

Pilgern, so we

Unterwegs auf Schweizer Jakobswegen: Zeitlupe-Redaktorin Usch Vollenwyder pilgerte während vier Tagen und über fünfzig Kilometer vom Kloster Fischingen zum Kloster Einsiedeln – und das ausgerechnet während der heissesten Woche des Jahres.

Text und Bilder: Usch Vollenwyder

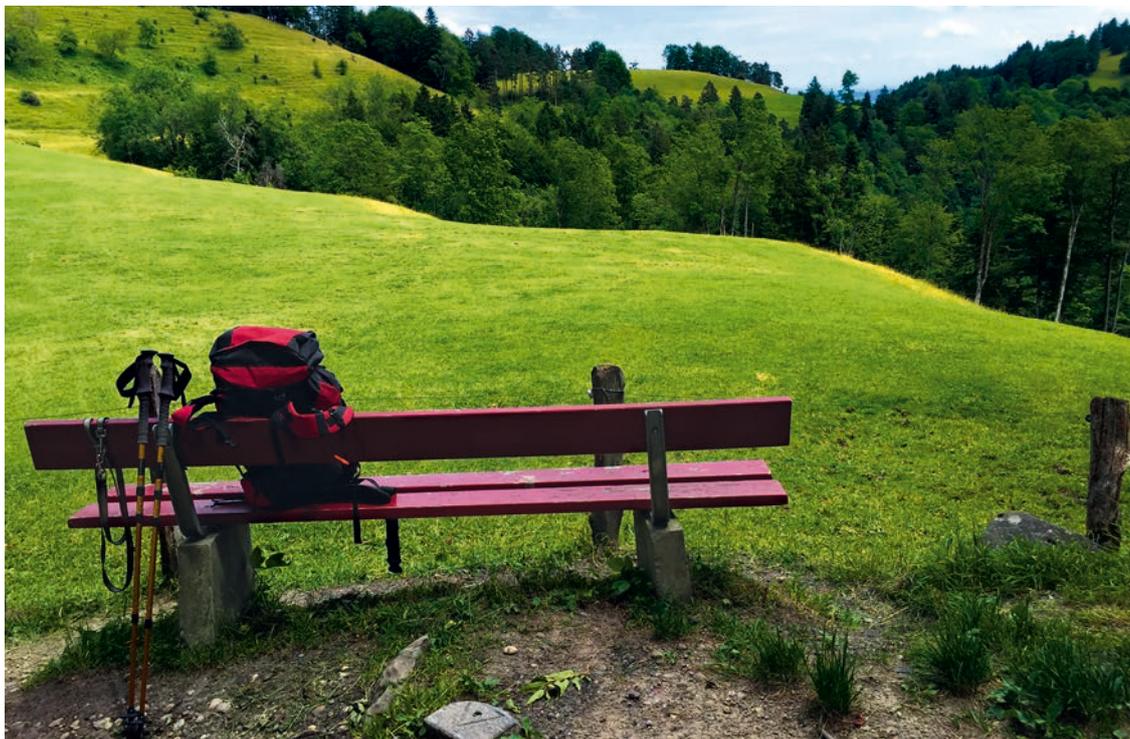


Bild: Prisma

Fischingen – Hörnli

Unschlüssig stehe ich vor dem Grabmal der heiligen Idda in der Klosterkirche Fischingen. Idda von Toggenburg ist zuständig für schmerzende Pilgerfüsse. Um Linderung zu bekommen, muss man diese ins Fussloch des Altars stecken. Schliesslich verzichte ich darauf: Ich bin ja noch keinen Tag gepilgert, meine alten Wanderschuhe tragen mich seit Jahrzehnten problemlos über Stock und Stein, und die Blasen an den Füssen habe ich mir von den neuen Moka-

sins geholt. Ich werde mich ohne den Segen dieser Lokalheiligen auf den Weg machen.

Vor der Klosterkirche wartet Badi neben meinem Rucksack und den Wanderstöcken. Als mein Pilgerhund darf er mitkommen, unsere körperliche Kondition ist etwa die gleiche: Beide sind wir längst nicht mehr die Jüngsten und tragen einige Kilos zu viel mit uns herum. Badi wedelt mit dem Schwanz. Auch für ihn kann es nach der langen Zug- und Busfahrt vom bernischen Gürbetal zum Kloster Fi-

it die Füße tragen



Usch Vollenwyder unterwegs auf dem Pilgerweg – auf dem Weg zu neuen Erlebnissen und Erfahrungen.

schingen im südlichen Zipfel des Kantons Thurgau endlich losgehen.

