

ULTREREÏA

No 67 ◀ Mai 2021

Der Rucksack

Le sac à dos



**Les Amis du Chemin de St-Jacques
Die Freunde des Jakobsweges
Amici del Cammino di Santiago**

ULTRÉIA

Zeitschrift der Schweizerischen Vereinigung der Freunde des Jakobsweges
Publication officielle de l'Association helvétique des Amis du Chemin de St-Jacques

Herausgeber / Editeur

Les Amis du Chemin de Saint-Jacques
Die Freunde des Jakobsweges
Amici del Cammino di Santiago
Association helvétique
Bd James-Fazy 4, Case postale 2066
1211 Genève 1

Postkonto / Compte postal 17-276098-4
Les Amis du Chemin de St-Jacques
1211 Genève 1

Redaktionsleitung

Rédactrice en chef

Doris Klingler
Steimüri 4, 8224 Löhningen
dklingler49@hotmail.com

Redaktionsteam

Equipe de rédaction

Béatrice Béguin
Jacqueline Bernhard-Ménier
Laure Bovy
Anahée Bregnard
Hans Dünki
Bernard Walter
Maya Wicky

Lektorat / Relecture

Jacqueline Bernhard-Ménier
Otto Dudle
Doris Klingler

Ultreia-Archiv / Archives d'Ultreia

Otto Dudle, odudle@bluewin.ch
www.viajacobi4.ch/Archives/Ultreia.htm

Design / Graphisme

Béatrice Béguin, www.cheminer.org

Layout / Mise en page

Gerhard und Verena Eichinger
www.eichinger.ch

Druck / Impression

Sailer Druck Medien, Winterthur

Versand / Expédition

Brühlgut-Stiftung, Winterthur

Auflage / Tirage

2150 Ex.

Der Abdruck einzelner Artikel, ganz oder auszugsweise, bedarf ausdrücklicher Genehmigung.
Toute reproduction, même partielle, est interdite sans autorisation.

Couverture : saint Jacques le Majeur, statue de Hans Gieng, vers 1525/30, provenant de l'ancien hôpital des Bourgeois, Fribourg. © Musée d'art et d'histoire, Fribourg

Inhalt

Editorial	4
Gruss aus dem Vorstand	6
Abschied und Dank	8
Kurzmitteilungen	10
Statistiken	12
Agenda	13
Der Rucksack	14
Pilgertasche – mehr als ein Proviantstasche	14
Der Rucksack, das Zuhause des Pilgers	18
Mein Rucksack und ich – wie wir uns fanden	20
Trauer um meinen alten Rucksack	22
Ein über Jahre gereifter, leichter Rucksack	24
Die richtige Wahl eines Rucksacks	28
Weniger als 6 kg, inkl. Biwakzubehör	30
Operation Rucksack-Leeren	34
Meinen Rucksack liebe ich	36
Rucksackgeschichten	36
Ultraleicht unterwegs	40
Pilgern	42
Jakobstag 2020 in Chur	42
Via Francigena	44
Eine meiner schönsten Erfahrungen	48
Pilgerwanderung im Schwarzwald 2020	50
Pilgern in der Zeit des <i>Lockdown</i>	54
Trouvailles jacquaires	56
Die Pilgerkapelle St. Gangulf in Einsiedeln	56
Nicht alles ist abgesagt	62
Rundschau	64
Die Mission von Kolumban und Gallus	64
Der Abenteurer Sir Walter Raleigh	70
Treffpunkt Pilgerweg	74
Martin, der barmherzige Samariter	76
Literatur	78
Pilgerstamm	82
Kontakte	83

Sommaire

Editorial	5
Billet du comité	7
Un adieu et un merci	9
En bref	11
Statistiques	12
Agenda	13
Le sac à dos	15
La besace – bien plus qu'un simple sac	15
Le sac à dos, la maison du pèlerin	19
Mon sac à dos et moi – notre histoire	21
Regrets sur mon vieux sac à dos	23
Un sac à dos de plus en plus léger	25
Le bon choix du sac à dos	29
Moins de 6 kg, bivouac compris	31
Opération vide-poches	35
J'aime mon sac à dos	37
Histoires de sacs à dos	37
Marcher ultraléger	41
Pèlerinage	43
La fête de la Saint-Jacques 2020 à Coire	43
Via Francigena	45
Une des plus belles expériences	49
Marche dans la Forêt-Noire en 2020	51
Pèlerinage à l'heure du confinement	55
Trouvailles jacquaires	57
La chapelle de St-Gingolph à Einsiedeln	57
Aimons toujours !	63
Tour d'horizon	65
L'évangélisation par Colomban et Gall	65
L'aventurier Sir Walter Raleigh	71
Chemin de pèlerinage, lieu de rencontre	75
Martin, le bon Samaritain	77
Littérature	79
Rencontres jacquaires	82
Contacts	83

„Ein Mensch, der sich vor nichts beugt, kann nicht einmal die Last seiner selbst tragen.“ Laotse

■ Meine ersten Erinnerungen an einen „Wanderbegleiter“, der meinen Proviant mitführte, reichen knapp 70 Jahre zurück. Es gab damals für kleinere Kinder noch keine entsprechenden Rucksäcke – jene, die es gab, waren zu gross und kamen erst im Laufe der Schulzeit in Frage. Die Tasche, die mich im Kindergarten und auf den ersten Schulreisen begleitete, war eine Umhängetasche – ähnlich der Pilgertasche, die Otto Dudle in seinem Beitrag beschreibt. Wir nannten sie – „fortschrittlich“ für die damalige Zeit – Lunchtasche.

Später gab es in der Familie einen einzigen Kinderrucksack für uns drei Geschwister. Gut, wenn die Schulreise nicht für alle am gleichen Tag stattfand ... Der Rucksack war noch nicht so komfortabel ausgestattet und schlenkerte mehr oder weniger lästig am Rücken. Aber uns kümmerte das nicht sehr – der Inhalt war uns wichtiger: „Studentenfutter“ und getrocknete Aprikosen sind noch heute mit dem Wort „Rucksack“ verbunden!

Seit ich auf Pilgerwegen unterwegs bin, weiss ich, wie wichtig der „richtige“ Rucksack ist: gutschitzend und in bedarfsgerechter Grösse. Hat man nach vier Wanderstunden das Gefühl, dass der Rucksack schwerer und schwerer wird, ist er einfach zu sehr beladen.

Zusätzlich trage ich immer eine Bauchtasche mit wichtigen Dingen, wie Geld, Ausweise, Medikamente, Handy, die ich nie aus den Augen lasse. Sie begleitet mich selbst zum Duschen und „schläft“ festgebunden am Bettpfosten, möglichst unter dem Kopfkissen.

Es geschieht zum Glück selten, aber einmal konnte ich bei einem Rastplatz beobachten, dass Rucksäcke, die deponiert worden waren, weil die Besitzer kurz austreten mussten, gestohlen worden wären, hätten nicht aufmerksame Pilger dies verhindert. Ein Beifahrer aus einem Auto wollte die Beute gerade ins Auto laden. Das Geschrei der Pilger und vermutlich auch das Gewicht der Rucksäcke schlugen die Diebe in die Flucht.

In den nachfolgenden Beiträgen zum Thema „Rucksack“ unterrichten uns einige pilgernde Autorinnen und Autoren über ihre Erfahrungen.

Für unsere Herbstausgabe suchen wir wiederum Beiträge, diesmal zum Thema „**Gesundheit unterwegs**“: Körper und Geist, Erfahrungen und besondere Begebenheiten, Tipps, Unvergessliches. Senden Sie Ihren Text von höchstens 2000 Zeichen, dazu eventuell ein Foto als Anhang, bis spätestens 31. August 2021 an: ultreia@viajacobi4.ch

Doris Klingler

Qui ne s'incline devant rien est incapable de porter son propre fardeau.
D'après Laotse

■ Mes plus lointains souvenirs relatifs à un « compagnon de marche » portant mon pique-nique datent de bientôt 70 ans. Il n'existait pas à l'époque de sacs à dos convenant aux petits enfants, hormis de plus spacieux destinés aux élèves de l'école primaire. Celui que j'ai eu au jardin d'enfants et lors de mes premières excursions scolaires était un sac à bandoulière – un peu comme celui qu'Otto Dudle décrit dans son article. Nous le nommions – ce qui était alors « moderne » dans les années 50 – sac lunch.

Les années suivantes, nous ne disposions à la maison que d'un seul sac à dos modèle enfant pour nous les trois sœurs. Une chance quand les excursions n'avaient pas toutes lieu le même jour ... Le sac n'était pas spécialement confortable et ballottait dans le dos. Mais nous ne nous en soucions guère – le contenu étant plus important pour nous : « Mélange de sultanines et noix » et abricots secs sont aujourd'hui encore associés au mot « sac à dos » !

Depuis que je parcours les chemins de pèlerinage, je sais combien le « bon » sac à dos est primordial : bien ajusté et adapté aux besoins. A-t-on après quatre heures de marche le sentiment que le sac à dos est de plus en plus lourd, c'est qu'il est tout simplement trop chargé.

De surcroît, je porte toujours une pochette ventrale contenant des choses

essentielles comme l'argent, les papiers d'identité, les médicaments et le portable que je ne quitte pas des yeux. Elle m'accompagne même à la douche et « dort » attachée à la colonne du lit, si possible sous l'oreiller.

Cela n'arrive heureusement que rarement, mais j'ai observé une fois sur une aire de repos que des sacs à dos que leurs propriétaires avaient déposés par terre avant de s'absenter brièvement, auraient été volés sans l'intervention de pèlerins attentifs. Le passager d'une voiture s'apprêtait déjà à charger le butin. Les cris des pèlerins, et probablement le poids du matériel, poussèrent les voleurs à prendre la fuite.

Bravo aux auteur(e)s-pèlerin(e)s qui, dans ce numéro, nous transmettent leurs connaissances et expériences sur le thème du « sac à dos » !

Nous nous réjouissons, d'ores et déjà de vos contributions au thème de notre édition automnale : « **Santé sur le Chemin** ». Sujet très vaste concernant entre autres les conseils pratiques, les infrastructures, le corps et l'esprit, vos expériences et révélations toutes particulières ... Nous vous remercions de nous envoyer votre texte comptant 2000 signes au plus (soit une page) avec éventuellement une ou deux photos en annexe, à envoyer avant le 31 août 2021 à ultreia@viajacobi4.ch

Doris Klingler
Traduction Jacqueline Bernhard-Ménier

Liebe Leserinnen und Leser



„Là où tu vas – tu es“ (Da wo du gehst, bist du), ist der Titel eines Buches von Jon Kabat-Zinn, einem amerikanischen Arzt, der eine Klinik gegründet hat, die sich u.a. um Stressminderung bei Patienten kümmert. In meinem persönlichen Rucksack habe ich tatsächlich alles mitgetragen, was ich bin, einschliesslich meiner Schwierigkeiten, die sich, ohne mich zu fragen, selber zu der Reise „eingeladen“ haben.

Als ich 1998 das erste Mal vom Jakobsweg hörte, war dies für mich wie ein Funkenprung, und ich wanderte von Le Puy-en-Velay bis nach Conques. Ich spürte eine unbändige Freiheit, wie ich sie bislang nur selten gekannt hatte.

Als ich 2005 nach Santiago aufbrach, wollte ich erfahren, wie es wäre, wenn man einen Weg bis zu dem Punkt geht, wo er unweigerlich zu Ende ist. Unterwegs, auf den rund 2000 km, gab es helle Tage ... und andere, die es eindeutig weniger waren. Ich, der gewohnt war, immer alles im Voraus zu planen, musste lernen, das Leben mit all seinen Überraschungen so zu nehmen, wie es daherkommt: wundervolle Landschaften, aber auch endlos sich hinziehende Industriezonen, warmherzige Gastfreundschaft ebenso wie lieblose Aufnahme in Herbergen, in denen man wie Sardinien zusammengepfercht war. Ein britischer Pilger, den ich in einer solchen Herberge kennenlernte, beschrieb es köstlich als „pretty basic“ ...

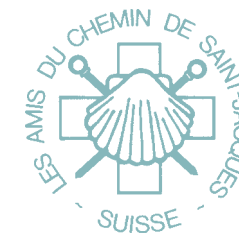
Beim dritten unfreundlichen Empfang hatte ich langsam die Nase voll; eine feine Stimme im Ohr flüsterte: „Niemand hat dich gezwungen nach Santiago zu gehen, also gibt es zwei Möglichkeiten: du kehrst nach Hause zurück, oder du gehst deinen Weg weiter.“ Und ich ging weiter.

Dabei lernte ich, jeden Tag so zu nehmen, wie er sich zeigte, und ihm zu danken, selbst in schwierigen Momenten. Und ich begann zu verstehen, dass der eigentliche Grund, der mich auf den Weg geschickt hatte, das Akzeptieren-lernen war. Angekommen in Santiago de Compostela realisierte ich, dass die Pilger im Mittelalter hier erst die Hälfte ihres Weges zurückgelegt hatten ... Da beschloss ich, eines Tages auch die Rückreise zu Fuss zurückzugehen – sobald es meine Lebenssituation erlauben würde.

In Finisterre wurde mein Traum Wirklichkeit: der Weg war zu Ende, es ging nicht mehr weiter, und vor mir lag der Ozean, soweit das Auge reichte. Es wurde mir bewusst, dass ich nicht in einer Sackgasse gelandet war, sondern dass sich im Gegenteil ein neuer Weg vor mir öffnete. Hier war nicht das Ende, sondern der Beginn von etwas Neuem.

Jean-Marc Perrin
Koordinator der Stämme
Übersetzung Doris Klingler

Chers lecteurs, chères lectrices,



«Là où tu vas – tu es», est le titre d'un livre de Jon Kabat-Zinn, médecin américain, qui a créé une clinique où l'on traite – entre autres – la réduction du stress. Dans mon sac à dos, j'ai effectivement transporté tout ce que j'étais, et en particulier toutes mes difficultés, qui s'étaient invitées à ce voyage sans me demander mon avis !

Lorsque j'ai entendu parler du chemin de Compostelle en 1998, cela a été un déclic. J'ai marché cet été-là du Puy-en-Velay jusqu'à Conques et j'ai ressenti alors une liberté que j'avais rarement connue auparavant.

Lorsque je suis parti pour Santiago en 2005, je ne pouvais dire pourquoi je faisais ce chemin. Je me demandais comment ce serait de suivre un chemin jusqu'au moment où ce chemin s'arrête, sans possibilité d'aller plus loin. Tout au long des presque 2000 kilomètres, il y a eu des jours lumineux ... et d'autres qui l'étaient nettement moins ! Et moi, qui ai toujours tendance à vouloir tout « bétonner » dans ma vie, je devais accepter tout de ce chemin : paysages sublimes, traversées interminables de zones industrielles, accueils chaleureux, gîtes où l'on vous reçoit sans aménité et vous entasse comme des sardines ... En arrivant dans l'un de ces derniers, un pèlerin britannique, que je connaissais et qui était arrivé avant moi, a eu cette description délicieuse : « Pretty basic » ...

A deux reprises, j'ai même senti un vrai ras-le-bol ; une petite voix m'a alors susurré à l'oreille : « Personne ne t'a obligé à partir pour Santiago, donc tu as deux solutions : tu rentres chez toi, ou tu continues ». Et j'ai décidé de continuer. Cela m'a appris à accepter la vie de tous les jours telle qu'elle se présente et à lui dire merci, même dans les moments difficiles. Et j'ai compris alors que c'était cette acceptation qui était la raison profonde et inconsciente qui m'avait poussé sur ce chemin.

A Santiago, j'ai réalisé que les pèlerins du Moyen Âge parvenant jusque là, n'avaient en fin de compte effectué que la moitié du trajet. J'ai décidé alors que je ferais un jour le chemin de retour – ce qui est dans mes projets dès que la situation le permettra.

En arrivant au bout du promontoire à Fisterra, mon fantasme était devenu réalité : je ne pouvais effectivement plus avancer, mais j'avais devant moi l'étendue de l'océan à quasiment 360 degrés. Je me suis rendu compte alors que je n'étais pas dans un cul-de-sac, mais qu'au contraire, un nouveau chemin s'ouvrait devant moi. Loin d'être la fin du voyage, c'était le début d'autre chose.

Jean-Marc Perrin
Coordinations des stamms

Abschied und Dank

RUTH SCHLÄPPI

Es ist so weit: die Schweizerische Vereinigung der Freunde des Jakobsweges durfte die Pilgerherberge Brienzwiler von den Gründerehepaaren und Besitzern, Regula und Christian Roth sowie Therese und Hugo Tschantré, übernehmen.

Während 10 Jahren standen Regula und Christian als Herbergseltern unermüdlich im Dienste der Pilger. Ihnen gehört grosser Dank und unser tiefer Respekt. Sie haben ein wunderbares Kleinod geschaffen und über all die Jahre gepflegt. Die einkehrenden Pilger durften ihre Kochkünste und liebevolle Gastfreundschaft geniessen.

Die grosse Begeisterung für die wunderbare Unterkunft wurde auf die vielen freiwilligen *Hospitaleros* und *Hospitaleras* übertragen. Auch ihnen gebührt unsere Anerkennung und unser Dank.

Wir werden die Pilgerherberge im Sinn und Geist unserer Vorgänger weiterführen und freuen uns auf die neue Herausforderung. Wir sind bereit, alles für die einkehrenden und vorbeiziehenden Pilger zu geben. ■

(Ruth Schläppi ist die Verantwortliche für die Pilgerherberge Brienzwiler, ganz links im Bild)



Der Vorstand stösst auf die Zukunft der neu erworbenen Pilgerherberge an.

Un adieu et un merci

RUTH SCHLÄPPI TRADUCTION BERNARD WALTER



Christian et Regula Roth

Nous y sommes : L'Association des Amis du Chemin de Saint-Jacques a pu reprendre le gîte de Brienzwiler qui lui a été remis par les couples fondateurs et propriétaires Regula et Christian Roth ainsi que Thérèse et Hugo Tschantré.

Durant dix années, Regula et Christian se sont mis inlassablement au service des pèlerins comme gardiens du gîte. A eux va notre gratitude et profond respect. Ils ont créé un véritable bijou et ils en ont pris soin tout au long de ces années. Les pèlerins ont pu profiter de leurs talents de cuisiniers et de leur hospitalité.

Cet enthousiasme pour un si bel accueil, on l'a retrouvé chez les nombreux *hospitaleros* et *hospitaleras* volontaires. A eux aussi s'adressent notre reconnaissance et nos remerciements.

Nous poursuivrons la conduite du gîte dans l'esprit de nos prédécesseurs, et nous nous réjouissons d'aller au-devant de cette nouvelle tâche. Nous sommes prêts à tout donner pour les pèlerins, pour ceux qui se logent au gîte et pour ceux qui sont de passage. ■

(Ruth Schläppi est la responsable de l'auberge Brienzwiler)

Christian, Regula et cinq pèlerins tyroliens devant l'auberge de pèlerins



Kurzmitteilungen

NORBERT WALTI ÜBERSETZUNG ANAHÉE BREGNARD

Das Pilgern hat in **Québec** an Bedeutung gewonnen. Jahr für Jahr hat die Zahl der Pilger aus Québec zugenommen, 2019 waren es mehr als 3500, die Santiago erreichten. Seit dem Jahr 2000 wurden in dieser riesigen Region Kanadas rund 30 Pilgerwege wieder instand gestellt oder eröffnet. 1999 wurde der *Chemin des Sanctuaires* (Weg der Heiligtümer) eingeweiht, der über 375 km das St.-Josephs-Oratorium in Montreal mit der Basilika von Sainte-Anne-de-Beaupré verbindet. Andere folgten: der Ottawa-, der Navigator-, der Alfonso-, der Saint-Rémi-, der Marie-Reine-de-la-Paix- und der Deux-Rivières-Weg.

Der *Chemin des Sanctuaires* hat einen bestimmten religiösen Charakter, der durch die beiden katholischen Pilgerorte gekennzeichnet ist, die er verbindet. Hingegen haben andere Wege „mit Pilgerfärbung“ keinen religiösen Hintergrund. So auch der Sankt-Lorenz-Weg, welcher sich über 1870 km von den Niagarafällen bis nach Rocher-Percé erstreckt. Trotzdem ermöglicht diese Verbindung zwischen den zwei „Naturheiligtümern“ vielen „Pilgern“, sich zu öffnen und ihre Suche nach Spiritualität zu befriedigen.

Auch in **Japan** lebt der Jakobsweg durch die Aktivitäten der Vereinigung der Freunde des Weges. In Tokios Stadtteil Minato-Ku findet seit 2009 jedes Jahr im März der traditionelle Pilgersegen statt. Dutzende Menschen nahmen letztes Mal nach der Eucharistiefeyer an der Zeremonie teil, die im französischen Kappellenzentrum von Roppongi gefeiert wurde. Es folgte ein familiärer Teil, bei dem die „Veteranen“ den „Neulingen“, die gekommen waren, ihre Erfahrungen und Empfehlungen weitergaben und so deren Zweifel zerstreuen und das Selbstvertrauen stärken konnten.

Salvador de Bahia in Brasilien ehrt jeweils am 25. Juli den Apostel Jakobus. In der Pfarrei Santa Ana findet ein Gottesdienst statt und eine Prozession führt durch Rio Vermello mit dem Bild des Heiligen Jakobus an der Spitze. Die Folkloregruppe „*Vive la Galicia*“ und die Tänzer von „*Os Celtas*“ führen dieses sehr beliebte Ereignis an. Der Verein „*Caballeros de Santiago*“ ist ebenfalls sehr aktiv. ■

Peregrino, April und August 2019

En bref

NORBERT WALTI

D'année en année, le nombre des pèlerins du **Québec** a augmenté, ils étaient plus de 3500 à atteindre Santiago l'année 2019. Cette dynamique a pris de l'ampleur au Québec même. Dès l'an 2000, une trentaine de chemins de pèlerinage ont été réhabilités ou ouverts dans cette vaste région du Canada. Ainsi en 1999, fut inauguré le Chemin des Sanctuaires qui, sur 375 km, unit l'Oratoire Saint-Joseph du Mont-Royal à la basilique de Sainte-Anne-de-Beaupré. D'autres ont suivi, le Chemin d'Ottawa, celui des Navigateurs, la Marche d'Alfonso, le Chemin de Saint-Rémi, le Chemin de Marie Reine de la Paix et le pèlerinage des Deux-Rivières.

