

**Zeitschrift:** Mariastein : Monatsblätter zur Vertiefung der Beziehungen zwischen Pilgern und Heiligtum  
**Herausgeber:** Benediktiner von Mariastein  
**Band:** 74 (1997)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Spaziergänge - meditative und andere - in Klosternähe  
**Autor:** Siller, Ursula  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1030393>

### **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:** 02.05.2026

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

---

# Spaziergänge – meditative und andere – in Klosternähe

Ursula Siller

---

Nicht allein als Wallfahrtsort, sondern auch als schönes Naherholungsgebiet ist Mariastein ein Anziehungspunkt, besonders an Schönewetter-Sonntagen. Gottesdienstbesuche im Kloster verbinde ich oft mit einem anschließenden Spaziergang hinauf zur Annakapelle. Der liebevolle und landschaftlich grosszügige Ausblick auf das Kloster, die Burg Rotberg und die langgezogene Blauenkette wirkt auf mich harmonisierend. Er verstärkt die im Kloster erlebte Spiritualität und das Wirken der heiligen Kommunion in meiner Seele. Mit der meditativen Wanderung beginne ich beim Klosterhof, folge dem Weg den grossen Getreidefeldern entlang – in ihren verschiedenartigen Grünschattierungen im Frühling den Augen eine wahre Wohltat – und gelange bald zum Waldrand und von dort zum Wegkreuz. Ich bewundere das schöne, der jeweiligen Jahreszeit entsprechend gestaltete Gärtlein

vor dem Kreuz. Dieses Wegkreuz nenne ich einfach den barmherzigen Jesus, da die Aufschrift lautet: *Mein Jesus Barmherzigkeit*. Hier beginne ich mein stilles Beten zu Beginn des Kreuzweges und inmitten einer schönen Umgebung, wo das Wirken Gottes als Schöpfer allgegenwärtig ist. Nun wähle ich den schmalen Weg bergan Richtung Annakapelle. Wenn es möglich ist, gehe ich aber mit Vorliebe direkt dem Kreuzweg am Waldrand entlang. Nach der Kapelle weitet sich beim Aufstieg bald das Blickfeld gegen Süden. Bei trübem Wetter verschwinden die Konturen zwischen Himmel und Erde, und genau so empfinde ich es. Ich fühle mich dem Himmel näher als der Erde. Auf der Höhe oben lasse ich meinen Blick nochmals zu den schönen Feldern, zum Kloster und Klosterdorf, hinüber nach Metzleren westwärts und ostwärts nach Hofstetten schweifen. Ich wende mich nach dem Heulenhof mit wenigen Schritten zur Landesgrenze. Hier ist der Blick frei gegen den Sundgau, zur gegenüberliegenden mächtigen Burgruine Landskron und hinunter ins hintere Leimental. Der Chrischonaturm und einige Höhen des Schwarzwaldes sind sichtbar. Ich werde daran erinnert, dass auch das benachbarte Deutschland nicht weit entfernt ist. Der kurze Abstieg Richtung Kurhaus Kreuz gibt nun gegen Osten den Blick frei auf die östlich der Birs liegenden bewaldeten Höhenzüge bis hinaus zum Gempenstollen.

Schön ist das Erwachen und – besonders im April – förmlich sichtbare Emporschiessen der Vegetation im Frühjahr. Am Waldrand erfreut mich eine grosse Vielfalt von Bäumen und Sträuchern. Nach dem schleierartig durchsichtig wirkenden, zuerst blühenden Schwarz-

dorn, der den Frühling erst ahnen lässt, folgt das Ergrünen der Buchen und Linden, das Blühen des Weissdorns, des wollenen Schneeballs und anderer Sträucher. Die Wiesen sind nun gelb gemustert mit Löwenzahn und Hahnenfuss, an trockenen Stellen mit Schneckenklee und Hornklee. Ein feiner Teppich voller Gänseblumen liegt in der Nähe der Annakapelle. Gegen Ende Mai freue ich mich an den grossen Margeriten und an der Wiesensalbei. Alles zeigt sich in wunderschön grüner, gelber und bunter Vielfalt, lässt innehalten, staunen und sich freuen.

