

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 92 (2014)
Heft: 10

Artikel: Auf den Spuren von Felix und Regula
Autor: Novak, Martina
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1078395>

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: 04.04.2026

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

Auf den Spuren von Felix und Regula

Vom hintersten Zipfel des urchigen Glarnerlandes bis ins mondäne Zürich führt der wiederentdeckte Felix-und-Regula-Pilgerweg und lädt zum besinnlichen und besonnenen Wandern ein.

Der Felix-und-Regula-Pilgerweg zwischen dem Quellgebiet der Linth im glarnerischen Tierfehd und der Stadt Zürich am Ende des Zürichsees entspricht der Strecke, welche die beiden Glaubensvertreter im frühen vierten Jahrhundert eingeschlagen haben sollen. Der Legende nach flüchteten die Geschwister Felix und Regula ihres christlichen Glaubens wegen aus dem Unterwallis über Furka- und Klausenpass, rasteten an der Linthquelle und zogen weiter nach Glarus entlang der Linth bis ins damalige Turicum (Zürich). Dort wurden sie als Glaubensboten entdeckt und enthauptet – und schliesslich als Heilige verehrt. Über ihren Gräbern entstand später das Grossmünster der Stadt Zürich.

Gemäss Initiant Josef Kohler dient die Neuauflage der Marschroute von damals dazu, die spirituelle Verbindung zwischen den Kantonen Glarus und Zürich zu bekräftigen und die Augen zu öffnen für eine gemeinsame Tradition. Der Pfarrer aus dem Seelsorgeraum Glarus Süd trug sich seit mehreren Jahren mit der Idee, den in Vergessenheit geratenen Felix-und-Regula-Weg den Menschen von heute wieder zugänglich zu machen.

Weitere Informationen

Alles Wissenswerte über den Felix-und-Regula-Pilgerweg ist auf der Internetseite www.pilgerweg-felix-und-regula.ch ersichtlich. Ein umfassender gedruckter Pilgerführer mit Kartenmaterial, Sehenswürdigkeiten etc. ist in Vorbereitung und kann demnächst für CHF 15.– bezogen werden beim Kath. Pfarramt Glarus Süd, Rütelstrasse 24, 8762 Schwanden. Tel. 055 647 30 70.

Dank einer gut erkennbaren Markierung mit eigenem Signet sowie schriftlichem und elektronischem Informationsmaterial ist das ihm und seinen Mitarbeiterinnen vom Verein Pilgerweg gut gelungen. 2013 fand die erste begleitete Gruppenpilgerreise auf den Spuren von Felix und Regula mit etwa fünfzig Personen statt, vor wenigen Tagen wurde zum zweiten Mal gemeinsam gepilgert.

Wie lange die beiden Zürcher Stadtheiligen in der Spätantike unterwegs waren, ist nicht überliefert. Viele Strapazen müssen ihnen das Leben schwer gemacht

haben, das sie – am Ziel angekommen – dann ganz lassen mussten. Moderne Pilger haben es weniger beschwerlich und können zudem ungeachtet von Glauben und Herkunft die legendäre interkantonale Route geniessen. Heute lässt sich der Pilgerweg in vier Fuss-Tagesetappen aufteilen, die jeweils zwischen zwanzig und dreissig Kilometer betragen: vom Tierfehd nach Näfels, von Näfels nach Uznach, von Uznach nach Busskirch und von Busskirch nach Zürich.

Natürlich sind die einzelnen Etappen auch unabhängig voneinander begehbar, oder man kann den Weg stellenweise abkürzen, zum Beispiel wenn von Glarus nach Ziegelbrücke mit dem Zug gefahren wird. Man müsse schon einigermaßen gut zu Fuss sein, bestätigt Pfarrer Josef Kohler, wenn man den ganzen Weg gehen wolle. Viele Pilger suchen aber gerade die körperliche Erfahrung, verbunden mit einer spirituellen, die sich durch den Gang der Gedanken, Gespräche mit anderen Pilgern oder beim Besuch der Pilgerstationen ergibt.

Doch zurück ins Quellgebiet der Linth, wo eine kleine Inschrift an die Zürcher Stadtheiligen erinnert und die Markie-

Inserat

Bewegungs-Regenerator mit Motor

Hält Sie aktiv, fit und beweglich bis ins hohe Alter. **Schont Gelenke und Knochen!**
Bewegt Sie ohne Kraftanstrengung automatisch, ohne Sturzgefahr.
Seit 20 Jahren erprobt von Senioren und Reha Kunden

GRATIS-TESTWOCHE

Wir liefern, montieren, instruieren. 1 Woche zu Hause gratis testen.

1 WOCHE
GRATIS ZU HAUSE
TESTEN!

MEDI GYM®

Nähere Informationen:
044 687 40 30
medigym@bluewin.ch

Jetzt Aktionspreise



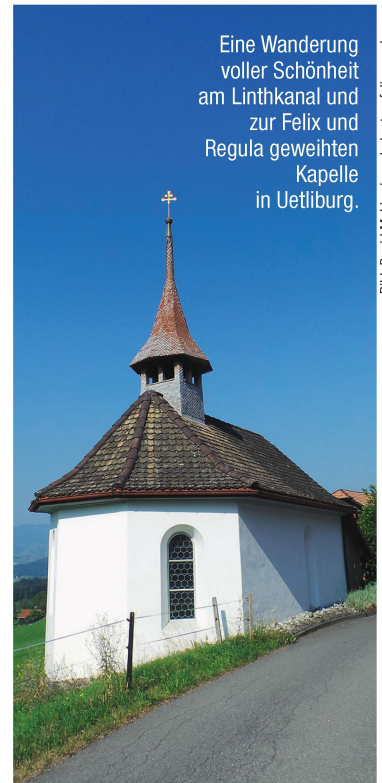
Nur Arme
bewegen



Nur Beine
bewegen



Einfach und leicht
zu transportieren



Eine Wanderung voller Schönheit am Linthkanal und zur Felix und Regula geweihten Kapelle in Uetliburg.

