Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 68 (2011)
Heft: 5: Starke Knochen, fitte Gelenke

Artikel: Grossstadt-Urwald
Autor: Staffelbach, Heinz
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-554573

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: 10.12.2025

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

Grossstadt-Urwald

Nur etwa zehn Kilometer vom Zürcher Hauptbahnhof entfernt liegt einer der grössten und ursprünglichsten Wälder des Schweizer Mittellandes, der Sihlwald. Hier kann man sehen und spüren, wie die Natur einen einst intensiv genutzten Wald wieder in einen Urwald zu verwandeln gedenkt.

Heinz Staffelbach

Ich bin noch keine Viertelstunde unterwegs an diesem Maimorgen, da lockt es mich weg. Hinweg vom Weg, hinein in den Wald. Zu einer mächtigen alten Buche fühle ich mich hingezogen. Ihr dicker, praller Stamm leuchtet in einem Lichtschacht, der durch das grüne Blätterdach fällt. Ich bahne mir einen Weg durch das Strauchwerk, biege die Äste aus meinem Gesicht, es knackt unter meinen Füssen. Der Boden gibt nach, ich taumle etwas, halte mich an einem Ast.

Verweilen in der Waldwildnis

Ein alter, toter Baumstamm lädt mich ein zum Bleiben und Verweilen. Ich setze mich auf ihn, ganz langsam. Vor mir die alte Buche. Weit über einen

Meter dick ihr Stamm. Ihre Rinde, glatt und doch von den Jahren gezeichnet, gesprengt von Kräften im Innern, übersät mit Flechten wie Altersflecken, der Fuss überzogen mit Moosen. Nicht weit weg ein anderer Baum, gebrochen. Geknickt im Sturm, zerrissen in zwei Teile, zerfranst und zersplittert. Erst jetzt bemerke ich, worauf ich sitze, auf einem wunderbar weichen und dicken Moosmantel, der den alten Baumstamm überzogen hat. Von wegen tot, hier lebt alles.

Ich streiche mit meinen Händen sanft über das feine Polster, es zieht meine Finger hinein, ins Innere, alles ganz weich, etwas feuchter, angenehm kühl. Ich atme tief, schliesse die Augen. Einfach sein, alles vergessen. Das tut gut.

Es ist erstaunlich. Noch vor kaum einer Stunde war ich am Zürcher Hauptbahnhof, mittendrin in der Stadt, im Getümmel, zwischen Baustellen und unter Werbetafeln. Und jetzt hier, im Sihlwald, nicht weit vom Albispass. In einem Wald, grob und alt und wild, als hätte es ihn aus den Karpaten oder dem Ural oder den Rocky Mountains hierher verschlagen.

Seit Jahrhunderten ausgenutzt

Der Sihlwald war lange Zeit ein wichtiger Holzlieferant für die Stadt Zürich, in deren Besitz er seit 1309 ist. Über 500 Jahre lang wurde das Holz auf der Sihl in die Stadt geflösst. Dies war notabene alles andere als sanftes Treiben bis zu den Rechen in der Stadt. Denn fast 100 Arbeiter waren notwendig, um bei günstigem Wasserstand das Holz «einzustrecken» (ins Wasser zu bringen).

Führte die Sihl auch nur etwas zu wenig Wasser, blieb das Holz hängen und Pferde mussten es durch das Flussbett schleppen. Dabei kam es des Öfteren zu Unfällen, bei denen auch Pferde ertranken. War der Wasserstand jedoch zu hoch, bestand die Gefahr, dass die Rechen in Zürich, wo das Holz wieder aus dem Fluss gefischt wurde, brachen und man dem wertvollen Gut nur noch Tschüss sagen konnte. Und schliesslich waren da noch die Flussanwohner, die dem vorbeigleitenden Segen nicht immer zu widerstehen vermochten.

