

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 93 (2015)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Pilgern, soweit die Füßen tragen  
**Autor:** Vollenwyder, Usch  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1078891>

### **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:** 28.11.2025

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

# Pilgern, so wie ich die Füsse tragen

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

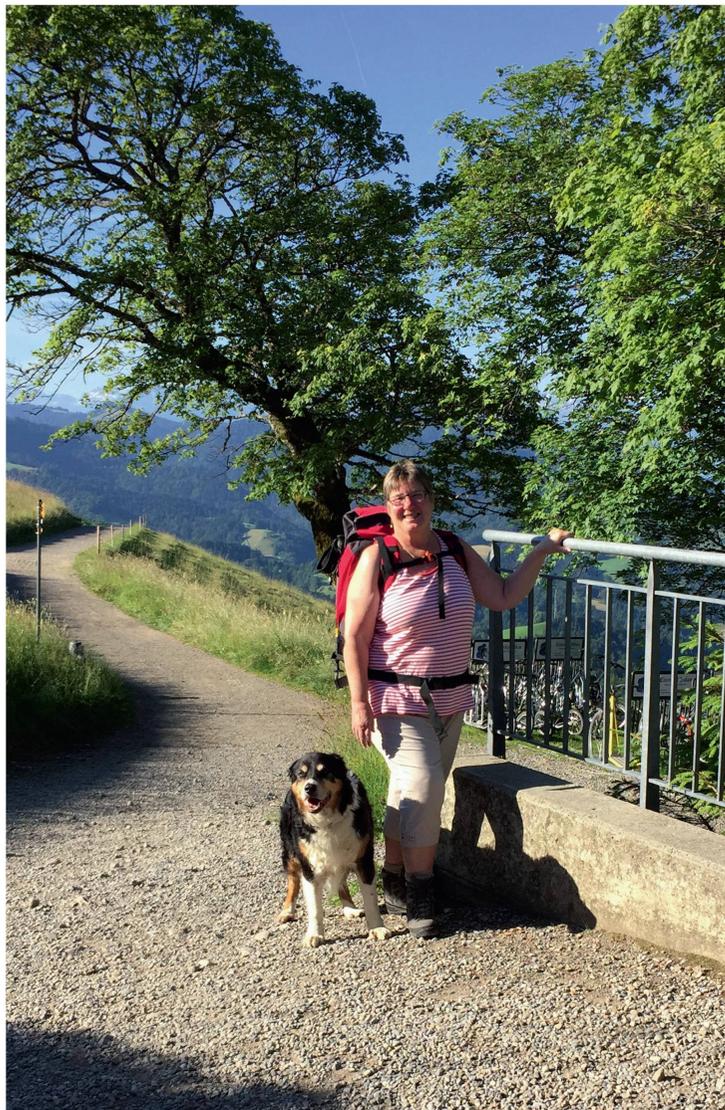


## Fischingen – Hörnli

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-



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 ausfühlich 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 Wölkchen 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 verunsicherter 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 zur 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 unbeholfen 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