Ich schnalle meinen Rucksack auf den Rücken. Er ist nicht schwer, denn meine Pilgerreise wird in Einsiedeln bereits zu Ende sein: Ersatzwäsche, ein Frottiertuch und eine Zahnbürste, Sonnencreme, Hundefutter, gefüllte Wasserflaschen für Mensch und Tier, ein Mittagssandwich. Dazu die detaillierte Wegstrecke mit dem Höhenprofil aus dem Internet, den Wanderführer «Jakobswege Schweiz» und den Bestseller von Hape Kerkeling «Ich bin

Lesen Sie bitte weiter auf Seite 12

dann mal weg». Der deutsche TV-Moderator und Kabarettist pilgerte 2001 von der französischen Grenze quer durch Spanien bis zum Grab des Apostels Jakobus in Santiago de Compostela an der Atlantikküste. Er suchte Gott. Dessen Existenz nahm er als gegeben an, denn er wollte ja nicht während sechs Wochen und über 600 Kilometer einem Phantom nachjagen. Meine Erwartungen sind weit weniger gross. Aber ich bin ja auch nur vier Tage und allerhöchstens fünfzig Kilometer unterwegs.

Los gehts. Das alte Schild vor dem Kloster zeigt das nächste Ziel an: Steg 3 h. Meine erste Etappe wird jedoch auf dem Hörnli enden, denn die Pilgerunterlagen versprechen auf Zürichs bekanntem Aussichtsberg einmalige Sonnenauf- und -untergänge. Rechtzeitig habe ich deshalb im Berggasthaus eine hundetaugliche Unterkunft reserviert.

Schweizweit gibt es an allen Pilgerwegen genügend Übernachtungsmöglichkeiten, sodass sich Etappen je nach Lust und Leistungsvermögen selber zusammenstellen lassen. Und die Wegweiser sind ausführlich markiert – mit einer weissen Vier auf grünem Grund und einer gelben Jakobsmuschel im blauen Rand.

600 Höhenmeter, viele Treppen und steile Rampen vor dem Hörnli-Gipfel – dazu diese Hitze! Wetterfrosch Thomas Bucheli hatte zwar ein stabiles Hoch namens Annelie vorausgesagt, aber dass es so heiss werden würde... Bald kreisen meine Gedanken nur noch um den pochenden Herzschlag in meinen Ohren, den salzigen Schweiß, der in den Augen brennt, und die Bremsen und Mücken, die mich umschwirren. Die erste Mücke ist totgeklatscht, bevor ich mich auf mein persönliches Pilgermotto besinne: Achtsamkeit. Ich hole den Insektenspray aus dem Rucksack.

Hörnli – Gibswil



Als ich mitten in der Nacht erwache, stehen der fast volle Mond und ein paar blasse Sterne am Himmel. Eigentlich hatte ich auf den Sonnenuntergang warten wollen. Aber noch um halb zehn war der Himmel Richtung Westen hellblau, und ein paar rotgoldene Wölklein verdeckten die untergehende Sonne. Dann muss ich eingeschlafen sein. Die Matratze habe ich vor dem Zubettgehen vom Massenlager im Schopf hinter dem Berggasthaus auf die Terrasse geschleppt. Zum einen mag ich keine geschlossenen Räume, und zum an-



Etappenort für die einen, Pilgerziel für die anderen: die Klosterkirche von Einsiedeln.

deren tauchten plötzlich alte Walliser Kinderängste wieder auf. Ich bin überzeugt, mein Grossvater habe im verschlossenen Stall neben dem Schopf Kettengeklirr verwunschener Kühe und das Lachen unerlöster Hirtenseelen gehört.

Weder meditativ noch in mich gekehrt, sondern völlig verschwitzt und durstig war ich am späteren Nachmittag auf dem 1133 Meter hohen Gipfel angekommen. Pilgern hatte sich nicht als Balsam für die Seele, sondern vielmehr als eine Herausforderung für den Körper erwiesen. Erschöpft mischte ich mich unter die vielen Wanderer und Velofahrerinnen. Um sechs Uhr waren sie alle weg, das Berggasthaus wurde geschlossen. Koch Ivan machte mir einen Siedfleischsalat parat. Er wünsche mir eine gute Nacht und komme am nächsten Morgen wieder.