Bild: David MacLennan/wanderkarten-felix-regula.com

rung des Felix-und-Regula-Pilgerwegs beginnt. Ganz im Schoss der Natur folgt man dem noch kleinen Bach. Wer Entschleunigung vom hektischen Alltag sucht, ist gut bedient. Umgeben von sattem grünen Wiesen, lauschigen Wäldchen, zur linken und rechten Seite begrenzt von den Hängen der Glarner Alpen, setzt man Fuss vor Fuss und hat in der Landschaft den Blick frei für das Wesentliche. Über dreissig Kilometer zieht sich der Weg via Linthal, Luchsingen, Schwanden und Glarus bis nach Näfels – die längste Etappe und für manche auch die mühsamste.

In Näfels verlässt der Pilgerweg die Linth, der er bis dahin kaum von der Seite wich, und führt mitten in den Ort hinein. Die Kirche Näfels und das Kloster gehören zu den zwanzig Pilgerstationen auf dem Weg, die zur Besinnung oder zur Andacht einladen. Ihre detaillierte Liste ist wie viele andere Informationen auf der aufwendig gestalteten Internetseite des Pilgerwegs zu finden. Die Hilariuskirche in Näfels mit ihren farbenfrohen Deckenmalereien gilt als eine der schönsten Dorfkirchen der Barockzeit im süddeutschen Raum.

Das anfängliche Bächlein aus dem Glarnerland ist jetzt ein begradigter Fluss. Im Linthwerk von 1807 bis 1823 wurde die wilde Linth in den Walensee umgeleitet, wo sie ihr Geschiebe liegen lässt. Heute verbindet der gestreckte Linth-Escher-Kanal den Walensee mit

dem Obersee (Zürichsee); indem sich der Wasserspiegel durch Abfluss in Seitenkanäle regulieren lässt, können heute Überschwemmungen besser vermieden werden als früher.

In Ziegelbrücke nähert sich der Pilgerweg erneut dem Linth-Escher-Kanal. Gerne würde man auf einem der Uferdammwege weiterziehen, die von Freizeitsportlern fleissig genutzt werden und die ganze Linthebene durchqueren. Diese war zur Zeit von Felix und Regula und noch lange danach malariaverseuchtes Sumpfgebiet. Ab 1941 wurde die Region trockengelegt und zu Landwirtschaftsland gemacht. Ein Teil beherbergt ein von zahlreichen Vogelarten bevölkertes Naturschutzgebiet, das alleine einen Tagesausflug wert ist.

Kloster um Kloster

Doch der Pilgerweg zweigt nach Osten ab, er führt über Schänis, Ruti und Kaltbrunn bis zum Kloster Berg Sion in Gommiswald, das auf einem Bergvorsprung über der Landschaft thront und einen herrlichen Rundblick Richtung Zürichsee erlaubt. Für die Pilger interessant ist aber nicht die Kirche des von Praemonstratenserinnen bewohnten Klosters, sondern die ihm vorgelagerte Kapelle. Im Jahr 1676 wurde sie gebaut und Felix und Regula geweiht. Von Berg Sion aus liegt das Kloster St. Otmarsberg oberhalb Uznach fast in Sichtweite, doch auf Schusters Rappen zieht sich der Weg

über die Ausläufer des Rickens noch etwas hin. Die Aussicht ist allerdings grandios, und der Besuch der modernen Klosterkirche mit ihrem halbrunden Altarraum lohnt sich nur schon aus architektonischen Gründen.

Mit der dritten Etappe erwartet die Pilger die reizvolle Gegend von Uznach über die Aabachbrücke nach Schmerikon und weiter entlang dem Zürichseeufer bis zum Kloster Wurmsbach und nach Busskirch bei Rapperswil. Da das Seeufer hier weitgehend ein unberührtes Naturschutzgebiet ist, präsentiert es sich dem Auge des Betrachters vielleicht so, wie es Felix und Regula damals erlebten. Diese sollen ab Busskirch den See hinab bis nach Zürich den Wasserweg benutzt haben. Die kräfteschonende und Abwechslung bietende Variante mit dem Passagierschiff steht ab Rapperswil natürlich auch heutigen Pilgern offen. Und bietet zudem einen würdigen Abschluss der vom Linthwasser begleiteten Pilgerreise, die an der Quelle begann und beim Abfluss der Limmat aus dem Zürichsee endet.

Am Ziel müssen heutige Pilger nicht um ihr Leben fürchten, sondern können in aller Ruhe die Schönheit der Wallfahrtsstätten Grossmünster, Fraumünster, Wasserkirche und Liebfrauenkirche bestaunen. Oder die 1950 erbaute und neu renovierte Kirche St. Felix und Regula im Zürcher Hardquartier. **Martina Novak**

Mehr Bilder auf www.zeitlupe.ch