strukturen der Vergangenheit widerspiegelt“.

An der Schlosskirche in Herrstein finden sich auf Tafel 3 des Pilgerweges Texte zum Thema „Der Leuchtende“. In der ersten Vision des ersten Buches des Scivias sieht Hildegard von Bingen Gott als Geflügelten auf einem hohen Berg thronen. Unten vor dem Berg stehen zwei weibliche Gestalten. Links, über und über mit Augen bedeckt, ist die Timor Die – die Gottesfurcht.

Ich sah gleichsam einen großen, eisenfarbenen Berg und auf ihm Einen von solcher Herrlichkeit sitzen, dass sein Glanz meine Augen blendete. (Hildegard von Bingen)

Vom mittelalterlichen Ortskern Herrsteins führt die zweite Etappe über Treppenstufen vorbei an Schlosskirche und dem Schinderhannesturm in den nahe gelegenen Buchenwald oberhalb des Ortes Richtung Niederhosenbach, nach neuester Forschung der wahrscheinliche Geburtsort Hildegards. Daher ist das Thema der Info-Tafel (6) auch Hildegards Herkunft. Aus der Vita Hildegards von Bingen geht hervor, dass sie von adliger Herkunft und ihre Heimat das linksrheinische Gallien war. Ihr Vater war vermutlich Hildebert, Herr von Bermersheim und Niederhosenbach. In der evangelischen Kirche des Ortes ist eine Faksimile-Ausgabe des Liber Scivias ausgestellt. Dieses Buch ist das mystische Hauptwerk Hildegards.

Von Niederhosenbach geht es weiter durch ein ausgedehntes Waldgebiet nach Bergen. Im Wald finden wir eine Info-Tafel zu Hildegards Buch über Bäume und Sträucher, in der evangelischen Kirche von Bergen befindet sich die nächste

Tafel mit Gedanken der Heiligen zum Weltall. Durch Trübenbachtal gelangen wir schließlich nach Kirn, wo müde Pilger sich nach Hildegards Motto „Man trinke Bier“ ein wohlverdientes Kirner Pils gönnen sollten.

„Man trinke Bier“, schrieb Hildegard von Bingen in ihrem Werk *Causae et Curare*. In den Klöstern wurde Bier seit 650 n. Chr. gebraut, wobei dieses Bier aus Hafer hergestellt und gelegentlich mit Honig versetzt wurde. Obwohl das Bier im Mittelalter deutlich weniger Alkohol enthielt als unser heutiges Bier, riet Hildegard zu einem maßvollen Genuss zu den Mahlzeiten. Sie ging davon aus, dass es im Übermaß genossen dazu führe, die guten Säfte im Körper zu sehr zu verdünnen.

(aus „Pilgerbuch“ von Annette Esser)

3. ETAPPE: KIRN – MONZINGEN (18,2 KILOMETER)

Im Schnittpunkt wichtiger alter Handelsstraßen hat sich Kirn aus einer vorgeschichtlichen Siedlung an der mittleren Nahe entwickelt. Die Landschaft wird geprägt durch das Nahetal und das tief in den Lützelsohn eingeschnittene Tal des Hahnenbachs. Das Wahrzeichen Kirns ist die oberhalb der Stadt gelegene Kyrburg.

Seit dem 18. Jahrhundert bis in die 1980er-Jahre war Kirn eines der größten Zentren der Lederindustrie in Deutschland und Europa. Das Gebäude der Leder-Fabrik Georg Böcking & Söhne wurde in den 1980er-Jahren vollständig umgebaut und beherbergt heute die Verwaltung der Verbandsgemeinde Kirn-Land. Im Gebäude entstand eine Ausstellung über Geschichte und Technik der Lederverarbeitung in Kirn.

Vom ehemaligen Gerberviertel südlich des Kirner Markplatzes ist heute mit Ausnahme des Straßennamens wenig erhalten geblieben. Eine Ausnahme bildet das Haus Nr. 4 in der Gerbergasse, das im Rahmen der Stadtsanierung renoviert wurde. An zwei verschiedenen Standorten zeugen Walkfässer, die früher bei der Herstellung des Leders genutzt wurden, von der bedeutsamen Geschichte der Stadt.

Die Stadt befindet sich im evangelisch geprägten westlichen Naheland. An der evangelischen Kirche befindet sich eine Info-Tafel (11), die sich mit „Hildegard

INFO

Annette Esser: Pilgerbuch – Hildegard von Bingen Pilgerwanderweg
Eines vorweg: Das Pilgerbuch von Annette Esser ist kein Wanderbuch im herkömmlichen Sinn. Die einzelnen Etappen werden nur mit einer kurzen Wegbeschreibung und Fotos aufgezeigt. Dann folgen zu den einzelnen Etappen die Texte und Bilder der Tafeln, die unterwegs zu sehen sind. Zu allen Tagesetappen finden sich Hildegardlieder, welche auf dem Weg unterwegs gehört werden können, passende Bibeltex-te sowie Gedichte und Texte des Tages. Diese Texte erzählen Hildegards Leben in einzelnen Stationen, befassen sich mit ihren Visionen und ihrem originellen Begriff der Viriditas –

Grünkraft und berichten schließlich auch von der Geschichte ihrer Klostergründung.

Hildegard von Bingen (1098-1179) war Seherin und Prophetin, heilkundige Äbtissin und Komponistin, Heilige und Kirchenlehrerin. Der Wanderweg von Idar Oberstein an der Nahe nach Rüdesheim am Rhein ist genauso facettenreich und vielfältig wie das Leben der Heiligen. Viele Texte im Buch von Annette Esser geben dem Wanderer Impulse auf den Wegen und lassen Raum für eigene spirituelle Entdeckungen. Ein wunderbarer Reisebegleiter.

Verlag Matthias Ess, Bad Kreuznach, 2017, 304 Seiten, ISBN 978 3 945676 35 6, Preis: 19,80 Euro

als frühe Protestantin“ beschäftigt. Von der Stadt pilgern wir hinauf auf die Höhe zum Skywalk. Von der Plattform bieten sich wunderbare Ausblicke ins Nahetal und einen alten Steinbruch. In dieser Region gibt es bereits seit keltischer und römischer Zeit Bergbau. Im Mittelalter führte der hohe Metallbedarf zur Fertigung von Rüstungen, Schwertern und Werkzeugen zu einem erhöhten Erzbergbau im gesamten römischen Reich.

Hildegard von Bingen bespricht im neunten, letzten und kürzesten Buch ihrer „Physica“ die Wirkkraft von neun Metallen in hierarchischer Ordnung. Dabei sieht sie die Entstehung der Metalle am Anfang der Schöpfung. Diesen ordnet sie Eigenschaften zu, die vom praktischen Gebrauch bis zur religiösen Bedeutung reichen und in diesem Sinne auch in ihren Visionen eine Rolle spielt.

... Wo aber eine von Winden bewegte Wasserflut die Erde durchdrang, dort verwandelte sich diese Flut zusammen mit der Erde, die sie übergoss, in das Metall Stahl und Eisen ...

Eisen ist sehr heiß in seiner Natur und deshalb ist es stark, und seine Stärke ist zu vielem nützlich...

Stahl ist sehr heiß und das, was am Eisen am stärksten ist. Und er bezeichnet fast so etwas wie die

Göttlichkeit Gottes, deshalb flieht und meidet der Teufel ihn.

(Hildegard von Bingen)

Nach einer kurzen Rast im Skywalk-Restaurant verläuft der Pilgerweg weiterhin auf der Höhe über dem Nahetal. Mitten im Wald finden wir die Burgruine Brunkenstein, die Burg diente in früheren Zeiten als Vorburg von Schloss Dhaun, das wir wenig später erreichen. Das Schloss und der Ortsteil Hochstetten-Dhaun liegen hoch über dem Kellenbachtal. Die Burg gilt als die größte ihrer Art im Nahetal. Als „castrum de Dune“ (die Burg auf der Höhe) wurde sie im Jahr 1215 erstmals urkundlich erwähnt. Es geht bergab. Unten im Tal finden wir am alten Rathaus in Simmertal eine Info-Tafel (16) zu den Briefwechseln Hildegards.

Von keiner Frau der Weltgeschichte bis hin ins 16. Jahrhundert (Teresa von Avila) ist ein so umfangreicher Briefwechsel erhalten wie der von Hildegard von Bingen. Wahrscheinlich hat die berühmte Äbtissin am Ende ihres Lebens selbst Sorge dafür getragen, ihren Briefwechsel aus über 30 Jahren zu redigieren, damit er der Nachwelt erhalten blieb. Aus den uns erhaltenen 390 Briefen geht hervor, dass Hildegard mit allen Schichten der Bevölke-



Vom Nahe-Skywalk bei Hochstetten-Dhaun aus haben Pilger einen herrlichen Blick über das ganze Tal.



... rung kommunizierte, mit Päpsten, Bischöfen, Äbten und Äbtissinnen, Prälaten, Priestern, Mönchen und Nonnen wie mit einfachen Menschen aus dem Volk, besonders Frauen. (aus „Pilgerbuch“ von Annette Esser)

Auf dem letzten Teil der Tagesetappe gelangen wir über Weiler nach Monzingen. Auf einer weiteren Info-Tafel (17) finden sich Hildegards Aussagen zum Wein.

4. ETAPPE: MONZINGEN – DISIBODENBERG (13,2 KILOMETER)

Monzingen an der mittleren Nahe kann auf eine über 1.200 Jahre alte Weinbautradition an der mittleren Nahe zurückblicken. Die Spitzenlagen heißen Halenberg und Frühlingsplätzchen. Diese Süd- und Südwesthänge haben bis zu 70 Prozent Steigungen und werden im Jahr bis zu 1.900 Sonnenstunden verwöhnt.

Weinhändler Tino Seiwert, Mitbegründer des saarländischen Weinverbands Pinard de Picard, schrieb einmal über das Weingut Frank und Werner Schönleber: „Seit über einem Jahrzehnt gehören Schönlebers emotional berührende Weine zu meinen persönlichen Favoriten. Und jetzt lege ich mich mal weit aus dem Fenster: 2016 ist, genauso wie sein Vorgänger, auf unserem so sympathischen Familiengut von sensationeller

Güte. Zweimal nacheinander der beste Jahrgang des neuen Jahrtausends auf unserem Traditionsgut! Und das will bei den konstant guten Jahrgangsvorgängern schon einiges heißen!“

Ein weiteres außergewöhnliches Weingut, das Weingut Weber, wird von der dreiköpfigen Familie Weber geführt. Von 1732 bis 1974 wurde der Weinbau in einem von Mönchen errichteten Sandsteinhaus betrieben, welches heute als Ferienwohnung gemietet werden kann. Das Weinhaus Weber lebt nach der Philosophie einen hohen Fokus auf die Nachhaltigkeit des Bodens zu legen, da dieser maßgeblich für das Wachstum der Rebsorten verantwortlich ist.

Der Weinstock hat feurige Hitze und Feuchtigkeit. Aber jenes Feuer ist so stark, dass es seinen Saft in eine andere Art von Geschmack verwandelt, als ihn andere Bäume oder Kräuter kennen. (Hildegard von Bingen)

Die vierte Etappe führt von Monzingen ins Zentrum des Hildegardweges. So findet sich der Disibodenberg, auf dem Hildegard von 1112 bis 1150 etwa 40 Jahre gelebt hat, in der Mitte des Gesamtwanderweges – das spirituelle Herzstück „im Land der Hildegard“. Zum anderen ist das Hauptthema des heutigen Tages, Hildegards Heilkunde, für viele Menschen der wichtigste Grund, sich mit der Heiligen zu beschäftigen. Wir starten

am Kräutergarten in Monzingen, der sich neben der evangelischen Kirche in Monzingen befindet.

Hildegards Buch über Pflanzen ist das erste und bei weitem umfangreichste Buch ihrer Physica. Darin behandelt sie die für den Menschen heilsame oder auch schädliche Wirkung von 217 Kräutern, Getreiden, Gemüsen, Blumen, aber auch von Tierprodukten und anderen Rohstoffen.

(aus „Pilgerbuch“ von Annette Esser)

Vom Kräutergarten Monzingens führt der Weg über Wiesen und durch Weinberge zum nahe gelegenen Nussbaum. Von dort geht es weiter in die Kurstadt Bad Sobernheim. Am Kräutergarten des Bad Sobernheimer Heimatmuseums, dem Priorhof, steht die Info-Tafel (19) zu Hildegards Heilkräutern. Wenig später gelangen wir zur Disibodenberger Kapelle, in der die Plastik „Jungfrau Hildegard“ zu bewundern ist, ein Bild der Plastik zierte auch den Pilgerpass. Die ehemalige Kapelle wird heute als Brauhaus genutzt, im alten Kapellenraum gönnen wir uns ein Hildegardbräu. Entlang des Barfußpfades finden wir die Info-Tafel (22), welche sich Hildegards Heilkunde „Causae et Curae“ widmet.

Ursachen von Erkrankungen sieht Hildegard in ungesunden Ernährungs-



Der Weg führt auch an der Klosterruine Disidodenberg vorbei.

und Schlafgewohnheiten, krankmachenden Lebensrhythmen und Emotionen sowie dem Verdrängen des eigenen Lebensauftrages. Vor mehr als 850 Jahren verfasst, sehen wir in diesem Wissen Erkenntnisse der heutigen psychosomatisch orientierten Medizin und Psycho-Neuroimmunologie.

Ein zentraler Begriff ist die Viriditas – Grünkraft, die nicht nur in den Pflanzen und der Erde ist, sondern auch im Menschen selbst wirkt. Hildegard betont, den Wert der Freude sowie den Discretio, des rechten Maßes in allem. Sie erinnert

uns an die Verantwortung für die Schöpfung, mit der wir in Beziehung stehen. (aus „Pilgerbuch“ von Annette Esser)

Wir folgen der Nahe flussabwärts. Nach Überquerung der Nahe lohnt ein Besuch im „Naturmuseum Staudernheim“, wo auch die Info-Tafel (23) zu Hildegards Naturkunde steht. Wenig später erreichen wir den Endpunkt der heutigen Etappe, den Disibodenberg.

5. ETAPPE: DISIBODENBERG – SCHLOSSBÖCKELHEIM (15,5 KILOMETER)

Am Vorabend des Allerheiligentages des Jahres 1112 versammelten sich drei Jungfrauen aus adligem Geblüt mit ihren Familien am Disibodenberg, um im Kloster des Heiligen Disibod als Inklusen aufgenommen zu werden. Dies waren Jutta von Sponheim (20 Jahre alt), Hildegard von Bingen (14. Jahre alt) und eine andere Jungfrau, die vielleicht auch Jutta hieß.

Mit den drei Frauen unter der Leitung der hochwohlgeborenen Jutta von Sponheim wurde das Männerkloster nun um eine Frauenklause ergänzt, in der Magistra Jutta, deren Familie diese seit 1108 hatte errichten lassen, eine neue Frauengemeinschaft aufbauen konnte.

Insgesamt 40 Jahre verbrachte Hildegard im Kloster am Disibodenberg, deshalb ist für viele Pilgerinnen und Pilger der Disibodenberg das spirituelle Zentrum des Hildegradweges. Am Zusammenfluss von Glan und Nahe war der Berg bereits bei Kelten und Römer ein magischer Ort mit besonderer Energie.

Vom Berg führt der steile „Eselspfad“ auf der Südseite hinunter zum Glan. Dort findet sich eine Tafel (28) zum Thema Elemente, wobei Hildegard auch das Wasser des Glan beschreibt. Historisch betrachtet befinden wir uns in der bayrischen Pfalz, kirchlich betrachtet im Bistum Speyer. Wir erreichen Odernheim am Glan, dort befindet sich im Zentrum des Ortes an einem Brunnen eine Hildegardskulptur.

Auf dem Weg nach Duchroth pilgern wir durch die Schlader Heide. Der Fund einer keltischen Wohnstätte mit Schmuck aus dem 5. Jahrhundert v. Chr. erinnert an die frühe Besiedlung des Nahelandes. Von Duchroth folgen wir der Beschilderung in östlicher Richtung entlang des Gangelsberges hinab nach Oberhausen an der Nahe. Hier beginnt der letzte Teilabschnitt des Tages. Der Weg zur hoch gelegenen Ruine von Burg Böckelheim führt durch die Weinberge mit wunderbaren Ausblicken ins Nahetal. In Schloßböckelheim endet die fünfte Etappe des Pilgerpfades. Hier hat sich im 12. Jahrhundert „Weltpolitik“ abgespielt, als 1106 Kaiser Heinrich V seinen eigenen Vater Kaiser Heinrich IV für einige Tage auf Burg Böckelheim gefangen hielt, um ihn zur Abdankung zu zwingen.

6. ETAPPE: SCHLOSSBÖCKELHEIM – BRAUNWEILER (14,2 KILOMETER)

Von Schloßböckelheim bringt uns die Wegtrasse ins tiefer gelegene Waldböckelheim. Die katholische Kirche St. Bartholomäus beherbergt eine Hildegard-Reliquie. An der Kirche befindet sich die erste Meditationstafel des dritten Buches des Liber Scivias, die das kosmische Drama erzählt, das sich nach Hildegards Schau zu Beginn der Zeiten abgespielt hat.

Und ich, eine Frau (...) ich schaute nach Osten. Und dort erblickte ich etwas wie einen einzigen ganz makellosen Stein (...) und über ihm eine strahlendweiße Wolke. Und über dieser stand ein runder Königsthron. Auf ihm saß der Lebendige (...) an seiner Brust hatte er gleichsam schwarzen, schmutzigen Lehm (...) umgeben von Edelsteinen und Perlen (...)