Nun waren wir allein, mein Hund und ich. Das hatte ich nicht erwartet. Doch geduscht und gepflegt sah die Welt wieder anders aus. Das Rundum-Panorama war grossartig – hinunter nach Sternenberg, wo meine Tochter wohnt, hinüber zum Säntis, den Churfürsten, ins Toggenburg, ins Zürcher Oberland und Richtung Süden, wo am nächsten Tag meine Pilgerreise weiterführen würde. Ruhe kehrte ein, auch in meinem Herzen. Ich richtete mir mein Nachtlager ein. Auf der Weide grasten Kühe. Bei Glockengebimmel schlief ich ein. Und erwache mitten in der Nacht. Ich öffne den Schlafsack. Selbst in der Nacht und auf über tausend Metern ist es heiss.

Wie immer, wenn ich in den nächtlichen Himmel blicke, erfüllt mich Ehr-

furcht. Und die immer gleiche Frage: Bin ich als Teil dieses gewaltigen Universums ebenfalls ein grossartiges Wesen, einfach in vergleichsweise winziger Ausgabe? Ein komplexer Mikrokosmos im unendlichen Makrokosmos? Oder bin ich ein Nichts angesichts der Ewigkeit? Natürlich bekomme ich auch in dieser Nacht keine Antwort. Aber ich fühle mich grossartig.

Auch den Sonnenaufgang verpasse ich. Ich höre Ivan im Haus rumoren und krieche schnell aus dem Schlafsack, versorge die Matratze, mache Katzenwäsche. Wo denn die anderen Pilger seien, will ich von Ivan beim Frühstück wissen. Ein paar von den geschätzten 150 000, die jedes Jahr auf den Jakobswegen nach Santiago unterwegs sind, müssten doch auch auf dem Hörnli anzutreffen sein. Ivan lacht: Jetzt sei Badewetter und sicher kein Pilgerwetter! Letztes Jahr bei angenehmeren Temperaturen hätten aber jede Woche bestimmt zehn bis zwanzig Pilgernde im Massenlager übernachtet.

Steil führt das autofreie Strässchen die 450 Höhenmeter hinunter nach Steg. Spontan miete ich für die Abfahrt ein Trottinett. Mit meinem tollpatschigen Hund und meiner mangelnden Beweglichkeit gewinne ich zwar keine Zeit, aber ich kann mein rechtes Arthroseknie schonen. Am Wegrand blüht ein Türkenbund. Ich halte an. Ich habe seit vielen Jahren keinen mehr gesehen.

Am Bahnhof von Steg schliesse ich das Gefährt ab und lege den Schlüssel in den bereitgestellten Kasten. Dann laufen Badi und ich los Richtung Fischenthal, Gibswil, Dieterwil, Fägswil – einfach so

weit uns die Füsse tragen. Dort wird uns meine Tochter abholen.

Diese Pilgeretappe ist jedoch bereits nach rund drei Stunden in Gibswil zu Ende. Die Hitze ist schier unerträglich, ich keuche, Badi hechelt. An jedem Brunnen trinken wir, so viel wir können, und ich fülle die Wasserflaschen wieder auf. Ich habe vergessen, dass es so heiss sein und man solchen Durst haben kann. Auf dem Handy jagt eine Wetter-App die nächste; MeteoSwiss warnt vor einer extremen Hitzewelle der Stufe vier. Hoch Annelie fordert Abstriche. Für heute gebe ich auf.

Zudem führt dieser Streckenabschnitt fast ausschliesslich die Hauptstrasse entlang. Kein Schatten, kein Baum, nur Asphalt und pralle Sonne. Ich schimpfe über den hässlichen Wanderweg und muss gleichzeitig lachen: Falls eine Pilgerreise tatsächlich ein Symbol für den Lebensweg ist, wäre diese Strecke die perfekte Umgebung für viele Lebensabschnitte: ein Leben auf der Überholspur, in Grautönen und ziemlich vorhersehbar. Doch manchmal liegt auch ein Hindernis auf dem Weg, man verliert sich in einer Sackgasse oder nimmt die falsche Abzweigung...