Le Chemin des Sanctuaires a un caractère religieux certain, marqué par les deux sanctuaires catholiques qu'il relie. Par contre, d'autres itinéraires à coloration « pérégrine » ne portent pas une empreinte religieuse. Ainsi du Chemin de St-Laurent qui s'étire sur 1870 km, des chutes du Niagara jusqu'à Rocher-Percé. Ce lien entre deux « sanctuaires naturels » n'a pas vocation religieuse mais, comme ailleurs, permet à beaucoup de « pèlerins » de s'ouvrir et de

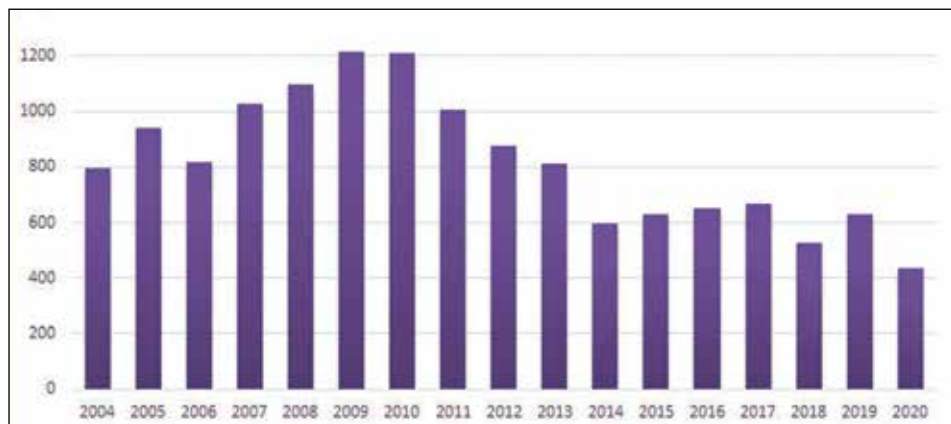
satisfaire leur recherche de spiritualité.

Au **Japon** aussi, le Chemin de Compostelle est vivant, à travers les activités de l'association des Amis du Chemin. Dans l'arrondissement de Minato-Ku à Tokio, chaque mois de mars depuis 2009 a lieu la désormais traditionnelle bénédiction des pèlerins. Des dizaines de personnes ont participé à la cérémonie qui a suivi l'Eucharistie, célébrée en l'église Roppongi Franciscan Chapel Centre. Une partie conviviale a suivi, où les « vétérans » ont dispensé souvenirs et recommandations aux « novices » venus apaiser leurs doutes et gagner en confiance.

Salvador de Bahia au Brésil rend aussi hommage à l'Apôtre le 25 juillet. Une messe a lieu dans la paroisse de Santa Ana et une procession parcourt Rio Vermello avec, à sa tête, l'image de saint Jacques. Le groupe folklorique « *Vive la Galice* » et les danseurs de « *Os Celtas* » animent cette manifestation très populaire. De son côté, l'association « *Caballeros de Santiago* » est aussi très active. ■

Peregrino, avril et août 2019

Von unserer Vereinigung ausgestellte Pilgerpässe Crédenciales délivrées par notre association



Pilgerpässe	2019			2020		
	Deutschschweiz	Westschweiz	Total	Deutschschweiz	Westschweiz	Total
Span. Pässe	72	283	355	43	236	279
Mitgl.-P.	38	237	275	27	132	159
Total Pässe	110	520	630	70	368	438

Mitglieder per 31.12.2020

2135 Mitglieder, davon
1274 Einzelpersonen
424 Ehepaare
13 Kollektivmitglieder

Membres au 31.12.2020

2135 personnes inscrites, dont
1274 membres individuels
424 couples
13 membres collectifs

2020 : Ausgestellte Pilgerurkunden in Santiago de Compostela 2020 : Compostelas délivrées à Santiago de Compostela

Compostelas délivrées / ausgestellte Pilgerurkunden	53'905
Männer / Hommes	30'075
Frauen / Femmes	23'830
Pilger zu Fuss / Pèlerins à pied	48'765
Radpilger / Pèlerins à vélo	4'468
Pilger zu Pferd / Pèlerins à cheval	59
Pilger im Rollstuhl / Pèlerins en fauteuil roulant	12
Pilger im Segelboot / Pèlerins en voilier	23

Quelle / Source : <http://oficinadelperegrino.com/estadisticas/>

Agenda

Über Angebot und Durchführung von Aktivitäten in Zeiten von Covid-19 gibt www.viajacobi4.net Auskunft. / Concernant l'offre et le déroulement d'activités en période de coronavirus, veuillez consulter www.viajacobi4.net.

Nationaler Pilgerwandertag / Journée nationale de marche pèlerine
Immer der Muschel nach / Suivre la coquille
12. 6. 2021

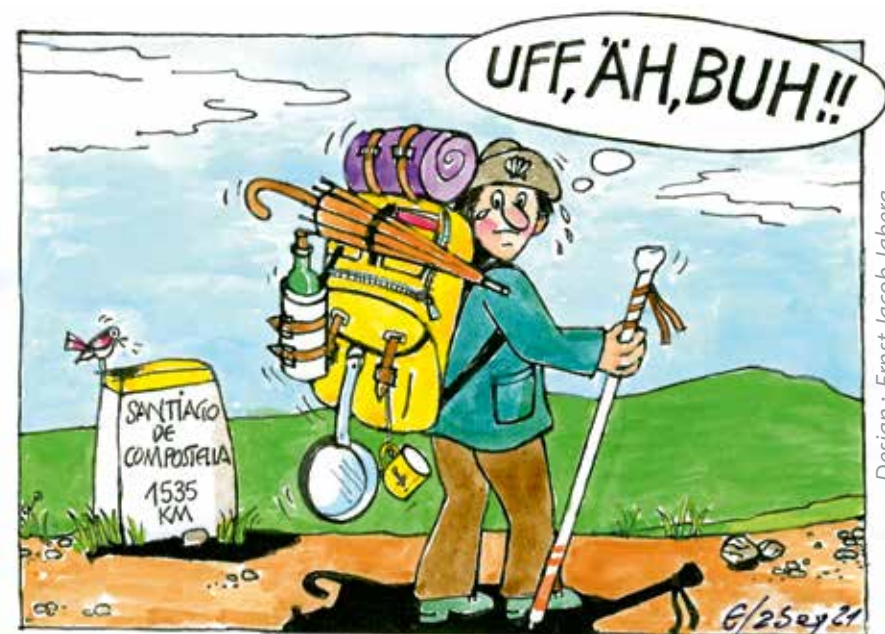
Herbstwanderung / Marche d'automne
Valence – Chartreuse de Valbonne (F)
Contact : Murielle Favre, secretariat@viajacobi4.ch
5.-12. 9. 2021

Herbstwanderung / Marche d'automne
Schwarzwald / Forêt-Noire : Wolfach – Breisach (D)
Kontakt: Erhard Saur,
027 455 54 02 / esaur@bluewin.ch
11.-18. 9. 2021

Gottesdienst im Dom von St. Gallen zum Jakobustag, mit Musik „Weg zur Mitte“.
25. 7. 2021.
Angebot und Durchführung weiterer Aktivitäten:
www.pilgerherberge-sg.ch/news

Programm Pilgerzentrum St. Jakob am Stauffacher, Zürich
Auskunft: Pfr. Michael Schaar, 044 242 89 86 / jakobspilger@zh.ref.ch

Generalversammlung / Assemblée générale 10./11. 7. 2021 à Yverdon



Design : Ernst Jacob Jaberg

Bewährte Pilgerregel: Wer sich nicht zuviel auflädt – weder im Rucksack noch im Leben – ist weise.

Adage du pèlerin : Sage est qui ne charge trop ni son sac à dos ni sa vie.

Pilgertasche – mehr als ein Proviantst sack

OTTO DUDLE

„Steckt nicht Gold, Silber und Kupfermünzen in euren Gürtel. Nehmt keine Vorratstasche mit auf den Weg, kein zweites Hemd, keine Schuhe“. Mit diesen Worten sendet Jesus seine Jünger hinaus in die Welt, um vom nahen Himmelreich Kunde zu geben (Mt 10,7-10). Der fromme Pilger des Mittelalters will Jesus nachfolgen, aber er kann sich nicht mittellos auf den Weg machen. Nähme er das Evangelium beim Wort und wäre er ohne Vorratstasche unterwegs, würde er zahllosen Menschen und Institutionen zur Last fallen, die bereit sind, je auf ihre Weise, ihm auf dem Weg behilflich zu sein. In der Tat zeigen mittelalterliche Reliefs, etwa in Autun, Pilger mit umgehängter Pilgertasche. Auf einer Darstellung der Emmaus-Jünger in Santo Domingo de Silos trägt sogar Christus selbst eine Pilgertasche. Die Tasche gehört als un-

verzichtbares Requisit zum Pilger des Mittelalters. An ihr ist er, nebst Mantel (Pelerine!), Hut, Stab und Kalebasse, klar als solcher zu erkennen.

In der Tasche, die an einem langen, quer über die Schulter geworfenen Riemen seitlich in Hüfthöhe getragen wird, führte der mittelalterliche Pilger einen kleinen Vorrat an Nahrung – Brot und Käse – sowie andere Habseligkeiten mit sich: ein Messer, einen Lederbecher, Steine, um Feuer zu schlagen, einige Münzen, Kleidung, ein Paar Sohlen; nicht zu vergessen das Empfehlungsschreiben des Ortspfarrers, das ihn in Klöstern, Hospizen, Herbergen und an Zollstationen als Pilger auswies, ausserdem Freibriefe, die ihn zum Passieren gewisser Wegstrecken berechtigten. Um den Durst zu stillen, führte er in einem ausgehöhlten ▼▼▼



Tympanon (12. Jh.) der Kathedrale von Autun: Der Türsturz zeigt die Auferstehung der Toten am Tag des Jüngsten Gerichts; unter ihnen befinden sich 2 Pilger mit umgehängter Pilgertasche

La besace – bien plus qu'un simple sac

OTTO DUDLE TRADUCTION JACQUELINE BERNHARD-MÉNIER

« Ne vous procurez ni or ni argent, ni monnaie de cuivre à mettre dans vos ceintures. Ni sac pour la route, ni tunique de rechange, ni sandales, ni bâton ». Avec ces mots, Jésus envoie ses disciples dans le monde afin qu'ils aillent prêcher et proclamer que le Royaume des cieux est tout proche (Mt 10,7-10). Le pieux pèlerin médiéval veut suivre les préceptes de Jésus mais ne peut se trouver démuné sur le Chemin. S'il prenait l'Évangile au mot et marchait sans ressources, il tomberait à la charge de maintes personnes ou institutions, disposées d'une manière ou d'une autre, à lui venir en aide. Des reliefs datant du Moyen Âge montrent effectivement, à Autun par exemple, des pèlerins portant une besace en bandoulière. A Santo Domingo de Silos, sur une représentation des disciples d'Emmaüs, le Christ lui-même porte une besace. Cet attribut est indispensable au pèlerin médiéval et sert à l'identifier comme tel, ainsi que le manteau-pèlerine, le chapeau à larges bords, le bourdon et la calebasse.

Dans le sac tombant à hauteur des hanches et tenu par une longue courroie sur l'épaule se trouvaient une maigre pitance – du pain et du fromage – ainsi que quelques effets personnels comme un couteau, un gobelet de cuir, une pierre à feu, des pièces de monnaie, des habits et quelques semelles ; sans oublier ni la lettre de recommandation du prêtre de la paroisse du pèlerin destinée à l'identifier comme tel dans les cloîtres, hospices et contrôles de douane, ni les sauf-conduits lui

autorisant le passage de certains chemins. Pour étancher sa soif, le pèlerin avait une courge séchée remplie d'eau et aussi du vin dans une gourde en cuir, l'eau n'étant pas souvent potable à l'époque.



Bas-relief en pierre (XI^e s.) dans le cloître du monastère de Santo Domingo de Silos : le Christ portant une besace décorée d'une coquille Saint-Jacques, derrière lequel se trouvent les deux disciples d'Emmaüs

Bénédition de la besace

Le départ de toute personne pour un lointain pèlerinage était célébré selon un rituel solennel à l'église en présence de toute la paroisse. A condition que le pèlerin ait auparavant reçu ▼▼▼

▲▲▲ Kürbis Wasser mit und, weil dieses oft nicht keimfrei war, Wein in einem Lederschlauch.

Segnung der Pilgertaschen

Wer zu einem fernen Pilgerziel aufbrach, wurde nach einem feststehenden Ritual in der Kirche von der ganzen Gemeinde verabschiedet. Hatte der Pilger die Zustimmung des Ehepartners eingeholt, sein Testament gemacht und sich mit Feinden versöhnt, erbat er, nach Beichte und Kommunion, den Segen Gottes für sein Vorhaben. Zur Feier gehörten speziell auf das Pilgern abgestimmte liturgische Texte: Gebete, Lesungen, Psalmen, die im Gottesdienst rezitiert wurden. Während oder nach der Messe wurden Stab, Tasche und Pilger gesegnet. Die Pilger knieten dazu vor dem Altar nieder und legten Stab und Tasche zu Füßen des Priesters ab. Anschließend übergab dieser jedem die beiden Requisiten, dazu sprach er je ein Segensgebet. Aus dem *Codex Calixtinus* (12. Jh.) ist das folgende Segensgebet zur Übergabe der Pilgertasche überliefert: „Im Namen unseres Herrn Jesus Christus. Nimm diese Tasche als Zeichen deiner Pilgerschaft, damit du geläutert und befreit zum Grab des heiligen Jakobus gelangen mögest, zu dem du aufbrechen willst, und kehre nach Vollendung deines Weges unversehrt mit Freude zu uns durch die Hilfe Gottes zurück, der lebt und herrscht von Ewigkeit zu Ewigkeit. Amen.“¹ Den Abschluss und Höhepunkt der Feier bildete der Pilgersegens, mit dem der Priester die Pilger unter den besonderen Schutz Gottes und seiner Heiligen stellte und in dem er an Vorbilder, wie Abraham oder Tobias, erinnerte.

¹ Liber Sancti Jacobi, 1. Buch: Predigt „Vereranda dies“, angeblich von Papst Calixt II.

Pilgertasche, Symbol des Glaubens

Für den elsässischen Theologen und berühmten Prediger Johannes Geiler von Kaysersberg (1445-1510) bedeutete die Pilgertasche mehr als nur ein Behältnis zum Verstauen der Habseligkeiten. 1488 hielt Geiler in Augsburg eine Predigt, die 1494 unter dem Titel „Der bilger mit seinen eygenschaften“² gedruckt wurde. Später erschienen davon erweiterte Versionen. Nach Geiler kennzeichnen achtzehn Eigenschaften „den guotten Christenbilger“. Jeder Eigenschaft ordnet er einen bestimmten Gegenstand oder eine innere Haltung zu. Wer die darauf beruhenden Ratschläge befolge, gelange sicher ans Ziel, in „sein rechtes vatterland, daßs da ist die öwige sälligkait“. Die vierte Eigenschaft betrifft den „lyderin [ledernen] sack“, den die Pilger, zu viert oder fünft unterwegs, mit sich führen, getragen vom „sterckest under ynen“, im Sack drin „Brott, Wein und lattwärrig [Arznei] und ain feürzüg“. „Der sack, den der gaystlich bilger haben muess, das ist ein lebendiger glaub“. Wer fest auf Gott vertraue, habe alles, was er benötige, denn „wer den herren Christum hat“, dem fehle nichts. So steht für Johannes Geiler die Pilgertasche für den lebendigen Glauben, den ein Pilger in seinem Herzen tragen soll. ■

Literatur:

Ohler, Norbert, *Pilgerstab und Jakobsmuschel: Wallfahren in Mittelalter und Neuzeit*. Düsseldorf, Zürich: Artemis & Winkler, 2000. 272 S., Ill.

Ohler, Norbert, *Reisen im Mittelalter*. München: dtv, 1991. 456 S., Ill.

² Geiler von Kaysersberg, Johannes, *Sämtliche Werke*, hrg. von Gerhard Bauer. Teil 1: Die deutschen Schriften, Abt. 1, Bd. 2. Berlin: de Gruyter, 1991. S. 136-160.



Statue de Saint-Jacques (XIII^e s.) dans la rotonde de Saint-Maurice de la cathédrale de Constance : Saint-Jacques tient dans ses mains les bâtons et les besaces des pèlerins

▲▲▲ L'autorisation de son conjoint, rédigé son testament, remboursé ses dettes, pardonné à ceux qui l'auraient offensé, il pouvait après la confession et la communion requérir la bénédiction de Dieu pour son long périple. Lors de cette cérémonie, des textes liturgiques sous forme de prières, de sermons, de psaumes étaient récités. Pendant ou après la messe, bourdons, besaces et pèlerins étaient bénis. Pour ce faire les pèlerins s'agenouillaient devant l'autel et déposaient bourdon et besace aux pieds du prêtre qui leur remettait ces deux attributs en récitant la prière de bénédiction. Voici la traduction de la bénédiction de la besace provenant du *Codex Calixtinus* (XII^{ème} siècle) : « Au nom du Seigneur Jésus Christ, recevez cette besace, symbole

de votre condition de pèlerin, afin que, mortifié et amendé, vous vous hâtiez d'arriver aux pieds de Monseigneur saint Jacques. Et pour qu'après avoir effectué le voyage à son tombeau, vous reveniez aux côtés de vos proches dans la joie avec l'aide de Dieu qui vit et règne pour les siècles des siècles. Ainsi soit-il. » Avec cette bénédiction, point culminant de la cérémonie, le prêtre plaçait le pèlerin sous la protection de Dieu et de ses Saints et lui rappelait des modèles à suivre comme Abraham ou Tobias.

La besace, symbole de la foi

Pour le théologien alsacien et célèbre prédicateur Jean Geiler de Kaysersberg (1445-1510), la besace de cuir n'est pas qu'un simple contenant des effets personnels du pèlerin. En l'an 1488, Geiler prononça à Augsburg une série de sermons publiés en 1494 traitant des « qualités du pèlerin » (traduction du Père Jacques Robbe, chanoine à Bourges), édition suivie de versions élargies par la suite. Pour Geiler, dix-huit qualités définissent le pèlerin chrétien. Chacun des conseils qu'il donne concerne un objet ou une attitude intérieure. Celui qui suivra ses recommandations atteindra assurément le but de son pèlerinage et sa véritable patrie qui est le salut éternel. Le quatrième conseil concerne la sacoche de cuir dont la plus lourde est parfois portée par le plus robuste des quatre ou cinq pèlerins cheminant ensemble et qui contient pain, vin, « médecine », silex. Mais le sac que chaque pèlerin doit avoir est une foi vivante. Celui qui croit en Dieu a tout ce dont il a besoin car qui a Dieu ne manque de rien. Ainsi la besace représente pour Jean Geiler la foi vivante qu'un pèlerin doit porter dans son cœur. ■

(Annotations voir le texte allemand)

Der Rucksack, das Zuhause des Pilgers

JOSIANE DUTOIT ÜBERSETZUNG ANAHÉE BREGNARD

Der Rucksack, die grosse Geschichte! Als ich und mein Mann uns im März 2001 zum ersten Mal für drei Monate auf den *Camino* begaben, waren wir aufs Beste vorbereitet. Dabei war der Kauf des Rucksacks ein Höhepunkt. Ich bin dem Verkäufer, der mich kompetent über die Grösse und den Tragkomfort des Rucksacks beraten hat, unendlich dankbar. Die richtige Wahl des Rucksacks ist vielleicht noch wichtiger, als die Wahl der richtigen Schuhe.

Mein erster Rucksack war rot und mit einem 50-Liter-Volumen recht gross. Bepackt wog er auf unserer ersten Etappe ungefähr 12 kg! Er hat mich mehrere Jahre begleitet, aber allmählich wurde er leichter, denn ich lernte aus der Erfahrung dieser ersten Reise, nur das Wesentliche zu behalten. Jetzt, fast 20 Jahre später, habe ich es immer noch nicht geschafft, mich von meinem roten Rucksack zu trennen. Das zeigt, wie wichtig der Rucksack für den Pilger ist. Er wird zum Zuhause und zum treuen Begleiter, genauso wie der Pilgerstab.

Trotzdem kaufte ich Jahre später einen kleineren 35-Liter-Rucksack, der mehr als genug Platz für das Notwendige bietet. Er ist immer noch im Dienst, wartet aber seit dem Jahre 2020 geduldig auf bessere Tage, um mich auf dem „Glücksweg“ erneut begleiten zu können.

Auf meinen Pilgerwegen begegnete ich vielen Menschen, die mit einem schlecht angepassten Rucksack zu kämpfen hatten. Ich freute mich immer, ihnen meine Erfahrungen weitergeben zu können. Besonders in Erinnerung geblieben ist mir Walter, ein italienischer Pilger, der eine Drehleiter in seinem Rucksack trug und uns während eines Zwischenstopps im spanischen Tiebas mit einem wunderschönen Konzert erfreute. Er schnallte seinen Beckengurt nie an und trug das ganze Gewicht auf seinen Schultern. Wir haben seinen Rucksack angepasst und ihm die richtige Tragweise beigebracht.

Ein paar Tage später begegneten wir ihm wieder und er berichtete uns vergnügt von der Verbesserung, die ihm unsere Beratung gebracht hatte. Wir freuten uns mit Walter, dass er seinen Reisebegleiter am Rücken noch besser schätzen gelernt hatte. Eine lustige Anekdote: Georges, ein Freund, entdeckte an seinem Rucksack erst kürzlich zum ersten Mal einen etwas versteckten Reissverschluss, dabei benutzte er den Rucksack seit mehreren Jahren.