An Werktagen nach einer der frühen Messen oder nach dem Konventamt ist es eine zutiefst mystische Erfahrung, den Weg rund um das Annafeld in meditativer Art abzuschreiten, in Harmonie mit Schöpfung und Schöpfer, im stillen Dank- und Lobgebet und abgehoben vom Alltag mit seinen Problemen. Die persönlichen Probleme und Sorgen werden zwar nicht einfach verdrängt. Ich empfinde es so, dass sie in einen anderen, weitergefassten Blickwinkel rücken.

Hin und wieder ist es mir möglich, an einem Sonntag nach Mariastein zu kommen. Ich pflege dann einen auf Kommunikation ausgerichteten Spaziergang. Spontane Begegnungen und Kurzgespräche aller Art sind schöne Erinnerungen. Vor einigen Jahren setzte ich mich nach dem Konventamt zu einer Frau auf eine Bank bei der Annakapelle und begann mit ihr ein Gespräch. Sie erzählte mir spontan ihre interessante Lebensgeschichte. Dabei betonte sie ausdrücklich, sie sei gar nicht katholisch, sondern reformiert. Aber sie komme so oft wie möglich sonntags hierher. Im Konventamt dieser benediktinischen Klostergemeinschaft spüre sie eine Spiritualität, die sie bisher anderswo nirgends habe erleben können, und sie höre dabei auch immer gute Predigten.

Interessant ist die Verschiedenheit der Menschen, die sonntags das Annafeld umwandern; es sind Junge und Alte und oft ganze Familien, Schweizer, Franzosen, Deutsche, Italiener und Spanier. Die Menschen aus dem asiatischen Raum haben scheinbar nicht die Gewohnheit, Sonntagsspaziergänge zu machen. Man trifft sie manchmal bei der Feuerstelle auf der Höhe der VII. Station. Sicher gibt es viele Maria-

steiner Spaziergänger, die das Kloster nur von ferne kennen. Vielleicht spüren sie unbewusst den Frieden, der von dieser Gegend ausgeht. Einmal fragte mich ein invalider Mann, ob ich in der Basilika auch für ihn gebetet hätte. Weil im Chorgebet und in den Fürbitten bei der heiligen Messe alle Menschheitsanliegen vor Gott getragen werden, bejahte ich die Frage. Dieser Invalide erinnert mich daran, dass es wichtig ist, auch im persönlichen Fürbittgebet alle Menschen einzuschliessen.

An einem Sommersonntagmittag sassen zwei tamilische Familien an der Feuerstelle auf der Höhe der VII. Kreuzwegstation. Sie bereiteten dort ein gemeinsames Mittagmahl vor und grillierten Poulets. Beim Vorbeigehen grüsste ich sie. Die Antwort auf meinen Gruss war eine herzliche Einladung zum Mittagessen. Mir war es aber leider aus zeitlichen Gründen nicht möglich, die Einladung anzunehmen.

Kürzlich traf ich eine italienischsprechende Familie an, die in südländischer Art laut und intensiv debattierte. Ich grüsste sie in ihrer Muttersprache. Die Erwiderung des Grusses kam mit dem Zusatz: «Herzlichen Dank für Ihre Freundlichkeit.»

Das sind nur einige Beispiele kurzer Begegnungen rund um das Annafeld, die mich immer wieder das Eingebundensein in die grosse Menschheitsfamilie fühlen lassen.

Tief berührt wurde ich durch einfache Zeichen kindlicher Frömmigkeit. Zur Osterzeit lagen in verschiedenen Jahren vor und auf den letzten Kreuzen des Kreuzweges Wiesenblumen. Eine Löwenzahnblumenkette schmückte einmal während vier Wochen die Kreuzesbalken der XI. Station (Jesus wird auf das Kreuz genagelt). Frühlingsblumen, schon verwelkt, lagen zu Füssen des XII. Stationskreuzes (Jesus stirbt am Kreuz) oder ein anderes Mal bei der XIII. Station (Mater dolorosa). Zu Füssen des XIV. Stationskreuzes lagen einmal Gänseblümchen- und Löwenzahnsträusschen (Jesu Grabesruhe). Diese spontanen Zeichen der Liebe sind wie farbige und duftende Gebete, die an unseren Heiland Jesus Christus gerichtet werden.

Ich glaube, Christus nimmt diese Gebete in Blumenform mit besonderer Liebe entgegen. Sie vereinen sich mit dem Chorgebet der Mönche im Kloster Mariastein.