Gibswil – Rapperswil



Mein vierbeiniger Pilgerbegleiter bleibt bei meiner Tochter in Sternenberg. In dieser Hitze laufe ich allein weiter. Und dann, als ich von Gibswil aus auf dem Panoramasträsschen in südlicher Richtung weitergehe, geschieht es immer wieder: Dass alle Gedanken plötzlich weg sind, sich ganz allein ein Fuss vor den anderen setzt, der Rucksack sein Gewicht verloren hat und Raum und Zeit aufgehoben sind. Für einen kleinen Augenblick ist es dann, als wäre ich eins mit meiner Umgebung.

Es ist überhaupt ein glücklicher Tag: Jedes Lüftchen empfinde ich als Wohltat, jeden Waldabschnitt als Geschenk. Kurz vor dem Weiler Moos mache ich unter zwei Lindenbäumen eine ausgiebige Siesta und schlafe tief und fest. Die Welt ist so unglaublich in Ordnung, dass es kaum zu ertragen ist. Beim Wanderparkplatz am Stadtrand von Jona steht ein geschnitzter Brunnenstock. Jemand hat das Wasser hierher geleitet. Während ich gierig trinke, schicke ich in Gedanken den unbekanntem Brunnenbauern meinen Dank zu. Man wird weich, wenn man so allein unterwegs ist und eigentlich nichts braucht.

Für die Nacht habe ich mir ein Bett in der Pilgerherberge von Rapperswil reserviert. Trudi Thoma amtiert diese Woche als sogenannte Hospitalera. Sie empfängt die ankommenden Gäste – manche melden sich an, andere kommen auf gut Glück. Vierzehn Betten stehen zur Verfügung. Ich bin Nummer 409. So viele haben seit April in der hell und freundlich gestalteten Herberge übernachtet. Letztes Jahr seien es insgesamt 1100 gewesen – Ältere und Jüngere, Familien mit Kindern, Studenten und Seelsorger, Fernwanderer und Menschen, die sich eine Auszeit gönnten. Jetzt endlich treffe ich auch auf andere Pilgernde.

Auf Walter zum Beispiel: Er ist in drei Tagen von Konstanz an den Zürichsee gewandert. Er möchte sich beweisen, was er mit bald siebzig noch zu leisten vermag – auch wenn beide Fersen eine einzige grosse Blase sind. Dennoch ist Walter guten Mutes, dass er in dreissig Tagen sein Ziel, Genf, erreichen wird.

Nur wenige Tage hingegen stehen Mutter und Tochter aus Stockholm zur Verfügung. Sie sind unterwegs nach Spiez im Berner Oberland, die Mutter pilgert aus meditativ-spirituellen Gründen, die Tochter möchte trainieren und fotografieren. Eine junge Österreicherin wäscht am Lavabo ihr verschwitztes Leibchen aus. Sie mag nicht reden.

Am späteren Abend treffen noch Marianne und Sepp aus Appenzell in der Pilgerherberge ein. Das Paar ist für ein verlängertes Wochenende unterwegs und besucht nach Möglichkeit auch die Klöster, Kirchen und Kapellen am Weg. Die beiden schätzen die guten Gespräche mit Klosterbrüdern und -schwestern, die Gebete, den Rosenkranz, die Stille. So kommen sie zur Ruhe. Alltag und Glaube sind bei ihnen nah beisammen. Beim Gehen auf dem gemeinsamen Weg spüren sie auch eine grosse Dankbarkeit für alles, was ihnen geschenkt worden ist – und für die Kraft, die sie immer wieder bekommen. «Ich fühle mich aufgehoben und werde geführt», sagt Marianne.

Rapperswil – Einsiedeln



Als Letzte krieche ich spät-abends in den Schlafsack. Die Läden im Schlafsaal sind geschlossen, die Luft ist abgestanden und stickig, und ich bin überzeugt, dass ich inmitten meiner Pilgergenossen kein Auge werde schliessen können. Doch ich schlafe sofort ein und schlafe tief und traumlos bis in die frühen Morgenstunden. Pilgern macht müde!

Als Erste stehe ich auf und schleiche aus dem Schlafsaal. Den Rucksack habe ich schon gepackt, draussen binde ich die Wanderschuhe. Ich will der Hitze zuvorkommen.

Doch ich habe keine Chance. Es ist sieben Uhr und bereits heiss. Ich laufe los; die Wasserflasche ist aufgefüllt, und im Rucksack habe ich noch ein Brötchen vom Vortag. Der Holzsteg von Rapperswil nach Hurden, fast einen Kilometer lang und rund anderthalb Meter über der Seeoberfläche, wäre ein besonderes Wandererlebnis. Die Morgenstimmung, die ich so gerne habe, möchte ich geniessen.