Mein Rucksack ist zu meinem Freund und Zeugen der vielen Reisen, der Begegnungen und dauerhaften Freundschaften geworden, die unterwegs entstanden sind. Er und mein Pilgerstab werden mich begleiten, solange es meine Gesundheit zulässt.
Buen Camino! ■

Le sac à dos, la maison du pèlerin

JOSIANE DUTOIT

Le sac à dos, la grande histoire ! Avant mon premier départ pour trois mois sur le *Camino*, en mars 2001, mon mari et moi nous étions préparés au mieux et l'achat du sac a été un grand moment. Je ne remercierai jamais assez le vendeur qui m'avait tellement bien conseillée sur la taille du sac, la manière de le porter et de le régler. Le sac est aussi important, voire plus que les chaussures. Mon premier achat était un grand sac rouge de 50 litres. A notre premier chemin, il pesait environ 12 kg ! Il m'a accompagnée plusieurs années, même si avec l'expérience de ce premier grand voyage, j'ai appris à ne garder que l'essentiel. A l'heure actuelle, presque 20 ans plus tard, je n'ai toujours pas réussi à m'en séparer, ni à le mettre à la cave. C'est dire l'importance que cet objet prend pour le pèlerin. Il devient la maison et le compagnon fidèle, de même que le bourdon.

Quelques années plus tard, j'ai acheté un nouveau sac, plus petit, 35 litres, qui est largement suffisant pour tout ce qui nous est indispensable. Il est toujours en service, même si en cette année 2020, il a pris des vacances. Mais il attend patiemment des jours meilleurs pour m'accompagner à nouveau sur ce Chemin de bonheur. Lors de mes pérégrinations, je me souviens de nombreuses personnes qui n'avaient pas bénéficié des mêmes conseils et qui peinaient avec un sac mal réglé. Je

me suis toujours fait un immense plaisir de leur apporter mon expérience à ce sujet. Je me souviens tout spécialement de Walter, un pèlerin italien qui portait dans son sac une vielle à roue, et qui nous a régales d'un beau concert lors d'une étape à Tiebas en Espagne. Il n'attachait pas sa ceinture ventrale et portait tout sur les épaules. Nous lui avons réglé son sac et appris à porter la sangle abdominale correctement. Rencontré quelques jours plus tard, il nous a confié le plaisir et l'amélioration que cela lui avait apporté. Grand plaisir pour nous de lui avoir permis d'apprécier au mieux son compagnon de route.

Quelques anecdotes drôles aussi avec mon ami Georges qui a découvert une nouvelle fermeture éclair, un peu cachée, sur le sac qu'il utilisait depuis plusieurs années. Tout ceci pour dire que mon sac est devenu un ami et un témoin de mes nombreux voyages au cours de ces 19 années, témoin aussi des rencontres et des amitiés vivaces créées sur le *Camino*. Même s'il existe actuellement des possibilités de transport des bagages, ce que j'approuve pour les personnes qui en ont vraiment besoin pour pouvoir marcher, je n'en ferai usage que lorsque l'âge ne me permettra plus de supporter le poids de mon fidèle compagnon. Le sac et le bourdon sont des amis essentiels pour moi.

Buen Camino à tous. ■

Mein Rucksack und ich – wie wir uns fanden

ESTHER ZAUGG

Ein Rucksack erzeugte bei mir stets unterschiedliche Gefühle. Einerseits symbolisierte er für mich positive Begriffe wie Freiheit, Selbstbestimmung, Unabhängigkeit, stand für das Privileg, seinem eigenen Leben weiten Raum zu geben und lang gehegten stillen Träumen und Sehnsüchten nachgehen zu können. Andererseits verband ich damit auch Dinge, die Mut voraussetzen, wie das Verlassen von Gewohntem und behaglichen Komfortzonen, Veränderung von Festgefahretem, Wagnis zu Neuem, Aufbruch ins Ungewisse, vielleicht verbunden mit schmerzhaften Erfahrungen.

Doch solche Vorstellungen blieben für mich eher abstrakt – bis zu meiner allerersten Pilgerreise. Welche befreienden Gefühle eine solche in einem freizusetzen vermag, aber auch welche körperlichen Folgen das wochenlange Tragen eines grossen (und anfangs noch viel zu schweren) Pilgerrucksacks nach sich ziehen kann, was es bedeutet, seine eigenen physischen Grenzen auszuloten und diese auch überschreiten zu müssen – derlei Erkenntnisse sollten mir erst im Rentenalter vergönnt sein, als ich mich im Sommer 2018 nach langer krankheitsbedingter Wanderabstinenz mutig zu meinem ersten Langzeitmarsch aufmachte.

Als zwar schon in die Jahre gekommene, aber trotzdem noch unerfahrene Pilgernovizin hatte ich zu meinem gleichermassen betagten und schon

ziemlich verstaubten Rucksack anfänglich eine eher ambivalente Beziehung. Ich hasste ihn! Warum kann der nicht selber nach Genf laufen? Und ich liebte ihn! Verschaffte er mir doch ab und zu durch das lange rhythmische Gehen eine willkommene Rückenmassage; mitunter liess er mich sogar sein drückendes Gewicht vergessen! Je länger ich mit dem alten, sperrigen Kerl unterwegs war, desto mehr wurde er mir zum treuen Freund. Schon nach der ersten Woche war er mir nicht nur an den Rücken, sondern ebenso ans Herz gewachsen. Ja, mein lauffauler Kumpel und ich, wir zwei haben uns gefunden!

Doch da war noch ein Dritter im Bunde, der mitmarschierte: wie oft schleppen wir zwei Rucksäcke mit uns herum. Die erstaunlichste aller Erfahrungen, die ich auf meiner ersten Pilgerreise machen durfte, war die, dass in gleicher Kadenz, wie ich meinen physischen Pilgerrucksack von unnötig Mitgeschlepptem erleichterte, auch mein seelischer Lebensrucksack von latent verborgenen Lasten und Unsicherheiten befreit wurde. Da drängte längst Vergangenes und vermeintlich Vergessenes an die Oberfläche. Und ich erlebte auf eindrückliche Weise, wie dieser imaginäre Ort, wo diese Dinge so lange Zeit archiviert gewesen waren, plötzlich leer wurde. Mein Rucksack und ich? Wir hassen uns, und wir lieben uns. Wir verstehen uns! ■

Mon sac à dos et moi – notre histoire

ESTHER ZAUGG TRADUCTION LAURE BOVY

Un sac à dos a toujours éveillé en moi des sentiments contradictoires. D'une part, il symbolisait des notions positives telles que liberté, autonomie, indépendance, matérialisait le privilège d'élargir son horizon, de pouvoir concrétiser les rêves et les désirs qui sommeillaient en nous depuis longtemps. D'autre part, il représentait aussi le courage nécessaire pour quitter ses habitudes et ses douillettes zones de confort en faisant le pari du renouveau dans l'inconnu, peut-être même lié à des expériences douloureuses.

Certes, tout cela restait pour moi plutôt abstrait – jusqu'à mon tout premier pèlerinage. Quels sentiments libérateurs celui-ci procure, mais aussi quels contrecoups physiques provoqués par le port, des semaines durant, d'un sac à dos volumineux (et au début encore beaucoup trop lourd), ce qui signifie non seulement d'explorer ses propres limites mais aussi de devoir les dépasser. J'ai dû attendre l'âge de la retraite pour vivre ces expériences, lorsqu'en été 2018, après une longue abstinence de randonnées pour raison de maladie, j'ai entrepris courageusement ma première marche au long cours.

Alors que déjà âgée mais encore novice en pèlerinage, j'entretenais au début une relation plutôt ambivalente avec mon vieux (comme moi), voire poussiéreux sac à dos. Je le détestais! Pourquoi ne pouvait-il pas aller seul

à Genève? Et je l'aimais! Ne me procurait-il pas de temps en temps, grâce au rythme mesuré de la marche, un massage du dos bienfaisant?

Parfois j'en arrivais même à oublier son poids écrasant. Plus je cheminai avec cet encombrant gamin, plus il devenait un ami fidèle. Après la première semaine déjà, il n'était plus seulement attaché sur mon dos, mais aussi dans mon cœur. Oui, mon paresseux copain et moi-même, nous nous étions trouvés tous les deux et nous formions une bonne équipe.

Cependant il y avait un tiers qui marchait avec nous: souvent nous transportons deux sacs à dos avec nous. La plus étonnante de toutes les expériences qu'il m'ait été donné de vivre au cours de ce premier pèlerinage a été celle de constater qu'en même temps que j'allégeais mon sac à dos de choses inutiles, mon sac émotionnel se libérait des charges et des incertitudes invisibles qui l'encombraient. Remontèrent alors à la surface le passé lointain et le soi-disant oublié. Et j'ai ressenti de façon impressionnante, comment cet endroit imaginaire, où ces choses avait été archivées si longtemps, était tout à coup vide. Je n'aurais plus jamais besoin de m'en occuper.

Mon sac à dos et moi? Nous nous détestons et nous nous aimons. Nous nous comprenons! ■

Trauer um meinen alten Rucksack

CLAIRE-MARIE NICOLET ÜBERSETZUNG OTTO DUDLE

Zu diesem Text angeregt hat mich der bekannte Essayist Denis Diderot (1713-1784) „Gründe, meinem alten Hausrock nachzutruern“: In der Meinung, ihrem Günstling eine Ehre zu erweisen, schenkt ihm seine reiche Freundin Marie Thérèse Geoffrin (1699-1777) einen prachtvollen Hausrock aus scharlachrotem Samt, was Diderot veranlasst, über Luxus, Bekleidung, „die noch nicht den Mönch ausmacht“, Sein und Schein, Intimität und Gesellschaft zu reflektieren.

Warum habe ich ihn nicht behalten? Er passte zu mir, ich passte zu ihm. Er schmiegte sich jeder Wendung meines Körpers an; er hat mich nie gestört; er stand mir so gut, dass ich mich ausnahm wie von Künstlerhand gemalt. Der neue, steif und förmlich, macht mich zur Schneiderpuppe. Kein Bedürfnis, dem der alte nicht entgegengekommen wäre; denn fast nie hat die Armut etwas dagegen, sich nützlich zu zeigen. Lag Staub auf einem Buch, schon bot sich einer seiner Zipfel an, ihn abzuwischen. War mir die Tinte eingetrocknet und wollte nicht mehr aus der Feder fließen, so lieb er mir einen Ärmel: lange schwarze Streifen legten von den häufigen Diensten, die er mir geleistet hat, Zeugnis ab. An diesen Tintenspuren war der Mann der Literatur, der Schriftsteller, der arbeitende Mensch zu erkennen. Und heute? Ich sehe aus wie ein reicher Tagesdieb; man sieht mir nicht mehr an, wer ich bin.

Unter seinem Schutz hatte ich weder das Ungeschick des Dieners noch mein

eigenes, weder Feuer noch Wasser zu fürchten. Ich war ganz und gar Herr meines alten Hausrocks; ich bin zum Sklaven des neuen geworden. (...)

Liebe Freunde, haltet an den Freunden fest, die euch geblieben sind. Fürchtet die Schläge des Reichtums! Lasst euch mein Beispiel eine Lehre sein. Die Armut hat ihre Freiheiten, der Reichtum seine Zwänge.¹

Um die bescheidene Ausstattung seiner Schreibstube mit dem neuen Gewand in Einklang zu bringen, sieht er sich genötigt, alles, was seinen häuslichen Komfort ausmachte, zu ändern. Umgeben von Luxus ist er nicht mehr er selber ...

Trauer um meinen alten Rucksack

Warum habe ich ihn nicht behalten? Er passte zu mir, ich passte zu ihm. Er schmiegte sich den Rundungen und Hohlräumen meines Rückens an, ohne mir lästig zu sein: ihm treu ergeben, war ich ganz ich selbst.

Der andere, starrer, unbarmherziger Wächter meiner wandernden Wirbel, gibt vor, mich umzuerziehen. Seine Luxustragriemen schneiden sich tief in meine Schultern ein, sein angeblich bequemer Sitz drückt schwer auf mein Kreuz ...

Jener war mir eine echte Hilfe: Legte ich ihn ermattet ab, mochte der Ort auch noch so staubig, sumpfig, ▼▼▼

¹ Übersetzung: Hans Magnus Enzensberger, Gründe, meinem alten Hausrock nachzutruern, in: Zeit Nr. 49, 1. Dezember 1989

Regrets sur mon vieux sac à dos

CLAIRE-MARIE NICOLET

Inspirés des célèbres « Regrets sur ma vieille robe de chambre », de Denis Diderot (1713-1784) : Croyant honorer son protégé Diderot, Mme Geoffrin (1699-1777), sa richissime amie, lui offre une somptueuse robe de chambre en velours écarlate, d'où une méditation sur le luxe, sur l'habit « qui ne fait pas le moine » ... sur l'être et le paraître, l'intime et le social ...

« Pourquoi ne l'avoir pas gardée ? Elle était faite à moi ; j'étais fait à elle. Elle moulait tous les plis de mon corps sans le gêner ; j'étais pittoresque et beau. L'autre, raide, empesée, me mannequine. Il n'y avait aucun besoin auquel sa complaisance ne se prêtât ; car l'indigence est presque toujours officieuse. Un livre était-il couvert de poussière ? Un de ses pans s'offrait à l'essuyer. L'encre épaissie refusait-elle de couler de ma plume, elle présentait le flanc. On y voyait tracés en longues raies noires les fréquents services qu'elle m'avait rendus. Ces longues raies annonçaient le littérateur, l'écrivain, l'homme qui travaille. A présent, j'ai l'air d'un riche fainéant ; on ne sait qui je suis.

Sous son abri, je ne craignais ni la maladresse d'un valet, ni la mienne, ni les éclats du feu, ni la chute de l'eau. J'étais le maître absolu de ma vieille robe de chambre ; je suis devenu l'esclave de la nouvelle. (...)

Mes amis, gardez vos vieux amis. Mes amis, craignez l'atteinte de la richesse.

Que mon exemple vous instruisse. La pauvreté a ses franchises ; l'opulence a sa gêne. »

Pour accorder le décor à sa nouvelle tenue, Diderot se verra obligé de changer tout ce qui faisait modestement son confort intime, et, dans ce bureau luxueux, ne sera plus lui-même ...

Regrets sur mon vieux sac à dos

Pourquoi ne l'avoir pas gardé ? Il était fait à moi ; et j'étais faite à lui. Il épousait les rondeurs et les creux de mon dos sans me gêner : en étant tout à lui, j'étais entièrement moi-même.

L'autre, rigide, tuteur impitoyable de mes vertèbres vagabondes, prétend me rééduquer :

Ses bretelles de luxe me scient les épaules, son prétendu confort pèse lourd sur mes reins ...

Il me portait secours : le chemin était-il couvert de poussière, de boue, de feuilles ?

Il s'y laissait tomber, heureux et fourbu : dossier de mes pensées, oreiller de ma sieste ...

L'autre me traîne, chancelante, hors d'haleine, jusqu'au prochain toit digne de son éclat.

Insensible à ma peine, craignant le sol qui souille, la pluie qui mouille, le fer qui rouille ...

Le rouge de ses origines avait, devenu pâle, pris l'ocre du chemin, le lustre du grand vent ... ▼▼▼

▲▲▲ laubbedeckt sein, war er glücklich, bei der Siesta mir als Kopfkissen zu dienen und meinen Gedanken Halt zu geben.

Mit dem andern schwanke ich japsend zum nächsten Dach, das „seiner Exzellenz“ würdig ist. Ohne Gefühl für meine Mühsal fürchtet er den Boden, der beschmutzt, den Regen, der durchnässt, oder rostiges Eisen ...

Jener, ursprünglich rot, zunehmend verblasst und blank gescheuert, hatte das Ocker des Wegs angenommen ... Der andere ist einförmig mausgrau, ohne die Spuren einer Musterung, die von langem Gebrauch zeugen ...

Jener hatte Löcher, Flecken, Risse – Stigmata meiner zahlreichen Wege. Der andere, fesch in jeder Beziehung, lässt den schneidigen Aufbruch des wirklichen Neulings erkennen ...

Jener trug bescheiden und verständnisvoll mein Gepäck in drei Taschen, die als „Mädchen für alles“, je nach Laune und Wetter, mit wechselndem Inhalt gefüllt waren ...

Der andere, rein zweckmässig, drängt

jedem Gegenstand seine eigene Tasche auf, zum Nachteil für die Pilgerin, die nur ihren Rucksack, aber kein Handy mit sich führt und lieber aus der Feldflasche trinkt als aus einem Schlauch.

Mein alter Rucksack und ich, wir waren ganz und gar eins: abgetragen, bequem, die Schuhe den Füßen angepasst, dazu ein altes Hippie-Foulard, ein schlappes Hütchen – zeitlos.

Der andere mit dem *Hightech-Look* tadelt mich wegen meines *Outfits*, er möchte, dass ich zu jenen gehöre, die „auf Draht“ sind. Wer würde ich denn werden, fern von dem, was ich bin?

Jener war wurmstichig, wie vielleicht auch ich es bin: Wir hatten solches Zutrauen zueinander gewonnen ... Wie konnte ich übersehen, dass er zu einem wandelnden „Wrack“ wurde?

Habe ich noch die Zeit, mich an den andern zu gewöhnen? Bleibe ich ewig von jenem verwaist?

Werde ich auch für den Rest meines Lebens meinem *Double*, meinem Zuhause, meinem alten, geliebten Rucksack nachtrauern? ■

▲▲▲ L'autre est gris, uniforme, sans ces traces moirées, témoins des longs voyages ...

Ses trous, taches, fissures ... figuraient les stigmates de mes nombreux chemins.

L'autre, pimpant sous tous rapports, sent le départ fringant d'une vraie néophyte ...

Humble et complice, il transportait mon bagage dans trois poches bonnes à tout, au contenu changeant selon l'humeur du jour et la couleur du temps ...

L'autre, par convenance, impose à chaque objet sa poche, et tant pis pour la pèlerine qui n'a de « portable » que son sac et boit à sa gourde plutôt qu'au bout d'un tuyau.

Mon vieux sac et moi, nous ne faisons qu'un(e) : des hardes confortables défiant l'éphémère, des chaussures faites au pied, un vieux foulard hippie, un bibi fatigué.

L'autre et son *look high tech* me reprochent ma mise, et vers le « connecté » voudraient que je me tourne ... qui deviendrais-je alors, loin de ce que je suis ?

Il était vermoulu, tout comme moi peut-être : nous nous étions si bien apprivoisés ...

Comment n'ai-je pas vu qu'il devenait ... osons le dire : une ruine ambulante ?

Aurai-je encore le temps de m'accorder à l'autre ? Resterai-je à jamais orpheline de lui ?

Regretterai-je encore, le reste de mon âge, mon double, ma maison, mon vieux sac tant aimé ? ■

Ein über Jahre gereifter, leichter Rucksack

JENS JUNGFLEISCH

Schon bei meinem ersten *Camino* 2007 wog mein damaliger Rucksack weniger als 8 kg. Der aktuelle Rucksack, der abgesehen vom Daunenschlafsack immer gepackt zuhause steht, wiegt

nur noch 3,4 kg. Alle Gewichtsangaben beziehen sich immer auf Rucksack plus Inhalt, ohne Wasser und Verpflegung, bepackt für die Jahreszeit Frühjahr bis Spätherbst. ▼▼▼

Un sac à dos de plus en plus léger

JENS JUNGFLEISCH TRADUCTION JACQUELINE BERNHARD-MÉNIER

Lors de mon premier *Camino* en 2007, mon sac à dos pesait déjà moins de 8 kg. Le sac à dos actuel, toujours disponible et rempli à la maison, ne pèse plus que 3,4 kg. Concernant le poids

du sac à dos, il s'agit toujours du poids avec son contenu, sans eau ni nourriture, prévu pour le printemps jusqu'à la fin de l'automne. ▼▼▼

▲▲▲ Packspirale

Für die beiden Jakobswege mit meinem Sohn und danach mit meiner Tochter ist dann noch ein zweiter Rucksack entstanden. Die Rucksäcke fassten 21 bzw. 19 Liter und wogen 3,4 bzw. 3,2 kg. Ein solcher Rucksack ermöglicht einen unbeschwerten Weg, und man kommt mit dem Bewusstsein zurück: Wie wenig man doch braucht! (Wobei zu sagen ist, dass man sich in Spanien in der Zivilisation bewegt und man alles zur Not nachkaufen kann.)

Aber wie kommt man auf so ein geringes Gewicht? Wo muss man Zugeständnisse machen? Was kostet *Ultralight*? Zunächst gab es ein Logistik-Konzept: Um die Rucksäcke als Handgepäck im Flugzeug mitnehmen zu können, habe ich Taschenmesser, Wanderstöcke und Flüssigkeiten als Paket nach Spanien an unsere erste Herberge gesandt. Auf dem Rückflug von Santiago nehmen die Airlines die Stöcke umsonst mit. Spätestens hier kam das Allzweck-Klebeband zum Einsatz, das mir das Verpacken von Messer und Stöcken erleichterte.

Wenn man in Santiago bequeme Sachen aus Baumwolle und vielleicht mal ein Paar andere Schuhe tragen möchte, empfiehlt es sich, diese an die Unterkunft in Santiago vorzuschicken. Ein Vorlauf von vier Wochen hat bisher immer gereicht!

Das Bewusstsein, nur wenig mitnehmen zu dürfen und nur wenig Volumen zur Verfügung zu haben, löst einige Ausrüstungsfragen von selbst:

- Kleiner, leichter Daunenschlafsack anstelle eines voluminösen, schwereren Kunstfaser-Schlafsacks.

- 1 Shorts, 1 lange Hose. Wenn beide in der Wäsche sind, läuft man ein paar Stunden in der Regen Hose rum. Das gleiche gilt für die Oberteile. Mit limitierter Kleiderauswahl wird man sich Herbergen mit Waschmaschine und Trockner suchen; es wird immer Mitpilger geben, die sich beteiligen, um die Wäschetrommel zu füllen.
- Statt einer grossen Flasche Duschgel eine kleine. Aber Seife geht genauso; die „Mitbringsel“ aus Hotels sind klein und kompakt.
- Das Smartphone ersetzt: Wanderkarte, Herbergsverzeichnis, Wörterbuch, Kamera, GPS, Notruf, Tagebuch, Taschenlampe, Walkman, ...