(Hildegard von Bingen)



Die Klosterkirche in Sponheim lädt zur Besinnung und zum Innehalten ein.

Der Pilgerweg bewegt sich dann deutlich weg von Bad Kreuznach, der größten Stadt im Nahetal, weiter in nördlicher Richtung in den Hunsrück hinein. Der Grund für diese Wegführung ist, dass wir uns in die historischen Hildegardorte bewegen wollen, die hier viel mit ihrer Lehrerin Jutta von Sponheim und deren Familie der Grafen von Sponheim zu tun haben, die bis ins 15. Jahrhundert hinein die ganze Region beherrschten.

(aus „Pilgerbuch“ von Annette Esser)

In Burgsponheim stehen die Reste der ehemaligen Burg. Die Burg ist eng mit dem Leben von Hildegard und Jutta von Sponheim verbunden. Bereits mit acht Jahren wurde Hildegard zu Jutta gebracht, um damit zugleich „zu geistlichem Leben Gott dargebracht wurde.“

An der Burgruine befindet sich eine weitere Info-Tafel (40) zu Jutta von Sponheim, der von der strengen asketischen Reformbewegung ihrer Zeit geprägten Lehrerin Hildegards.

Weiter führt der Weg durch Felder und Wald. Bereits von weitem ist die Klosterkirche von Sponheim erkennbar. Für den Hildegardweg ein bedeutendes Bauwerk, denn die Klosterkirche ist das einzig erhaltene Bauwerk, das bereits zu Lebzeiten Hildegards existierte. An der Klosterkirche befindet sich ein neu angelegtes Labyrinth, das Pilger und Pilgerinnen zu einem meditativen Rundgang einlädt.

Die restliche Tagesstrecke führt größtenteils durch ausgedehnten Hunsrückwald nach Braunweiler.

7. ETAPPE: BRAUNWEILER – STROMBERG (19,5 KILOMETER)

..... Eine lange Etappe steht bevor. Von Braunweiler führt der Weg an Feld und

Wald des Braunweiler Heegwaldes vorbei Richtung Dalberg. Die Wegkreuze am Wegesrand zeigen uns, dass wir uns aus dem evangelisch geprägten westlichen Naheland tiefer in den katholischen Soonwald bewegen. Am Fuße der Dalberg steht seit 1726 eine Mariensäule. Dort lesen wir: „Am Aufgang zur Dalberg ist eine kleine rund 60 Zentimeter hohe Sandsteinskulptur, die auf einer den Mond symbolisierenden Halbkugel steht, um die sich eine Schlange windet. Sie wurde im Jahr 1726 am alten Pilgerweg zur Madonna vom Soon errichtet, an dem neben dieser Statue ‚S’Helljeheisje im Schreck‘ und ‚S’Helljeheisje am Dalberger Weg‘ am Ortsrand von Spabrücken steht. Für die Gläubigen ist diese Tafel seit vielen Generationen ein Ort des Verweilens und eines ‚Gegrüßet seist du Maria‘ auf dem Weg zur Gottesmutter vom Soon.“

Die nächste Station ist der Wallfahrtsort Spabrücken und auch der berühmten „Schwarzen Madonna vom Spoon“. Die Geschichte der Wallfahrt wird auf einer Info-Tafel (48) ausführlich erzählt. Der Hildegardweg folgt in Spabrücken dem „Drei Madonnen-Weg“, einem von Ortsansässigen liebevoll gestalteter Weg, der zur Meditation einlädt.

Über offene Landschaft erreichen wir Schöneberg. In der dortigen Kirche zur Kreuzauffindung findet sich eine besondere Überraschung, eine Fotokopie der sogenannten „Madonna von Stalingrad“. Auf einer weiteren Info-Tafel wird deren besondere Geschichte ausführlich erläutert. Über das Wohn- und Freizeitdorf Schindeldorf erreichen wir über verschiedene Waldpassagen Stromberg, das Ziel der heutigen Etappe.

8. ETAPPE: STROMBERG – BINGERBRÜCK (19,6 KM)

..... Der Pilgertag beginnt in Stromberg an der St. Jakobus-Kirche. Hildegardweg und Jakobusweg finden sich auf der gleichen Trasse. Unsere Wegführung bringt uns zunächst nach Warmroth. An der dortigen Kapelle, die im Kern aus dem 15. Jahrhundert stammt, steht eine Meditationstafel (Tafel 54), die sich mit dem Tag der großen Offenbarung beschäftigt.

In der zwölften Vision des dritten Buches des Scivias beschreibt Hildegard das Jüngste Gericht, das am Jüngsten Tag endet. Weil



Eine Büste von Hildegard von Bingen ateht entlang des Weges.



dann die guten und schlechten Taten unmittelbar offenbar werden, nennt Hildegard dies auch den Tag der großen Offenbarung. Nach dem Getöse breitet sich eine große Ruhe aus, und ein neuer Himmel und eine neue Erde werden kommen.

(aus „Pilgerbuch“ von Annette Esser)

Durch den Waldalgesheimer Wald, gelangen wir, bevor wir die Waldgaststätte „Forsthaus Jägerhaus“ erreichen, durch die sogenannte „Steckeschläferklamm“. Die Klamm, durch die der Haselbach fließt, wurde auf einer Strecke von 600 Metern mit 15 Holzstegen über den Bach passierbar gemacht. Über 60 Kolbolde hat ein Schnitzkreis aus der näheren Umgebung in Bäume und Wurzeln geschnitzt. Meist etwas versteckt, warten sie darauf, von Wanderern ausfindig gemacht zu werden.

Nach einer Rast im Jägerhaus – hier bäckt die Hausherrin ausgezeichnete Kuchen – steht uns eine wunderbare Wegpassage durch das Morgenbachtal bevor. Kurz vor Trechtingshausen gönnen wir uns einen wunderbaren Blick zur Burg Reichenstein. Dann geht es oberhalb des Rheins Richtung Bingen. Am Forsthaus Heiligkreuz treffen der Hildegardweg, der Jakobsweg, der Soonwaldsteig und der Rhein-Burgen-Weg zusammen.

Am Prinzenkopf oberhalb von Bingen und dem Rheintal genießen wir eine großartige Aussicht. Seit 2002 gehört die Kulturlandschaft Oberes Mittelrheintal zum Welterbe der Unesco. Das Rheintal zeigt sich hier besonders schön. Rechter Hand liegt unser Ziel Bingen. Die Nahe, die in Bingen in den Rhein mündet, ist gut zu erkennen. Oben auf der anderen Seite des Rheins thront das monumentale Niederwalddenkmal. Das imposante Denkmal oberhalb von Rüdesheim wurde 1883 eingeweiht und erinnert an die Einigung Deutschlands 1871.

Lastkähne und Flusskreuzfahrtschiffe sind auf dem Rhein unterwegs. Der Mäuseturm und die Ruine Ehrenfels sind schnell ausgemacht. Eine wahrhaftige Traumaussicht ins Rheintal, nur wenige Gehminuten von Bingen entfernt.

9. ETAPPE: DER BINGER HILDEGARD-WEG (4,8 KILOMETER)

Die neunte Etappe des Hildegardweges ist ein Spaziergang durch die Stadt Bin-

gen und bringt uns zu den wichtigsten Plätzen der Heiligen in Bingen und Bingerbrück. Allen Pilgerern, so die Autorin Annette Esser, wird empfohlen die Orte aufzusuchen, an denen auch Hildegardtafeln stehen. Das sind der Ruppertsberg, das Museum am Strom und der Rochusberg.

Der Spaziergang beginnt im Museum am Strom. Dort befinden sich seit 2014 eine Dauerausstellung zu Hildegard von Bingen und ein Hildegarten.

Entlang der nummerierten Stationen von eins bis sechzehn führt der Spaziergang neben historischen Orten auch zu Geschäften und gastronomischen Betrieben, die sich mit Hildegard von Bingen identifizieren und ein Sortiment von Hildegard-Produkten führen – von Literatur über Wein, Gewürze oder Teemischungen.

Auf dem Weg zum Ruppertsberg gelangen wir zur Pfarrkirche St. Ruppert und St. Hildegard. Vor der Kirche findet sich eine Hildegardskulptur von Karl-Heinz Oswald. Wenig später gelangen wir zu einer Stelle, von der wir einen guten Blick auf den Zusammenfluss von Nahe und Rhein und auf die gegenüberliegende Stadt Bingen haben. Vom Kloster auf dem Ruppertsberg ist nicht viel geblieben. Auf einer Info-Tafel (Tafel 57) können wir unter der Überschrift: „Das Frauenkloster auf dem Ruppertsberg“ die Geschichte des Klosters nachlesen.

Vom Rupertsberg folgt nun der Weg zum Rochusberg, wo die weithin sichtbare Rochuskapelle steht. Unweit der Kapelle befindet sich das Hildegard Forum der Kreuzschwestern.

10. ETAPPE: DER RÜDESHEIMER HILDEGARD-WEG (6,8 KILOMETER)

Nach der Rheinüberquerung mittels Rheinfähre von Bingen nach Rüdesheim, führt die letzte Etappe des Pilgerweges von Rüdesheim weiter zur hoch über dem Rheintal gelegenen Pfarr- und Wallfahrtskirche und schließlich zur Abtei St. Hildegard. In spiritueller Hinsicht ist die Pfarr- und Wallfahrtskirche unterhalb des Klosters in der Marienthaler Straße der eigentliche Zielort der Pilgerreise. Denn hier befindet sich vor einem wunderbaren Wandmosaik, das Hildegards Vision der Dreifaltigkeit zeigt, der Hildegardschrein mit den Reliquien der Heiligen. Der Schrein wurde 1929 in der Benediktinerabtei Maria Laach und in Köln gefertigt.

INFO

Weitere Tipps zum Weg:

Über die Internetplattform www.naheland.net kann man folgende Themen abrufen:

- Wanderkarten und Höhenprofil, Wanderkarten auch über www.outdooractive.com
- Unterkünfte in Hotels, Pensionen, Privatzimmer und Pilgerunterkünfte
- Sehenswürdigkeiten, Attraktionen und Wegstationen
- Einkehren entlang des Pilgerweges: Pilger-Vesper oder Pilger-Menü
- Hildegard-Partner
- Pilgerpass, Literatur und Service
- Veranstaltungen und Events rund um Hildegard von Bingen

Weitere Informationen:

Naheland Touristik GmbH, Bahnhofstraße 37, 55606 Kirn
 Telefon: 06752 / 137610
info@naheland.net
www.naheland.net

Hildegards um 1150 gereifter Entschluss, den Disibodenberg zu verlassen und ihr eigenes Kloster bei Bingen zu begründen, war ein entscheidender Wendepunkt in ihrem Leben: Das Wirken der Prophetin blieb jetzt nicht länger auf die Klostermauern des Disibodenbergs beschränkt, sondern in den folgenden mehr als 25 Jahren nahm Hildegard eine beinahe öffentliche Rolle als vielgefragte Autorität und Ratgeberin ein. Als Beispiel dafür sei nur der umfangreiche Briefwechsel genannt, den sie nun mit Adressaten aller Stände in ganz Mitteleuropa unterhielt. Die Voraussetzungen dafür bot aber erst der neu gewählte Standort Bingen, der ihr als Verkehrsknotenpunkt alter Römerstraßen am Zusammenfluss von Rhein und Nahe den Anschluss an die großen Kommunikationsnetze der Epoche ermöglichte.

(aus „Pilgerbuch“ von Annette Esser) ●

Zwei Saarländer auf dem Jakobsweg

Klaus Maria Müller und Bernd Schmitt

gingen vier Wochen auf dem Pilgerweg und erlebten alle Höhen und Tiefen, die solch' eine Pilgerwanderung mit sich bringt. Ihre Erlebnisse haben sie in einem Buch festgehalten. Mit einigen Auszügen daraus lassen sie uns an ihrer beschwerlichen Reise teilhaben.

Von **Günter Schmitt**





Klaus Maria Müller (rechts) wollte den Jakobsweg gehen, und fand in Bernd Schmitt einen Mitstreiter.



Während eines Kurzurlaubs in Süddeutschland hatte Klaus Maria Müller aus Biesingen im Bliesgau das Buch von Hape Kerke-ling „Ich bin dann mal weg“ im Gepäck. Nachdem er es gelesen hatte, ließ ihn der Gedanke nicht mehr los, den Jakobsweg von Saint-Jean- Pied-de Port am Fuße der Pyrenäen nach Santiago de Compostela ebenfalls zu gehen. Er war wie elektrisiert von diesem Gedanken, und nachdem er weitere Informationen zum Pilgerweg gesammelt und gelesen hatte, war er schließlich besessen davon, diese Herausforderung anzunehmen. „Allerdings“, so erzählt er mir bei einem Besuch in Biesingen, „wollte ich den Weg nicht allein gehen.“ Und daran schien das Vorhaben zunächst zu scheitern.

Während eines Herrenabends in seinem Haus streute Klaus zu vorgerückter Stunde den Satz in die Runde: „Ich würd gehr emol de Jakobsweg laafe.“ Kaum war der Satz gesagt, kam prompt die Antwort von Bernd Schmidt, einer der drei Kollegen, die Klaus eingeladen hatte: „Ich laaf mit.“ Sofort wurde hinterfragt, ob es Bernd tatsächlich mit seiner Aussage ernst gemeint hatte. Klaus war sich unsicher, ob Bernd seine Absicht lediglich aus einer Bierlaune heraus in die Runde geworfen hatte, ohne ernsthaft darüber nachzudenken.

Klaus klärte auf: „Hör zu. Der Wee iss verdammt schwer, der is kenn Ho-

nischschlecke. Das kann ich dir sahn. Unn um die lang Streck einischermaße se bewäldische, müsse mer mindeschstens

Einer schrieb, der andere schoss Fotos

vier Woche Urlaub mache. Quatsch, was sahn ich Urlaub. Wie komm ich do druff? Urlaub is das nämlich nett. Das wird e Qual. Denn der Wee is noch weider wie

dei allerfühnschde Gedanke reiche. Ich will nämlich so zwische fünf- sechshunnert Kilometer marschiere. Unn das bei Wind unn Wetter mit em ziemlich schwere Rucksack off de Schullere.“

Bernd ließ sich nicht beirren, und als Klaus Maria merkte, dass es seinem Kollegen ernst war mit seiner Aussage mitzukommen, begannen nach wenigen Wochen die Vorbereitungen zum Jakobsweg in Spanien. Übers Internet wurden die erforderlichen Formulare ausgefüllt, das Datum der vierwöchigen Wanderung festgelegt, die ersten gemeinsamen Wanderungen mit Rucksack im Warndt-wald und im Bliesgau standen an, und von einem befreundeter Pfarrer in Völklingen sollte die beiden den Pilgersegen am Abflugtag nach Südfrankreich erhalten. Das Abenteuer Jakobsweg konnte beginnen.

Die „Arbeitseinteilung“ während der Pilgerzeit war klar geregelt. Klaus schrieb das tägliche Tagebuch, das später dazu verwendet wurde, um das Buch „Iss mei Hut noch do?“ zu veröffentlichen. Bernd fungierte während der Wanderung als Fotograf und lieferte die Bilder zum Buch.

Gleich am ersten Pilgertag erlebten die beiden Saarländer, dass das Pilgern auf dem Jakobsweg in Spanien nichts mit einer Schönwetterwanderung im Bliesgau zu tun hatte. In seinem Tagebuch vermerkte Klaus: „Der Regen wird

INFO

Das Buch „Iss mei Hut noch do? – Zwei Saarländer auf dem Jakobsweg – Tagebuchaufzeichnungen von Klaus Maria Müller und Fotos von Bernd Schmidt“, ist leider vergriffen. Drei Jahre nach Ihrer ersten Begegnung mit dem Camino haben sie sich ein zweites Mal getraut, sich Santiago de Compostela zu nähern. Diesmal entlang der Küste über den Camino de la Costa und den Camino del Norte und schließlich über den Hauptweg zum Grab des heiligen Jakobus. Das daraus entstandene Buch: „Immer de Pfeile noh“ ist im Buchhandel erhältlich

Die beiden Pilger erlebten stimmungsvolle Momente – wenngleich sie sie nicht immer genießen konnten.



intensiver. Der Sturm auch. Schließlich orkanartige Böen, dann immer mehr Regen, sintflutartiger Regen, das Wasser peitscht nur so auf die Wangen. Wir spüren es wie Nadelstiche auf der Haut und biegen die Krempen unserer Stetsons als Schutz gegen die harten Tropfen um, was ein wenig Erleichterung verschafft. Immer weiter geht es bergauf. Auf dem Gipfel folgt der nächste Gipfel. Dann laufen wir im Nebel, stets begleitet von diesen orkanartigen Regenfällen. Es herrschen wirklich extreme Bedingun-

gen, zudem ist der Wald- und Wiesenboden furchtbar matschig. Man muss höllisch aufpassen, nicht auszurutschen und der Länge nach hinzufallen. Wir nehmen schon eine Weile unseren Stock zu Hilfe, der uns den Anstieg doch etwas erleichtert, und gehen – ohne viel zu reden – ganz auf unsere Etappe fixiert, diesen zermürbenden, schwierigen Weg. Wenn man annimmt, endlich oben zu sein, geht es noch weiter bergauf, immer weiter. Hinter jeder Anhöhe die nächste Anhöhe, die man nehmen muss.