Doch irgendwie sind meine Gedanken nur auf den perlenden Schweiß und die schmerzenden Füsse gerichtet: Die Socken haben Löcher, und die Zehen scheuern am Leder, die Blasen von den neuen Mokassins haben sich durch die ständige Reibung im feuchten Schuhklima geöffnet und bluten. In Pfäffikon kapituliere ich. Ich nehme den Zug hinauf nach Einsiedeln.

Das Dorf ist wie ausgestorben. Die Souvenirläden sind noch geschlossen, auf dem Klosterplatz wird gebaut, nur wenige Reisedecks stehen auf dem grossen Parkplatz. Im Tourismusbüro wird mir gesagt, dass die Wallfahrten mit Hunderten von Teilnehmenden jeweils vor den Sommerferien stattfänden und dass jetzt langsam die Touristensaison beginne. Zu dieser Jahreszeit und bei diesen Temperaturen sind auch nicht viele Pilger unterwegs, der Pilgersegen wird trotzdem mehrmals täglich in der Klosterkirche ausgeteilt.

Den will ich mir nicht entgehen lassen. Allein der Hitze wegen habe ich ihn verdient! Zur rechten Zeit finde ich mich in der Sigismundkapelle beim Hauptaltar in der Klosterkirche ein. Neben dem heiligen Sigismund steht die heilige Ursula. Was macht meine Namenspatronin hier? Ein Zufall? Ein Zeichen?

Ich staune über mich selber, dass ich hier und jetzt vor einem alten Pater stehe und unbeholten die Hände falte. Die alten Segensworte «Der Herr segne und behüte Sie...» berühren mich eigentümlich.

Hape Kerkeling hat auf seinem Weg Gott gefunden. Ich nicht. Es sei denn, er ist mir unter dem Sternenhimmel auf dem Hörnli, in der sanften Landschaft des Zürcher Oberlands oder in all den Menschen und Tieren auf meinem Pilgerweg begegnet.

Interview mit der Pilgerbegleiterin auf Seite 14

«Pilgerwege sind so individuell wie Lebenswege»

Sie sind als Pilgerin und Pilgerbegleiterin unterwegs. Was fasziniert Sie daran? Dass ich auf diesem Weg nie allein bin. Selbst wenn ich ohne Begleitung pilgere, treffe ich immer wieder auf Menschen am Wegrand. Dann tauschen wir uns kurz aus, reden miteinander, trennen uns wieder. Als Pilgerbegleiterin bin ich jeweils mit einer Gruppe unterwegs. Dabei gehen wir für eine gewisse Zeit einem gemeinsamen Ziel entgegen, manchmal schneller, manchmal weniger schnell, und nicht immer ist der Gleiche zuvorderst. Ich realisiere immer mehr: So ist es auch im Leben. Manchmal zieht man jemanden mit, manchmal ist man selber froh, ein Stück weit am Arm genommen zu werden.

Der Pilgerweg als Symbol für den Lebensweg? Ja. Auch auf dem Lebensweg sind wir ja nie allein. Wir gehen ein Stück weit zusammen, trennen uns vielleicht wieder... Der deutsche Benediktinerpater und Buchautor Anselm Grün hat gesagt, dass wir Menschen letztlich alle auf dem Weg hin zu Gott seien – auch wenn Gott für jeden Einzelnen etwas anderes bedeuten mag. Aber wie wir an dieses Ziel gelangen, mit wem wir den Weg teilen, in welche Etappen wir ihn einteilen – das ist bei jedem Menschen anders. Wichtig erscheint mir, dass wir uns bei diesem gemeinsamen Gehen helfen und unterstützen und niemanden am Wegrand liegen lassen.

Also braucht es zum Pilgern eine religiöse Grundhaltung? O nein, gar nicht. Viele Menschen laufen, weil sie einfach wissen möchten, wie das ist. Sie haben überhaupt keine religiösen Erwartungen und Hintergedanken. Fast alle sagen allerdings im Nachhinein, sie hätten doch «irgendetwas» gespürt. Sie können es vielleicht nicht genau benennen, es ist eher eine Ahnung, ein Gespür für etwas Grösseres. Bis jetzt habe ich einen einzigen Mann getroffen, der durch ganz Spanien gepilgert ist und gemeint hat, bei ihm habe sich überhaupt nichts verändert.