Kosten

Mein Rucksack-Konzept ist über Jahre gereift und war schon fünf Mal auf dem Weg (und nur dort) im Einsatz. Insofern relativieren sich die Anschaffungen von ca. 3000 CHF über die Jahre. Greift man auf Sport-Discounter und deren Eigenprodukte zurück, kann man die Kosten deutlich reduzieren.

Zwei Bemerkungen zu meiner Ausrüstung möchte ich nicht vorenthalten: „Oh, der *Frontpack* ist grösser als der *Backpack*!“. Die Formulierung „Jens und sein *beauty case*“ habe ich als Bestätigung für die Ausmasse meiner Ausrüstung genommen!

Die Packliste mit detaillierten Angaben kann gerne bei mir bezogen werden, ich stehe auch gerne für eine individuelle Beratung zur Verfügung.

E-Mail: jens.jungfleisch@outlook.de
Tel.: +41 (0)79 320 84 58 ■

▲▲▲ L'évolution de l'emballage

Un second sac à dos a ensuite été organisé pour le Chemin de St-Jacques avec mon fils, puis ensuite avec ma fille. Les sacs contenaient respectivement 21 et 19 litres et pesaient 3,4 et 3,2 kg. Un tel sac à dos permet de voyager sans encombre, et vous vous rendez compte qu'on a besoin de si peu ! (Il est vrai qu'en Espagne, pays civilisé, vous pouvez tout acheter si nécessaire.)

Mais comment obtenir un poids aussi faible ? Où devez-vous faire des concessions ? Combien coûte l'*ultralight* ? Il y a d'abord eu un concept logistique : afin de pouvoir emporter les sacs à dos comme bagages à main dans l'avion, j'ai envoyé les canifs, les bâtons de randonnée et les liquides à notre première auberge en Espagne. Sur le vol retour de Santiago, les compagnies aériennes transportent gratuitement les bâtons. Le ruban adhésif m'a permis d'emballer plus facilement les couteaux et les bâtons.

Si vous souhaitez porter des vêtements confortables en coton et peut-être d'autres chaussures à votre arrivée à Santiago, il est conseillé de les avoir envoyés auparavant à votre hébergement. Quatre semaines à l'avance ont toujours suffi !

Le fait de savoir ne pouvoir emporter que peu de choses et ne disposer que d'un espace restreint résout certaines questions d'équipement :

- un sac de couchage en duvet léger au lieu d'un modèle volumineux et plus lourd en fibre synthétique.
- un short, un pantalon long. Lorsque les deux sont dans la lessive, vous vous promenez en pantalon de pluie. Il en va de même pour les hauts. Avec un choix limité de vêtements, vous chercherez des gîtes avec lave-

linge et sèche-linge ; il y aura toujours des compagnons de pèlerinage pour aider à remplir la machine à laver.

- Au lieu d'une grande bouteille de gel douche, une petite. Pour le savon idem ; les échantillons-souvenirs des hôtels sont petits et compacts.
- Le smartphone remplace : la carte de randonnée, la liste des auberges, le dictionnaire, l'appareil photo, le GPS, l'appel d'urgence, l'agenda, la lampe de poche, le baladeur ...

Les frais

Mon concept de sac à dos a mûri au fil des ans et a déjà été utilisé cinq fois sur le Chemin (et uniquement là). Le coût des achats s'élevant à environ 3000 CHF s'amortit au fil des années. En recourant aux discounters sportifs et à leurs propres produits, vous réduirez considérablement les dépenses.

Pour obtenir la liste détaillée des affaires à emballer, ainsi que des conseils individuels, n'hésitez pas à vous adresser par *e-mail* à jens.jungfleisch@outlook.de

Tel.: +41 (0)79 320 84 58 ■



Sacs à dos déposés pendant une pause-café à Paradela

Die richtige Wahl eines Rucksacks

HANS DÜNKI

Ich spiele beim Berater des Sportgeschäfts TRANSA Winterthur einen Neuling. Und so fragt mich Toni Negro als erstes, wie ich denn unterwegs sein möchte. In Hotels, Herbergen oder gar mit gelegentlichen Übernachtungen im Freien? Geht es ins Hochgebirge oder wandere ich eher im Flachland? Wie lange? Brauche ich einen warmen Schlafsack? Wird ab und zu campiert? Es erleichtert die Beratung, wenn man sich über solche Punkte schon vor dem Betreten des Fachgeschäftes im Klaren ist.

Toni Negro hat seine vielen Rucksäcke nach Grösse geordnet. Im Zweifelsfall rät er zu mehr Volumen. Das Ein- und Auspacken sei mit einem zu knappen Sack unpraktisch und bezüglich des Gewichts machen einige Liter Inhalt mehr nicht viel aus. Bei einigen Modellen (z.B. solchen von Bach) lassen sich Zusatztaschen anbringen. Sie leisten gute Dienste, wenn für eine bestimmte Reise wirklich mehr Platz benötigt wird.

Ist die Grösse geklärt geht es an die Wahl des geeignetsten Modells. Wichtig ist, dass der Rucksack bequem sitzt. Ob dies der Fall ist, kann man nur beurteilen, wenn er beladen ist. Deshalb sind bei TRANSA alle Rucksäcke ausgestopft und alte Bücher imitieren das Marschgewicht. Der Berater zeigt, wie man die Last richtig trägt: zuerst den

Bauchgurt auf die Beckenknochen legen, danach die Schultergurte anpassen. So wird das Gewicht optimal verteilt.

Vor Jahren bin ich mitten in Frankreich einer zierlichen Diakonissin begegnet, deren Gepäck irgendwie an ihrem Rücken schlenkerte. Wäre sie von Toni beraten worden, hätte sie sich nicht so lange mit einem nicht angepassten Rucksack quälen müssen.

Pilgerinnen und Pilger sparen Gewicht, wo sie nur können. Bei den Rucksäcken liegt die Spannweite des Eigengewichts zwischen den „normalen“ und extrem leichten Modellen etwa bei 1 kg. Das ist relativ viel, aber wenn das Gepäck am Rücken gut sitzt, ein geringes Problem. Ein Kompromiss sollte also eher in Richtung Bequemlichkeit gehen.

Wird der neue Rucksack von mehreren Personen benutzt, kommt ein Modell mit verstellbarem Befestigungspunkt der Schultergurte infrage. Wirklich wasserdichte Modelle sind schwerer und die Nähte bleiben Schwachstellen. „Pilger wandern so oder so eher mit einem Regenponcho“, meint Toni. Naturgemäss sind sehr leichte Rucksäcke weniger robust. Gehen unterwegs Schnallen in die Brüche oder gar verloren, ist Ersatz zu finden schwieriger als bei den gängigen Modellen. ▼▼▼

Le bon choix du sac à dos

HANS DÜNKI TRADUCTION BERNARD WALTER

Je joue au novice auprès du conseiller du magasin de sports TRANSA Winterthur. Alors Toni Negro me pose comme première question comment je pense faire mon chemin. Pour les nuits, est-ce à l'hôtel, dans des gîtes ou même à l'occasion à la belle étoile? Est-ce que je vais dans les hautes montagnes ou plutôt en pays plat? Et pour combien de temps? Ai-je besoin d'un sac de couchage chaud? Est-ce que je vais de temps en temps faire du camping? Le conseil est facilité si l'on a déjà réfléchi à toutes ces questions avant d'entrer dans le magasin.

Toni Negro a rangé ses sacs par grandeurs. En cas de doute, il conseille de prendre plutôt plus grand. Pour mettre et enlever les affaires, un sac trop petit n'est pas pratique, et concernant le poids, quelques litres de plus ne font pas grande différence. Pour certains modèles (par exemple ceux de Bach), on peut y adjoindre des sacs supplémentaires. Ceux-ci rendent bien service si, pour un voyage spécifique, on a vraiment besoin de plus de place.

Une fois que le choix de la taille est clair, il s'agit de trouver le modèle le plus approprié. Il est important que le sac aille bien. Ceci ne peut se vérifier qu'une fois qu'il est plein. C'est pourquoi chez TRANSA tous les sacs à dos sont rembourrés pour le volume et chargés de livres pour imiter le poids du sac pendant la marche. Le

vendeur montre comment il faut porter la charge: d'abord mettre la courroie ventrale sur les os du bassin et ensuite ajuster les courroies de l'épaule. C'est ainsi que le poids est réparti au mieux.

Il y a des années, j'ai rencontré au centre de la France une charmante diaconesse dont le paquetage ballottait dans le dos. Si elle avait été conseillée par Toni, elle n'aurait pas eu à se tourmenter si longtemps avec un sac non ajusté.

Les pèlerines et pèlerins s'économisent du poids partout là où ils peuvent. La différence de poids entre les sacs «normaux» et les sacs extrêmement légers peut aller jusqu'à 1 kg. C'est relativement important, mais si le sac est bien posé sur le dos, le problème n'est pas grand. Le compromis doit donc plutôt se faire en faveur du confort.

Si le nouveau sac est utilisé par plusieurs personnes, il faut se tourner vers un modèle dont les courroies des épaules ont un point d'ancrage déplaçable. Les sacs vraiment étanches pèsent davantage et les coutures en restent les points faibles. «De toutes façons, les pèlerins marchent plutôt avec un poncho de pluie», dit Toni. De par leur nature, les sacs très légers sont moins robustes. Et si en cours de route des boucles se cassent, voire se perdent, il est plus difficile de les remplacer que pour les modèles usuels. ▼▼▼

▲▲▲ Béatrice Béguin, Mitglied unserer Redaktionskommission, hat letztes Jahr auf ihrer Pilgerreise mit dem zurzeit leichtesten Modell gute Erfahrungen gemacht: „Der *Osprey Lumina* hat auf meinem zweimonatigen Marsch den Anforderungen sehr gut standgehalten. Er ist noch wie neu. Seine Grösse – 45 Liter – war ideal und ich habe natürlich sein geringes Gewicht von 800 g geschätzt. Ich gebe ihn nicht mehr her!“ Leider sind Sack

und Trägerin im letzten Jahr nicht bis Santiago gekommen. Wegen der Corona-bedingten Schliessung der spanischen Grenze, musste die Pilgerin ihre Reise abbrechen.

Sollte trotz allem einmal etwas defekt sein, ist Toni Negro auch für Reparaturen Ansprechpartner: ein weiterer Grund, im Fachgeschäft einzukaufen! ■

Weniger als 6 kg, inkl. Biwakzubehör

BÉATRICE BÉGUIN ÜBERSETZUNG HANS DÜNKI

Das Packen des Rucksacks ist sowohl für Anfänger wie Fortgeschrittene ein Teil des Weges. Das Zauberwort für angenehmes Wandern heisst „leicht, leichter am leichtesten“. Deshalb gilt: nur das Unverzichtbare mittragen, mehrfach verwendbare Sachen bevorzugen und nach den leichtesten Dingen suchen.

Packliste aus dem Jahr 2020 für einen Marsch von 100 Tagen; Abreise in der Schweiz im Sommer: (Gewicht in Gramm)

Rucksack und Regenschutz 1363

Biwakmaterial 1533

Details siehe franz. Text

Kleider und Schuhe	1704
Shirt langarm	166
leichte Jacke	316
Pullis, kurz-/langarm	200
Hose und Shorts	417
Unterwäsche und Badehose	205
Baumwollschal	84
Socken	79
Packsack mittel und gross	95
Flip Flops	142
Hygiene und Medikamente	881
Toilettentäschchen	403
Medikamente	232
Handtuch	150
Mückenspray / Diverses	96

▼▼▼

▲▲▲ Béatrice Béguin, membre de notre commission de rédaction, a fait de bonnes expériences avec le modèle le plus léger actuellement : « Le *Osprey Lumina* a très bien résisté aux conditions lors de ma marche de deux mois. Il est encore comme neuf. Sa contenance – 45 litres – était idéale, et j’ai naturellement bien apprécié sa légèreté – 800 gr. Je ne m’en séparerai à aucun prix ! » Hélas ni le sac ni

celle qui le portait ne sont arrivés l’année dernière à Santiago. A cause de la fermeture de la frontière espagnole due au Coronavirus, la pèlerine a dû interrompre son voyage.

Et si en dépit de tout, quelque chose devait avoir un défaut, Toni Negro est aussi là pour les réparations. C’est une raison de plus pour faire son achat chez le spécialiste ! ■

Moins de 6 kg, bivouac compris

BÉATRICE BÉGUIN

Pour les débutantes et les débutants comme pour les pèlerines et les pèlerins confirmés, préparer son sac fait déjà partie du chemin. Pour que la marche soit ensuite agréable, le mot d’ordre est alors alléger, alléger, alléger ! Pour cela : n’emporter que l’indispensable, favoriser les objets multifonctions et rechercher les matériaux les plus légers.

Voici le contenu d’un sac à dos préparé en 2020 pour une marche de 100 jours, avec un départ de Suisse en été. Ce sac de moins de 6 kg comprend de quoi bivouaquer, les gîtes étant incertains en cette période de coronavirus. S’y ajoutent le pique-nique et l’eau, ain-

si qu’une poche ventrale avec le petit matériel à avoir à portée de main et les vêtements portés sur soi.

Liste complète (en grammes) :

Sac et protection pluie	1363
Sac	800
Sursac	90
Kway	253
Cape de pluie / tarp	220
Bivouac et pique-nique	1533
Matelas de sol	100
Matelas gonflable	380
Sac de couchage	530
Drap de soie	135
Sardines	67

▼▼▼

▲▲▲	Verschiedenes	446
	Ladegerät Handy	27
	Halterung Handy	73
	Mini Lautsprecher	41
	Buch	165
	Verschiedenes Persönliches	140

Gesamtgewicht Rucksack	5927
-------------------------------	-------------

Der Rucksack wiegt so weniger als 6 kg, inkl. Biwakmaterial, das ich mitführte, da wegen Corona nicht alle Herbergen geöffnet hatten. Proviant und Wasser sowie Kleider, die man auf sich trägt, kommen dazu, wie auch eine Bauchtasche mit Dingen, die man schnell zur Hand haben muss.

Bauchtasche	696
Tasche	131
Taschenmesser	65
Notizbuch	213
Pilgerausweis	22
Portemonnaie	23
Handy	213
Stift	14
Papiertaschentücher	15

Einer der effizientesten Artikel und treffendes Beispiel für einen vielseitig verwendbaren Gegenstand ist ein ultraleichter Poncho, den man auch als Zeltplane nutzen kann. Alle Pullover, ob kurz- oder langärmelig, sind aus Merinowolle, einem Material mit vielen Vorteilen: federleicht und angenehm zu tragen, kühlend bei Wärme und wärmend in der Kälte, zudem rasch trocknend.

Es ist ratsam, die Kleider unterwegs anzupassen. Ich habe die Sommerkleider anfangs Oktober zurückgeschickt und Daunenjacke und Leggings aus Merinowolle postlagernd kommen lassen.

Schliesslich habe ich auch die gedruckten Wanderführer auf dem Smartphone gespeichert. Die neuen und leistungsfähigen Modelle ersetzen zudem eine Fotokamera. Details (Marken, Lieferanten, etc.) finden sich unter www.cheminer.org/sac ■



▲▲▲	Cordelette	5
	Boîte de conservation	37
	Assiette	116
	Gobelet	41
	Cuiller-fourchette	5
	Sac isotherme	57
	Bouteille à eau en PET	30
	Coussin de sol	30

Vêtements et chaussures	1704
Costume de bain	86
Chaussettes (2 paires)	79
Sous-vêtements	119
Pull sans manches	89
Pull manches courtes	111
Pull manches longues	166
Veste légère	316
Pantalon	277
Short	140
Echarpe coton	84
Dry bag moyen	32
Dry bag grand	63
Tongs	142

Hygiène et pharmacie	881
Trousse de toilette	403
Pharmacie	232
Serviette de bain	150
Antimoustique et divers	96

Divers	446
Chargeur smartphone	27
Pied pour smartphone	73
Mini haut-parleur	41
Livre	165
Divers personnels	140

Poids total du sac	5927
---------------------------	-------------

Poche ventrale	696
Poche	131
Couteau suisse	65
Carnet de bord	213
Crédenciale	22
Porte-monnaie	23
Smartphone	213
Stylos	14
Mouchoirs en papier	15

Un des articles les plus performants est une cape de pluie ultralégère (220 grammes) transformable en tarp (toit de tente)! C'est le parfait exemple d'un objet multifonctions d'une part et ultraléger d'autre part.

Pour les vêtements, les pulls sont tous en mérinos. C'est une matière pleine d'avantages : poids plume, naturelle, confortable à porter, fraîche quand il fait chaud et chaude quand il fait froid, séchant rapidement.

Pour une marche sur plusieurs saisons, il est judicieux d'adapter les vêtements en cours de route. Dans cet exemple, les vêtements d'été ont été remplacés à mi-course, début octobre, par une dou-doune et un legging en mérinos.

Enfin, les guides papier ont été numérisés et embarqués sur smartphone. Les modèles récents et performants permettent aussi de se passer de cartes et remplacent avantageusement un appareil photo.

Pour les détails (marques, fournisseurs, etc.) voir www.cheminer.org/sac ■

Operation Rucksack-Leeren

NORBERT WALTI ÜBERSETZUNG MAYA WICKY

Er stand am Empfang an der Rue de la Citadelle 39 in Saint-Jean-Pied-de-Port. Claude-Alain kommt aus Marseille. Ein kräftiger und fröhlicher Kerl, voller Elan und Lebensfreude. Er wartet ungeduldig darauf, sich in das grosse Abenteuer zu stürzen, ausgerüstet mit Lebensmitteln und mehr als nur dem Nötigsten für die Pilgerwanderung.

Sein riesiger Rucksack ist prall gefüllt. Wir befürchten, dass dieser viel zu schwer ist und schlagen Claude-Alain vor, ihn zu wägen: die Waage zeigt 25 Kilo an! „Du wirst dich damit zu Tode schinden, so wirst du nicht mal nach Roncesvalles gelangen. Lass alles Überflüssige weg, bis dein Rucksack nicht mehr als 10 kg wiegt.“

Am Nachmittag breitet Claude-Alain auf der Terrasse all seinen „Reichtum“ auf dem Tisch aus. Da gibt es :

- 2 kg Dörrfrüchte
- 1 Paket Teigwaren
- 4 Beutel Suppe
- 10 Getreidestängel
- 1 Paket Linsen
- 3 Paar Socken
- 2 Paar Strümpfe
- 1 Paar Wanderschuhe
- 1 Paar leichte Turnschuhe

- 2 Paar Hosen
- 2 Frottiertücher
- 4 Stück Seife
- 2 Waschlappen
- 1 Regenpelerrine
- 1 Reiseapotheke
- 1 Necessaire
- Antibrumm
- Schmerzmittel
- 1 Pilgerführer
- 2 Romane, etc., etc.

Mit Hilfe der *Hospitaleros* trifft er nun die schwierige Auswahl, was mitkommen soll und was nicht. Claude-Alain unterzieht sich gerne dieser Aussortierungsaktion. Wieder eingeräumt, sind Umfang und Gewicht seines Rucksacks deutlich geschrumpft. Die Operation Rucksack-Leeren ist für Claude-Alain mehr ein psychologischer als ein materieller Akt, bereitet er doch auf das Loslassen und Freiwerden im Laufe der Wanderung vor. Alles Überflüssige wird der Herberge *Kaserna* (mit *donativo*) überlassen oder an ein karitatives Werk weitergegeben.

Am folgenden Tag hat sich unser *Tartarin* (von *Tarascon* ... / vom *Ibañeta-Pass* ...) auf den Weg gemacht, erleichtert und zufrieden, schwungvoll und strahlend. ■

Opération vide-poches

NORBERT WALTI

Il nous a rendu visite à l'Accueil au 39, Rue de la Citadelle, à Saint-Jean-Pied-de-Port, un beau jour de juin. Claude-Alain vient de Marseille. Un gars costaud, bien enveloppé, jovial – un sourire jusqu'aux oreilles – l'œil vif, plein d'entrain, de joie de vivre et d'impatience de se lancer dans la grande aventure. Muni de tout l'équipement et de nourriture pour le grand Raid. Son sac à dos d'un imposant gabarit est bien plein, à voir, énorme. On propose à Claude-Alain le rituel de la pesée (du sac à dos ...), accordé, le verdict : près de 25 kg. Avertissement et recommandations d'usage : « Tu vas te crever ... tu n'arriveras pas à Roncesvalles sans dommages ... L'idéal, c'est en-dessous de 10 kg ... Allège ton sac de tout le superflu ... ».

Dans l'après-midi Claude-Alain occupe la terrasse côté jardin, il a étalé sur la table toutes ses provisions et possessions. Il y avait :

- 2 kg de fruits secs et noix
- 1 paquet de pâtes alimentaires
- 4 sachets de soupe en poudre
- 10 barres de céréales
- 1 paquet de lentilles
- 3 paires de chaussettes
- 2 paires de bas

- 1 paire de tennis (de marche)
- 1 paire de tennis (légères)
- 2 pantalons (légers)
- 2 serviettes-éponge
- 4 savons de toilette
- 2 gants de toilette
- 1 cape de pluie
- 1 boîte de pansements
- 1 trousse de toilette avec une variété de désinfectants, anti-moustiques
- anti-douleurs
- 1 topo-guide
- 2 livres (romans), etc. etc.

Une fois étalée toute cette marchandise, il reste à faire un choix, dilemme cornélien, avec les conseils des *hospitaleros*. Rempli à nouveau, le sac de Claude-Alain a l'air tout dégonflé. Claude-Alain se soumet volontiers à cette opération vide-poches, un acte plus psychologique que matériel (il prépare le lâcher prise et la libération à venir, au fil des jours de marche). Tout le surplus ira au gîte *Kaserna* (avec *donativo*) ou à une œuvre caritative.