Endlich ein Brunnen. Ich ziehe mich um, brauche jetzt trockene Klamotten, verstaue die nassen. Der Regen hat etwas nachgelassen. Ich trinke, fülle meine Wasserflaschen auf. Dann schnell wieder die Regenjacke an, es fällt erneut heftiger Regen. Jetzt laufen wir oberhalb des Nebels. Wir sichten eine große Schafherde. Kurz darauf stehen wir mitten in einer Wolke und sehen überhaupt nichts mehr, wühlen uns durch einen brutalen Schlammweg, in dem die Schuhe vollends versinken. Schuhe und Strümpfe



Erschöpft erreichen die Pilger der Kathedrale von Santiago de Compostela.

Augenblicke der inneren Einkehr

sind jetzt durch und durch nass. Endlich haben wir die Grenze Spaniens erreicht und befinden uns in der Republik Navarra. Bernd versucht auf einem Trampelpfad durch den Wald, direkt links neben dem Camino, den Schlamm zu umgehen. Aber der Pfad ist sehr abschüssig, viel zu steil. Fast stürzt er den Hang hinunter. Er gibt sein Vorhaben auf und folgt mir. Nach einer Stunde auf Wald- und Forstwegen erreicht man die höchste Stelle der Etappe, den Col de Lepoeder. Es ist 14.15 Uhr. Wir sind jetzt über 1.400 Meter hoch. In mehr als sechs Stunden haben wir fast 1.300 Höhenmeter überbrückt. Knappe 20 Kilometer nur berg-



auf.“ Der Jakobsweg, so die beiden bei meinem Besuch in Biesingen, wurde zu einer wahren Herausforderung, dieser Weg verlangte ihnen alles ab.

Die heißen Tage im Wechselspiel mit orkanartigen Regenfällen, Sturmböen, dicken Nebelwänden, steilen Bergaufpassagen und schier endlosen Wegpassagen, die irgendwo im nirgendwo endeten. Asphaltstrecken entlang stark befahrener Autostraßen, der tägliche Wettbewerb um die Pilgerbetten. „Eine gewisse Eintönigkeit kommt umher“, schreibt Klaus später in sein Tagebuch, die kleinen Dörfer entlang des Camino sehen alle gleich aus, verfallen, öde, leer, dunkel und dreckig.

Und dann sind da die Augenblicke nach einem angenehmen Pilgertag und am Abend die Sterne am Firmament zu funkeln beginnen: „Einen Augenblick der Ruhe, der inneren Einkehr. Durchatmen, Luft in die Lungen pusten, einsaugen, konservieren. Diese Sterne. Eine Pracht für die Augen. Inspiration, tausend Welten zu durchstreifen, die Logik des Daseins zu durchbrechen, fremde Mächte zu schauen, sich in andere Leben zu versetzen, das Gegenwärtige nicht so

wichtig zu nehmen, sich nicht so wichtig zu nehmen, etwas Abstand von sich selbst zu gewinnen, um sich überhaupt erst betrachten zu können. Denn jeder von uns ist ein kleines Rädchen im Schwindel erregenden großen Radius des Kosmos. Wie wichtig sind wir schon? Jedenfalls längst nicht so wichtig, wie wir uns allzu gerne nehmen. Ich bin erst ganz am Anfang, ein Wanderer, der gerne ein Pilger

Pilgern ist leben fern jeder Information

werden möchte. Und dieses Pilgerdasein oder Möchte-Pilger-werden-Dasein wird noch eine Weile andauern.“

Nach einer Woche auf dem Camino schreibt Klaus in sein Tagebuch: „Schwierige Phasen wechseln sich mit angenehmen Augenblicken der Begegnung ab. Wir laufen oft lange schweigend unseren nie enden wollenden Weg. Manchmal laufe ich auch allein, möchte einfach nur meine Ruhe haben. Immer wieder Anzeichen von gedrückter Stimmung. Man neigt als Pilger dazu, irgend-

wie seltsam zu werden. Ich habe meine innere Einkehr noch lang nicht gefunden. Warum ich diesen Weg gehe, weiß ich bis heute nicht. Nichts Spirituelles oder Religiöses bewegt mich. Auch keine sportlichen Motive. – Ständig schaue ich auf mein Handy und erwarte Nachrichten, denn man hört und sieht überhaupt nichts: kein Fernsehen, kein Radio, keine Zeitungen. Man lebt fern von jeder Information.“

Klaus hat sich mit dem Unterwegssein auf dem Pilgerweg noch nicht arrangiert. In den ersten Tagen lebt er noch immer in seiner alten Welt, loslassen – auch nur für eine kurze Zeit – ist nicht sein Ding. Viele Gespräche mit Bernd (die im Übrigen alle in saarländischer Mundart geschrieben sind) helfen, sich allmählich auf den Weg einzulassen, auch die Mitstreiter auf dem Weg Richtung Santiago de Compostela helfen teilweise.

Am Ende der elften Etappe vertraut Klaus seinem Tagebuch unter anderem folgende Zeilen an: „Alles bis zu diesem Zeitpunkt ziemlich anstrengend. Kein Spaß mehr zum Laufen. Massenpilgeri. Herbergsallergie. Heimweh. Müdigkeit. Zermürbt und deprimiert. Ich habe auch

keine Lust mehr, dieses Tagebuch zu führen. Ich bin nach den Etappen einfach zu müde. Und zwischendurch auch. Aber wie soll ich ein Buch schreiben, ohne Tagebuch geführt zu haben? In der Erinnerung verblasst alles. Das Buch soll möglichst authentisch sein. Also muss ich schreiben, was es bedeutet, den inneren Schweinehund zu überwinden. Ich frage mich immer mehr nach dem Sinn dieses Weges.“

Und wenige Tage später schreibt er: „Das muss ich an dieser Stelle einfach loswerden. Der Wanderführer über den Jakobsweg entspricht in einigen Punkten nicht der Realität. Denn der Jakobsweg ist nicht immer der wahre Jakob. So stimmen Kilometerangaben oft nicht mit der Realität überein, und die Herbergen werden zum Großteil viel zu positiv dargestellt. Von der Enge, dem Dreck und den gewöhnungsbedürftigen sanitären Verhältnissen ist nichts zu lesen. Auch die betreffenden Spezialitäten der betreffenden Regionen werden meiner Erachtens über Gebühr behandelt.“

Während der zweiten Hälfte der Pilgertour wird die Landschaft schöner, das Wetter sonnig und man beschließt öfter, nicht in einer Pilgerherberge zu übernachten, sondern in einem kleinen Hotel mit besserem Essen, besseren Betten und besseren sanitären Einrichtungen. Die Tage fliegen nur so dahin: Aufstehen – Rucksack packen – frühstücken – je nach Ziel fünf bis acht Stunden unterwegs sein – ankommen – Unterkunft suchen – duschen – Kleider waschen – Abendessen – schlafen.

Zwischendurch lernen Klaus und Bernd spannende Menschen kennen, unter anderem Hermann und Danuta, die sich entschlossen haben, am Ende der Pilgertour in der Kathedrale von Santiago de Compostela zu heiraten.

Nach 21 Etappen stehen sie dann endlich vor der Kathedrale: „Glücks- und Befreiungshormone schlagen plötzlich durch. Alle Anspannung weicht. Stolz und Befriedung, letzte Ängste lösen sich. Meine Kraft fällt in sich zusammen. Stehe hilflos da, mit butterweichen Knien, zu keiner Geste fähig. Pilger um mich herum. Sie schwirren wie Ameisen. Laufen hin und her. Ich bin nicht allein in diesem ehrwürdigen Moment. Und doch bin ich allein. Mit mir ganz allein. Ich habe es geschafft. Meine Beine und mein Kopf, mein Rücken und meine Füße, mein Knie und mein Magen, meine Nase und mein Schnupfen. Sie haben es, in meiner Person vereinigt, in einer gemein-

INFO

Klaus Maria Müller, Bernd Schmitt „Immer de Pfeile noh“

Autor und Fotograf pilgerten im Heiligen Jahr 2010 vier Wochen 512 Kilometer an der spanischen Küste. Sie liefen von Irún immer nach Westen, durch das Baskenland, Kantabrien, Asturien und Galicien bis nach Santiago de Compostela. Sie wanderten die Küstenstädte San Sebastián und Zarautz mit ihren wunderbaren Sandstränden und kamen nach Gernika, das durch einen deutschen Bombenangriff im spanischen Bürgerkrieg fast vollends zerstört wurde. In Bilbao genossen sie das Treiben der Altstadt, durchstreiften mit nackten Füßen den Strand von Laredos und bewunderten Santillana del Mar, das spanische Rotenburg ob der Tauber. Über Llanes, Gijón, Cudillero und Ribadeo erreichten sie nach 23 teilweise schweren Etappen Santiago de Compostela.

Am Ende ihrer zweiten Begegnung mit dem Camino stellt Klaus fest: „Bernd und ich waren manchmal regelrecht

genervt ob der Weite der Wege, der Gleichmäßigkeit der Eindrücke, dem Verarbeiten der Gedanken, den immer wieder aufkommenden Fragen nach Sinn und Unsinn dieses Unternehmens. Der Blick verstellte sich uns eine lange Zeit, trübte sich ein, wir erkannten nichts und niemanden, liefen einfach einen Weg, immer weiter, strickmusterhaft, wie an der Schnur gezogen, Marionetten, die bewegt, gesteuert wurden, ein Ziel zu finden. Das Wandern, das Laufen, besser gesagt das ständige Marschieren von morgens bis abends, sechs bis siebenmal in der Woche, manchmal bis zu zehn Stunden am Tag, gehört zum Jakobsweg wie der Schatten zum Licht, das Atmen zum Leben, das Amen an den Schluss eines Gebets. Dessen muss man sich voll und ganz bewusst sein.“

Druck: WVD-Druck + Neue Medien GmbH, Industriestraße 7-9, 66386 St. Ingbert, 296 Seiten, ISBN: 978-3-00-035339-0, Preis: 14,90 Euro

samen Anstrengung geschafft. 505 Kilometer bis hierhin gegangen, gespannt darauf gewartet, was nun geschieht. Es geschieht nichts. Wir stehen dumm herum im Pilgerpulk, keiner schaut den anderen an, wir reden nicht, wir lachen nicht, weinen nicht, jeder denkt in sich hinein. Wir sehen uns auf mit müden und kleinen Augen die große Kathedrale an. Jeder für sich. Jeder allein. Viel Platz dazwischen. Sicherheitsabstand. Wie hilflose Kreaturen in einem geöffneten Käfig. Wir kommen mit der Situation nicht gut zurecht, mit diesem feierlichen Augenblick der Ankunft nach so vielen gelaufenen und gelittenen Kilometern. Wie versteinert stehen wir da. Unfähig, einen klaren Gedanken zu fassen.

Dann kommt Rudi. Er nimmt sein Herz in beide Hände, umarmt mich, weint. Dann Bernd. Wir geben uns die Hand, umarmen uns zum ersten Mal im Leben. Weinen und lachen schlagen uns gegenseitig auf die Schulter. Wir sind angekommen. Wir haben es geschafft.“

Nach der Ankunft bleiben Klaus und Bernd noch einige Tage in der Stadt, erleben das Gewusel der unzähligen Pilger, erleben eine außergewöhnliche Hochzeit

in der Kathedrale und fahren– bevor es mit dem Flieger nach Hause geht – mit dem Bus zum Cap Finisterre.

Das Resümee, der Pilgerreise, das Klaus noch am Abend in Santiago de Compostela zieht, lautet: „Ich bin Gott nicht begegnet. Aber er schickte mir zum richtigen Zeitpunkt immer die richtigen Pilger. Viele unterstützten mich. Auch Bernd, der seine eigenen Probleme hatte und hat. Ich danke dir dafür, mein Freund und Pilgerbruder. In Galizien habe ich mich mit dem Camino versöhnt. Ich lernte ihn besser kennen und verstehen. Er hat mir die Sporen gegeben, ich habe mich teilweise gequält, aber gelernt, damit umzugehen.“

Den Camino habe ich anfangs nicht sonderlich gemocht. Zum Schluss habe ich ihn geliebt. Er hat mir viel gegeben. Vertrauen in meine ureigene Kraft und Beständigkeit, in meine Konsequenz und Disziplin, etwas durchzustehen. Ich hoffe, toleranter geworden zu sein, den Menschen in Zukunft ohne irgendwelche Vorurteile zu begegnen, Arroganz abzuschütteln wie eine lästige Fliege. Und zuhören, weiter zu beobachten und aufnehmen.“ ●

Fernwandern und Pilgern als Lebenserfahrung



2010 erfüllte ich mir einen Wandertraum, als ich gemeinsam mit meiner Beaglehündin Emma acht Monate lang zu Fuß Deutschland an seinen Außengrenzen umrundete. Dabei hatte ich am Goldsteig das Glück, **Michael Körner**, den Manager dieses wunderbaren Fernweges, der 420 Kilometer von Marktredwitz bis Passau führt, kennenzulernen. Ein Interview.

Michael, Kannst Du Dich noch an die Anfänge deiner ersten Wanderungen erinnern?

Gewandert sind wir bereits als Kinder mit den Eltern und Großeltern, als der Wanderausflug in den 1960er-Jahren bei uns zum sonntäglichen Familienprogramm gehörte. Am Lech waren wir schon unterwegs, als es den Lechweg noch gar nicht gab. Wandern war für uns Kinder spannend: mit dem selbstgeschnitzten und verzierten Wanderstock der Familie vorauszuweichen, Steinmännchen am Fluss zu bauen und barfuß an Bächen die Natur zu entdecken. Was man hier erlebte, vergisst man nicht. Wie Fotos bleiben die Erlebnisse im Gedächtnis hängen. Als Wanderer entwickelte ich mich weiter, und was ich heute für mich als Wandern definiere, ist ganz etwas anderes, als es früher war und vermutlich in einigen Jahren ein wird. Aktuell befinde ich mich an dem Punkt, wo das Fernwandern, zwei, drei Wochen am Stück, mir alles gibt, was man sich zum Ausgleich nur wünschen kann.

Das Schlüsselerlebnis dazu lieferte uns, mir und meiner Frau, eine sehr gute Bekannte. Sie erzählte uns bereits 2004 vom Jakobsweg nach Santiago de Compostela in Spanien. Zwei Jahre, bevor Hape Kerkelings Buch „Ich bin dann mal weg“ erschienen ist. Ein Keim war gesetzt, allerdings dauerte es bei uns noch vier Jahre, bis wir uns selbst auf den Weg machten. Vorausgegangen waren „Trainigseinheiten“ auf unseren eigenen regionalen Fernwanderwegen wie Goldsteig, Nurtschweg, Gunthersteig, Pandurensteig und Böhmweg. Erst dann trauten wir uns zu, nur mit einem Rucksack ausgerüstet und nur mit dem Notwendigsten bestückt, unseren ganz eigenen Jakobsweg anzugehen. Im Spätsommer 2008 wanderten wir vom Fuße der Pyrenäen bis nach Burgos. Es war ein Ausloten, Erden und Sehen, wie es gehen wird. Es war die spannendste Tour, noch nie hatten wir bis dahin solch eine lange Wanderung unternommen. Es war sicher auch eine der am intensivsten erlebten Fernwanderungen. Und dann war es um uns geschehen. Alles, was wir erlebten, erfahren durften, an Begegnungen machten, bewegte uns im wahrsten Sinne des Wortes. Dies war der Zeitpunkt, als aus dem Keim von 2004 die Pflanze heranreifte und heute noch

Michael Körner mit seiner Frau Gabi auf einer der gemeinsamen Touren, die die beiden seit vielen Jahren unternehmen.



weiter wächst. Fernwandern als Lebenserfahrung – nachspüren, wo außerhalb der Berufswelt und des Alltags Leben stattfindet.

Als Goldsteig-Manager und verantwortlich für den Donau-Panoramaweg bist du auch beruflich viel zu Fuß unterwegs. Wandern als Beruf und Berufung?

Vorneweg – mein Beruf ist ein Traumjob! Aber wie das immer so ist, wenn Beruf, Hobby und Leidenschaft verschmelzen, ist man mit Leib und Seele bei der Sache und dadurch fast immer im Dienst. Wichtig erscheint mir dabei, nicht den Blick für das Wesentliche zu verlieren. Wenn man das Privileg besitzt, sich

.....
„Seit 13 Jahren bewusst auf Fernwanderungen“

beruflich mit einem so faszinierenden Thema auseinandersetzen zu dürfen und täglich damit beschäftigt, ist man als „Berufswanderer“ immer im und am Job. Tag ein Tag aus, Monat für Monat, Jahr um Jahr. Somit sind wir auf den eigenen Touren stets nahe an der Materie. Aber gerade dies ist es auch, was einen oftmals zurückholt, abholt und gelassen in der eigenen Sache werden lässt. Schade ist oftmals nur, dass ich dann das Problem habe, wie ich andere an meinen Erfahrungen und Erlebnisse teilhaben lassen kann. Hier hilft mir, dass meine Frau und ich nun seit mehr als 13 Jahren gezielt und sehr bewusst mehrmals im Jahr Fern- und Pilgerwanderungen machen. Meist nehmen wir uns dazu drei Wochen

Zeit. Während dieser Zeit wandern wir zwischen 320 und 400 Kilometer. Welchen Weg wir gehen möchten, überlegen wir uns sehr genau. Neben meiner beruflichen Tätigkeit beim Tourismusverband Ostbayern für Goldsteig und Donau-Panoramaweg und dem Fernwanderkonzept im Allgemeinen sind dies tatsächlich enorme Höhepunkte in meiner Wandersaison. Grundsätzlich spielt es keine Rolle, wohin es geht. Ich bin aber in den vergangenen Jahren dem Charme, der Faszination und der Vielfalt Europas erlegen. Jede Wanderung in Europa – ob durch Spanien, Portugal, Frankreich, Italien oder England – macht mich nur noch neugieriger auf mehr. Es bestätigt sich: „Nur wo du zu Fuß warst, warst Du wirklich“.