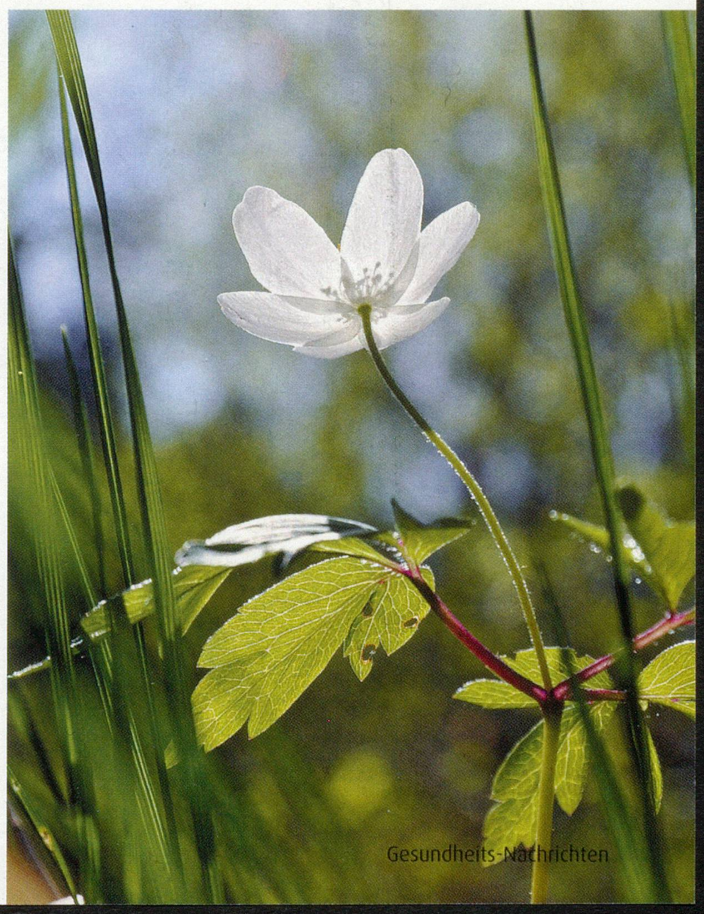
1876 dann wurde gar eine Waldeisenbahn gebaut, die von der Sihl bis an den Albisgrat reichte und mit der Holz auch aus unzugänglichen Regionen genutzt werden konnte. In den 1940er-Jahren wurde diese Eisenbahn aber wieder stillgelegt. Und mehr und mehr ist wieder Ruhe in den Sihlwald eingekehrt.

Laufen, lauschen, ruhen

Ich bin jetzt schon einige Stunden unterwegs. Weit bin ich wohl nicht gekommen. Wo ich jetzt bin? Ich weiss es nicht. Ich bin einfach meinen Füssen und meineN Impulsen gefolgt, einmal den linken Weg, einmal geradeaus. Habe mich immer wieder mal hingesetzt, habe geschaut und gelauscht und getastet. Jetzt hocke ich mich wieder hin, ins trockene Laub.

Es ist ein jüngerer Wald hier, mit Buchen, einigen Rottannen und Eschen. Der würzige Duft des Bärlauchs liegt in der Luft, etwas weiter unten leuchten tausende seiner weissen Blüten im sanften Frühlingslicht. Rechts von mir fällt der Boden etwas ab, zu einer Bachrinne, das Wasser gurgelt und plätschert und sprudelt.

Ich lege mich hin und schliesse die Augen. Jetzt höre ich auch die Vögel, das Tschirpen und Trillern einer Blaumeise gerade hinter mir. Etwas später ein paar hohe, kurze Fieper – ein Kernbeisser? Dann der wunderschöne Gesang des Zaunkönigs – unverwechselbar. Und das Gurgeln des Baches, immer gleich, und doch immer anders. Beruhigend. Der Alltag ist weit weg, ich bin nur hier und höre und rieche und atme.