Le lendemain notre *Tartarin* (de *Tarascon* ... / d'*Ibañeta* ...) est parti rassuré, allégé, alerte et radieux. ■

Meinen Rucksack liebe ich

ERNST BÜRGE

Es ist der 19. Mai 2011. Wir sind auf dem Jakobsweg in Burgos eingetroffen und legen in dieser interessanten Stadt einen Ruhetag ein. Es gibt da so viel zu besichtigen! Hier erreicht mich eine Mail von zu Hause mit einer Terminanfrage für den Herbst. Als kleines Entgelt für diese „Störung“ hat der Absender einen Gedanken zum Pilgern beigelegt:

*Meinen Rucksack liebe ich.
Er begleitet mich beim Unterwegssein.
Er erleichtert mir das Tragen der Last.
Er macht mir die Last er-träg-lich.*

*Meinen Rucksack liebe ich.
Auch auf meiner Pilgerreise durchs Leben
habe ich so manches zu tragen,
was ich selbst zum Leben brauche,
was ich für andere trage,
was mir aufgeladen wurde ohne meine
Zustimmung.*

*Ich könnte es nicht tragen
ohne meinen Rucksack,
den ich liebe.*

Ich habe dem lieben Kollegen meine kurze Version zurückgeschrieben:
*Mein Rucksack liebt mich,
er ist so an-häng-lich. ■*

Rucksackgeschichten

DANIEL und DOROTHEE KOENIG

Bei der Kirche im Bergdorf Aubrac treffen wir erneut auf drei Franzosen mit roten Schirmmützen, die sich „Die drei Musketiere“ nennen. Seit Le Puy-en-Velay haben sie ihre Rucksäcke auf je 14 kg reduziert. Sie seien aber immer noch zu schwer. Ungläubig stauend und wohl auch etwas neidisch heben sie Dorothees leichten Rucksack. Wir erklären ihnen, woher wir kommen und dass wir nun schon die sechste Woche unterwegs sind, zu Fuss und

mit nicht zu schweren Rucksäcken. Da steigen wir gewaltig in ihrer Achtung! Sie selber wollen bis zu den Pyrenäen wandern, aber lange könnten sie es ihren Ehefrauen nicht zumuten, allein zu Hause zu bleiben. Pflichtbewusst rufen sie jeden Abend an (wir haben das Jahr 1996 und die wenigsten sind schon mit einem Natel ausgerüstet), wofür sie postlagernd mit sauberen Hemden beliefert werden ... ▼▼▼

J'aime mon sac à dos

ERNST BÜRGE TRADUCTION BERNARD WALTER

Nous sommes le 19 mai 2011. En route sur le chemin de St-Jacques, nous sommes arrivés à Burgos, et dans cette ville intéressante, nous faisons une journée de pause. Il y a tant de choses à visiter ! C'est alors qu'arrive un mail de la maison, avec une demande de rendez-vous pour l'automne. Comme petit dédommagement pour ce « dérangement », l'expéditeur m'a joint une pensée de pèlerinage :

*J'aime mon sac à dos.
Il m'accompagne sur mon chemin.
Il allège ma charge.
Il rend mon fardeau sup-portable.*

*J'aime mon sac à dos.
Sur mon chemin de pèlerinage de la vie,
là aussi j'ai bien des choses à porter,
ce dont j'ai besoin pour ma propre vie,
ou bien ce que je porte pour autrui,
sans que je l'aie demandé et qui me
surcharge.*

*Je ne pourrais les porter
sans mon sac à dos
que j'aime.*

J'ai envoyé à ce cher collègue ma version brève en retour :
*Mon sac à dos m'aime,
il est tellement attaché à moi. ■*

Histoires de sacs à dos

DANIEL et DOROTHÉE KOENIG TRADUCTION LAURE BOVY

A l'église du village d'Aubrac, nous avons revu trois Français coiffés de casquettes rouges, « Les trois mousquetaires ». Depuis Le Puy-en-Velay, chacun d'eux avait allégé son sac de 14 kg, mais ils étaient toujours encore trop lourds. Incroyablement étonnés et quelque peu jaloux, ils lorgnaient du côté du sac de Dorothee. Nous leur avons expliqué d'où nous venions, que nous étions en chemin depuis six semaines, avec des sacs

pas trop lourds. Notre récit a attiré leur attention. Leur but se limitait aux Pyrénées, car ils ne pouvaient pas envisager que leurs épouses restent plus longtemps seules à la maison.

Consciencieusement, ils les appelaient tous les soirs (en 1996, peu de pèlerins marchaient avec un natel !) et en retour, ils recevaient des chemises propres qui leur étaient livrées par poste restante ... Un mois plus tard, nous ▼▼▼

▲▲▲ Einen Monat später verlassen wir um sechs Uhr, noch von Sternen begleitet, Saint-Jean-Pied-de-Port um auf dem uralten Weg die Pyrenäen zu überqueren. Eine Stunde später, nach Sonnenaufgang, wird der Aufstieg abwechslungsreich. Wir sind nicht die einzigen Pilger unterwegs. Vor uns rasten Rebecca, der wir bereits begegnet sind, und eine Italienerin mit kupferfarbener Mähne. Sie ist erst am Vorabend angereist und mit einem grossen Rucksack auf dem Rücken und einem kleineren, den sie an der Hand trägt, unterwegs. „Sie glaubt eben, nichts von allem entbehren zu können“, erklärt Rebecca lächelnd. Kurz vor der Passhöhe liegt ein Mann mit markantem weissem Kranzbart, müde aber fröhlich, mit seinem kleinen Gepäckstück unter einer verkrüppelten Buche. Gabriel, der mit den Schmetterlingen plaudert. Welche Gegensätze!

Rucksack-Gespräche beim Weitergehen: „Wisst Ihr, was die rothaarige Italienerin in ihrem kleinen Handrucksack mitschleppt? Ein *Beautycase*!“ „Da ist eine Pariserin, die ganz unkompliziert im Freien übernachtete und davon geschwärmt hat.“ „Und da ist doch noch das Ehepaar, das vor gut drei Monaten in Maastricht los ging. Sie tragen nichts am Rücken, sondern stossen ihr Gepäck auf einem dreirädrigen Gefährt, halb Kinderwagen, halb Briefträgeranhänger.“ „Schaut, da vorne ziehen Germana und Gabriel einträchtig des Weges; an einem Stock tragen sie gemeinsam den kleinen Rucksack!“

In Zubiri, beim Abendspaziergang zur romanischen Brücke kommen wir mit drei alten Dorfbewohnern ins Gespräch. „Was nehmt Ihr mit, was ist wichtig?“ Was ist wirklich wichtig für Christen? „*Dios es importante*“,

sagt Paquita. „*Jesús es importante*“, ergänzt Joaquina. „*Y el Espíritu Santo*“, meine ich. „Alle sind wichtig, auch wir“, lacht José mit den weissen Haaren. „Betet für uns in Santiago!“ Und so notiere ich die Namen auf der Rückseite der Quittung aus der Bäckerei und lege diese in meinen Rucksack.

In Pamplona treffen wir wieder auf alle Pilger, die uns unterwegs begegnet sind. Germana erklärt uns in Englisch mit italienischem Akzent, dass sie soeben beschlossen habe, die Pilgerreise abzubrechen: „Ich habe die Ruhe nicht gefunden, die ich suchte – *la pace, non l'ho trovato*. Ich bin selber schuld, ich weiss – ich habe zu viel mitgetragen, auch innerlich. Ich habe mich nicht lösen können.“ „Das braucht Zeit“, sagt Gabriel, „du bist zu ungeduldig, aber ich bete für dich, dass du nächstes Jahr den Weg fortsetzen kannst“.

Bei der Friedhofsmauer in Zariquiegui berichtet ein älteres Ehepaar, das in Holland aufgebrochen ist, wie sie mit Rucksäcken von 16 kg und 19 kg durch Belgien und Frankreich gezogen seien: mit Zelt, Schlafsack, Kochtopf und altem Drum und Dran. Sie hätten unter ihrer Last geächzt, gestöhnt und gelitten. Plötzlich steht der Holländer auf, ballt beide Fäuste, nimmt Anlauf und holt mit dem Bein mächtig aus, gibt dem imaginären Zelt samt altem Drum und Dran einen gewaltigen Fusstritt, so dass der überflüssige „Karumpel“ vor unserem inneren Auge weit den Abhang hinunterkollert. „So ein Idiot war ich!“ Ihr Sohn hat sie am Fuss der Pyrenäen besucht und alles unnötige Gewicht im Auto heimgefahren. „Seither ist mir, als hätte ich Flügel“, fügt seine Frau hinzu. „Flüüügel“, jauchzt sie und beginnt ein Freudentänzchen. ■

▲▲▲ quittions Saint-Jean-Pied-de-Port à 6 h du matin, encore sous les étoiles, pour traverser les Pyrénées par le chemin historique. Une heure plus tard, après le lever du soleil, la pause fut riche en diversions. Nous n'étions pas les seuls pèlerins sur le Chemin. Devant nous, Rebecca, que nous avons déjà croisée, se reposait en compagnie d'une Italienne à la crinière rousse. Cette dernière marchait depuis la veille avec un gros sac sur le dos et un plus petit qu'elle portait à la main. « Elle est profondément convaincue qu'elle ne peut se passer de rien » nous dit Rebecca en riant. Peu avant le passage du col, un homme, avec une magnifique barbe blanche, était couché avec son petit sac sous un hêtre tordu, fatigué mais joyeux. C'était Gabriel qui conversait avec les papillons.

Quel contraste ! Dialogue de sacs à dos en cheminant : « Savez-vous ce que l'Italienne à la crinière rousse transporte dans son petit sac à main ? Un *beauty case* ! » « Voilà une Parisienne, pas compliquée du tout ; elle dort à la belle étoile et adore ça ! » « Et là, il y a un couple parti de Maastricht il y a plus de trois mois. Ils ne portent rien sur le dos, mais posent leur bagage sur un chariot à trois roues, un drôle d'engin qui n'est ni un pousse-pousse pour bébé ni un chariot de facteur. » « Regarde, là devant, Germana et Gabriel, ils cheminent ensemble ; sur un bâton, ils portent à deux le petit sac à dos ».

A Zubiri, lors de la promenade du soir vers le pont romain, nous avons entamé la conversation avec trois personnes âgées du village. « Qu'emportez-vous avec vous ? Qu'est-ce qui est important ? Qu'est-ce qui est réellement im-

portant pour les chrétiens ? » « Dieu est important » répondit Paquita. « Jésus est important » compléta Joaquina. « Et le Saint-Esprit » répondai-je. « Tous sont importants, et nous aussi » dit en riant José aux cheveux blancs. « Priez pour nous à Compostelle ». Et c'est ainsi que j'ai écrit leurs trois noms au dos d'un ticket de boulangerie et que je l'ai glissé dans mon sac.

A Pampelune, nous avons revu tous les pèlerins croisés en chemin. Germana nous a expliqué en anglais avec un accent italien qu'elle venait de décider d'arrêter le pèlerinage. « Je n'ai pas trouvé la paix que je cherchais – *la pace, non l'ho trovato*. Je suis seule responsable, je le sais, j'ai pris trop de fourbi, intérieurement aussi. Je n'ai pas réussi à m'en débarrasser ». « Ça prend du temps », dit Gabriel, « tu es impatiente, mais je prie pour toi afin que tu puisses poursuivre le chemin l'année prochaine ». Près du cimetière de Zariquiegui, nous avons rencontré un couple d'âge mur, qui nous a raconté comment ils étaient partis portant des sacs de 16 kg et 19 kg, et traversé la Belgique et le France avec tente, sac de couchage, casserole et tout un bataclan. Ils avaient suffoqué, gémi, souffert sous leurs charges. Tout à coup, le Hollandais s'est levé, a serré les deux poings, pris son élan et donné un puissant coup de pied à la tente imaginaire et à tout le bataclan superflu qui, sous nos yeux, a dégringolé au loin. « N'étais-je un idiot », dit-il. Leur fils leur avait rendu visite au pied des Pyrénées et avait ramené à la maison tous ces objets inutiles. « Depuis, c'est comme si j'avais des ailes », des « a a i l l e s », poursuivit sa femme en entamant une danse de joie. ■

Ultraleicht unterwegs

ESTHER OSTRACH ÜBERSETZUNG DORIS KLINGLER

„In Zukunft müssen Sie sich beim Packen Ihres Rucksacks auf das absolute Minimum beschränken, wenn Sie Ihre Wanderungen weiterführen wollen“, teilte mir mein Orthopäde mit, als ich ihn wegen starken Schmerzen im Fuss konsultierte. Ich hatte einen Fersensporn, der mich während eines Jahres beim Gehen behinderte.

Nach dieser Diagnose musste ich mir über den Inhalt meines Rucksacks ernsthaft Gedanken machen. Ich musste trennen zwischen Nötigem, Nützlichem, Überflüssigem, Praktischem und Unentbehrlichem. Es ging darum, nur noch das Unentbehrliche einzupacken.

Von Ängsten befreit

Bei allem, was ich bis anhin einpackte, war ich davon überzeugt, dass ich es auch benötigte. Langsam begann ich zu begreifen, dass ich voller Ängste steckte:

- Angst, dass ich ohne die dicke Jacke frieren könnte.
- Angst, dass ich Durst leiden könnte, wenn ich nur einen halben Liter Wasser mitführe.
- Angst, ich müsste hungern, wenn ich nicht einen Apfel, eine Tafel Schokolade oder eine Dose Sardinen dabei habe.
- Angst, ich könnte zu wenig saubere und trockene Wäsche mitführen.
- Angst, es könnte mir im Ernstfall

genau das notwendige Medikament fehlen.

Überwindbarer Graben

Ich kaufte also einen 20 Liter-Rucksack. Zwischen meinem alten 40-Liter-Sack und dem neuen sah ich zuallererst einen unüberwindlichen Graben. Ich musste mich folglich von einigen Sicherheiten lösen. Dieser innere Weg liess sich nicht in einem Tag bewältigen. Ich musste all meinen Willen, mein Vertrauen, meinen gesunden Menschenverstand und meinen Glauben aufbringen. Ich strich also die Taschenlampe, das Schweizer Sackmesser, die Wäscheleine, die Rettungsdecke, Nähzeug, Schlafsack, etc. Ich behielt nur die Medikamente, die ich täglich benötige (es gibt unterwegs überall Apotheken), und vor allem reduzierte ich die Zahl der Wäschestücke um die Hälfte.

Ich überlegte, welche Dinge ich jeweils in meinen Rucksack gepackt hatte, ohne sie zu benutzen. Was riskiere ich, wenn ich das eine oder andere zuhause lasse?

Heute wiegt mein Rucksack nicht mehr als 3,5 kg. Es ist so angenehm, frei, mit leichtem Rucksack als Pilgerin unterwegs zu sein. Nicht nur meine Füße, auch meine Knie und mein Rücken danken es! ■

Marcher ultraléger

ESTHER OSTRACH

« A l'avenir, vous devrez porter le strict minimum si vous voulez continuer vos randonnées » m'a dit mon orthopédiste lorsque je suis allée le consulter pour une forte douleur au pied. J'avais une rupture de l'aponévrose qui m'a empêchée de marcher pendant une année.

Le diagnostic étant tombé, je devais sérieusement réviser le contenu de mon sac à dos, en faisant le tri entre le nécessaire, l'utile, le superflu, le pratique et l'indispensable ! Il s'agissait maintenant de ne garder que l'indispensable.

Libérée de mes peurs

En considérant tout ce que j'avais l'habitude de mettre dans mon sac à dos, j'avais l'impression que j'avais besoin de tout. Mais je pris lentement conscience que j'étais bourrée de peurs :

- Peur d'avoir froid si je ne prends pas cette grosse polaire.
- Peur d'avoir soif si je ne prends qu'un demi-litre d'eau.
- Peur d'avoir faim si je n'ai pas toujours au fond du sac une pomme, une tablette de chocolat ou une boîte de sardines.
- Peur de ne pas avoir de linge propre et sec le matin au départ, si j'emporte moins de vêtements.
- Peur qu'il me manque précisément le médicament dont j'ai besoin.

Un fossé franchissable

J'achetai donc un sac à dos de vingt litres. Entre mon sac habituel de quarante litres et ce sac de vingt litres, je voyais, de prime abord, un fossé infranchissable ! Pour pouvoir franchir ce fossé, il me fallait donc lâcher certaines sécurités. Ce cheminement intérieur ne s'est pas fait en un jour. J'ai dû mettre en action ma volonté, ma confiance, mon bon sens et ma foi. Je supprimai donc lampe de poche, couteau suisse, corde à linge, couverture de survie, nécessaire à couture, sac de couchage (je ne prends plus qu'un sac à viande), etc. Je ne gardai que les médicaments dont j'avais besoin chaque jour (il y a des pharmacies en chemin), et surtout, je réduisis de moitié la quantité de vêtements.

Dans cette démarche, il m'a aussi fallu me poser les bonnes questions : quelles sont les choses que j'ai toujours mises dans mon sac à dos et qui ne m'ont jamais servi ? Qu'est-ce que je risque si je ne prends pas ceci ou cela ?

Aujourd'hui mon sac à dos ne pèse plus qu'environ 3,5 kg. C'est tellement agréable de partir en pèlerinage sans que le poids du sac à dos soit une entrave. Et non seulement mes pieds, mais aussi mes genoux et mon dos ne s'en portent que mieux ! ■

Jakobstag 2020 in Chur

HENRI RÖTHLISBERGER

Der Verein Jakobsweg Graubünden (www.jakobsweg-gr.ch) feierte am 25. Juli 2020 zum vierten Mal den Jakobstag in Chur. Heiner Nidecker, Organisator der Tagung und Geschäftsleiter des Vereins, hatte mich dazu eingeladen. Wir waren 10 Teilnehmer, darunter Andreas Anderfuhren, der am 12. Juni als neuer Vereinspräsident gewählt worden war, sowie Sonja Weichelt.



Kirche St. Stephan

Wir trafen uns um 14.15 Uhr vor der Churer Kantonsschule, wo uns Hans Hürlimann von *Chur Tourismus* erwartete. Er zeigte uns die **Kirche St. Stephan**, deren Überreste sich unter der Churer Kantonsschule befinden.

Sie wurde im 5. Jahrhundert erbaut und diente als Grabkirche der Churer Bischöfe. Die Archäologen entdeckten dort römische Mosaïke.

Daneben steht die im 8. Jahrhundert entstandene **Kirche St. Luzi**, ursprünglich dem heiligen Andreas geweiht. Die oberen Kirchenfenster weisen noch heute darauf hin, dass Seminaristen dahinter wohnten. Das protestantische Chur wollte zu Beginn des 19. Jahrhunderts kein zusätzliches Land für den Bau eines katholischen Priesterseminars verkaufen. Die Ringkrypta ist bis heute erhalten geblieben. (<https://chur.graubuenden.ch/de/angebot/chur/fuehrung-kirchen-st-stephan-st-luzi>)

Danach ging es in einem **kontemplativen Spaziergang** durch die Altstadt bis zur **Erlöserkirche** auf der anderen Seite des Bahnhofs. Das bedeutete ruhiges Gehen, an beglückenden oder schmerzlichen Orten wahrnehmen und reflektieren, dabei etwas Gutes denken oder aussprechen (Gutes sagen auf Lateinisch: *bene dicere*; *bénédiction* auf Französisch). Unsere Eindrücke besprachen wir anschliessend auf den Bänken vor der Kirche. Die Journalistin Vera Rüttimann aus Berlin unterhielt sich angeregt mit Heiner Nidecker, um einen Beitrag für das unabhängige katholische Nachrichtenportal www.kath.de vorzubereiten. Abschliessend nahmen wir an der heiligen Messe teil, an deren Gestaltung Andreas Anderfuhren aktiv beteiligt war. ▼▼▼

La fête de la Saint-Jacques 2020 à Coire

HENRI RÖTHLISBERGER TRADUCTION BERNARD WALTER

L'association du Chemin de Saint-Jacques des Grisons (www.jakobsweg-gr.ch) a fêté pour la quatrième fois à Coire, la Saint-Jacques célébrée le 25 juillet. Heiner Nidecker, organisateur de la manifestation et administrateur de l'association, m'y avait invité. Nous étions dix participants, dont Andreas Anderfuhren, fraîchement élu président de l'association le 12 juin, et Sonja Weichelt.



L'église du Rédempteur

l'école cantonale de Coire. L'église fut construite au V^e siècle et servit de chapelle funéraire pour les évêques de Coire. Des archéologues y découvrirent des mosaïques romaines.

Tout à côté se trouve l'**église Saint-Lucius**, dédiée à l'origine à Saint-André et érigée au VIII^e siècle. Les vitraux supérieurs montrent que des séminaristes logèrent derrière l'église. Au début du XIX^e siècle, la Coire protestante ne voulait pas vendre de terrain pour la construction d'un séminaire destiné à des prêtres catholiques. La crypte circulaire existe aujourd'hui encore.

Puis nous avons fait une **promenade contemplative** à travers la vieille ville jusqu'à l'**église du Rédempteur** située de l'autre côté de la gare. Ce qui voulait dire marcher paisiblement en exprimant des choses bienveillantes en pensées ou en paroles. Et ensuite, nous avons échangé nos impressions sur les bancs devant l'église. La journaliste Vera Rüttimann de Berlin ▼▼▼



Des mosaïques romaines

Nous nous sommes rencontrés à 14h15 devant l'école cantonale de Coire où nous attendait Hans Hürlimann de l'office du tourisme de Coire. Il nous a fait visiter l'**église de Saint-Etienne**, dont les vestiges se trouvent sous

▲▲▲ Auf dem Rückweg begegnete ich dem **Stelzenläufer**, einem Werk des Bildhauers Robert Indermauer. Der Stelzenläufer „schreitet“ mit grossen Schritten über den Churer Postplatz. Auch im Verein Jakobsweg Graubünden geht es mit grossen Schritten vorwärts. Neben dem Projekt „**Jakobus entdeckt**“, das mit neun Stationen den Pilger entlang des Jakobsweges durch Graubünden begleitet, gibt es seit Kurzem auch das **Disentiser Siegel**. Dieses ist eine Urkunde, die im Benediktinerkloster Disentis den Pilgern abgegeben wird, die den ganzen Jakobsweg Graubünden erwandert haben und dies mit den Stempeln in ihrem Pilgerausweis

bezeugen können. Das Disentiser Siegel wird in den zwei Versionen *Schöpfungsverantwortung* und *Apostolat* angeboten. ■



Kirche St. Luzi

▲▲▲ eut une conversation animée avec Heiner Nidecker à propos d’une contribution sur le portail d’information de l’église catholique indépendante. Et pour clore, nous avons suivi la sainte messe à laquelle Andreas Anderführen avait activement participé.