Hat sich in den vergangenen Jahren innerhalb der Wander- und Pilgerszene viel verändert?

Wandern und das Gesamterlebnis sind dem ständigen Wandel unterworfen. Ich denke, die Zyklen, wo sich immer wieder etwas ändert, sind viel kürzer. Einstellungen und Grundhaltungen ändern sich. Der Wanderer ändert sich. Für viele gilt nicht mehr „immer höher und weiter“. Nicht alleine die sportliche Herausforderung steht im Vordergrund. Ich glaube, die Menschen selbst suchen heute verstärkt auch andere Dinge. So wandelt sich die Gesellschaft, so wandelt sich der „Homo pedestrian“. Dies betrifft auch alle, was sich um das Thema angesiedelt hat. Ausrüster, Buchhandel und Internet passen sich ständig an und entwickeln ihre Produkte weiter. Sowohl technische Fortschritte als auch gesellschaftliche Rahmenbedingungen



Das Leben des Pilgerreisenden ist bescheiden und anspruchslos. Doch genau das macht auch den Reiz aus.



Eine Pilgerwanderung ist beschwerlich. Dafür wird man mit vielen tollen Eindrücken belohnt.



verändern das Wandern. Dies beginnt bereits im Vorfeld einer Wanderung. Die rasende Entwicklung von Tourenportalen, Outdoor-Blogs und Internetseiten macht es möglich, bequem von zu Hause aus seine Touren vorzubereiten. Sich ein Bild von der Strecke zu machen und zu wissen, was einen erwarten wird. Mobiltelefone sind heute auf allen Wegen stets präsent. Ausgestattet mit Karten- und Buchungs-Apps, um sich während der Wanderung orientieren und navigieren zu können. Aber auch, um einen Tag vorher die Unterkunft für den nächsten Tag zu buchen. Die Technik hat auf den Wegen Einzug gehalten. Zuletzt sind wir in England gewandert, der Weg war nur dürftig, minimalistisch markiert. Dank einer Navigations-App im Telefon stellt dies heute kein Problem mehr dar.

Auch die Bekleidung hat sich gravierend geändert. Hier bleiben keine Wünsche offen. Funktionskleidung macht das Wandern über längere Zeit einfacher und komfortabler. Zu beobachten ist auch, dass Wandern weiterhin das Interesse junger Menschen weckt. Mehr und mehr Menschen aller Altersschich-

„Bilder erzählen mehr als tausend Worte“

ten stellen sich der Herausforderung einer Fernwanderung. Jeder kann aus der großen Palette an nationalen und internationalen Wegen den geeigneten Weg für sich finden. Vom Anfänger bis zum Extremsportler.

Ich habe Dich als Menschen kennengelernt, der sich mit Herzblut auf Wander- oder Pilgerschaft be gibt. Welche Argumente würdest du ins Feld führen, einen Bewegungsmuffel vom Wandern oder Pilgern zu überzeugen?

Ich weiß gar nicht, ob man wirklich Argumente benötigt, um jemanden vom Wandern zu überzeugen. Meine Erfahrung zeigt, dass wenn man enthusiastisch und mit der Freude, mit der man für das Thema Wandern brennt, von seinen Wanderabenteuern erzählt, dies die Zuhörer begeistert, mitreißt. So sehr, dass sie am liebsten auf der Stelle ihren Rucksack packen würden, um sich noch genau in diesem Moment auf einen der Wege zu machen. Und wie heißt es so schön, „Bilder erzählen mehr

als tausend Worte“. Ein Vortrag mit faszinierenden Bildern, der Einblick in eine Fernwanderung gibt, kann für viele den Stein ins Rollen bringen. Meine drei wichtigsten Argumente wären auf jedem Fall: Nie erlebt man das Leben intensiver als bei Outdoor-Aktivitäten. Nie ist man näher an einem Land, einer Nation und deren Traditionen als beim Wandern. Zweitens kann man sein Wissen durch Wandern erweitern und sich Drittens selbst besser kennenlernen. Seine eigenen Grenzen immer wieder ausloten lohnt sich. Frieden und Freiheit stecken in einem Rucksack!

Oftmals erzeugen Wanderungen und Pilgerwege große emotionale Momente. Erlebnisse, die Du teilen kannst?

Jeder Tag auf einer Fernwanderung hat seine sehr eindrücklichen und emotionalen Momente. Positive wie auch weniger schöne. Beeindruckend ist, dass man die negativen zu Hause immer schnell vergisst und die erlebten Glücksmomente dich sofort wieder nach Draußen rufen. Wie viele emotionale Momente ein jeder erlebt, hängt von seiner eigenen Wahrnehmung ab. Vor allem, wie offen man sich einem Weg stellt, ohne Erwartungen und Vorurteile. Momente sind das Gold der Wege. Sie zu finden und zu erkennen ist eine schwer zu erlernende Kunst.

Eine meiner ersten emotionalen Erfahrungen beim Wandern war sicherlich das spirituelle Erlebnis am Jakobsweg „Camino Frances“ und die damit nach 800 zurückgelegten Kilometern verbundene Ankunft in Santiago de Compostela. Aber oft wecken auch meine Füße sehr emotionale Empfindungen. Fakt bleibt: Vorfreude, Losgehen und Ankommen sind sehr erhebend. Wobei man eigentlich nie richtig ankommen möchte, weil es zunächst einmal ein Ende bedeutet, was nach einer Fortsetzung verlangt.

Wandern in der engeren Heimat oder Wandern irgendwo auf dem Jakobsweg: Gibt es Unterschiede, Denkanstöße, Nachdenkliches bei der Gegenüberstellung?

Grundsätzlich gibt es keine Unterschiede, was das Wandern und die Erfahrungen betreffen kann. Auf den zweiten Blick gibt es diese natürlich doch. Jeder Weg wird durch das Land und seine Bevölkerung geprägt, durch die er verläuft. Wandererlebnisse werden bereichert durch Feste und Traditionen, regionale

Küche und Getränke. Ein Schweinebraten schmeckt halt nur am Goldsteig oder Donau-Panoramaweg so richtig gut. Was mir aber an den Pilgerwegen besonders gut gefällt ist, dass sie im Wesentlichen sehr einfach zu meistern sind. Pilgerwege sind meist so beschaffen, dass sie jeder gehen kann. Der Anspruch spielt hier eine sehr untergeordnete Rolle. Viel öfter als auf unseren zertifizierten Wegen ist aber mit langen Straßenanteilen und Asphaltstrecken zu rechnen. Aber auch hier wird vielerorts verbessert, umgelegt und optimiert. Wie Menschen hat auch jeder Weg seinen ganz speziellen Charakter, seine Stärken und Schwächen. Wenn man dies lernt anzunehmen, sich dem jeweiligen Weg öffnet, kann Wandern und Pilgern immer und überall glücklich machen!

Du warst in den vergangenen Jahren auf vielen Wander- und Pilgerwegen unterwegs. Welcher hat Dir besonders gut gefallen?

Unsere letzte Pilgerwanderung führte von Lucca nach Rom. Auf der Via Francigena fühlten wir uns so richtig wohl.

.....
„Der erste Weg ist stets der beeindruckendste“

Auch hier spiegelte sich wieder, was wir bereits am Camino frances in Spanien entdeckten und erlebten. Landschaften, Kultur und die internationalen Begegnungen mit den anderen, wandernden Pilgern zogen uns erneut in den Bann. Die Frage, welcher Weg mir besonders gut gefallen hat, lässt sich immer nur ganz schwer beantworten, da jeder neue Weg aufs Neue ganz speziell, besonders und faszinierend ist. „Besonders gut gefallen“ gibt es für mich eigentlich nicht, jedem anderen Weg und den damit verbundenen Erfahrungen würde man Unrecht tun. Wir sind immer gerne auf allen – sowohl touristischen, als auch spirituellen – Wegen unterwegs. Der erste Weg ist sicher immer der beeindruckendste und prägendste Weg. Alle folgenden Touren verfeinern in einem die Erfahrungen, erweitern das Wissen und öffnen einen für neue Herausforderungen.

Stehen in deinem Notizbuch Wander- oder Pilgerziele, die Du gerne noch mit Deiner Frau erreichen möchtest?

Klar, einmal vom Virus erfasst und der Erkenntnis, dass es zum Glücklichen nicht viel mehr braucht, als einen gut gepackten Rucksack, wird man sich immer wieder gerne auf den Weg machen. Touristisch orientieren wir uns gerade weiter und denken auch an das Wandern auf anderen Kontinenten. Den Mikrokosmos Regenwald im Zuge einer ausgedehnten Tour zu bewandern wäre so ein Traum, der uns die Faszination „Leben“ besonders nahe bringen könnte. Die Gelegenheit, zu schnuppern, hatten wir bereits einmal, und dies war fantastisch. Es gibt nichts Schöneres, als die Wunder dieser Erde durch Wandern erfahren zu können und zu dürfen. Aber in Europa steht für uns der Pennine Way, als National Trail in England ganz oben auf der Liste. Wer bereits öfter gepilgert ist, wird auf jeder Fernwanderung den „Spirit“, in den Auf und Abs und entlang des Weges das Glück finden. Was die spirituellen Wege betrifft, so denken wir an die Via Tolosana und Via Lemovicensis von Vézelay nach St. Jean Pied-de-Port in Frankreich. Aber vor allem würden wir noch gerne den Camino de Levante in Spanien machen. Pilgerwanderungen in Frankreich, Spanien und Portugal sind für uns stets etwas ganz besonderes.

Welches Wanderbuch und welches Pilgerbuch würdest Du unbedingt empfehlen?

Die besten Wander- und Pilgerbücher sind immer gerade die, die man zur Vorbereitung auf die bevorstehende Tour benutzt und liest, beziehungsweise die mit den Themen, die einen im Moment am meisten interessieren. Das Feld ist weit gefächert – von den Tourenbüchern mit den Beschreibungen der Routen, den Erlebnis- und Erfahrungsberichten Einzelner bis hin zu aufwändig gestalteten Bildbänden.

Wir besuchen leidenschaftlich gerne Buchhandlungen und lassen uns durch das große Angebot der Bücher rund um das Reisen und Wandern inspirieren. Einen Inkunabel meiner Fernwanderliteratur, ein Buch, dass ich nach wie vor liebe, ist ein Buch von Bill Bryson, „A Walk In The Woods – Frühstück mit Bären“, die Erzählung rund um eine Wanderung auf dem Appalachian Trail in Amerika. Darüber habe ich mich köstlich amüsiert. Humor darf auf keiner Wanderung fehlen, auf Wanderungen gibt es immer viel zu lachen. ●

Günter Schmitt



AUF ZU DEN STERNEN

Mystisch, zauberhaft, einzigartig – seit mehr als 1.000 Jahren pilgern Menschen aus aller Welt zur Grabesstätte des Apostels Jakobus in Santiago de Compostela. Heute wissen allerdings die Wenigsten, dass den mittelalterlichen Pilgern die feine Sternenspur der Milchstraße als **Wegweiser in Richtung Spanien** diene.

Von Günter Schmitt



Links eine mittelalterliche Jakobsskulptur. Rechts: Ein Sternbild wird in Stein geritzt.

Die Wege der Jakobspilger, die seit 1.000 Jahren quer durch Europa entlang der Milchstraße eine kollektive Spur der Pilgerschaft zum Grab des Apostels Jakobus ziehen, zählen kulturgeschichtlich zu den geistigen Ursprüngen Europas. Ein von Millionen Pilgern getretenes Wegenetz überspannt das heutige Europa und spiegelt symbolisch den Austausch und die freundschaftliche Begegnung der Kulturen, die ein grenzenloses Unterwegssein und die langsame Annäherung an ein „großes Ziel“ in der Gegenwart mit sich bringt.

Im Jahr 1987 erklärte der Europarat die Wege der Jakobspilger nach Santiago de Compostela zur Europäischen Kulturstraße, da sie einen geschichtlichen, künstlerischen, sozialen und weltoffenen Bezug zu den Wurzeln Europas herstellen. Vor diesem Hintergrund hat der Europarat die europäischen Regionen aufgefordert, die historischen Wegeachsen auf regionaler Ebene zu thematisieren und auf kreative Art und Weise mit den europäischen Leitbildern der Gegenwart in Verbindung zu bringen.

Mit dieser Intension hat der Regionalverband Saarbrücken 2006 das grenzüberschreitende europäische Modellprojekt „Sternenweg/Chemin des étoiles“ ins Leben gerufen und entwickelt seither beispielhaft eine ebenso leise wie wirksame Inwertsetzung eines Urbedürfnisses der Menschen weiter: den Aufbruch, um Neues zu entdecken, und das Unterwegssein, als Selbsterfahrung und zum Sammeln von Erkenntnis. Der Mythos der Jakobspilgerschaft und die heute wiederentdeckten Wege der Jakobspilger in der Großregion Rheinland-Pfalz, Saarland,

Lothringen und Elsass liefern dazu die Dramaturgie und Bühne.

Prozessorientiert entwickelt sich das Modellprojekt kontinuierlich mit vielen Kooperationspartnern in der Großregion weiter. Zum 30-jährigen Jubiläum der Anerkennung des Wegenetzes der Jakobspilger als Europäische Kulturstraße, lieferte der Regionalverband Saarbrücken dem Europarat mit dem „Sternenweg/Chemin des étoiles“ ein einzigartiges Modellprojekt, das mittlerweile auch die Aufmerksamkeit anderer europäischer Regionen und der Unesco erhält. 2018 lieferte das Projekt zudem einen Beitrag des Saarlandes zum Europäischen Kulturerbe-Jahr.

Schon im Mittelalter, als die Nächte noch dunkler waren, orientierten sich

die Jakobspilger in Richtung Santiago de Compostela mitunter an der feinen Sternenspur der Milchstraße am nächtlichen Firmament, denn sie weist in Richtung der iberischen Halbinsel in Spanien. Nach einer Legende soll Karl der Große von Apostel Jakobus in einem Traum aufgefordert worden sein, den Sternen

entlang der Milchstraße nach Spanien zu folgen, um sein Grab von den Mauren zu befreien. Der poetische

Titel „Sternenweg“ greift daher auf den Urbegriff der Jakobspilgerschaft zurück und nimmt symbolisch Bezug auf den kosmischen Wegweiser zum Grab des Heiligen Jakobus entlang der Sterne.

Im Mittelalter war die heutige Region Saarbrücken ein Drehkreuz von Handelswegen Richtung Metz. Ziel

FRÜHER DREHKREUZ VON HANDELSWEGEN



Die Muschel ist das Symbol des Jakobsweges. Links: Guss einer Muschel.



Die Wintringer Kapelle ist der Rest einer ehemaligen Prioratskirche aus dem 15. Jahrhundert.

der Idee „Sternenweg/Chemin des étoiles“ ist es, sukzessive ein europäisches Modellprojekt zu generieren, um die wiederentdeckten regionalen Wege der Jakobspilger vom Ausgangspunkt der Region Saarbrücken und dem Saarpfalz-Kreis auf poetische Art und Weise in Wert zu setzen. Alte Bewegungslinien, bedeutsame Orte entlang ihres Verlaufs, Menschen und unterschiedliche Kulturlandschaften sollen dabei in einem kulturellen beziehungsweise spirituellen Kontext vernetzt werden und zum achtsamen und weltoffenen Unterwegssein in der Großregion einladen.

Von Anbeginn war eine Ausweitung des Projektes in die Nachbarregionen geplant. Aus soziokultureller Sicht beschäftigt sich das Projekt mit der Fragestellung, wie sich europäische Werte mit dem Mythos einer mehr als 1.000-jährigen Kulturstraße und ihrem verbliebenen kulturellen Erbe, in einem groß-regionalen Kontext inspirieren lassen. Unterwegssein – Innehalten – Entdecken – Neue Wege gehen – Frieden stiften lautet daher eine Einladung für Menschen, die sich auf den „Sternenweg“ begeben. Eine europäische Zukunftsvision durchdringt das Projekt: Zeit zum Entdecken, was verbindet entlang der Wege unter den Sternen Europas. Pilgern für Toleranz, Humanität, Freiheit, Demokratie, freundschaftliche Begegnung der Religionen und Kulturen und Frieden!