Wald-Kostbarkeit

Der Sihlwald ist ein kleines Juwel unter den Wäldern im Schweizerischen Mittelland. Er ist hier, mit einer Ausdehnung von etwa zehn Quadratkilometern, der grösste zusammenhängende Laubmischwald. Vierundfünfzig verschiedene Waldgesellschaften konnten hier nachgewiesen werden; am häufigsten sind Buchenwaldgesellschaften, daneben findet man auch Eschen-, Erlen- und Föhren-Birkenwälder. Eine Spezialität sind die Eiben, die in unseren Wäldern sehr selten geworden, aber im Sihlwald noch relativ häufig sind. Die ältesten Exemplare sollen um die 500 Jahre alt sein.

Natürliches Refugium

Am eindrücklichsten ist der Wald dort, wo er für unsere Verhältnisse richtig alt ist. Hier gibt es sie noch, die mächtigen Baum-Methusaleme, geknickte Bäume, schief im Raum stehende, und schliesslich auch die gefallenen Bäume, die üer Jahrhunderte in ihrem eigenen Rhythmus vermodern können und so neues Leben ermöglichen.

Der Anteil von solch ökologisch wertvollem Totholz ist im Sihlwald stellenweise erfreulich hoch. Der grösste Teil der Altholzflächen befindet sich allerdings an unzugänglichen Steilhängen und in engen Schluchten. Sie sind auch für selten gewordene Tiere ein willkommener Lebensraum. Im Sihlwald leben über 60 Arten von Vögeln, darunter der Sperber, die Waldschnepfe, die Hohltaube und der Dreizehenspecht. Nicht weniger als 1500 Käferarten gibt es hier, daneben bekanntere Tiere wie Füchse, Dachse, Steinmarder, Rehe und seit kurzem auch wieder vereinzelt Hirsche und Wildschweine.

Wilde Natur – Wohltat für uns

Ich bin weitergewandert, immer in der Nähe des Grates. Es ist schon später Nachmittag – Zeit zu gehen. Auf einem schmalen Pfad steige ich die Albiskette hinab zur Sihl und zum kleinen Bahnhof der Sihltalbahn. Der Wald hier ist nicht «aufgeräumt» und doch so harmonisch; mein Kopf ist voller Eindrücke und dennoch ruhig. Die Natur hier ist wild, unkontrolliert – und doch so wohltuend. Vielleicht – genau deshalb?

Vom Albishorn aus erkennt man die eindrückliche Ausdehnung der Sihlwald-Wildnis.

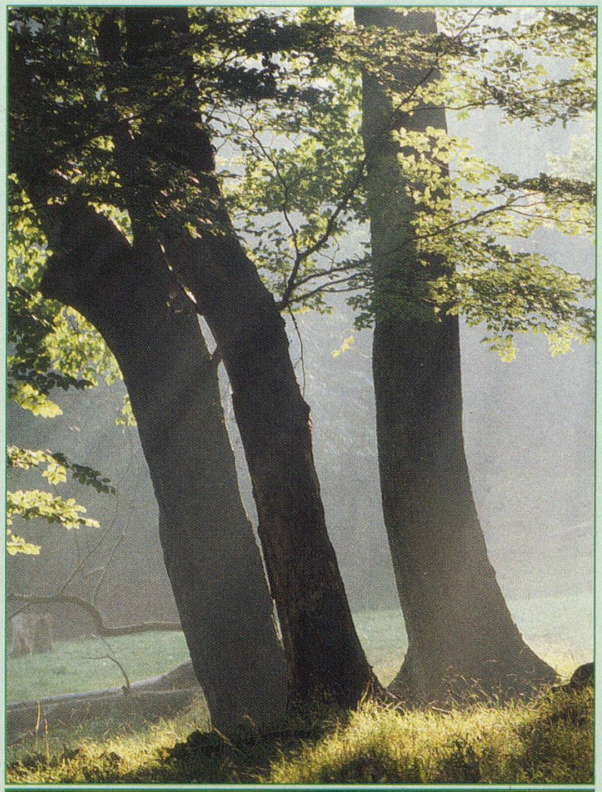
INFO Das Wichtigste zum Wildnispark Sihlwald