Sur le chemin du retour, j’ai rencontré « **l’Echassier** », une œuvre du sculpteur Robert Indermauer. « L’Echassier » marche à grands pas sur la Place de la Poste de Coire. Et à l’association du Chemin de Saint-Jacques des Grisons également, on avance à grands pas. Parallèlement au projet « **A la découverte de Saint-Jacques** » qui

accompagne le pèlerin le long du chemin des Grisons en neuf stations, il y a depuis peu le Sceau de Disentis. Ceci est un certificat délivré au couvent des bénédictins de Disentis, sur présentation de leur crédentiale, aux pèlerins qui ont accompli l’entier du pèlerinage des Grisons. Le **sceau de Disentis** est proposé en deux versions : *Sauvegarde de la création* et *Apostolat*. ■

Via Francigena

GEORGES MÄDER

Die *Via Francigena*, auch Frankenweg genannt, führt als Pilgerweg von Canterbury – und nach der Überquerung des Ärmelkanals – diagonal durch Frankreich und die Westschweiz über die Alpen nach Rom zur Grabstätte der Apostel Petrus und Paulus. Die Rekonstruktion der heutigen *Via Francigena* stützt sich im Wesentlichen auf Angaben des Erzbischofs Sigerich von Canterbury, der im Jahre 990 nach Rom pilgerte.

Nördlich der Alpen führt der Weg von Canterbury über Calais, Arras, Péronne,

Laon nach Reims mit der wunderschönen Kathedrale. Via Châlons-en-Champagne, Bar-sur-Aube, Langres und Besançon gelangt man nach Lausanne. Den Lac Léman entlang, am berühmten Schloss Chillon vorbei, geht es weiter nach St-Maurice, wo im Oktober 2020 unsere verkürzte GV stattfand. Rhodneaufwärts gelangt man bequem nach Martigny, wo der Aufstieg zum „Dach der *Via Francigena*“, zum Grossen St. Bernhard auf 2469 m.ü.M. beginnt. Nach der Überquerung der Alpen gelangt man durch das Aostatal in die Poebene mit ihren Reisfeldern. ▼▼▼

Via Francigena

GEORGES MÄDER TRADUCTION ANAHÉE BREGNARD

La *Via Francigena*, également appelée Voie des Francs, mène en tant que chemin de pèlerinage de Canterbury – et après avoir traversé la Manche – en diagonale à travers la France et la Suisse romande par les Alpes jusqu’à Rome et au tombeau des apôtres Pierre et Paul. La reconstruction de l’actuelle *Via Francigena* est en grande partie basée sur les informations de l’archevêque Sigéric de Cantorbéry qui fit un pèlerinage vers Rome en 990.

Au nord des Alpes, l’itinéraire mène de Canterbury via Calais, Arras, Péronne,

Laon jusqu’à Reims et sa magnifique cathédrale. Lausanne est accessible via Châlons-en-Champagne, Bar-sur-Aube, Langres et Besançon. Le long du Lac Léman, après le célèbre château de Chillon, nous continuons vers St-Maurice, où notre AG simplifiée a eu lieu en octobre 2020. En remontant le Rhône, on rejoint facilement Martigny où l’ascension vers le « toit de la *Via Francigena* » jusqu’au Grand-Saint-Bernard à 2469 m d’altitude commence. Après avoir traversé les Alpes, on atteint, en traversant la vallée d’Aoste, la vallée du Pô et ses rizières. ▼▼▼

▲▲▲ Über Pavia und Fidenza geht es weiter ebenauf, bevor man scharf nach Süden abdreht und am Passo della Cisa den Apennin überquert. Abwärts gelangt man nach Lucca, an den Marmorsteinbrüchen von Carrara vorbei. Über San Gimignano führt die *Via Francigena* nach Siena, von wo aus man teilweise auf der alten Römerstrasse *Via Cassia* über dieselben Pflastersteine geht wie einst die Römer vor rund 2000 Jahren.

Der Lago di Bolsano und Sutri sind, neben vielen anderen, lohnenswerte Sehenswürdigkeiten, bevor man am Ziel, dem Petersplatz in Rom, eintrifft.

Diesen interessanten Pilgerweg bin ich in den Jahren 2017/18 in zwei Etappen von je ca. 950 km gegangen. Ich benötigte knapp drei Monate und schildere nachstehend eine meiner Lieblings-etappen.



Wappen von Vetralla

Einen meiner schönsten Abschnitte auf der *Via Francigena* erlebte ich zwischen Vetralla und Sutri, nur noch

knapp 60 km von Rom entfernt. Ich wanderte auf und ab im tiefen „Urwald“ und dann einen Bach entlang. Der moosbedeckte Boden, die Lichteffälle und das sanfte Rauschen des Wassers liessen mich öfters kurz verweilen. Als das Gelände weiter wurde und der Pfad mitten durch eine Wiese voller gelber Blumen führte, kamen mir unerwartet zwei Pferde entgegen. Respekt und Vorsicht waren geboten. Doch die beiden ungesattelten Pferde begannen friedlich in der Wiese zu weiden. Der Anblick dieser anmutigen, herrenlosen Pferde in absoluter Freiheit war für mich ein traumhafter Moment. Kurz darauf kam mir auf dem wieder engeren Weg noch ein weiteres reiterloses Pferd entgegen. Ich blieb stehen und liess es in nur wenig Abstand an mir vorbeiziehen. Welch einmalige Augenblicke absoluter Faszination in wunderschöner, friedlicher Natur!

Ein paar Kilometer weiter fragte ich jemanden, der im Garten arbeitete, wem diese drei Pferde gehörten. Die Pferde hätten offenbar einen versehentlich offengelassenen Weidezaun benutzt, um einen Nachmittag in Freiheit zu geniessen, erhielt ich zur Antwort.

Vor Sutri, bekannt durch ein in den Tuffstein geschlagenes Amphitheater sowie Höhlengrabstätten der Etrusker, traf ich die junge, zierliche Chinesin, die mir vor ein paar Tagen im einsetzenden Regen das erste Mal begegnet war. Sie stellte sich als grosses Sprachtalent heraus. Später, in der Pilgerunterkunft in Rom, begegneten wir uns wieder. Diesmal zeigte sie ihr Talent als Gitarrenspielerin und Sängerin – ein wenig „à la Carla Bruni“. Leider habe ich von ihr – trotz einer Einladung in die Schweiz – nichts mehr gehört. *Ultreia!* ■

▲▲▲ *Via Pavia et Fidenza*, on continue tout droit avant de tourner brusquement vers le sud et traverser les Apennins à Passo della Cisa. En montant à Lucques, on passe par les carrières de marbre de Carrara. La *Via Francigena* mène par San Gimignano à Sienne, d'où vous pouvez marcher en partie sur l'ancienne voie romaine *Via Cassia* sur les mêmes pavés que les Romains l'ont fait il y a près de 2000 ans.

Lago di Bolsano et Sutri sont, parmi tant d'autres, des sites intéressants avant votre arrivée à destination : la place Saint-Pierre à Rome.

J'ai parcouru ce pèlerinage en 2017/2018 en deux étapes d'environ 950 km chacune. Il m'a fallu près de trois mois et voici ci-après la description d'une de mes étapes préférées.

J'ai vécu une de mes plus belles journées sur la *Via Francigena* entre Vetralla et Sutri, à un peu moins de 60 km de Rome. Je parcourais les profondeurs d'une « forêt vierge » puis longeais un ruisseau. Le sol couvert de mousse, l'incidence de la lumière et le léger bruissement de l'eau me faisaient souvent m'attarder un instant. Lorsque la zone s'élargit et que le chemin traversa une prairie pleine de fleurs jaunes, deux chevaux vinrent à moi inopinément. Le respect et la prudence étaient de mise. Cependant, les deux chevaux, sans selle, ont commencé à paître paisiblement dans le pré. La vue de ces chevaux gracieux et sans propriétaire, en toute liberté, a été pour moi un instant de rêve. Peu de temps après, un autre cheval sans cavalier vint vers moi sur la route encore plus étroite. Je m'arrêtai et le laissai passer à peu de distance. Quels moments uniques de



Le blason de Sutri

fascination absolue dans une nature magnifique et paisible !

À quelques kilomètres de là, je demandai à quelqu'un travaillant dans le jardin à qui appartenaient ces trois chevaux. La réponse fut qu'ils avaient apparemment utilisé une clôture de pâturage accidentellement laissée ouverte pour profiter d'un après-midi de liberté.

Avant Sutri, connu pour son amphithéâtre creusé dans le tuf et les tombeaux étrusques, j'ai rencontré la jeune et petite Chinoise que j'avais vue pour la première fois quelques jours plus tôt sous la pluie. Elle s'est avérée être un véritable talent linguistique. Nous nous sommes retrouvés plus tard, à l'auberge de pèlerins à Rome. Cette fois, elle a montré son talent de guitariste et de chanteuse, un peu à la Carla Bruni. Malheureusement, malgré une invitation à venir en Suisse, je n'ai plus jamais entendu parler d'elle. *Ultreia!* ■

Eine meiner schönsten Erfahrungen

CARLOS PASTOR SÁNCHEZ ÜBERSETZUNG MAYA WICKY

Am 21. Juni 2017 reiste ich, alleine, im Zug von Barcelona nach Irún. Einige Tage zuvor hatte ich mich entschlossen, den *Camino de Santiago* zu begehen. Da wusste ich noch nicht, dass ich eine der schönsten Erfahrungen meines Lebens machen würde. Am Nachmittag erkundete ich die mir noch unbekannt Stadt Irún. Ich übernachtete in einer Herberge, die zu meiner Überraschung ziemlich voll war mit Pilgern verschiedenster Herkunft.

Am darauffolgenden Tag begann ich meine Wanderung, die mich von Irún nach San Sebastián führte, vorbei an malerischen Fischerdörfern und schönen Küstenlandschaften: eine geruh-same Wegstrecke, ohne auf Pilger zu stossen. In der Herberge bietet mir ein junger Franzose ein Glas Wein an; dann gesellt sich ein junger Deutscher zu uns und zu dritt sprechen wir über unser Leben und unsere Projekte. In jener Nacht schlief ich glücklich ein, ohne zu ahnen, dass, nur wenig weiter, eine andere Gruppe entstehen würde, die auf uns drei stossen und mit uns zusammen eine wunderbare, vielfältige Pilgergruppe von neun Personen bilden sollte.

Zu diesem Zeitpunkt ahnte ich nichts von der wunderbaren Zeit, die auf

mich zukommen sollte. Die Wege und Dörfer, die kleinen, einladenden Hotels werden für immer in meiner Erinnerung eingebrannt bleiben. Einen Monat lang, über tausend Kilometer, hat uns der Zufall zusammengeführt und nach einer Trennung wieder verbunden. Ich habe den *Camino* mit Menschen beendet, die zu den einzigartigsten Persönlichkeiten gehören, die mir im Leben je begegnet sind. Weder die inzwischen verstrichene Zeit noch die Distanz hindern mich daran, sie noch heute als echte Freunde zu betrachten.

Wir leben heutzutage in einer globalisierten Welt und in einer technologischen Zeit, die uns immer mehr zu Konkurrenten, Individualisten und Egoisten machen. Eine Welt, die weitgehend dominiert wird von absurden *Hypes* und dem Narzissmus der sozialen Medien. Die weltpolitische Situation hilft uns auch nicht, der Zukunft optimistisch entgegenzublicken. Auf diesem Hintergrund ist der Jakobsweg eine Möglichkeit und ein geeigneter Ort, um alldem zu entrinnen. Es ist ein Ort, wo Personen mit gemeinsamen Wertvorstellungen zusammenfinden und wo sich Lücken auftun zu einer weniger beunruhigenden Zukunft. ■

Une des plus belles expériences

CARLOS PASTOR SÁNCHEZ

Le 21 juin 2017, j'étais dans le train Barcelone-Irún, seul. J'avais décidé quelques jours auparavant de faire le *Camino de Santiago*, et je ne savais pas encore que j'allais vivre l'une des plus belles expériences de ma vie. L'après-midi, je visitai la ville d'Irún que je ne connaissais pas, et j'eus la surprise de me trouver dans un gîte passablement plein de pèlerins d'origines très diverses.

Le jour suivant, j'ai commencé ma marche qui m'a mené d'Irún à San Sebastián, avec ses merveilleux villages de pêcheurs et ses beaux paysages côtiers. Itinéraire tranquille, sans rencontre de pèlerins. L'après-midi à l'aube, un garçon français me propose un verre de vin. Puis un jeune Allemand se joint à nous, et nous voilà tous les trois à causer de nos vies et de nos projets. Cette nuit-là, je me suis couché heureux de ces rencontres, mais sans imaginer que notre petit groupe allait en rencontrer un autre qui était aussi en train de se faire un peu plus loin, pour à la fin former un groupe magnifique et varié de neuf personnes.

A ce moment-là, je n'avais aucune idée des moments si beaux qui allaient venir. Les chemins, les villages et les petits hôtels accueillants resteront gravés dans ma mémoire pour toujours.

Mais le plus important, c'est que tout cela a coïncidé avec la rencontre du groupe. Durant un mois et mille kilomètres, les hasards du pèlerinage ont fait que nous nous sommes rencontrés, séparés et rencontrés à nouveau, et le destin m'a permis de finir le *Camino* avec quelques-uns des personnages les plus singuliers qu'il m'ait été donné de rencontrer dans ma vie. Ni les mois qui sont passés ni les distances qui nous séparent ne peuvent empêcher que je ne les voie comme d'authentiques amis.

Nous vivons aujourd'hui dans un monde globalisé, une ère technologique qui nous enferme toujours plus dans des comportements de forme compétitive, individualiste et égoïste. Un monde dominé presque entièrement par l'absurdité médiatique et le narcissisme des réseaux sociaux. Et la situation politique mondiale ne nous incite pas non plus à voir le futur avec optimisme. Dans un tel contexte, le Chemin de Santiago est un espace propice pour échapper à tout cela. C'est un lieu qui, par sa nature, sa situation et la qualité des personnes qui décident de le faire, met au jour des valeurs collectives qu'il est difficile de rencontrer dans d'autres contextes, et nous révèle de petits espaces d'un futur moins inquiétant. ■

Pilgerwanderung im Schwarzwald 2020

GISÈLE BAATARD ÜBERSETZUNG OTTO DUDLE

Während der Wanderwoche auf dem Kinzigtäler Jakobsweg erfüllte uns eine riesige Freude über das Wiedersehen nach Monaten des *Lockdown*, und es herrschte eine freundschaftlich entspannte Stimmung. Zum talentierten Führungsteam gehörten Erhard und Ursi, unser Chauffeur Gerhard sowie unser kultureller und spiritueller Begleiter Otto, der 6 der 15 Wallfahrtspsalmen als Thema unserer Besinnungen gewählt hat. Dafür hatte er ein Büchlein mit Texten und Liedern zusammengestellt.

Am **Samstag, 19. September** reisten wir nach Schenkenzell, wo wir im Hotel Krone für zwei Nächte Quartier bezogen.

Sonntag: Bei herrlichem Sonnenschein starteten wir nach kurzer Bahnfahrt in Lossburg. Von dort geht es talabwärts zunächst durch Wald, später durch offenes Gelände. Am Weg gibt es immer wieder behäbige badische Bauernhöfe, Flösser-Stauwehre und Mühlen zu bestaunen. Unterwegs begleitet uns der Ruf des Pilgers, der zum Tempel in Jerusalem hinaufsteigt: „Ich rief zum Herrn in meiner Not, und er hat mich erhört.“

Montag: Mit einem Lied, gesungen im prächtigen Garten des Hotels, beginnen wir den Tag. Der Weg führt uns über das ehemalige Kloster Wittichen hinauf zur Salzlecke, dem höchsten Punkt der Etappe auf 760 m, und weiter durch Wald am Teufelsstein vorbei zur Kirche Sankt Roman. Dort besinnen wir uns auf Psalm 120, der mit den Worten beginnt: „Ich hebe meine Au-

gen auf zu den Bergen: Woher kommt mir Hilfe?“ Auf dem Weiterweg nach Wolfach halten wir nochmals inne in der zu einer Einsiedelei gehörigen Jakobskapelle, wo Eduardo ein *Salve Regina* anstimmt.

Dienstag: Nachdem wir den Wolfacher Narrenbrunnen bewundert haben, folgen wir der Kinzig auf einem Radweg bis Hausach. In der alten Dorfkirche meditieren wir Psalm 121: „Ich freute mich, als man mir sagte: ‘Zum Haus des Herrn wollen wir pilgern.’“ Die mit Blumen, Bäumen und Büschen reich geschmückten Gärten um die Häuser erfreuen mein Auge. Wir steigen auf einem Waldpfad zum höchsten Punkt der Etappe (480 m), „Über dem Adlersbach“. Danach führt uns der Weg abwärts nach Mühlebach und flach weiter nach Haslach. Bevor wir den Zug zurück nach Wolfach besteigen, genießen wir ein kühles Bier in einer Gartenwirtschaft. Das Abendessen im Hotel schmeckt köstlich.

Mittwoch: Nach der Zugfahrt bis Haslach gelangen wir bei bedecktem Himmel durch eine Gewerbezone in das etwa 2 km entfernte Bollenbach. In der Josefskirche rezitieren wir: „Ich erhebe meine Augen zu dir, der du hoch im Himmel thronst ...“ (Psalm 122). Wenig später tauchen wir in einen Wald von Tannen ein, deren astlose Stämme, dicht an dicht, bolzengerade in die Höhe ragen. Kurz vor einer Forsthütte, unserem Picknickplatz, überrascht uns ein kurzer, aber heftiger Regenschauer. Gesättigt steigen wir hoch zum Aussichtspunkt ▼▼▼

Marche dans la Forêt-Noire en 2020

GISÈLE BAATARD

D’abord quelques constantes, en plus de la présence quotidienne de la rivière Kinzig : une immense joie à nous retrouver après des mois de confinement, une ambiance amicale et détendue et un accompagnement d’exception par Erhard, sa chère Ursi, Gerhard, notre chauffeur et Otto, notre guide spirituel, qui avait choisi de méditer six psaumes des 15 Chants des Montées et composé à cet effet un livret d’une haute tenue (bilingue !) contenant les textes, une méditation, une prière et une réflexion sur la période du confinement, en relation avec le psaume du jour.

Samedi, la journée du 19 septembre a été consacrée au voyage jusqu’à Schenkenzell, où nous avons passé deux nuits à l’hôtel Krone.

Dimanche : Matinée ensoleillée. Nous prenons le train pour Lossburg, d’où nous reviendrons par les collines boisées de la Forêt-Noire. Le chant du pèlerin montant au Temple de Jérusalem nous accompagne : « Dans ma détresse, j’ai crié vers le Seigneur, et lui m’a répondu. » Le parcours est bordé de très belles fermes et de petites constructions sur les ruisseaux (moulin, barrage). Il fait chaud.

Lundi : Nous quittons l’hôtel sur un chant dans le magnifique jardin de l’hôtel. Après un arrêt à la mairie, avec une courte allocution d’un responsable et la distribution de petits cadeaux, nous prenons le chemin de Wolfach. Nous passons par le cloître de Wittichen, empruntant la variante montagnaise. Le point culminant est Salzlecke, à 760

m d’altitude. Par de belles forêts nous passons ensuite par Teufelsstein pour arriver à l’église de Sankt Roman où nous nous arrêtons pour la méditation du psaume 120 « Je lève les yeux vers les montagnes : d’où le secours me viendra-t-il ? » En chemin vers Wolfach nous nous arrêtons à la chapelle St-Jacques, où d’aucuns ont pu entendre Eduardo chanter un *Salve Regina*.

Mardi : Nous prenons le chemin pour Haslach. On passe devant une « Narrenbrunnen » puis nous empruntons, certes le long de la Kinzig, un chemin qui borde une route très passante, où nous dérangeons les cyclistes ! Arrivés à Hausach à 10h, nous méditons le psaume 121 dans l’église catholique « Quelle joie quand on m’a dit : nous irons à Jérusalem. » Par de jolis chemins à travers forêts et pâturages, nous grimpons sur le sommet du jour, Über dem Adlersbach (480 m), pour redescendre sur Mühlebach et Haslach. Nous rentrons par le train à Wolfach, où l’hôtelier nous sert un délicieux repas.

Mercredi : Le ciel est couvert. Nous prenons le train pour Haslach, et par une petite marche de 2 km à travers les faubourgs nous atteignons Bollenbach. A l’église St-Joseph, nous méditons le psaume 122 : « Nos yeux levés vers le Seigneur notre Dieu attendent sa pitié. » Sortis du bourg, nous pénétrons dans une forêt plantée uniquement de sapins très serrés, au tronc droit et dégarni, d’au moins 40 mètres de hauteur. Vers midi, grosse averse, mais nous sommes à proximité du ▼▼▼

▲▲▲ „Beim Eckerhof“ (590 m), von wo wir weit über die Berge und Täler des Schwarzwalds sehen. Langsam senkt sich der Weg nach Zell am Harmersbach, zur Wallfahrtskirche „Maria zu den Ketten“. Der Begleitbus bringt uns nach Biberach ins Hotel.