„Wie sich in unserer Großregion ein Gemeinschaftsgefühl und mehr Solidarität für europäische Werte entwickeln lassen, ist in erster Linie eine kulturelle Frage. Dies kann uns nur gelingen, wenn wir unterschiedliche Identitäten der einzelnen Kulturlandschaften dieser Großregion mit ihren Besonderheiten hervorheben und gleich einem Mosaik zu einem facettenreichen Ganzen verknüpfen. Genau das ist auch ein wesentliches Ziel unseres europäischen Modellprojektes Sternenweg/Chemin des étoiles. Wir stärken mit diesem Projekt mit kleinstem Budget mit der Unterstützung von vielen Kooperationspartnern die kulturelle Identität einer facettenreichen Großregion und ein Bewusstsein für die Werte Europas. Dabei nutzen wir den Mythos der Wege der Jakobspilger. Durch die

**ÜBERSICHT
STERNENWEG**



bewusste Einbindung unserer Nachbarregionen mit ihren unterschiedlichsten kulturpolitischen und kultur-touristischen Ebenen erzeugen wir mit kleinen Gesten eine Verflechtung über Kirchtürme hinweg. Insofern liefert dieses europäische Modellprojekt in idealer Weise auch einen Beitrag zur neuen Verantwortung des Saarlandes als Vorsitz in der Großregion. Wir erhalten viele positive Resonanzen zu dieser außergewöhnlichen Idee.“

(Regionalverbandsdirektor Peter Gillo, Schirmherr des Projektes)

In einer ersten Projektphase wurde die Idee auf den wiederentdeckten Wegen der Jakobspilger vom ehemaligen Benediktinerkloster Hornbach durch den Saarpfalz-Kreis und das heutige Biosphärenreservat Bliesgau nach Saarbrücken umgesetzt. Grenzüberschreitend wurden die benachbarten französischen Städte Sarreguemes und Forbach integriert. Dieser Teil des Projektraumes bildet die Kernzone des Projektes. In der Folge wurde der Projektraum sukzessive im Sinne des europäischen Netzwerkgedankens in einem großregionalen Kontext weiterentwickelt. Zum Projektraum gehören mittlerweile die Wegerouten der Jakobspilger, die aus Richtung der alten Bischofssitze Mainz, Worms, Speyer über Hornbach

beziehungsweise Tholey die Region Saarbrücken beziehungsweise Sarreguemes in Richtung Metz kreuzen. Zudem wurde auch über eine Verbindung nach Bitche beziehungsweise Bad Bergzabern eine Achse der elsässischen Wege der Jakobspilger über Wissembourg, Strasbourg und dem Mont Sainte-Odile bis nach Thann in das Projekt integriert.

Diese wiederentdeckten historischen Wegeachsen bilden sozusagen die Bühne des Projektes, denn sie verknüpfen heute

**GROSSREGIONALES
WEGENETZWERK**

die Kulturlandschaften Rheinland-Pfalz, Saarland, Lothringen und Elsass zu einem vernetzenden Gewebe im Herzen Europas. Annähernd sternförmig stehen die saarländischen, rheinland-pfälzischen, lothringischen und elsässischen Wegerouten über die alten Bischofssitze, die schon immer Sammlungspunkte für Pilger waren, in einer symbolischen Verbindung.

Dieses großregionale „Wegenetzwerk“ fügt sich bislang aus 16 verschiedenen Wegerouten, mit etwa 1.600 Wegekilo-

metern zusammen. Maßgeblich kümmern sich die jeweiligen St. Jakobusgesellschaften (Rheinland-Pfalz, Saarland, Lothringen, Elsass) um die Wiederentdeckung und Markierung dieser Wegerouten. Sie zählen daher von Anfang an zu den Kooperationspartnern des Modellprojektes.

„Gerne sind die Jakobusgesellschaften im Projektraum des Sternweges Kooperationspartner, denn das europäische Modellprojekt unterstützt uns flankierend in unserem Anliegen, ein Bewusstsein für die Jakobspilgerschaft und ihren Mythos zu bewahren. Pilgern verbindet Menschen und Kulturen und entlang der Sternwege im Herzen Europas können wir gemeinsam (Wege)Zeichen setzen.“

(Roland Zick, Präsident der St. Jakobusgesellschaft Rheinland-Pfalz-Saarland e.V.)

Im Zentrum der Idee stehen die Wegezeichen, mit denen die regionalen Sternwege der Jakobspilger in den benachbarten alten Kulturlandschaften in den vergangenen Jahren sukzessive ausgestattet werden: handgefertigte, steinerne

Jakobsmuscheln, Wegeornamente aus Feldsteinen und in Stein gehauene Sternensymbole. Diese Wegezeichen verweisen im Projektraum auf Besonderheiten, die mit den historischen Wegeachsen und der Baukultur jener großen Zeit der Jakobspilgerschaft – dem Mittelalter – in Verbindung stehen. Wer sie oder die erfassten mittelalterlichen Kulturdenkmäler als steinerne Zeitzeugen entdeckt, ist eingeladen zum Innehalten und Brücken zwischen Raum und Zeit zu bauen. Vor Ort bei den Einheimischen schaffen sie Bewusstsein für das örtliche kulturelle Erbe und das großregionale Netzwerk, in dem sie durch den Sternenweg eingebunden sind. Symbolisch nehmen die Wegezeichen auf verschiedene Themen Bezug.

Das signifikanteste Wegezeichen auf den Wegerouten des gesamten Projektraumes bildet das Kennzeichen und Symbol für alle Pilger zum Grab des Heiligen Jakobus – die Jakobsmuschel.

Die steinernen Jakobsmuscheln sind mit der Jahreszahl 2006 signiert und werden als Wegezeichen an Zeugnissen mittelalterlicher Baukultur am Wegesrand und in der fußläufig erreichbaren Umgebung (bis etwa zehn Kilometer abseits vom offiziell markierten Weg) bündig in den Boden eingelassen.

Die Pilgerschaft des Mittelalters war von einer welfoffenen Neugier und der ständigen Begegnung mit dem Fremden geprägt. Ihr Gelingen war in hohem Maße von der Barmherzigkeit, freundschaftlichen Begegnung und dem kulturellem Austausch als Nahrung für Körper und Seele abhängig. Auf diese überlieferten Zusammenhänge nimmt die Philosophie des Projektes Bezug. Diese Aspekte des frühen Reisens entlang unserer regionalen Wegeachsen der Wege der Jakobspilger bieten eine wunderbare Reflexionsfläche, Kulturlandschaften vertieft kennenzulernen und das kulturelle Erbe des Mittelalters und seine Botschaften zu verstehen.

Vor diesem Hintergrund hat Projektleiter Peter Michael Lupp mehr als 350 Zeugnisse der mittelalterlichen Baukultur entlang der Wegerouten im Projektraum geografisch, kunsthistorisch und fotografisch erfasst. Als „Zeitzeugen“ jener Pilger, die im Mittelalter ihre Wege entlang der Sterne in Richtung Santiago de Compostela gesucht haben, laden diese Kulturdenkmäler dazu ein, in ihrer kunstgeschichtlichen und spirituellen Dimension entdeckt zu werden. Gerne darf man hierbei auch Umwege

ZUR PERSON

Peter Michael Lupp, geboren 1958 in Zweibrücken, hat Betriebswirtschaftslehre mit Schwerpunkt Tourismus an der Fachhochschule in Worms und Rechtswissenschaften an der Universität Saarbrücken studiert. 15 Jahre verantwortete er die kommunale Denkmalpflege im Stadtverband Saarbrücken. Heute ist er als Kulturreferent und Regionalentwickler im Regionalverband Saarbrücken tätig. Zu seinen Themen gehören das Kulturelle Erbe, die regionale Baukultur, die behutsame Inwertsetzung von bedeutsamen Orten, die Bildung für nachhaltige Entwicklung und die grenzüberschreitende Zusammenarbeit. Insbesondere eine die Prozesse begleitende engagierte Kunst und Kultur. 2009–2012 Vorstandsmitglied, Lokale Aktionsgruppe Biosphärenreservat Bliesgau (Konzeption des



Peter Michael Lupp (61)

Leitbildes „Mobile – Biosphärenreservat Bliesgau“). Seit 2004 Kurator am KulturOrt Wintringer Kapelle (www.kulturort-wintringer-kapelle.de). Seit 2006 Konzeption und Projektleitung des europäischen Modellprojektes „Sternenweg/Chemin des étoiles“ (www.sternenweg.net). 2013 Entwicklung „Konzept über Leben(s)kunst“: Kunst und Kulturprojekte zu ökologischem Denken und Handeln. 2016 Vergessen – Wo der Wert der Dinge wartet. Ausstellungsprojekt mit Ortsgesprächen zur regionalen Baukultur und zum landschaftsgebundenen Bauen im ländlichen Raum. Zahlreiche Veröffentlichungen zum Kulturellen Erbe, zur Kulturgeschichte und zu Kunstprojekten in der Region Saarbrücken. Mitglied im Landesdenkmalrat des Saarlandes.

in Kauf nehmen, denn sie sind meist lohnenswert.

„Man muss davon ausgehen, dass im Mittelalter die Menschen immer von ihrem Heimatort und dessen Kirche aufgebrochen sind. Die nächste Bischofskirche war dann Sammlungspunkt. Symbolisch bilden daher diese verbliebenen Zeugnisse des Mittelalters eine imaginäre Bewegungslinie jener Pilger, die bereits im Mittelalter in dieser alten Kulturlandschaft, zwischen den alten Bischofssitzen Speyer, Worms, Mainz in Richtung Metz oder Strasbourg, ihre Wege entlang der Sterne gesucht haben. Die vielen steinernen Zeitzeugen jener Zeit, als Perlenkette und Ziel am Wegesrand, zu entdecken, bietet die Gelegenheit, sich in die Dimension des frühen Reisens zurück zu versetzen. Ganz nebenbei nutzt man neue Wege und es kommt vielfach zu überraschenden Begegnungen.“ (Peter Michael Lupp)

Viele dieser erfassten steinernen Zeitzeugen wurden bereits mit einer steinernen

Jakobsmuschel aus Saarbrücken und einem Hinweisschild gekennzeichnet. „Dieser Prozess vollzieht sich mit Bedacht und nicht inflationär, denn es ist der eigentliche Kernauftrag des Projektes. Das Kennenlernen, Zusammenführen und Vernetzen der relevanten Kulturorte und der einzelnen Verantwortlichen vor Ort ist die Bühne auf der sich kulturelle Netzwerke über Kirchtürme hinweg bilden und verdichten. In diesem Prozess entsteht ein Austausch über das, was uns heute bewegt und in welche Zukunft wir gemeinsam gehen können. Sukzessive wollen wir diesen Prozess, der eher hinter den Kulissen stattfindet, in den nächsten Jahren fortsetzen und viele Erfahrungen sammeln und weitergeben. Er lässt in der Tat entdecken, was verbindet und bedeutet für uns, europäische Kulturarbeit an der Basis“, erläutert Peter Michael Lupp weiter.

Die steinernen Jakobsmuscheln sind Abgüsse von galizischen Jakobsmuscheln. Sie werden seit 2006 unter der Schirmherrschaft des Regionalverbandes Saarbrücken im Rahmen von Qualifizierungsmaßnahmen von Jugendlichen des Zentrums für Bildung und Beruf Saar in Saarbrücken-Burbach Stück für Stück von Hand gefertigt. Für die vielen



bislang integrierten nach Qualifizierung und Beschäftigung suchenden Menschen bot das Projekt ebenfalls eine Möglichkeit eines sinnstiftenden, kulturellen Austausches und der Orientierung.

Von Hornbach bis zur lothringischen Grenze in Saarbrücken beziehungsweise Sarreguemines gibt es neben diesen steinernen Jakobsmuscheln noch weitere Wegezeichen zu entdecken. Es handelt sich um Wegornamente aus

munen auf der Basis kulturgeschichtlicher Ankerpunkte mit „kleinen Gesten“ in einem europäischen und gleichfalls spirituellen Kontext begreifen und vernetzen lassen“, erklärt Regionalverbandsdirektor Peter Gillo.

Die Idee „Sternenweg/Chemin des étoiles“ möchte den Zauber des achtsamen Gehens entfachen. Dabei soll daran erinnert werden, dass Pilgern zu den Ursprüngen des Reisens gehört und seit

Anbeginn auch immer die Gelegenheit zur Selbsterfahrung und zur Reflexion über die eigenen Wertvorstellungen bietet. Die Wegezeichen laden zur Spurensuche entlang der wiederentdeckten Wegerouten ein. Wer beidem nachspürt, lässt sich treiben, genießt unerwartete Begegnungen, ist bereit, auch abseits zu gehen, sich Zeit zu lassen, still zu werden und wie die Steinmetze des Mittelalters fühlend sehen zu lernen. Mit der Zeit beginnen die Augen die kleinen und großen Zeugnisse des kulturellen Erbes des Mittelalters, die Botschaften der vorbeiziehenden Kulturlandschaften, der versunkenen Wege und nicht zuletzt eine Essenz des europäischen Gedankens zu lesen: miteinander aufeinander zugehen, auf dem Weg zu einem großen Ziel.

Das Spurensuchen entlang der Sternenwege der Jakobspilger veranschaulicht, wie ein grenzüberschreitender und zugleich großregionaler Erfahrungsraum für ein inspirierendes und schöpferisches Unterwegssein und ein werteorientiertes, europäisches Miteinander niedrigschwellig bereitgestellt werden kann.

„Wir machen uns dabei Aspekte der kulturellen beziehungsweise ästhetischen und ethischen Bildung zunutze. Da sich der Projektraum und die übergeordneten Ziele bewusst an kulturellen, sozialen und ethischen Kriterien ausrichten, kann man zu Recht von einem exemplarischen Modellprojekt für eine grenzüberschreitende Kulturarbeit und einen spirituellen

MITTELALTERLICHE KULTURDENKMÄLER

Feldsteinen und in Stein gehauene Sternensymbole, die auf den Wegen der Jakobspilger verlegt wurden. Die Sternmotive spielen einerseits auf das Unterwegssein unter der Milchstraße an, andererseits verweisen sie auch auf mittelalterliche Sternmotive, die man in der unmittelbaren Umgebung entdecken kann. Die Wegeornamente erinnern an die alten Wegebefestigungen, die hier überwiegend aus Muschelkalksteinen gefertigt wurden. Pyramiden oder Kegel aus Feldsteinen am Wegesrand deuten zudem auf die Steindeckungen der Kirchtürme, die im Mittelalter hier üblich waren. „Die Strategie des Projektes gleicht dem Wesen der Akupunktur und liefert ein tragfähiges Modell, wie sich benachbarte Regionen und Kom-



Kulturtourismus sprechen“, erklärt Regionalverbandsdirektor Peter Gillo

Mittlerweile lassen sich unterwegs in einigen der erfassten, mittelalterlichen Kulturdenkmäler „DenkBilder“ entdecken. Diese poetische Bilder und Gedanken laden zum Vertiefen und Weiterdenken ein. Sie entstehen jeweils aus dem besonderen Geist des Ortes und spüren in künstlerisch-poetischer Art und Weise der Lebenskunst nach: Was bedeutet das gute Leben im Europa der Gegenwart? Welch’ Geistes Kind bin ich? So wie es sich fügt, erhalten künftig weitere besondere Kulturorte des Mittelalters, ein solches Werk. Sukzessive soll so eine

VIRTUELLES BILDERBUCH

vernetzte Galerie der „DenkBilder“ entstehen, die Menschen ein Angebot zur Selbstreflexion beim Unterwegssein bieten.

Die aktuellen Diskussionen über den Fortbestand Europas verdeutlichen den Wunsch nach einer Zukunftsvision: eine lebendige und weltoffene Zivilgesellschaft. Die Menschen auf dem Sternenweg/Chemin des étoiles sind eingeladen, den europäischen Geist auf den Spuren der mittelalterlichen Jakobspilger, alleine oder gemeinsam, unter den Sternen Europas zu verbreiten! Neue Überzeugungen schaffen Realitäten! Europas Stärke sind seine Werte, eine bessere Welt ist möglich!

Zum Europäischen Kulturerbejahr 2018 wurde ein kleiner Holzanhänger für Menschen, die wandern oder pilgern, herausgegeben. Er trägt symbolisch das Friedenszeichen und die Botschaft „Ich pilgere für ein weltoffenes Europa und den Frieden“. Mehrere tausend Anhänger sind bereits mit ihren Trägern unterwegs und werben für den Weltfrieden im Musterhaus Europa! Eine einfache und wirksame Verbreitung einer Friedensbotschaft. „Mehr denn je gilt es, die Pilger der Gegenwart für die europäischen Werte und das Geschenk des Friedens zu sensibilisieren, denn sie sind schließlich Botschafter des Friedens auf dem Weg entlang der Sterne in unserem Lebensraum“, erklärt Regionalverbandsdirektor Peter Gillo.

Die erfassten Positionen der mittelalterlichen Baukultur, die sich unmittelbar an den Wegen der Jakobspilger oder

BUCHTIPP

„STERNENWEG / CHEMIN DES ÉTOILES“ von Peter Michael Lupp

Ein poetischer Bildband dokumentiert das europäische Modellprojekt in all seinen Facetten. Auf mehr als 550 Seiten werden die Hintergründe der Idee, der Entwicklungsprozess, die Entstehung und Positionen der Wegezeichen beschrieben. In dem reich illustrierten Bildband finden sich einführende Beiträge zum Mythos der „Sternenwege“ nach Santiago de Compostela, Alltagsgeschichten der mittelalterlichen Pilger und poetische Texte zum Innehalten. Viele historische Abbildungen und Fotografien des Autors vervollständigen den Blick und inspirieren schon alleine zu einem Streifzug mit den Augen. Unwillkürlich wird Fantasie geweckt, die erahnen lässt, dass quer durch diese abwechslungsreiche, europäische Großregion die Menschen seit mehr als 1.000 Jahren ihren Weg, entlang der feinen Sternenspur der Milchstraße, zum Grab des heiligen Jakobus in Santiago de Compostela gesucht haben. Entstanden ist ein inspirierendes Werk, das die Verflechtung einer europäischen Großregion im Herzen Europas einmal aus einer anderen Perspektive erfahrbar macht. Der Autor setzt Zeichen, offenbart



versunkene Welten und Botschaften und lädt mit seinen Impulsen dazu ein, aus der Komfortzone auszutreten und ganz neue Wege zu wagen.

