

Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich
Band: 37 (1933-1934)
Heft: 8

Artikel: Wanderung
Autor: Frey, Adolf
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-666782>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 13.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Scalottas, die sogenannte „Schäferhütte“. Über seine Ostflanke erklimm ich zuerst den höheren Piz Scalottas. All die Berge in weiter Runde standen groß und stumm da. Mußte ich nicht namenlos glücklich sein, wieder einmal von einem Gipfel dieser Erde Aussicht halten zu können? War es nicht süß, auf der Wanderschaft innezuhalten und zu träumen? Schon weil man glaubt, dem rastlosen Ablauf der Zeit für Augenblicke entronnen zu sein! Man steht im Kreise von unvergänglichen Dingen, von Himmelsweite und Bergen, und man fühlt, daß die Seele ewig ist wie sie.

Nach köstlicher Rast fuhr ich wieder zum Sattel zurück. Immer noch kein Mensch weit und breit. Ich saß eine kurze Zeit im Sonnenschein vor dem Hüttchen, dann drängte es mich zum kurzen Gang auf den Crap la Pala.

Vollkommene Windstille und warme Sonne empfingen mich. Ich lag da, den Rucksack unterm Kopf in Hemdärmeln und blinzelte ins unendliche Blau. Wer wollte all die Namen der Berge um mich herum kennen? Und wer könnte die Geschichten erzählen vom Kampf des Menschen mit ihnen? Von wie mancher stillen und kühnen Heldentat mögen nur die Felsen wissen! Vielleicht singen die Berge ihren stillen Helden ein windumbraustes Lied in den dunklen, sturmvollen und sternlosen Höhennächten.

Es war schon tiefer Abend, als ich wiederum beim See unten anlangte. Über die Wälder hinweg grüßte in der Abendsonne das Dreigestirn von Piz d'Ula, Linzenhorn und Piz Michel. Dann kam das Verglühen über die Rothornkette. Die Sonne entschwebte der Welt. Die Erde wurde nachstarr und schweigsam. Der feierliche und stumme Gottesdienst der Natur war erschütternd. Unter den Ski knirschte eisfalt der Schnee. Aber der Tag war gut verbracht.

Auf der steileren Ostseite der Lenzerheide interessierte mich hauptsächlich das Parpaner Schwarzhorn und als Übergang nach Arosa das Urdenfürkli. Der Weg ist für beide Fahrten

fast der gleiche. Anfangs geht es durch steilen Wald und dann über stark gewellte Hänge zur Höhe. Mit einer kurzen Abfahrt und einem kleinen Wiederanstieg erreicht man von der Paßhöhe des Urdenfürkli das sogenannte Hörnli, und die Abfahrt von dort nach Arosa bedarf wohl keiner besonderen Empfehlung. Will man das Parpaner Schwarzhorn besteigen, so zweigt man knapp unter der Paßhöhe des Fürkli nach links ab und klimmt über mäßig steile Hänge zum Gipfel. Die Abfahrt ist sehr lohnend für geübte Läufer.

Noch mehr Hochgebirgscharakter tragen schließlich die Touren, die aus dem Kessel der Alp Sanaspans unternommen werden können. Diese Wanderungen erfordern guten Schnee, Lawensicherheit und ausdauernde Gänger. Das höchste erreichbare Ziel der Heide liegt dort, das Aroser Rothorn, das fast die dreitausend Meter-Grenze streift.

Wir sind mit unserem kurzen Rundgang durch die Wunder der Heide zu Ende. Auf manche der geschilderten Berge lassen sich auch andere Zugänge finden als die genannten. Das ist ja das Schöne des winterlichen Pfadsuchens. Auch jedes Alphüttchen, und oft gerade das am wenigsten beachtete und abgelegene zeigt sich als überaus lohnender Ausflug.

Zuletzt noch ein Wort über die Lenzerheide selbst. Sie bietet wirklich etwas für jeden Anspruch, auch für einen einfacheren. Und man wird sich dort wohl fühlen. Noch gibt es nicht zu viele Hotels und Gaststätten, noch sind die Bergfahrten, außer den zwei drei üblichen, nicht überlaufen. Und das ist gut so. Dazu ist der Zugang von Chur aus kurz und mit dem Postauto sehr angenehm.

Schnee und Wintersonne sind unvergeßlich, wenn man sie einmal in diesen Bergen erlebt hat. Und wir sprechen mit Andacht den Anfang des herrlichen Wintergedichtes von Hans Roelli nach: „Schöner Schnee, der du aus Gottes Händen bist.“

Wanderung.

Auf die schneegefüllten Felsentennen
Aufgeschüttet sprüht das junge Licht,
Und die Firnen und die Jacken brennen,
Doch im Dunkel ruht mein Angesicht.

Eine Stunde, eine kurze Stunde,
Und herunter rinnt der goldne Strahl,

Selig hang ich dann an deinem Munde,
Und wir schreiten aus dem stillen Tal.

Wo wir wandern, wo wir rasten werden,
Ist der Pfad von reiner Glut getränkt,
Und gelöst von irdischen Beschwerden,
Sind wir ganz in unser Glück versenkt.

Adolf Frey.