Busse, Sühne oder Bitte waren im Mittelalter Gründe für eine Pilgerreise. Wie sieht heute



Marianne Lauener-Rolli

ist Erwachsenenbildnerin und ausgebildete Pilgerbegleiterin. Die Berner Oberländerin führt vor allem auf Schweizer Jakobswegen ein- und mehrtägige Pilgerreisen durch.

Adresse und Informationen: Marianne Lauener-Rolli, Pilgerbegleiterin EJV, Adelbodenstrasse 8, 3714 Frutigen, Telefon 033 671 54 04,

Mail pilgerbegleitung@pilgerbegleitung.ch, Internet www.pilgerbegleitung.ch

Buchtipp: Hape Kerkeling: «Ich bin dann mal weg. Meine Reise auf dem Jakobsweg», Piper-Verlag, München 2009, TB ca. CHF 28.–.

Internetadressen: www.jakobsweg.ch, www.pilger.ch, www.viajacobi.ch

der typische Pilgerer aus? Die Pilgerwege sind so individuell wie Lebenswege. Es kommt darauf an, was einem beim Pilgern wichtig ist, was man sucht und was man finden möchte. Viele pilgernde Menschen befinden sich in Lebensübergängen, in beruflichen Umbrüchen oder wollen sich nach einer Krisensituation neu orientieren. Sie pilgern nach einer schweren Erkrankung, haben gerade das Studium abgeschlossen oder sind pensioniert worden.

Welches sind die körperlichen Voraussetzungen, damit eine Pilgerreise gelingt? Wer körperlich nicht gut trainiert ist, sollte einen sanften Einstieg wählen – vielleicht mit fünfzehn Kilometern am Tag. Die Etappen sollten dem Leistungsvermögen angepasst werden, sonst macht der Körper die Strapazen nicht lange mit. Die ersten drei Tage sind die härtesten, dann geht es in der Regel jeden Tag besser. Nicht mit neuen Wanderschuhen loslaufen und jeden Abend seine Füsse kontrollie-

ren und pflegen. Auch kleinste Blasen können sonst zu einem grossen Problem werden. Wer länger unterwegs ist, dem wird empfohlen, einmal in der Woche einen Ruhetag einzulegen und Körper und Seele eine kurze Auszeit zu gönnen.

Allein pilgern oder in der Gruppe: Wo liegen die Unterschiede? Ich möchte diese beiden Formen des Pilgerns nicht gegeneinander ausspielen, beide haben ihre Vor- und Nachteile. Wer allein unterwegs ist, hat mehr Zeit für sich selber, kann seinen eigenen Gedanken und Themen nachgehen und ist vielleicht auch offener für die kleinen Begegnungen am Wegrand. In einer Gruppe hat man eher die Tendenz, sich zusammenzuschliessen und aufeinander konzentriert zu bleiben.

Welches sind die Vorteile beim Pilgern in einer Gruppe? Viele Pilgernde, die sich einer Gruppe anschliessen, leben allein. Sie schätzen es, wenn sie die Ferien unter Gleichgesinnten verbringen können. Andere wiederum mögen die Sicherheit, die ihnen gemeinsame Pilgertage bieten. Mein Mann macht zudem den Gepäcktransport von einem Ort zum nächsten. Dass ich ihn jederzeit rufen könnte, wenn jemand eine Transportmöglichkeit brauchen würde, gibt vor allem älteren Teilnehmenden ein gutes Gefühl.

Welche Rolle spielt die Religion, wenn man in einer Gruppe unterwegs ist? Konfessionszugehörigkeit war in unseren Gruppen noch nie ein Thema. Ich werde aber vorgängig immer wieder eingehend gefragt, wie «fromm» man für eine Pilgerfahrt sein müsse. Dann erzähle ich, wie unsere Tage aussehen: dass unsere Pilgerzeit unter einem Thema steht, dass ich Impulse dazu gebe, dass wir jeden Morgen auch eine Zeit lang schweigend laufen und manchmal auch eine Kirche besuchen. Und ich füge an, dass sich niemand zur Teilnahme an diesen Aktivitäten gezwungen fühlen soll. Aber dass es schön und bereichernd ist, wenn alle ihre Gedanken zu einem bestimmten Thema einbringen – seien sie nun gläubig oder kritisch, kirchenfern oder kirchennah.