Die Ökologie

Der Sihlwald ist der grösste zusammenhängende Laubmischwald im Schweizer Mittelland. Er wurde während rund 500 Jahren intensiv genutzt, Teile des Waldes aber seit längerem geschont, und etwa 10 Prozent des Waldes sind über 120 Jahre alt. Diese Altholzbestände sind besonders wertvoll für seltene Tier- und Pflanzenarten.

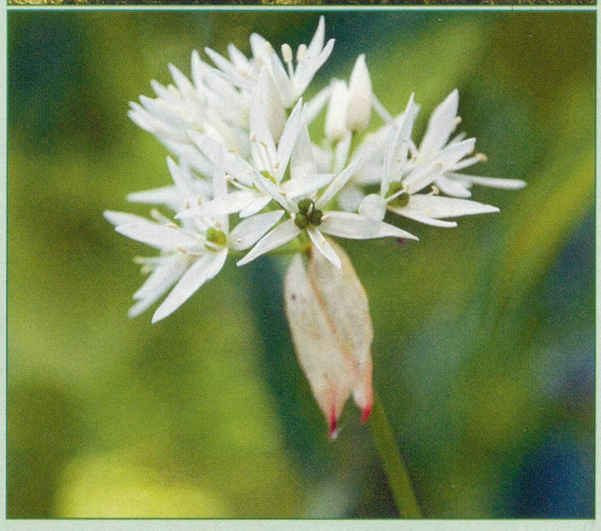
Schutzstatus

Bereits in den 1980er-Jahren entstand die Vision einer «Naturlandschaft Sihlwald», in der es auch Wald geben sollte, der vollständig sich selbst überlassen wird. Mehr und mehr wurden dann Flächen aus der Nutzung entlassen. Am 28. August 2009 erhielt der «Wildnispark Zürich Sihlwald» vom Bund das Label «Naturerlebnispark – Park von nationaler Bedeutung.»



Das Besucherzentrum

Bei der Bahnstation «Sihlwald» befindet sich das Besucherzentrum (erreichbar mit der S4 ab Zürich oder mit dem Bus 137 ab Horgen). Hier gibt es ein Museum, ein Café, eine Biber- und eine Fischotteranlage und einen etwa zwei Kilometer langen Walderlebnispfad.



Öffnungszeiten 2011: 20. März bis 30. Oktober, Dienstag bis Samstag 12 bis 17.30 Uhr, Sonntag 9 bis 17.30 Uhr.

Die grosse Durchquerung – zu Fuss durch den Sihlwald

Anreise: Mit Zug und Postauto zur Haltestelle «Oberalbis, Passhöhe».

Route: Via Hochwacht (toller Aussichtsturm), Schnabellücke, Waldmatt und Weienbrunnen fast bis zum Schweikhof und hinab zur Station Sihlbrugg.

Länge etwa 10 km, nur geringe Aufstiege, Abstieg ca. 400 m, 3 bis 4 Stunden.

Endpunkt: Bahnstation «Sihlbrugg».

Die Durchquerung des Sihlwaldes kann auch mit einer Visite im Besucherzentrum kombiniert werden. Da es keine direkte Verbindung von der Station Sihlbrugg zum Bahnhof Sihlwald gibt, zweigt man am besten schon auf der Höhe des Albishorns oder Mittler Albis links ab und wandert hinab zum Bahnhof Sihlwald.

Weitere Informationen

Naturzentrum Sihlwald,
Alte Sihltalstrasse 13
CH-8135 Sihlwald
Tel. +41 (0)44 722 55 10
Internet:
www.wildnispark.ch