Donnerstag: Wir starten am Narrenbrunnen von Zell am Harmersbach. Vorbei an Fachwerkhäusern mit reichem Blumenschmuck erreichen wir Nordrach. „Unsere Hilfe ist im Namen des Herrn, der Himmel und Erde gemacht hat“, lautet der Schluss von Psalm 123, den wir in der Kirche meditieren. Zur Lärchenhütte (580 m.ü.M.), unserem Picknickort, geht es steil bergauf. Über Pfade und Forststrassen gelangen wir an einen Aussichtspunkt, von dem aus wir sogar das Strassburger Münster erblicken. Kurz vor unserem Tagesziel kommen wir zu einer Jakobskapelle. Umgeben von Rebbergen und Obstbäumen, thront sie freistehend über dem Städtchen Gengenbach, das mit seinen Fachwerkhäusern und Stadttores Mittelalter-Charme ausstrahlt.

Freitag: Am letzten Wandertag ziehen wir bei kühler Witterung und drohenden Regenwolken in Gengenbach los. Jakobsmarkierungen am Boden weisen den Weg. Der Kinzig entlang, an der wir viele Reiher sichten, geht es zu einer öffentlichen Anlage mit Mineralbrunnen, die zum Inhalieren und Kneippen einladen. Unser Sinnen richtet sich indes auf Psalm 124: „Wer auf den Herrn vertraut, steht fest wie der Zionsberg, der niemals wankt, der ewig bleibt.“ Ein gedeckter Pavillon eignet sich gut für die Meditation. Die Apfelbäume, an denen wir auf dem Weiterweg vorbeikommen, brechen beinahe unter der Last der Früchte. Wir steigen durch einen Rebberg zum Schloss Ortenberg hinauf. Im 12. Jahrhundert von den Herzögen von Zähringen erbaut, wurde das Schloss 1678 von französischen Truppen zerstört. Im 19. Jahrhundert in neugotischem Stil wiedererrichtet, steht es erhaben über der Ebene. Immer der Kinzig nach erreichen wir unser Endziel, Schutterwald. Der Empfang, den der Bürgermeister und die Schutterwalder Jakobusfreunde samt einem Redaktor ►

▲▲▲ refuge où nous attend le pique-nique. La pluie cesse bientôt et, le ventre plein, nous continuons à monter, jusqu'à atteindre un sommet impressionnant : beim Eckerhof, 590 m. La forêt cède le pas aux pâturages. Nous nous arrêtons à l'église de Notre-Dame des Chaînes, à Zell am Harmersbach. De là, nous partons en bus jusqu'à Biberach, où nous passerons la nuit à l'hôtel Linde.

Jedi: Sous un ciel couvert départ échelonné en bus pour Zell am Harmersbach. Nous croisons une autre *Narrenbrunnen*, référence aux fêtes du Carnaval. Quelques kilomètres de marche nous amènent à Nordrach, passant de très belles fermes à colombages, magnifiquement fleuries. A l'église, nous méditons le Psaume 123 qui se conclut ainsi : « Notre secours est le nom du Seigneur, qui a fait le ciel et la terre. » Nous partons ensuite à travers bois jusqu'à la cabane forestière Lärchenhütte, à 580 m d'altitude, où nous prenons notre repas. Puis nous gagnons une hauteur d'où nous apercevons la cathédrale de Strasbourg. Nous continuons notre descente, par un très joli chemin bordé de prairies, vergers et vignes offrant une belle vue sur Gengenbach, le but de notre étape. En route, nous nous arrêtons dans une chapelle Saint-Jacques.

Vendredi: Dernier jour de marche, sous un ciel d'abord menaçant. La ville de Gengenbach est ravissante, avec ses fontaines fleuries et ses maisons à co-

lombage. Au sol, de petits carreaux à l'effigie de St-Jacques indiquent le chemin. Nous marchons le long de la Kinzig, dans une plaine certes inondable, mais en pleins travaux. Des hérons nous survolent. Nous faisons notre méditation dans un petit pavillon bâti autour de sources minérales salées aux vertus miraculeuses. Le dernier psaume choisi par Otto est le psaume 124, qui commence ainsi : « Qui s'appuie sur le Seigneur ressemble au mont Sion : il est inébranlable et demeure à jamais. » Nous poursuivons notre chemin le long de la Kinzig, passant devant des pommiers surchargés, pour atteindre le château Ortenberg, érigé au XII^e siècle par les ducs de Zähringen, détruit par les Français en 1678, et reconstruit au XIX^e siècle dans un style néogothique. Il domine les vignes et la vallée de la Kinzig. De la colline, nous rejoignons la rivière et marchons jusqu'à Schutterwald. A cause d'importants travaux, nous arrivons en retard pour l'accueil des autorités, des amis du Chemin et de la presse. Dommage, mais une photo de notre groupe a quand même paru dans la presse. Nous rejoignons Offenburg par le bus, et consacrons notre dernière soirée à une petite fête pour remercier du fond du cœur ceux qui ont permis ce pèlerinage : Erhard et Ursi, Otto, et Gerhard, notre attentif et efficace accompagnateur. ■

Voir aussi /
Siehe auch unter:



Empfang der Gruppe in Schutterwald

◀ der Badischen Zeitung vorbereitet haben, fällt nur kurz aus, weil wir, wegen Bauarbeiten zu Umwegen gezwungen, zu spät eingetroffen sind. Der Stadtbus bringt uns nach Offenburg. Am Abend feiern wir den Ab-

schluss der Pilgerwoche. Nach dem Essen danken wir herzlich all jenen, die die Woche ermöglicht haben: Erhard und Ursi, Otto sowie unserem achtsamen Wanderleiter und bewährten Begleitbusfahrer Gerhard. ■

Pilgern in der Zeit des Lockdown

WILLI und VRENI WETZEL

Vor genau einem Jahr hätte man uns auf dem Österreichischen Jakobsweg zwischen St. Johann und Feldkirch antreffen sollen. Es ist der uns noch fehlende Abschnitt, denn 2019 waren wir von der ungarischen Grenze durch unser östliches Nachbarland ins Tirol gewandert. Wegen des heimtückischen, von Auge unsichtbaren Covid-19-Virus blieben wir 2020 zuhause und mussten uns mit einer virtuellen Pilgerreise durch Tirol und Vorarlberg begnügen. Das Virus hatte von China aus die Menschen auf allen Kontinenten in Aufruhr versetzt. Wir sahen es aber auch als ein Wunder der Natur, das die Kraft der Schöpfung aufzeigt und uns unsere Lebenseinstellung radikal überdenken liess.

Unser Gesundheitswesen stand in Gefahr zu kollabieren, die Wirtschaft schrie nach Rettungsschirmen und alle Grenzen zu den Nachbarländern waren geschlossen worden. Das bedeutete, dass auch kein europäischer Jakobsweg mehr begehbar war. Als folgsame Bürger hielten wir uns an die vom Bundesrat und dem BAG erlassenen Massnahmen und „blieben zu Hause“, denn als Pensionierte zählten wir zur Risikogruppe.

Doch wir waren und sind noch immer von einem weiteren Virus, dem Jakobsweg-Virus, befallen. Die herrliche Frühlingslandschaft nur aus dem Stubenfenster zu betrachten fiel uns zu schwer. Da vor unserer Haustüre verschiedene Wander- und Spazierwege in die freie Natur führen, nutzten wir das warme und sonnige Wetter, um



die uns schon bekannten Wege immer wieder zu gehen. Wir schlugen so dem Coronavirus ein Schnippchen und entdeckten dabei viel Neues, Wertvolles und sahen Bekanntes aus einer ganz neuen Perspektive.

Wir fühlten uns dabei sehr nahe am Erleben von Jakobswegetappen. Der Weg, Schritt für Schritt gegangen, führte uns nicht zu unbekanntem Ziel, kein Pilgerstempel erschien in einem *Credential* und die Herberge fanden wir einfach wieder zu Hause. Wir gaben dem Weg deshalb einen neuen Namen: „Coronaweg“.

Die soziale Distanzierung, das Händewaschen, das Meditieren zur Stärkung der Psyche und Tausende von Schritten in frischer Luft und Sonne stärkten unser Immunsystem. In Gedanken begleitete uns Jakobus, auch wenn der Weg uns nicht der sinkenden Sonne entgegen zu seinem Grab führte.

Wir hoffen, eines Tages wieder Grenzen überschreiten und uns auf richtigen Jakobspfaden bewegen sowie Mitpilger mit *Ultreia* grüssen zu können. ■

Pèlerinage à l'heure du confinement

WILLY und VRENI WETZEL TRADUCTION BERNARD WALTER

Il y a exactement une année, on aurait dû nous rencontrer sur le chemin de Saint-Jacques autrichien entre St. Johann et Feldkirch. C'est le bout qui nous manque encore, car en 2019 nous avons marché de la frontière hongroise jusqu'au Tyrol. A cause de cet insidieux et invisible Covid-19-Virus, nous sommes restés à la maison en 2020, et nous avons dû nous contenter d'un pèlerinage virtuel à travers le Tirol et le Vorarlberg. Depuis la Chine, le virus avait semé la panique parmi les hommes sur tous les continents. Mais nous l'avons aussi vu comme un phénomène de la nature qui révèle la force de la création et nous a fait réfléchir sur tout notre rapport à la vie,

Notre santé même était mise en question, l'économie criait au secours et toutes les frontières vers les pays voisins avaient été fermées. Cela signifiait aussi que plus aucun chemin de Saint-Jacques n'était praticable. Comme citoyens obéissants, nous nous sommes tenus aux directives du Conseil fédéral et de l'OFSP et nous sommes « restés à la maison », car comme retraités nous étions au nombre des personnes à risque.

Mais pourtant nous étions soumis – et nous le sommes toujours – à un autre virus, le virus du Chemin de Saint-Jacques. Il était dur de ne voir le merveilleux paysage de printemps que par la fenêtre. Nous avons donc profité du temps chaud et ensoleillé pour emprunter les chemins de promenade et de randonnée qui passent devant notre porte, ces chemins qui nous sont

déjà bien connus. Et ainsi, nous avons échappé un petit peu au Coronavirus, pour découvrir beaucoup de neuf et de précieux, et voir les choses connues sous une toute nouvelle perspective.

Nous nous sommes alors sentis très proches de notre vécu lors de nos étapes du *Camino*. Le chemin, pas après pas, ne nous conduisait pas vers des buts inconnus, il n'y avait point de tampons sur nos *credentials*, et le gîte à la fin de la journée, c'était simplement à la maison. C'est pourquoi nous avons donné un nouveau nom au chemin : le « *Coronaweg* ».

La distanciation physique, le lavage des mains, la méditation qui renforce la psyché et des milliers de pas à l'air et au soleil ont renforcé notre système immunitaire. Saint-Jacques nous a accompagnés, même si le soleil couchant ne nous menait pas vers sa tombe.

Nous espérons pouvoir franchir un jour à nouveau les frontières et marcher sur le véritable Chemin de Saint-Jacques, et également saluer d'un *Ultreia* les pèlerins en route. ■



Die Pilgerkapelle St. Gangulf in Einsiedeln

OTTO DUDLE

Nahezu tausendjährige Geschichte

Wer auf dem Pilgerweg vom Etzelpass her sich Einsiedeln nähert, erblickt kurz vor Erreichen des Klosters auf der linken Strassenseite eine Kapelle, die meistens geschlossen ist. Die Kapelle gilt als ältester Bau der „Waldstatt“ (Einsiedeln). Fast tausend Jahre alt, steht sie seit der letzten grossen Renovation 1944 unter Bundesschutz. Der mittelalterliche Bau besteht aus geschichtetem Bruchsteinmauerwerk und trägt ein Zwiebeltürmchen auf dem Satteldach.

Bauherr der Kapelle ist der fünfte Abt des 934 gegründeten Klosters Einsiedeln, Embrich (1026-1051). Dieser liess 1030 in unmittelbarer Nähe des Stifts, auf der Brüel-Wiese, angelehnt an die Kirche St. Martin auf der Insel Ufenau, die Kapelle in romanischem Stil erbauen. Die Masse des Gotteshauses entsprachen der alten, 1798 von den Franzosen zerstörten Gnadenkapelle. Die Kapelle auf dem Brüel, den Märtyrern Gangulf und Laurentius gewidmet, 1041 von Bischof Eberhard I. von Konstanz eingeweiht, erfreute sich im Mittelalter grosser Beliebtheit bei Pilgern. Wer dort die Messe besuchte, wurde ab 1288 mit einem Ablass belohnt. Laurentius, der zweite Kapellenpatron, geriet schon bald in Vergessenheit, so dass die Kapelle kurz „St. Gangulf“ hiess. Aber auch dieser Name verlor sich bei den Leuten, weil er ihnen zunehmend fremd klang, und

so mutierte die Gangulfkapelle im Volksmund zum „Wolfgangenchapeli“. Der heilige Wolfgang († 994) war in Einsiedeln bekannt: Als Mönch (965-968) hier im Kloster zum Priester geweiht, wurde Wolfgang 972 zum Bischof von Regensburg berufen.

Im Lauf der Jahrhunderte wurde die Kapelle mehrfach umgestaltet: Der Chor erhielt um 1300 gotische Fenster. Erst im frühen 17. Jahrhundert entstand das westseitige Hauptportal mit toskanischer Vorhalle. Ursprünglich führte der Pilgerweg direkt vom nördlichen zum südlichen Seiteneingang, mitten durch die Kapelle. 1798 durch französische Truppen stark beschädigt, wurde die Kapelle 1814 unter Leitung des Klosterarchitekten, Bruder Jakob Natter, umfassend restauriert und danach neu geweiht.

Von den früheren Fresken und der weiteren Ausstattung war nach dem Abzug der Franzosen wenig übriggeblieben. Seither zeigt sich der Raum schlicht: Nur eine nachgotische Kreuzigungsgruppe über dem Chorbogen sowie, links und rechts am Chorbogen, eine Madonna mit Kind (Ende 15. Jh.) und eine Pietà (um 1480) zieren die Kapelle. Einen farblichen Akzent setzt zudem das Glasgemälde, das Albert Hinter 1944 für das gotische Doppelfenster in der Chorfrontwand geschaffen hat. War früher der heilige Gangulf im gemalten Altarbild sichtbar, ▼▼▼

La chapelle de St-Gingolph à Einsiedeln

OTTO DUDLE TRADUCTION NORBERT WALTI

Une histoire de presque mille ans

Sur le chemin des pèlerins au-delà du col de l'Etzel, à proximité d'Einsiedeln et de son monastère, on aperçoit sur la gauche une chapelle, le plus souvent fermée. Elle a la réputation d'être le plus ancien bâtiment de la « Cité de la Forêt » (Einsiedeln). Presque millénaire, celui-ci est classé au patrimoine fédéral depuis les derniers grands travaux de rénovation de 1944.

Les murs de cette construction médiévale sont faits de moellons et son toit se termine par une petite tour à bulbe.



Chapelle St-Gingolph à Einsiedeln, bâtiment le plus ancien dans la région de la « Forêt sombre »

L'artisan de la chapelle était Embrich, le cinquième abbé (1026-1051) du monastère fondé en 934. En 1030, l'abbé fit construire la chapelle de style roman tout près du couvent, sur la prairie du Brüel. Les dimensions de la chapelle correspondaient à l'ancienne chapelle de la Grâce, détruite par les Français en 1798. La chapelle « du Brüel » fut dédiée aux martyrs Gingolph et Laurent. Au Moyen Âge, elle était l'objet d'une grande ferveur de la part des pèlerins. A partir de 1288, qui y prenait part à la messe se voyait attribuer une indulgence. Le nom de St-Laurent martyr tomba bientôt dans l'oubli, ne resta plus que « St-Gingolph » pour désigner la chapelle. Et comme ce nom avait une consonance germanique (en allemand : Gangulf, « le loup agressif »), l'usage populaire y substitua le nom de « petite chapelle de Wolfgang », en souvenir d'un ancien moine puis prêtre à Einsiedeln, devenu évêque de Regensburg (mort en 994).

Au cours des siècles, la chapelle subit bien des transformations. Autour de 1300 des fenêtres gothiques furent installées dans le chœur. Tôt au XVII^e siècle, on bâtit le portail principal, à l'ouest, avec son porche de style toscan. A l'origine, le chemin des pèlerins passait par les portes latérales et l'on traversait, du nord au sud, l'intérieur de la chapelle, en son milieu ! En 1798, les troupes françaises firent subir de gros dégâts à la chapelle. ▼▼▼

▲▲▲ fehlen heute entsprechende Hinweise. In der Kapelle befindet sich das Grab des Einsiedler Kunsthistorikers und Denkmalpflegers Linus Birchler (1893-1967).

Spuren der Gangolf-Verehrung

Gangolf¹ war im Mittelalter in zahlreichen Gegenden Europas, von Burgund, dem Elsass und Lothringen bis Sachsen und Böhmen und von der Nordsee bis zum Südufer des Genfersees, ein hochverehrter Heiliger. Die Einsiedler Pilgerkapelle ist nur eines von vielen Zeugnissen der Gangolf-Verehrung, die vor allem von den Benediktinern gefördert wurde. Als weiteres Beispiel sei der Gutshof Gangolfswil samt Gangolfkapelle am Zugersee in Risch angeführt – ein Landgut, das 1106 urkundlich als Besitz des Benediktinerklosters Muri belegt ist. Die Grosszügigkeit, mit der Gangolf seine umfangreichen Güter der burgundischen Benediktinerabtei Varennes-sur-Amance nahe Langres vermacht haben soll, dürfte die führende Rolle des Benediktinerordens bei der Verbreitung der Gangolf-Verehrung erklären. Dessen Erwähnung im Heiligenkalender des 1085 gegründeten Cluniazenserpriorats Münchenwiler (BE) bestätigt, dass auch Cluny Gangolf in hohen Ehren hielt.

Die Gangolf geweihten Gotteshäuser befinden sich oft in der Nähe von Quellen oder Brunnen; Gangolfquellen, denen teilweise Heilkraft zugesprochen wird, waren oft das Ziel von Wallfahrten. Etliche Gemeinden führen den heiligen Patron in ihrem

1 Der Name ist germanischen Ursprungs und bedeutet „angreifender Wolf“. „Gangolf“ ist die gebräuchlichste der Namensvarianten.

Wappen, und mehrere Orte tragen ihn im Ortsnamen, so etwa die Walliser Gemeinde St-Gingolph, deren Kirche gemäss einer Urkunde von 870 als ältestes dem heiligen Gangolf geweihtes Gotteshaus überhaupt gilt.

Doch wer ist dieser Heilige mit dem ungewöhnlichen Namen Gangolf?

Der heilige Gangolf in der Legende

Über die Person Gangolfs sind keine historisch verbürgten Berichte von Zeitgenossen überliefert. Ende 9./Anfang 10. Jahrhundert entstand die erste Lebensbeschreibung². In 15 kurzen Kapiteln werden, in Latein, wunderbare Ereignisse aus Gangolfs Leben erzählt. Als Autor wird ein Kleriker mit Verbindung zur Abtei Varennes-sur-Amance vermutet, in dessen Kirche Gangolf auch begraben wurde. Die *Vita* ist in 65 Handschriften, grösstenteils aus Benediktinerklöstern, überliefert. Einer hochadeligen burgundischen Familie in Varennes-sur-Amance entsprossen – so die Legende –, soll er als Berater, Ritter und Heerführer im Dienst König Pippins III. († 768), des Vaters Karls des Grossen, gestanden haben und um 760 eines gewaltsamen Todes gestorben sein. Gestützt auf die in Prosa abgefasste anonyme *Vita*, dichtete die Nonne Roswitha († nach 973), Äbtissin des Klosters Gandersheim im Harz, nach 963 eine in 582 lateinischen Versen formulierte *Passio*³. Im 14. Jahrhundert fand die Gangolf-*Vita*, mit anderen Heiligenleben, regional Eingang in Ergänzungen zur *Legenda aurea* (entstanden um 1264). ▼▼▼

2 *Vita Gangulfi martyris Varennensis*. In: Dräger, Paul (s. Literatur), S. 9-35.

3 *Passio sancti Gongolfi martiris*. In: Dräger, Paul (s. Literatur), S. 36-73.

▲▲▲ Elle fut complètement restaurée en 1814, sous la direction de l'architecte conventuel, frère Jakob Natter, puis à nouveau consacrée. Après le retrait des troupes françaises, il ne resta pas grand-chose des fresques d'origine et du mobilier. Aussi l'intérieur de la chapelle est-il dépouillé : seule une Crucifixion de style post-gothique orne la voûte du chœur, avec une Madone à l'Enfant (fin du XV^e s.) à gauche et une *Pietà* (vers 1480) à droite.

Une touche de couleur est fournie par le vitrail d'Albert Hinter sur la double fenêtre gothique du chœur (1944). Il ne subsiste aucun indice laissant à penser que St-Gingolph ait été autrefois représenté sur le retable peint. La chapelle abrite la tombe de Linus Birchler (1893-1967), historien de l'art et curateur de monuments.

Traces de la vénération pour Gingolph

Au Moyen Âge, dans bien des régions d'Europe centrale de la Mer du Nord jusqu'à la rive Sud du Lac Léman, Gingolph fut l'objet d'une grande vénération. La chapelle des pèlerins d'Einsiedeln est l'un des témoins de cette vénération encouragée par les Bénédictins. Dans la même région, mentionnons le domaine de Gangolfswil et sa chapelle de Gingolph, à Risch sur le Lac de Zoug. Ce domaine est attesté en 1106 comme propriété du monastère bénédictin de Muri. Gingolph se montra très généreux avec l'abbaye bénédictine de Varennes-sur-Amance près de Langres, à qui il légua, dit-on, des biens considérables. Ce geste pourrait justifier l'intérêt des Bénédictins à soutenir l'expansion de la vénération pour le saint homme. Gingolph est aussi mentionné dans le calendrier du priorat



Copie d'une statue de style gothique tardive de St-Gingolph dans l'église paroissiale à Kluffern (quartier de Friedrichshafen)

clunisien de Villars-les-Moines (BE) fondé en 1085 : Cluny tenait donc Gingolph en haute estime.