Hardcover, gebunden, 568 Seiten mit französischer Kurzfassung 25 Euro (zzgl. Versandkosten)

Bezugsquelle:

Tourist Info Saarbrücker Schloss
Schlossplatz 1–15
66119 Saarbrücken
Telefon 0681-5066006
touristinfo@rvsbr.de
ISBN-Nr. 978-3-947148-00-4

Herausgeber:

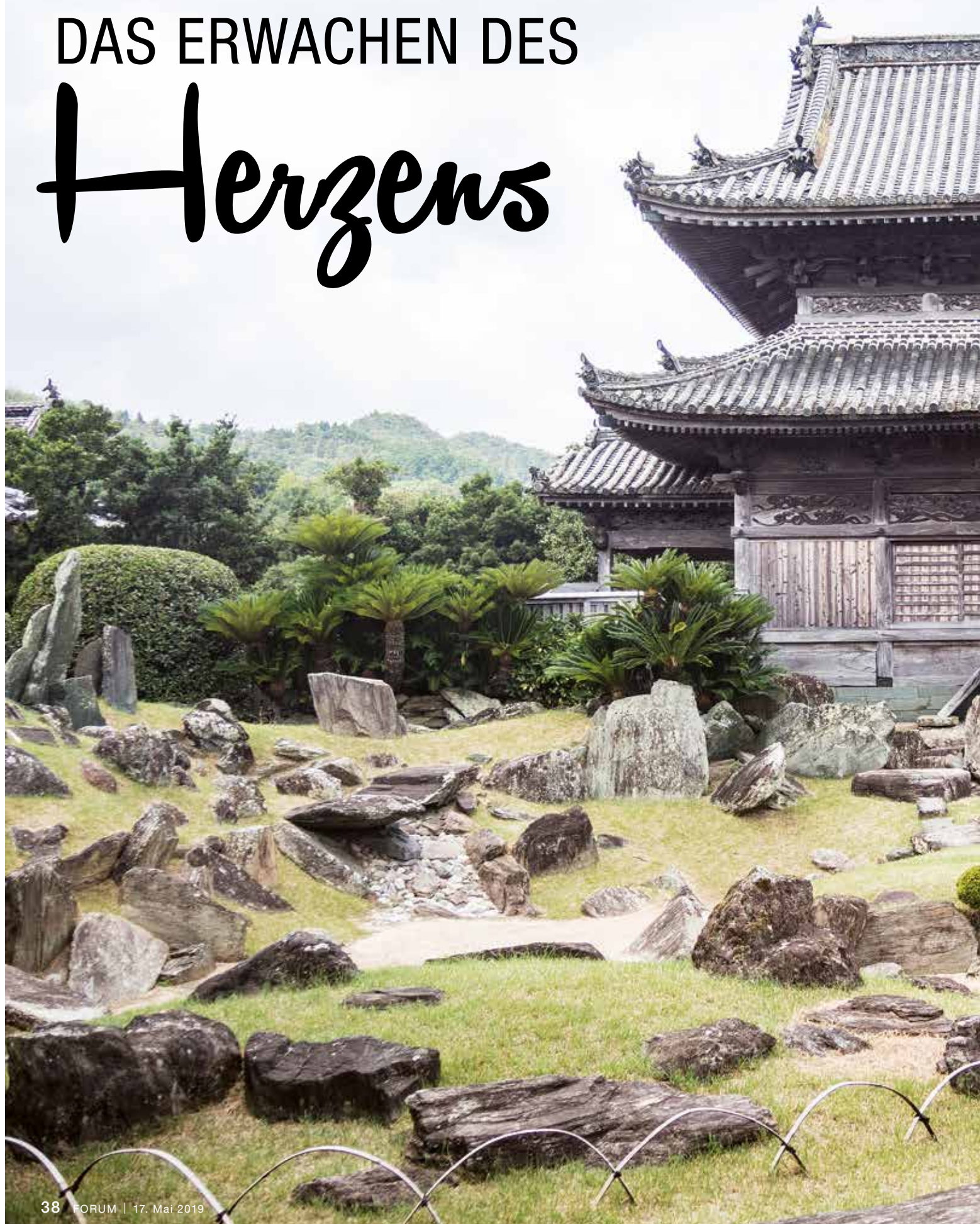
in deren näheren Umgebung im Projekttraum befinden, ermöglichen individuelle Pilgertouren zu Fuß oder mit dem Fahrrad auf dem „Sternenweg“. Alle erfassten mittelalterlichen Baudenkmäler werden mit einer Kurzbeschreibung und einem Bild dargestellt und haben GPS-Koordinaten.

Die Internetseite www.sternenweg.net funktioniert wie ein virtuelles Bilderbuch mit Karte. Sie bietet Hintergrundinformationen zum Projekt, eine interaktive Karte mit allen Wegezeichen. Alle 16 unterschiedlichen Routen im Projekttraum können einzeln aufgerufen werden. Auf diesen Wegen ist eine individuelle Routenplanung mit Kilometerangaben möglich. Zudem gibt es viele Informationen zum Pilgerwandern. Die Internetseite ist zweispra-

chig (deutsch/französisch) nutzbar und steht auch in einer Version für Smartphones oder Tablets zur Verfügung. So ist auch eine mobile Orientierung unterwegs möglich.

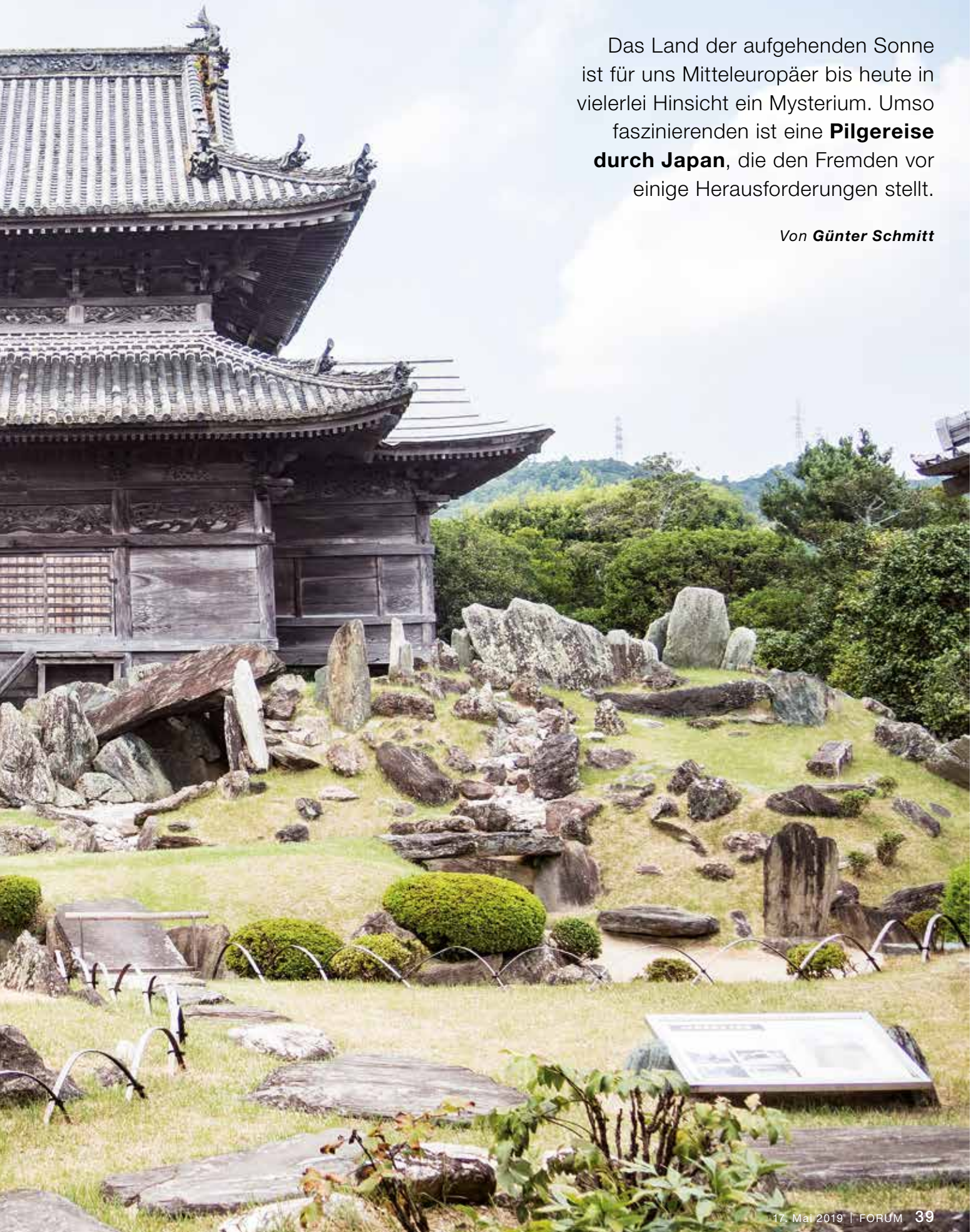
Der Regionalverband Saarbrücken ist Urheber des europäischen Modellprojektes und steuert den Prozess. Die Wegezeichen entstehen im Rahmen von Qualifizierungsmaßnahmen für arbeitssuchende Menschen. Kooperationspartner sind die St. Jakobusgesellschaften (Rheinland-Pfalz/Saarland/Lothringen/Elsass). Darüber hinaus wirken viele Landkreise, Städte, Gemeinden und kirchliche Institutionen entlang der Routen des Projekttraumes sowie das Institut für Europäische Kulturstraßen des Europarates am Projekt mit. ●

DAS ERWACHEN DES *Herzens*



Das Land der aufgehenden Sonne ist für uns Mitteleuropäer bis heute in vielerlei Hinsicht ein Mysterium. Umso faszinierender ist eine **Pilgerreise durch Japan**, die den Fremden vor einige Herausforderungen stellt.

Von **Günter Schmitt**





JAPAN

Shikoku

Die Insel Shikoku liegt südlich der japanischen Hauptinsel Honshu, wo sich die großen Städte Hiroshima, Kyoto, Osaka und Tokio befinden. Die mythische und rätselhafte Insel nennt man wegen ihrer Lage abseits der großen Metropolen Japans auch die „Insel der Vorhölle“. In frühen Zeiten galt es als gefährlich, mit dem Boot überzusetzen. Bis in die 80er-Jahre des vergangenen Jahrhunderts gab es keine Brücke zur Hauptinsel Honshu.

Shikoku, die kleinste der vier japanischen Hauptinseln, hat 4,1 Millionen

Einwohner. Der Name „Shikoku“ bedeutet „Vier Länder“, da die Insel in vier Präfekturen (Tokushima, Köchi, Kagawa und Ehime) aufgeteilt ist. Auf einer Fläche von der Größe Sachsens verteilen sich auf der Insel mehr als 1.000 Heiligtümer, von denen 88 Tempel zu einem 1.400 Kilometer langen Pilgerweg zusammengeschlossen sind, der im Uhrzeigersinn rund um die Insel führt.

MEHR ALS 1.000 HEILIGTÜMER

Seit dem 16. Jahrhundert zieht es viele Menschen auf die Insel, um dem Shikoku-Pilgerweg zu folgen. Der Rundweg führt durch ein buddhistisch gepräg-

tes Japan. Der Legende zufolge soll der buddhistische Mönch Kukai (774-835) selbst den Pilgerweg angeregt haben. Er wurde am 27. Juli 774 als Sohn einer aristokratischen Familie namens Mao Saeki geboren. Mit 26 Jahren wurde er Mönch und erhielt den Namen Kukai, was „Meer der Leere“ bedeutet. Von 804

bis 806 studierte er in Chang-an bei dem Gelehrten Hui-guo.

Nach seinen Studien wurde er an den Hof des Kaisers berufen. 816 zog er sich in die abgelegene Bergregion des Koyasan zurück und baute mit Erlaubnis des Kaisers auf dem heiligen Berg das Zentrum des Shingo-Buddhismus auf. Auf seinen langen Wanderungen predigte er über die Nichtigkeit des Lebens, legte Reisfelder an und heilte Kranke. Nachdem er 835 gestorben war, wurde ihm der Ehrenname Kobo Daishi verliehen, was so viel wie „Großmeister der Lehrverbreitung“ bedeutet.

Zu Lebzeiten war er oft auf seiner Heimatinsel Shikoku unterwegs und gründete dort viele Tempel. Nachweislich pilgerten bereits im 12. Jahrhundert die ersten asketischen Mönche auf den Spuren ihres Meisters über die Insel. Das Bild Kobo Daishis, der einen Zweig des Buddhismus gründete, der auf Wohlergehen und Gleichstellung basiert, begleitet den Pilger auf jeder Station des Weges – ob als Statue, Bild oder als Stich. Viele Geschichten und Legenden kreisen um den Gelehrten, der auf dem Rundweg seine schützenden Hände über die Pilger hält.

Der Pilgerweg ist unterteilt in vier Stufen der menschlichen Entwicklung: das spirituelle Erwachen, die Askese, die Erleuchtung und das Nirwana. Das spirituelle Erwachen (Hoschin) steht dabei für die Entschlossenheit, sich auf diesen langen Weg zu machen. Es bedeutet wörtlich das Erwachen des Herzens und ist gleichzeitig ein Gelöbnis, den Pilgerweg bis zum Ende zu gehen.

Vor allem ab dem 19. Jahrhundert erlebte der Weg einen regelrechten Boom. Er bot dem Einzelnen in einer stark reglementierten Gesellschaft Freiräume und die Möglichkeit zu persönlicher Entfaltung. Frauen bekamen auf diese Weise die seltene Gelegenheit, alleine zu reisen. Für kurze Zeit war es möglich, den sozialen Zwängen einer hermetisch streng geregelten Gesellschaft zu entfliehen. Bis heute tragen die Pilger das traditionelle Gewand und Zubehör: Stock, konischer Strohhut und weiße Tunika. ●



**Kobo Daishi-Skulptur im
15. Nebentempel Hashikura ji.**



Aus dem Tagebuch eines Wanderers

Inzwischen sind jährlich auch viele westliche Pilger auf dem Weg unterwegs, um den ländlichen Teil Japans kennenzulernen. **Werner Bach**, Fernwanderer und Jakobspilger, war auf dem Shikoku-Pilgerweg unterwegs. Einige Auszüge aus seinem Pilger-Tagebuch.

Von **Werner Bach**

Wie alles anfang: Bei meinen Jakobsweg-Recherchen 2008 wurde ich zum ersten Mal aufmerksam auf den Shikoku-Pilgerweg und ein Jahr später, unterwegs auf dem Jakobsweg von Darmstadt nach Santiago de Compostela, traf ich mehrfach einen jungen Franzosen, der fleißig Japanisch lernte und plante, auf dem Pilgerweg in Japan zu pilgern. Die Idee, dieses ebenfalls zu tun, war bei mir geboren. Der Besuch der Insel Shikoku und des Berges Koya im Jahr 2014 mit dem Auto be-

stärkten mich darin, denn was ich vom Pilgerweg sah, begeisterte mich.

Mein persönlicher Shikoku-Pilgerweg: Etwa ein Prozent der Pilger umrunden in einem Mal komplett zu Fuß diesen Pilgerweg und besuchen dabei die 88 Haupttempel. Darüber hinaus gibt es 20 Nebentempel (bangai fudasho). Doch diese liegen zum Teil abseits des regulären Weges und werden selten besucht. Der Pilgerweg wird üblicherweise in zeitlichen Abschnitten begangen. Das ist vor allem bei Berufstäti-



Bach mit einer Bäuerin, die ihm ein kühles Getränk geschenkt hat.



Morgendlicher Blick von einem Berg auf den Pazifischen Ozean.



Speisesaal in einem Ryokan, ein traditionelles japanisches Hotel.

gen der in Japan sehr kurzen Urlaubszeit geschuldet. Ich hatte mir vorgenommen, zu Fuß nicht nur zu den 88 Haupttempeln, sondern auch zu den 20 Nebentempeln zu pilgern. Nach der Umrundung der Insel wollte ich außerdem – ebenfalls zu Fuß – den heiligen Berg Koya-san besuchen. Dort auf dem Berg im heiligen Bezirk liegt das Mausoleum von Kobo Daishi. Der Besuch von Koya und dem Mausoleum bildet für buddhistische Pilger den Abschluss ihrer Pilgerreise. In der Regel besuchen sie den Berg mit der Bahn, dem Bus oder dem Auto.

Mein Weg führte vom Hafen in Wakayama auf der Hauptinsel Honshu am

Ohne Sprachkenntnisse ins Abenteuer

Fluss Kinokawa entlang bis zum Fuße des Berges. Ich hatte mir vorgenommen auf dem alten Pilgerweg „180-Steinsäulen-Pfad“ (Koya-san Choishi-michi) hinauf auf den Berg zu wandern. Schon Kobo Daishi war hier unterwegs, wenn auch ohne die alle 109 Meter markierenden Steinsäulen. Der Abstand 109 Meter entspricht der alten japanischen Längeneinheit „cho“. Auf dem Hochplateau von Koya liegt das Zentrum des Shingon-Buddhismus und ist heute Unesco-Weltkulturerbe. Es leben dort etwa 600 Mönche in 117 Tempeln. Das Mausoleum liegt in einem jahrhundertalten Friedhof. Hier gibt es inmitten mächtiger Zedern viele alte und verwitterte Grabmäler bekannter Fürsten und Persönlichkeiten der japanischen Zeitgeschichte.

Es war ein ehrgeiziges Ziel, das ich mir vorgenommen hatte, alles zu Fuß und in weniger als drei Monaten zu schaffen. Das dreimonatige Zeitfenster bestimmte mein Touristenvisum. Eine Verlängerung war kompliziert und wäre nur mit Unterstützung möglich gewesen. Ein wenig anders kam es dann doch: Krankheit und Taifune zwangen mich, ein paar Abschnitte mit Zug, Bus oder Taxi zu bewältigen.

Meine Vorbereitungen: Ohne japanische Sprachkenntnisse und nur mit rudimentären Englischkenntnissen bereitete ich mich intensiv für diesen Pilgerweg vor. Von meinem ein Jahr zuvor begangenen buddhistischen Pilgerweg „Chita-Shikoku-88-Tempel-Pilgerweg“ war mir bekannt, dass die Namen der

Tempel, der Familienpensionen, der traditionellen japanischen Hotels, der Business-Hotels und der kleineren Hotels im westlichen Stil ohne Schriftkenntnisse nicht erkennbar sind. Daher ermittelte ich von allen Tempeln und von 550 Unterkünften die Adressen, die Telefonnummern und die zugehörigen GPS-Positionen.

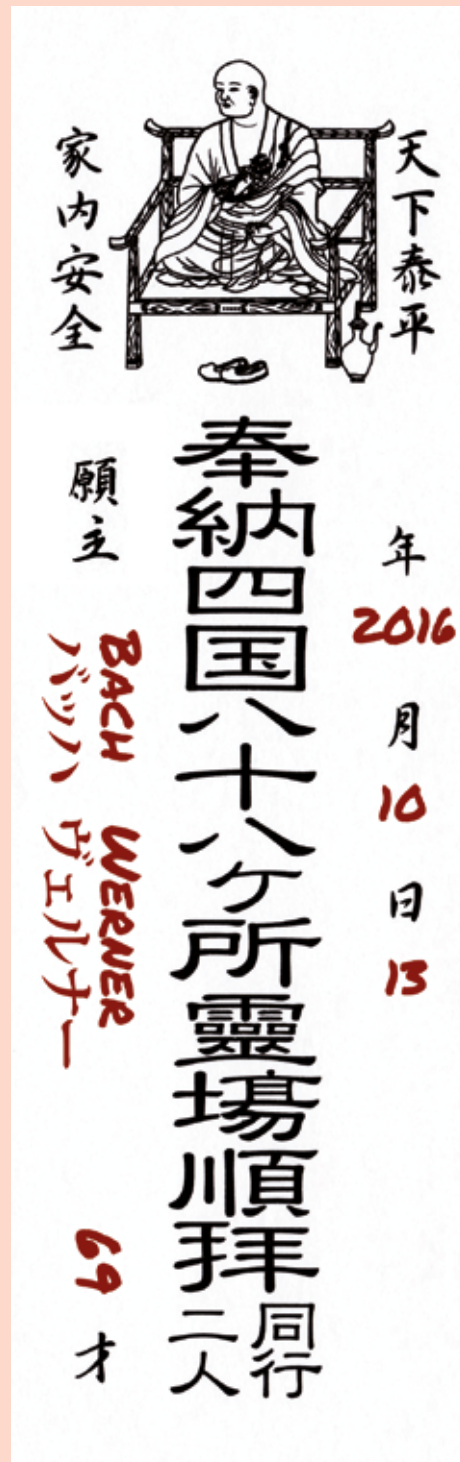
Private Verpflichtungen und die Länge meines persönlichen Pilgerweges zwangen mich, den Start in die heißeste Zeit in den August zu verschieben. Üblicherweise pilgert man im Frühling oder Herbst. Mir waren diese klimatischen Bedingungen schon aus vorausgegangen Japan-Aufenthalten bekannt, nur ganztägig mit schwerem Rucksack unterwegs zu sein war eine neue Erfahrung. Dementsprechend kaufte ich mir dünne und leichte Funktionsbekleidung. In Japan kamen dann der traditionelle kegelförmige Pilgerhut und der hölzerne Pilgerstock hinzu. Als es im Oktober am Meer morgens kühl und windig wurde, kaufte ich mir die traditionelle weiße, auf der Rückseite beschriftete Pilgerjacke.

Wie schon zuvor bei meinen anderen Projekten, beabsichtigte ich wieder täglich von unterwegs zu berichten. Und so gestaltete ich für diese Pilgerreise eine zweisprachige Webseite „<https://shikoku-pilgerweg.de>“ in Deutsch und dank meiner Frau in Japanisch. Die täglichen deutschen Berichte erschienen zeitversetzt ebenfalls in Japanisch.

Endlich ging es los: Am 1. August 2016 flog ich von Frankfurt nach Nagoya, in die Heimat meiner Frau. Von Nagoya fuhr ich mit dem japanischen Schnellzug Shinkansen nach Okayama. Dort befindet sich der erste Tempel

38 Grad Celsius Hitze,
90 Prozent Luftfeuchte

(Ryozen-ji), und hier begann meine Pilgertour. Bereits am ersten Pilgertag bekam ich die extreme Hitze mit 38 Grad Celsius und eine Luftfeuchtigkeit um die 90 Prozent zu spüren. Mein Pilgerhut bewahrte mich vor der direkten Sonneneinstrahlung und sicher auch vor einem Sonnenstich. Mein neuer Rucksack-Wasserbeutel war bereits bei der ersten Befüllung undicht, und so entsorgte ich ihn, bevor ich auf dem Pilgerweg unterwegs war. Bisher verteilte ich die allgegenwärtigen Getränkeautomaten als Ener-



Ein traditionelles Namenskärtchen, die Visitenkarte des Pilgers.

giefresser, nun arrangierte ich mich mit ihnen. Bereits am ersten Tag erlebte ich die große Hilfsbereitschaft der Anwohner gegenüber Pilgern. Nach Tempel 5 (Jizo-ji) bog ich zum Nebentempel (Taisan-ji) ab – und dies ohne ausreichenden Wasservorrat. Auf geteerten engen Serpentinaufstiegen stieg ich bei sengender Hitze auf 445 Meter. Etwa einen Kilometer vor dem Eingang der Tempelanlage stand ich erschöpft und durstig am Straßenrand. Der Schweiß floss in Strömen. Ein vorbeifahrender Handwerker nahm mich das letzte Stück mit. Dann stieg ich über viele unebene Treppenstufen hinauf zum Tempel. Für die Schönheit des Bambuswaldes um mich herum hatte ich kaum einen Blick. Oben angekommen, wartete bereits mein Retter: Er reichte mir eine Flasche Wasser und verließ mich erst, als ich mich wieder erholt hatte. Kleine Geschenke – Getränke, Obst, Speisen, etwas Geld und so weiter – an Pilger haben auf Shikoku Tradition. Man nennt es o-settai. Oft erhielt ich unterwegs diese Zuwendungen – und nicht selten im richtigen Moment.

Auf dem Weg zurück vom Berg erlebte ich die nächste Überraschung. Ich lief auf einem schmalen Hohlweg abwärts, als ich plötzlich vor mir einen aufgerichteten und vibrierenden Schlangenschwanz sah. Vollgepumpt mit Adrenalin hielt ich abrupt an. Etwa zwei Meter vor mir – halb verdeckt unter einem Baumstamm – lag die giftigste Schlange Japans: eine Mamushi-Viper. Leichtsinngerweise schlug ich mit meinem Pilgerstock gegen den Baumstamm. Die Mamushi blieb, das Vibrieren wurde stärker. Beeindruckt kletterte ich seitlich den Hohlweg hoch, und die Viper schlängelte ins Unterholz.

Unterwegs auf dem Pilgerweg: Bereits vor dem Betreten einer Tempelanlage unter dem wachen Blick grimmig schauender Tempelwächter (nio, große hölzerne Figuren) beginnen für Pilger



Unterwegs durch den Wald zum 12. Tempel Shozan ji

die Rituale eines Tempelbesuchs. Als Christ betrat ich die Tempel mit Respekt und Demut und vollzog ebenfalls die Rituale. Beim singenden Rezitieren der Herzsutras (...) musste ich passen. Ich beschränkte mich auf eine verkürzte Form (...). Den Abschluss des Tempelbesuchs bildete der Kalligrafie- und Stempelbeitrag in meinem Pilgerbuch.

Immer wieder beobachtete ich fasziniert die schwungvollen Pinselbewegungen beim Schreiben des Tempelnamens und des Sanskrits des Haupt-Buddhas des Tempels. Zu den Ritualen gehört auch das Hinterlassen eines ausgefüllten Namenskärtchen – o-samefuda – in einem der Zettelkästen bei der Haupthalle. Diese o-samefuda beschriftet man mit Namen, Alter und Besuchsdatum. Ich hatte mir die Namenskärtchen vorgedruckt mitgenommen und trug nur noch das Datum ein.

Der Pilgerweg ist mit unterschiedlichen Markierungen und Hinweisen gekennzeichnet. Häufig begegneten mir

die etwa vier Zentimeter großen, roten Pilgermännchen oder Pilgerpfeile. Trotzdem sollte man achtsam sein, denn hin und wieder sind diese Zeichen von der Sonne ausgebleicht oder verdeckt durch Zweige und Blätter. Daneben gibt es Holzschilder und Steinsäulen. Diese sind zum Teil sehr alt und verwittert. Darauf ist jedoch gut erkennbar eine Hand mit ausgestrecktem Zeigefinger

Viele Tempelanlagen liegen auf einem Berg

in Laufrichtung. Neue Holzschilder oder Steinsäulen haben zum Teil ein grafisch gestaltetes Kanji-Zeichen eingraviert, das in einem Quadrat wie ein sich schlängelnder Weg gestaltet ist. Dieses Zeichen symbolisiert die Zahl Vier, ist gleichzeitig das erste Zeichen des Namens für Shikoku und dient nun als Wegezeichen.

Viele Tempelanlagen liegen auf einem Hügel oder Berg. Zu Fuß sind sie über Trampelpfade, schmale asphaltierte Wege und zahllose unebene, treppenähnlich ausgebaute Waldpfade oder in Fels gehauene Treppen zu erreichen. Unter-

INFO

Weitere Informationen:

- www.deutschland-zu-fuss.com
- www.shikoku-pilgerweg.de
- www.chita-pilgerweg.de
- www.rund-um-deutschland.com
- www.bachw.de/blog
- www.rund-um-deutschland.com/deu/mein-jakobsweg-2009

INFO

Das ist Werner Bach

Der gebürtige Dortmunder war in verschiedenen Regionen Deutschlands zu Hause, bevor er in Darmstadt sesshaft wurde. 2001 fasste er den Entschluss, sein Leben radikal zu ändern. Dem Workaholic und bekennenden Couch-Potato war bis dahin jedwede Bewegung ein Gräu- el. Sein Beruf in der Software-Entwicklung war Berufung und Hobby zugleich. Nach einer Bandscheiben- und Knieoperation schloss er sich einer Walking-Gruppe an. Sein Leben veränderte sich zu dem eines Gesundheits- und Fitnessfanatik- ers. Inzwischen besitzt er die Lizenz zu Schulungen und betreut die schnellste Nordic-Walking-Gruppe seines Vereins. Dreimal pro Woche ist er im Gelände unterwegs, zweimal pro Woche steht Krafttraining auf dem Programm. 2009 pilgerte er von seinem heutigen Wohnort Darmstadt nach Santiago de Compostela und legte dabei zirka 2.700 Kilometer zurück. Ein Jahr später bewältigte er zirka 1.000 Kilometer

von Sevilla nach Santiago de Compostela. 2013 wanderte er zu Fuß zu Stationen seines Lebens, ehemalige Freunde, Schulfreunde, Studienkollegen, Arbeitskollegen und Nachbarn wollte er treffen. Menschen, die er teilweise 40 Jahre nicht mehr gesehen hatte. Während seiner neun Monate langen Reise rund um Deutschland legte er knapp 5.000 Kilometer zurück und traf damals unter anderem auch FORUM-Wanderexperte Günter Schmitt an der Saarschleife. Im Frühjahr 2019 startet Werner Bach in Aachen zum Wanderweg der Deutschen Einheit – quer durch Deutschland von West nach Ost. Ein innerdeutscher Fernwanderweg von zirka 1.000 Kilometern. Er verbindet die Stadt Aachen am Dreiländereck Deutschland, Belgien, Holland im Westen mit der östlichen Stadt Görlitz an der polnischen Grenze. Anschließend ist er von Görlitz nach Garmisch Patenkirchen mit dem Zug unterwegs, um dann um vom Süden Deutschlands in den Norden bis zur Insel Sylt zu wandern.

funktionierte, ließ ich mir helfen. Zum größten Teil führt der Pilgerweg entlang oder direkt auf Straßen. Hin und wieder sind lange Tunnel zu durchqueren. Mit dem Pilgerhut und dem Pilgerstock war ich für Autofahrer schon von weitem als Pilger erkennbar. Für die Tunnel hatte ich mir ein LED-Reflektorarmband mitgenommen. Und das leistete mir gute Dienste in den manchmal schwach beleuchteten Tunneln ohne getrennten Seitenstreifen. Kleinere Straßen durch alte Dörfer hatten ihren besonderen Charme. Hier war die Zeit stehen geblieben, und hier sah man traditionelle alte Wohngebäude. Natürlich war ich auch auf einsamen Waldpfaden unterwegs und durchquerte wundervolle kleine Bambuswäldchen. Leider stürzten sich hier die Mücken auf das für sie lebende Futter. Trotzdem genoss ich diese Bambuswäldchen mit dem knarrenden Geräusch der sich wiegenden Stämme und den lichtdurchfluteten Baumwipfel.

Der atemberaubende Blick von einem hochgelegenen Pfad auf den Pazifischen Ozean ist unvergessen für mich. Unten tiefblaues Wasser, weißschäumende Gischt heranrollender Wellen, umsäumte Felsen und kleine, vorgelagerte Insel. Dahinter die endlose Weite des Ozeans. Der Gehweg neben der Straße am Meer entlang wirkte dagegen ernüchternd. Flache Abschnitte wechseln sich mit Bergen bis zu 950 Meter Höhe ab.

Zwischen Tempel 87 und 88 an einem Rastplatz steht ein empfehlenswertes Pilgermuseum mit vielen alten Exponaten. Hier erhält man eine englisch japanische Pilgerurkunde. Für mich noch wertvoller war die im 88. Tempel in Japanisch ausgestellte Urkunde. Und das war nur möglich, da mein Name auf meinem Namenskärtchen auch in Japanisch stand.

Mein Resümee: Der Shikoku-Pilgerweg verlangte mir einiges ab: große Hitze mit hoher Luftfeuchtigkeit, Krankheit, Blasen, Stürze, Taifune, giftige Schlangen, viele Steigungen und noch viel mehr Treppenstufen. Trotz dieser Widrigkeiten fand ich immer zur inneren Ruhe und Ausgeglichenheit zurück. Ich verbinde diese Pilgerreise mit vielen schönen Momenten, Begegnungen und der mir immer wieder entgegengebrachten Hilfsbereitschaft und Freundlichkeit der Menschen. Für mich mit inzwischen 10.000 zurückgelegten Fußkilometern war und bleibt diese Pilgerreise einzigartig. ●

wegs begegneten mir nicht viele Pilger. Das änderte sich in der Nähe der Tempelanlagen. Wenn ich schweißgebadet von Bussen und Autos auf dem letzten Stück überholt wurde, kam ein bisschen Neid auf. Da saßen sie im klimatisierten Bus oder Auto und sahen mitleidig auf mich herab. Auf den Parkplätzen strömten blütenweiß gekleidete Pilger aus den Bussen zur Anlage. Ankommende Autopilger kleideten sich vor dem Eintritt pilgergerecht. Die Begegnungen in der Tempelanlage selbst waren sehr nett, und ich war häufig ein begehrtes Foto-Objekt. Einmal bekam ich eine Einladung zur kostenlosen Übernachtung in einem Tempel in Matsuyama. Inzwischen ist im August und September Taifun-Hochsaison. Leider verstand ich nur wenig in den TV-Nachrichten von den herannahenden Taifunen. Ich traf zufällig einen Studenten aus Tokio und fragte ihn, wie ich im Internet mehr Informationen finde. Doch er konnte mir nicht helfen. Wir trennen uns in

Sehr viele Japaner sind unglaublich hilfsbereit

entgegengesetzte Richtung. Nach etwa 20 Minuten kam mir der Student nachgejoggt und gab mir die Webadresse des japanischen Wetterdienstes. Hier fand ich alle Informationen in Englisch. Wieder einmal war ich tief beeindruckt von der Hilfsbereitschaft der Japaner.

In Minshukus (Familienpensionen) und Ryokans (traditionelle japanische Hotels) traf ich vereinzelt Fußpilger. Die meisten waren Rentner oder Studenten und immer Kurzzeit-Pilger. Das erholsame heiße japanische Bad (o-furo) genoss ich. Genauso das klassische Frühstück und Abendessen. Für mich war es immer ein Hochgenuss und gleichsam eine Augenweide. Wenn möglich, buchte ich beides. Täglich musste ich meine schweißgetränkte Kleidung waschen. Fast immer gab es in den Unterkünften Waschmaschine und Trockner gegen eine geringe Gebühr. Schnell gewöhnte ich mich daran, die Waschmaschine mit nur japanisch beschrifteter Tastatur zu bedienen. Wenn es nicht

Lesefutter für Pilger



FIOLY BOCCA

**Das Glück am Ende des Weges –
Ein Jakobsweg-Roman**

Wie schade, dass man bestimmte Momente nicht festhalten kann. Wie das Erwachen in andalusischen Pinienwäldern, wenn man die Nase aus dem Zelt streckt und den Duft von Meer und Eukalyptus atmet. Gedanken von Alma, die im französischen Saint Jean Pied de Port, einen Tag zuvor angekommen ist, um sich auf den Weg zu machen. Zu Fuß über den Jakobsweg ins spanische Santiago de Compostella. Unterwegs begegnet sie Frida. Die beiden wandern ein langes Stück gemeinsam auf dem Weg und werden zu Freundinnen. Sie vertrauen einander ihren Kummer an, begegnen den unterschiedlichsten Menschen und heilen Schritt für Schritt ihre gebrochenen Herzen. Alma und Frida erkennen, dass das Leben sie noch lange nicht aufgegeben hat. Denn manchmal liegt im größten Schmerz das kleine Glück. Und vielleicht muss man sich einfach auf den Weg machen, um bei sich selbst anzukommen.

Rowolth Verlag GmbH,
Reinbeck bei Hamburg, 2018, 220 Seiten,
ISBN 978 3 8052 0039 4,
Preis 18,00 Euro

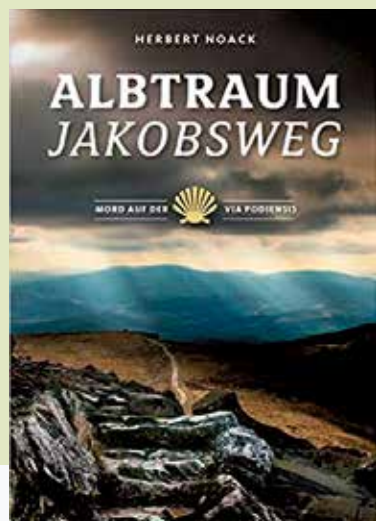
HAPE KERKELING

Ich bin dann mal weg. Meine Reise auf dem Jakobsweg.

Es ist ein nebelverhangener Morgen, als Hape Kerkeling in Saint-Jean-Pied-de-Port aufbricht. Sechs Wochen Fußmarsch auf dem legendären Camino Francés liegen vor ihm, allein mit sich und seinem knallroten Rucksack, über die Pyrenäen, quer durch das Baskenland, Navarra und Rioja, Kastilien-León bis nach Galicien zum Grab des Apostels Jakob. Mit Humor schildert er den Reiz jeder Etappe, erlebt Einsamkeit und Stille, Erschöpfung und Zweifel aber auch Hilfsbereitschaft, Freundschaften und Momente, die für alle Entbehrungen entlohnen. „Dieser Weg“, so Kerkeling, „ist hart und wundervoll. Er ist eine Herausforderung und eine Einladung. Und er baut dich wieder auf. Er nimmt dir alle Kraft und gibt sie dir dreifach zurück.“

Piper Verlag,
München, 2006, 352 Seiten,
ISBN 978-3-89029-312-7,
Preis 19,90 Euro





HERBERT NOACK

„Albtraum Jakobsweg“

Der Autor Herbert Noack ist leidenschaftlicher Jakobspilger und Naturliebhaber. Der Roman „Albtraum Jakobsweg“ handelt von Franz und Sarah, die sich einen lang gehegten Traum erfüllen: Eines Tages pilgern beide los und lassen alles hinter sich. Als sie im Kloster Beuron an der Donau beim Benediktinerorden übernachten, wird ein Mönch ermordet. Der Albtraum beginnt. Der rote Faden des Verbrechens zieht seine Spuren durch zahlreiche Orte des Pilgerweges bis nach Frankreich und hinein ins Zentralmassiv. Orte wie Beuron, Konstanz, Einsiedeln, Rapperswil oder Le Puy in Frankreich werden zu Schauplätzen. Kurz hinter Le Puy-en-Velay wurden die Wegweiser des Jakobsweges vertauscht. Das karge, menschenleere Hochplateau des Aubrac im Zentralmassiv gilt als gefährlich. Eindringlich wird vor Banditen und Mördern gewarnt, zumindest in früheren Zeiten. In der heutigen Zeit kann so etwas nicht mehr vorkommen. Aber man kann sich auch irren.

Herstellung und Verlag:
BoD-Books on Demand,
 Norderstaedt, 2017, 300 Seiten,
ISBN: 978-3-7448-9958-1,
Preis: 14,99 Euro

ALEXANDER RICH

„Zu Fuß nach Rom“

Als Via Francigena, als Frankenstraße, werden die alten Fernstraßen bezeichnet, die Pilger auf ihrem Weg vom Frankenreich oder von England aus über das Gebiet des Frankenreichs nach Rom zu Grabstätte der Apostel Petrus und Paulus nutzten. Die heutige Rekonstruktion der Via Francigena stützt sich im Wesentlichen auf Angaben des Erzbischofs Sigerich von Canterbury, der im Jahr 990 nach Rom pilgerte. Der Autor Alexander Rich erfüllte sich einen Jugendtraum und pilgerte von Falkau im Südschwarzwald 1.481 Kilometer nach Rom. Vom Schwarzwald führt der Weg in die Schweiz zunächst bis Lausanne über den Jakobsweg. In Lausanne pilgert er weiter über den Frankenweg. Nach der Überquerung des großen St. Bernhard führt ihn der Weg ins Aostatal, anschließend durch die Po-Ebene und danach über den Apenin. Es folgen Tage in der Toscana, ehe er das Latium erreicht und nach 59 Pilgertagen in Rom ankommt. Seine Pilgerreise wurde für ihn zu einer tiefen und unersetzlichen Erfahrung.

Verlag: tredition GmbH,
 Hamburg, 2011, 300 Seiten,
ISBN: 978-3-8424-0192-1,
Preis: 14,99 Euro



ANTON UND

SIMONE OCHSENKÜHN

„Auf dem Franziskusweg“ – Eine Pilgerreise von Assisi nach Rom

Vergangenheit ist Geschichte, Zukunft ist Geheimnis aber jeder Augenblick ist ein Geschenk. Mit diesem tibetischem Sprichwort beginnt die Beschreibung der Pilgerreise, die das Autorenehepaar Simone und Anton Ochsenkühn nach Italien führt. In einer schwierigen Lebensphase ihrer Partnerschaft entscheiden sie sich, den Franziskusweg zu wandern. Diese Pilgerreise wird zur intensivsten Erfahrung ihres bisherigen, gemeinsamen Lebens.

Solch eine Wanderung, schreibt Simone nach gut einer Woche, gibt dir Zeit. Zeit, einen Gedanken zu Ende zu denken, dich auf deinen Körper zu besinnen, eine Diskussion zu Ende zu führen, statt zu träumen, Träume zu leben. Egal wo man ist. Egal was man tut – den Moment bewusst wahrzunehmen, das macht das Leben interessant. Und so wird der Pilgerweg von Assisi nach Rom zum neuen Anfang ihrer Beziehung.

Verlag: tredition GmbH,
 Hamburg, 2011, 300 Seiten,
ISBN: 978-3-8424-0192-1,
Preis: 14,99 Euro

Termine

2019

MEDITATIVE PILGER- WANDERUNGEN AUF DEM „STERNENWEG“

**Etappe: Wintringer Hof –
Auersmacher- Wintringer Hof**
(Rundweg etwa zehn Kilometer)

Dauer: circa sieben Stunden,
Kosten zehn Euro pro Person

Start: Wintringer Hof, KulturOrt
Wintringer Kapelle

Führung: Peter Michael Lupp

Leistungen: Kaffee und Kuchen im
„Alten Bauernhaus“

Termine: Samstag, 23. Juni, 12 Uhr
Samstag, 21. September, 12 Uhr
Samstag, 30. November, 12 Uhr

Die meditativen Pilgerwanderungen folgen einem Teilstück der europäischen Wege der Jakobspilger im Biosphärenreservat Bliesgau. Sie beginnen am KulturOrt Wintringer Kapelle und thematisieren unterwegs die Kunst des guten Lebens. Nach einer Einführung geht es auf dem Sternenweg/Chemin des étoiles vorbei an einem poetischen Garten Richtung Auersmacher. Ziel in Auersmacher ist die Pilgerherberge „Altes Bauernhaus“. Nach einem Innehalten in der Dorfkirche führt die mittelschwere Wanderung zurück über das „Sternenfeld“ zum Wintringer Hof. Abschluss ist eine Meditation in der Wintringer Kapelle. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zur Einkehr im Landgasthaus des Wintringer Hofes

Weitere Informationen:
www.sterneneg.net

**Etappe: von Kloster Hornbach
nach Auersmacher**

Dauer: Drei Tagesetappen,
Gesamtstrecke: etwa 45 Kilometer

Preis pro Person: 80 Euro

Leistungen: Führung auf dem Weg,
warme Pilgermahlzeiten (einfach
und saisonal), zum Abschluss
Kaffee und Kuchen im „Alten
Bauernhaus“ in Auersmacher

Etappe: Donnerstag 30. Mai,

Start: Kloster Hornbach am
Fabianstift – Kreuzkapelle Medelsheim

Etappe: Freitag, 31. Mai,
Start: Kreuzkapelle Medelsheim –
Kloster Gräfinthal

Etappe: Samstag, 1. Juni,
Start: Kloster Gräfinthal –
„Altes Bauernhaus Auersmacher“

Start der jeweiligen Etappe:
9.30 Uhr am Startpunkt

Wichtiger Hinweis: diese dreitägige Tour kann nur als Paket gebucht werden. Die Teilnahme erfordert eine gute Kondition. Die Rücktransfers zum jeweiligen Ausgangspunkt müssen privat organisiert werden. Rucksackverpflegung nach eigenem Bedarf mitführen. Wichtig: gutes Schuhwerk und Regenbeleidung nicht vergessen.

Anmeldung zwingend erforderlich!
Veranstalter: VHS Regionalverband
Saarbrücken, Susanne Lofi,
Telefon 0681-5064353,
susanne.lofi@rvsbr.de

Weitere Informationen:
www.sternenweg.net

PILGERREISEN MIT DEM BISTUM TRIER IN AUSGEWÄHLTE LÄNDER

Pilgern bedeutet Spiritualität und Gemeinschaft erleben, an heiligen Stätten beten und verweilen. Bei den Pilgerreisen kombiniert das Bistum gemeinsam mit dem Reiseunternehmen Arche Noah besondere Erlebnisse mit ausgewählten Besichtigungen. Die Reisen werden von Geistlichen begleitet und sehen gemeinsame Heilige Messen in Pilgerkirchen oder auch mal unter freiem Himmel vor. Unter anderem führen die Reisen ins Heilige Land, nach Griechenland, in die Türkei, nach Zypern, Norditalien, Südpolen aber auch ins Elsass, zu Klöstern im Rheingau und selbstverständlich auch nach Lourdes, Fatima und Santiago de Compostela.

Weitere Informationen:
Arche Noah Reisen GmbH,
Weberbach 17/18, 54290 Trier
Telefon 0651-97555-0,
E-Mail: info@arche-noah-reisen.de

**WALLFAHRTSORT KLOSTER
BLIESKASTEL**

Das Kloster Blieskastel ist ein Kloster der Franziskaner-Minoriten. Die Heilig-Kreuz-Kapelle wurde bereits in den Jahren 1682/83 errichtet. In ihr befindet sich die aus dem 14. Jahrhundert stammende Pietà „Unsere Liebe Frau mit den Pfeilen“, zu der sich jährlich viele Menschen zu einer Wallfahrt ins Kloster Blieskastel aufmachen. Im Kloster befindet sich die Gaststätte und Herberge „Pilgerrast“. Neben Speisen und Getränken bietet sie die Möglichkeit zur Übernachtung im Kloster an. Alle Zimmer sind ehemalige Zellen der Mönche.

Weitere Informationen:
Wallfahrtskloster Blieskastel, Klosterweg 35, 66440 Blieskastel, Telefon 06842-2323

KLOSTER GRÄFINTHAL

Gräfinthal entstand Mitte des 13. Jahrhunderts, als Gräfin Elisabeth von Blieskastel hier ein Kloster stiftete. In der Klosterkirche befindet sich eine mittelalterliche Tumba mit liegender Frauengestalt. Ob es sich dabei um das Grab der Stifterin handelt, ist nicht gesichert, jedoch wahrscheinlich. Nach der Legende wurde die Gräfin zuvor durch Gebet vor dem Gnadenbild eines Einsiedlers, der auf dem nahen Brudermansfeld lebte, von einem Augenleiden geheilt, weshalb sie aus Dankbarkeit das Kloster stiftete. Gräfinthal zählt zu den offiziellen Wallfahrtsstätten des örtlich zuständigen Bistums Speyer. Überdies ist es Pilgerort auf dem saarländischen Teil der Jakobsweg-Etappe Hornbach – Metz, die sich in Hornbach an den Pfälzischen Jakobsweg anschließt.

Weitere Informationen:
Benediktiner-Priorat Gräfinthal, Kloster Gräfinthal, 66399 Mandelbachtal-Bliesmengen-Bolchen, Telefon 06804-6836

BERGKAPELLE ILLINGEN

Die Bergkapelle „Zu den Sieben Schmerzen Mariens“ mit der Pietà von Matthias Weyser wurde vermutlich im 16. Jahrhundert unter der Regentschaft des Ritters Heinrich von Kerpen gebaut. Sie steht zwischen Illingen und Steinertshaus auf einer Anhöhe. Die heutige Bergkapelle wurde 1901 von Wilhelm Hector im neugotischen Stil errichtet. Anziehungspunkt ist eine ausdrucksvolle

Weyser-Pietà im Altarraum, die seit 1797 nachgewiesen ist. Viele Motivtafeln vor dem Haupteingang und ein Sandsteinkreuz geben Zeugnis dankbarer Wallfahrer, die Trost bei Krankheiten und in persönlichen Notlagen suchen. 1716 soll es zu einer Wunderheilung bei einem Mann aus Schiffweiler gekommen sein.

Weitere Informationen: Bergkapelle, Kapellenstraße, 66557 Illingen, Telefon 06825-2690

**MARIENERSCHEINUNGEN
IN MARPINGEN**

Bei den Marienerscheinungen in Marpingen handelt es sich um Berichte von drei achtjährigen Mädchen. Im Härtelwald von Marpingen so die Mädchen, sei ihnen mehrfach die Jungfrau Maria erschienen. Die erste Erscheinung wollten die Mädchen am 3. Juli 1876, die letzte am 3. September 1877 gehabt haben. Obwohl die Kinder die Erscheinungen später mehrfach widerriefen, pilgerten bereits nach wenigen Tagen Tausende von Pilgern in den Härtelwald. Heute gelten die Marienkapelle und die Marienquelle im Härtelwald als Orte der Besinnung und inneren Einkehr, des Gebets und Verehrung der Gottesmutter. Andachten finden jeden Sonntag um 15 Uhr statt, an jedem vierten Sonntag im Monat feine Krankenandacht statt.

Rosenkranzgebete
(Sommer wie Winter): Sonntag, 19 Uhr,
Montag bis Mittwoch 18.30 Uhr,
Donnerstag 19.30 Uhr,
Freitag 15 Uhr, Samstag 19 Uhr

Weitere Informationen:
Gemeinde Marpingen, Urexweilerstraße 11, 66646 Marpingen, Telefon 06853-9116-0

PILGERSTADT ST. WENDEL

Der heilige Wendelin ist der Schutzpatron der Stadt und machte St. Wendel zum Wallfahrts- und Pilgerort. Schon seit dem 7. Jh. kommen Menschen von nah und fern zu seinem Grab in der gotischen Wendelinusbasilika. Der Legende nach war er ein irischer Mönch, der im 6. Jh. als Einsiedler unweit der Stadt lebte. Auch heute noch ist der Heilige in seiner Stadt allgegenwärtig.

Weitere Informationen: Katholische Pfarrgemeinde St. Wendelin, Fruchtmarkt 14, 66606 St. Wendel, Telefon 06851-9397-0; www.pg-wnd.de, pfarr-

FOTOS: GETTY IMAGES / EYEEM

Victor's

RESIDENZ-HOTEL
FRANKENTHAL
★★★★

Einfach wunderbar

Durchwandern Sie den Pfälzer Wald mit seinen zahlreichen attraktiven Wanderwegen. Davor und danach lassen Sie sich in unserem Hotel verwöhnen.

Angebot „Einfach wunderbar“

Freuen Sie sich auf:

- 2 Übernachtungen im Komfort-Doppelzimmer inklusive reichhaltigem Frühstücksbuffet
- eine umfangreiche Wanderkarte der Region
- eine Flasche Pfälzer Wein bei Anreise
- Nutzung des kleinen Sauna-Bereichs

Buchbar unter www.victors.de



3-fach
wunder-
bar



Saarland, RADLAND, WANDERLAND



FÜR AKTIVURLAUBER UND GENUSSMENSCHEN

Für alle In-die-Pedale-Treter.
Über-Stock-und-Stein-Geher. Natur-Genießer.
Kilometer-Sammler. Und Sich-auch-mal-dreckig-Macher.
Denn die schönsten Wege führen ins Saarland – und zu fünf
erstklassigen Victor's Residenz-Hotels mit höchstem
Komfort und zuvorkommendem
Service.

Freuen Sie sich auf:

- zwei Übernachtungen inklusive Frühstücksbuffet
- ein Abendessen als 3-Gang-Menü
(auf Schloss Berg: ein Abendessen als 4-Gang-
Menü im Restaurant *Bacchus* oder im *Victor's
Landgasthaus Die Scheune*, je nach Verfügbarkeit)
- ein Lunchpaket sowie eine Radfahr- oder
Wanderkarte
- ein Präsent aus Victor's Welt

*ab € 115 pro Person im Doppelzimmer
ab € 160 im Einzelzimmer*

im Victor's Residenz-Hotel Schloss Berg ****S:
*ab € 205 pro Person im Doppelzimmer
ab € 305 im Einzelzimmer*

Die Saarland Card bietet Ihnen freien Eintritt zu mehr
als 85 Attraktionen und die kostenlose Nutzung von
Bus und Bahn. www.card.saarland



Victor's
RESIDENZ-HOTELS
SAARLAND