Les lieux de culte consacrés à Gingolph se trouvent souvent à proximité d'une fontaine ou d'une source. On attribuait à cette eau une énergie de guérison et ces lieux constituaient souvent le but d'un pèlerinage. Bien des ▼▼▼

▲▲▲ Der Legende zufolge kam Gangolf auf einer Pilgerfahrt eines Tages zu einer Quelle, die er dem verarmten Besitzer zu einem überkauften Preis abkaufte, weil er dem Mann helfen wollte. Seine Gattin lachte Gangolf aus und bezichtigte ihn der Verschwendung, da die weit entfernt liegende Quelle ihm keinen Nutzen bringe. Darauf stieß Gangolf einen Stab in die Erde. Am nächsten Morgen quoll dort Wasser hervor. Die Frau betrog ihren Ehemann zudem mit einem Priester. Als sie, zur Rede gestellt, die ehebrecherische Tat leugnete, befahl ihr Gangolf, ihre Hand in die Quelle zu tauchen, und als sie sie herauszog, war sie verbrannt. Der Gatte verzieh ihr, verwies sie aber aus dem Schlafgemach und verbannte den unwürdigen Priester des Landes. Angestiftet von der treulosen Ehefrau, kam dieser zu ihr zurück und ermordete Gangolf.



Heiliger Gangolf: Miniatur aus dem Weisensauer Passionale (1170-1200)

Als bald ereigneten sich am Grab des Getöteten Wunder. Seine Frau höhnte, als ihr davon zu Ohren kam: „Gangolf vollbringt ebenso Wunder, wie mein Hintern Lieder singt“. Die Strafe ereilte sie stehenden Fusses. Kaum hatte sie ihren Spott ausgesprochen, ertönten aus ihrem Hintern unanständige Geräusche. Ebenso erging es ihr fortan an jedem Freitag, dem Todestag des Märtyrers: Sobald sie zum Reden auch nur den Mund aufat, entwichen ihrem Darm bei jedem Wort, das sie sprach, lautstarke Winde. Den Priester aber befahl eine Krankheit, die ihn innerlich zerriss. Beim Volk genoss Gangolf indes als allseits beliebter Heiliger höchste Verehrung.

Gangolf gilt als Patron der Gerber, Schuhmacher und Pferde. Er wird bei Haut- und Augenkrankheiten sowie bei Eheproblemen angerufen. Bildlich wird Gangolf meist als Ritter, in der Hand ein Kreuz, ein Schwert oder eine Lanze, dargestellt. Jährlich am Patrozinium, am 11. Mai, wird in der Einsiedler Gangolfkapelle mit einem Gottesdienst des Heiligen gedacht. ■

Literatur:

Mayer, Fridolin, *Der heilige Gangolf: seine Verehrung in Geschichte und Brauchtum*; in: *Freiburger Diözesan-Archiv* 67 (1940), S. 90-139
 Dräger, Paul (Herausgeber, Übersetzer, Kommentator), *Vita Gangolfi: das Leben Gangolfs. Lateinisch/Deutsch. Trier: Kliomedica, 2011. 176 S., Ill.*

▲▲▲ communes ont fait figurer Gingolph dans leurs armoiries ou portent même son nom, comme la valaisanne St-Gingolph. Son église est considérée comme la plus ancienne de toutes celles dédiées à St- Gingolph (selon un acte de 870).

St-Gingolph dans la légende

Aucun document d'époque certifié ne nous est parvenu sur St-Gingolph. Le premier récit biographique remonte à la fin du IX^e jusqu'au début du X^e siècle. 15 chapitres brefs exposent, en latin, des épisodes merveilleux de la vie de Gingolph. On suppose que l'auteur – anonyme – était un clerc proche de l'abbaye de Varennes-sur-Amance (où fut enterré Gingolph). La *Vita* tient en 65 manuscrits, la plupart transmis par des monastères bénédictins. D'après la légende, Gingolph serait le descendant d'une famille bourguignonne noble, il aurait servi comme conseiller, chevalier et chef d'armée auprès de Pépin III (mort en 768 ; père de Charlemagne).

Gingolph aurait été victime d'une mort violente vers 760. S'appuyant sur la *Vita*, la moniale Roswitha (décédée après 973), abbesse du couvent de Gandersheim dans le Harz, rédigea en latin une *Passio* en 582 strophes. Au XIV^e siècle la *Vita* de Gingolph prit place dans le recueil *Legenda aurea* (paru en 1264).

La légende rapporte aussi que, lors d'un pèlerinage, Gingolph parvint à une source qu'il acheta à un prix surfait à son propriétaire réduit à la pauvreté, pour lui venir en aide. La femme du propriétaire se moqua de Gingolph, l'accusant de jeter l'argent par la fenêtre vu que la source assez éloignée

ne lui rapporterait rien. Sur ce, Gingolph planta son bâton dans le sol et le lendemain l'eau jaillit à cet endroit. De plus, la femme trompa son mari avec un prêtre. Soumise à la question, elle nia son forfait. Gingolph lui ordonna alors de plonger sa main dans la source. Lorsqu'elle la retira, sa main était brûlée. Son mari lui pardonna, mais la chassa du domicile conjugal. Le prêtre indigne fut banni mais, aveuglé par la passion, il retrouva la femme et assassina Gingolph.

Des miracles se produisirent peu après au tombeau du mort. Sa femme se mit alors à le railler, « Gingolph réalise des miracles tout comme mon derrière chante des chansons ». La sanction ne se fit pas attendre. Aussitôt une cascade de bruits inconvenants s'échappa du derrière de la dame. Et cela continua plus tard, chaque vendredi, jour de la mort du martyr : sitôt qu'elle ouvrait la bouche pour parler, lui échappaient à chaque mot des pets sonores. Le prêtre fut pris d'une maladie mortelle. Gingolph, lui, un saint apprécié de toutes parts, gagna en respect auprès du peuple.

Gingolph est considéré comme le patron des tanneurs, des cordonniers et des chevaux. On a aussi fait appel à lui pour le traitement de maladies de la peau et des yeux, comme pour des situations conjugales conflictuelles. On l'a le plus souvent représenté en chevalier, porteur d'une croix, d'une épée ou d'une lance. Le 11 mai de chaque année, un culte à la mémoire du saint est célébré dans la chapelle de Gingolph à Einsiedeln. ■

Sources : voir le texte en allemand.

Nicht alles ist abgesagt

WOLFGANG M. SCHNELLER

Von allen Seiten – unbehaglich
Grenzt man uns ein – und das ist fraglich.

Dies und das sei abgesagt,
kaum einer noch, der Neues wagt,
doch ehrlich – geht man auf den Grund
und bleiben Kopf und Herz gesund,
entdeckt man gute Lebensbrücken
und schau: so vieles kann noch glücken:

Hoffnung zum Beispiel – hohes Gut!
Nicht abgesagt – behalt den Mut!

Musik will weiter in dir schwingen:
Nicht abgesagt – lass sie nur klingen!

Gespräche helfen hier und dort –
nicht abgesagt – bewahr' dein Wort!

Auch **Träume** sind ja sowieso
nicht abgesagt – bleib lebensfroh!

Auch dein **Glaube** – ist das neu?
Nicht abgesagt – so bleib ihm treu!

Schließlich: deine **Hilfsbereitschaft**
ist zum Glück nicht abgeschafft;
und wenn dich mürrisch einer fragt,
sag: **Lachen** ist nicht abgesagt!

Hilft vielleicht jetzt nur noch **beten**?
Nicht abgesagt – dann hilf uns retten,
frei werden von den Angstsymptomen –
das gilt den Heiden wie den Frommen:

Du Mensch vor allem bist gefragt:
Glaub mir – du bist nicht abgesagt! ■

Aimons toujours !

Poème choisi par NORBERT WALTI

Ce que le flot dit aux rivages
Ce que le vent dit aux vieux monts
Ce que l'astre dit aux nuages
C'est le mot ineffable : Aimons !

L'amour fait songer, vivre et croire
Il a pour réchauffer le cœur
Un rayon de plus que la gloire
Et ce rayon c'est le bonheur !

Aime, afin de charmer tes heures !
Afin qu'on voie en tes beaux yeux
Des voluptés intérieures
Le sourire mystérieux !

Aimons-nous toujours davantage
Unissons-nous mieux chaque jour.
Les arbres croissent en feuillage ;
Que notre âme croisse en amour !

Ce que le flot dit aux rivages
Ce que le vent dit aux vieux monts
Ce que l'astre dit aux nuages
C'est le mot ineffable : Aimons !

L'amour fait songer, vivre et croire.
Il a pour réchauffer le cœur
Un rayon de plus que la gloire
Et ce rayon c'est le bonheur !

Aime, afin de charmer tes heures
Afin qu'on voie en tes beaux yeux
Des voluptés intérieures
Le sourire mystérieux !

Aimons-nous toujours davantage !
Unissons-nous mieux chaque jour.
Les arbres croissent en feuillage ;
Que notre âme croisse en amour !

Victor Hugo (1802-1885), tiré de :
Les Contemplations (1856) ■

Die Mission von Kolomban und Gallus

WOLFGANG SIEBER

Wer waren Kolomban und Gallus?

Wir befinden uns am Ende des 6. Jahrhunderts. Die Römer haben sich aus dem Norden über die Alpen zurückgezogen und von Osten her strömen Stämme auf der Völkerwanderung gegen Westen. Sie verdrängen dabei das vorhandene Christentum und lassen es einschlafen.

Aber ganz im Westen, in Irland, leben Menschen, die weder von den Römern erobert noch von der Völkerwanderung berührt wurden – ein bisschen wie Asterix und Obelix in ihrem gallischen Dorf. Und die zahlreichen Mönche in diesem Land sind hoch angesehen, da sie ausserordentlich gebildet sind.

Um 590 bittet der Mönch Kolomban den Abt im Kloster Bangor, mit 12 Gefährten das weisse Martyrium auf sich nehmen zu dürfen. Weisses Martyrium bedeutet, die Heimat für immer zu verlassen und als Pilger unterwegs zu sein. Martyrium deshalb, weil für die von Heimweh geplagten Iren ein Fernbleiben von der Heimat die grösste Busse darstellt.

Die Mönchsgruppe landet in der Bretagne und schon bald eilt ihnen ein sehr guter Ruf voraus. Der fränkische König wird auf sie aufmerksam und bietet ihnen ein Stück Land in den Vogesen an, damit sie dort die Bevölkerung unterstützen und bilden. In Luxeuil, Annegray und Fontaine errichten die

Mönche drei Klöster und wirken dort sehr zum Vorteil der Bevölkerung, denn sie zeigen ihnen neue Techniken in der Landwirtschaft, Krankenpflege, Gästebetreuung und im Bauwesen.

Nach 20 Jahren kommt es jedoch zu einem Zerwürfnis mit ihrem Beschützerkönig und sie werden vertrieben, nach Nantes abgeführt und auf ein Schiff Richtung Irland verfrachtet. Dieses Schiff jedoch wird von Winden wieder an die Küste zurückgedrängt, was die Mönche als Zeichen erkennen, nicht nach Irland zurückzukehren und ihre Missionstätigkeit weiterzuführen. Sie wandern durch das heutige Frankreich bis nach Koblenz und Mainz, von wo sie rheinaufwärts nach Basel gelangen. Vermutlich entlang des Rheins ziehen sie weiter nach dem schweizerischen Koblenz, dann der Aare folgend nach Baden – im nahe gelegenen Windisch (Vindonissa) befand sich früher eine römische Garnison – und weiter der Limmat entlang nach Zürich (Turicum). Über den Zürichsee geht es weiter nach Tuggen. Tuggen ist einer der wenigen Orte, wo ihre Anwesenheit dokumentarisch belegt ist.

Mit brachialer Gewalt – dem Zerschlagen von Götzenbildern – wollen sie den Bewohnern das Christentum beibringen, was aber fehlschlägt. Sie werden vertrieben und ziehen über den Ricken Richtung Bodensee nach Arbon (Arbor Felix). Dort treffen sie ▼▼▼

L'évangélisation par Colomban et Gall

WOLFGANG SIEBER TRADUCTION NORBERT WALTI

Qui étaient Colomban et Gall?

A la fin du VI^e siècle, les Romains se sont retirés des régions du Nord des Alpes et des populations venues de l'Est migrent vers l'Ouest du continent, refoulant ainsi les timides pousses du christianisme qui s'étiole. Néanmoins tout à l'Ouest existe un foyer de culture christianisé : l'Irlande n'a été occupée ni par les Romains ni par les peuplades migrantes. Les nombreux moines y jouissent d'une haute considération.

Vers 590, le moine Colomban sollicite de l'abbé du monastère de Bangor la permission de se livrer, avec 12 compagnons, au « martyr blanc » : quitter sa patrie pour toujours afin d'être pèlerins au long cours. Pour des Irlandais sujets au mal du pays, cela équivaut à la pénitence suprême. Les 12 moines s'établissent d'abord en Bretagne, où leurs activités leur attirent une excellente réputation et l'attention du roi franc. Celui-ci leur offre du terrain dans les Vosges, avec mission de venir en aide à la population et de l'instruire. Ainsi, à Luxeuil, à Annegray et à Fontaine, les moines édifient trois monastères et mettent leurs forces au service de la population dans des domaines techniques et sociaux divers, tels que l'agriculture, la construction, la santé, l'hospitalité. Au bout de 20 ans cependant, c'est la brouille entre les différents partenaires. Les moines sont expulsés, direction Nantes et retour

en Irlande. Mais les vents repoussent leur embarcation vers la côte, un signe pour les moines qu'ils doivent continuer leur œuvre missionnaire. Ils poursuivent ensuite leur pérégrination à travers le pays franc jusqu'à Coblenz et Mayence, remontent le Rhin direction Bâle, puis par l'Aar et la Limmat vers Zurich (Turicum) et son lac, passent par Tuggen, où leur présence a été documentée.

Les moines pensent pouvoir christianiser les gens avec une certaine brutalité (saccage d'idoles et d'images païennes) : c'est l'échec, ils doivent partir et se diriger vers Arbon (Arbor Felix). Là, un prêtre attire leur attention sur la paroisse chrétienne de Bregenz (Brigantium) en pleine déliquescence. Les moines restent deux ans à Bregenz. Là aussi, ils se heurtent aux habitants lorsqu'ils prétendent prouver de manière forte l'impuissance des dieux païens. Un accès de colère des habitants coûte la vie à deux moines, ce qui pousse Colomban à continuer sa marche vers le Sud. Cependant Gall, l'un des compagnons de Colomban, se déclare malade et veut rester dans la région du Bodan. Colomban prend ce refus pour de la désobéissance et interdit à Gall de lire la messe. Le groupe continue jusqu'en Italie du Nord, à Bobbio, où le roi met du terrain à disposition pour la construction d'un monastère. Colomban meurt en 615. ▼▼▼

▲▲▲ auf einen Priester, der ihnen rät, in Bregenz (Brigantium) die darniederliegende Christengemeinde wieder zu beleben. Sie befolgen diesen Rat und bleiben zwei Jahre in Bregenz. Auch hier zerstreiten sie sich mit den Einwohnern, als sie die Machtlosigkeit der Götter ziemlich handfest zur Schau stellen (sie zerschlagen ein Fass Bier, das als Opfer für die Götter gedacht war – die Götter nehmen dies reaktionslos entgegen). Der Zorn der Brigantier kostet zwei Mönchen das Leben, was Kolomban veranlasst, weiter nach Süden zu ziehen.

Gallus, einer der Gefährten von Kolomban, meldet sich jedoch krank und will am Bodensee bleiben. Kolomban erachtet dies als Ungehorsam und verbietet ihm, die Messe zu lesen bis zu seinem – Kolombans – Tod. Ohne Gallus wandert die Restgruppe südwärts, erreicht das heutige Bobbio in Norditalien, wo der dortige König den Mönchen Land für eine Klostergründung zur Verfügung stellt. Im Jahr 615 stirbt Kolomban.

Gallus kehrt nach Arbon zurück, wird vom Priester gesund gepflegt und zieht sich dann ins Steinachtobel zurück, um in einer einfachen Klausur Ruhe für sein ersehntes Eremitenleben zu finden. Er erfährt dort von Kolombans Tod, als ihm der Krümmstab (*Cambutta*) von Abt Kolomban als Zeichen der Versöhnung überbracht wird.

Immer mehr Menschen kommen zu Gallus, suchen Unterricht und Hilfe. Schliesslich soll er sogar Bischof von Konstanz werden, was er aber ablehnt. Er bleibt bei seinem asketischen Leben bis zu seinem Tod um ca. 645.

Welche Bedeutung hatten Kolomban und seine Mönche für den Kontinent?

Weil die irischen Mönche nicht den lokalen Fürstbischöfen unterstanden, konnten sie relativ frei wirken. Da das Christentum hauptsächlich in grösseren Orten und Städten in der Nähe der Bischofssitze gelebt wurde, hatte die Landbevölkerung kaum Zugang dazu. Die Mönche genossen grosse Akzeptanz. Dank dem lebendigen Beispiel des gepredigten christlichen Glaubens überzeugten sie die Menschen und brachten sie dazu, das Christentum anzunehmen. Über 100 Klostergründungen gehen auf Kolomban und seine Gefährten zurück.

Die Verbreitung von Bildung unter der Bevölkerung brachte viele Männer dazu, ins Kloster einzutreten und dort zu studieren. Viel Zeit verwendeten die Mönche, um die alten Bücher (z.B. der Griechen) zu kopieren und damit für die Nachwelt zu erhalten.

Schliesslich war es Kolomban, der in einem Schreiben an Papst Gregor den Grossen erstmals die Idee eines auch den Norden umfassenden christlichen Europas formulierte. Dieser Gedanke war während mehr als einem Jahrtausend wegleitend für unseren Kontinent.

Was soll nun diese Geschichte?

Das Leben und die Bedeutung dieser Mönche für den ganzen europäischen Kontinent und das hiesige Christentum ist heute nur wenigen Menschen bewusst. Aus diesem Grunde entstand die Initiative, einen europäischen Kulturweg zu schaffen, der das Andenken an Kolomban und seine ▼▼▼

▲▲▲ De retour à Arbon, Gall se refait une santé, puis se retire dans la gorge de Steinach pour entamer dans le calme sa vie d'ermite, dans un modeste cabanon. Il apprend la mort de Colomban lorsqu'on lui apporte la *Cambutta*, la crosse de l'abbé Colomban en signe de réconciliation. En grand nombre, les gens viennent voir Gall, à la recherche d'informations et de soutien. Finalement il est promis à devenir évêque de Constance, mais il refuse cet honneur. Il restera ascète jusqu'à sa mort, qui survient en 645 environ.

Importance de Colomban et de ses moines pour le continent

Les moines irlandais n'étaient pas assujettis aux princes-évêques locaux, aussi étaient-ils assez libres dans leurs activités. La culture chrétienne se vivait principalement dans les villes et les bourgs proches du siège des évêques, la population des campagnes n'y avait guère accès. Les moines étaient tenus en haute estime. En proposant un exemple vivant de la foi chrétienne qu'ils prêchaient, ils amenaient les gens à se convertir. Plus de 100 fondations de monastères sont en lien avec Colomban et son groupe. L'essor culturel poussa bien des hommes à entrer dans un monastère pour y étudier et y copier des textes anciens. Autre fait marquant : c'est Colomban qui écrivit une missive au pape Grégoire le Grand pour formuler l'idée d'une Europe chrétienne englobant aussi le Nord du continent. Cette idée allait stimuler la réflexion pendant plus d'un millénaire.

Un chemin de Colomban européen

Une initiative a été lancée pour un projet de chemin culturel européen qui

donnerait vie au souvenir de Colomban. Il relierait Bangor près de Belfast (Irlande du Nord) à Bobbio proche de Piacenza. En 2014, une association des amis de Colomban a été fondée par les maires de Bangor, de Luxeuil-les-Bains et de Bobbio, dans le but de faire reconnaître ce chemin comme itinéraire culturel, par le Conseil de l'Europe. Y a-t-il un lien avec la Suisse ? Si notre pays n'était pas représenté lors de la fondation de l'association, sa participation est très souhaitée. Entretiens s'est créé un chemin long de quelque 500 km qui conduit de Bâle à Chiavenna en suivant l'itinéraire le plus vraisemblable des moines – 21 étapes d'environ 25 km, avec deux alternatives à partir de Wädenswil et de Hohenems au Vorarlberg autrichien. Occasion pour le randonneur d'apprécier la variété des paysages et des sites culturels, parmi lesquels l'abbaye de St-Gall (classée au Patrimoine culturel mondial de l'UNESCO).

Chemin de Colomban versus Chemin de Saint-Jacques

Le Chemin de Saint-Jacques est un vrai chemin de pèlerinage, de fait un réseau de chemins qui mènent à Compostelle, où le pèlerin obtient une indulgence (la *compostela* ? !) au tombeau de l'Apôtre. Bien sûr Saint-Jacques n'a jamais parcouru ces chemins. Le Chemin de Colomban constitue, en revanche, un chemin du souvenir, qui conduit sur les traces de l'Irlandais et fait découvrir les réalisations des moines.

Le Chemin de Colomban suisse a été officiellement inauguré le 30 juin 2020, en présence d'un bon nombre de pèlerins de Saint-Jacques. ▼▼▼

▲▲▲ Gefährten wieder beleben soll. Ein Pilger-/Wanderweg von Bangor, nahe Belfast in Nordirland, nach Bobbio, nahe Piacenza in Norditalien soll es den Menschen ermöglichen, sich mit Kolumban und seinem Wirken auseinanderzusetzen.

2014 gründeten die Bürgermeister von Bangor, Luxeuil-les-Bains und Bobbio die Vereinigung der Freunde des Kolumban mit dem Ziel, den erwähnten Kolumbanweg vom Europarat als europäischen Kulturweg anerkennen zu lassen. Dieses Ziel soll wenn möglich in den nächsten Jahren erreicht werden.

Was hat die Schweiz damit zu tun?

Die Schweiz war bei der Gründung der Vereinigung nicht dabei. Da der Weg auch durch unser Land führt, wurde unser Mitwirken gesucht.

Mittlerweile entstand ein rund 500 km langer Weg, der von Basel nach Chiavenna führt, entlang der wahrscheinlichen Route der Mönche. Auf 21 Etappen von rund 25 km, mit zwei Alternativrouten ab Wädenswil bzw. Hohenems im österreichischen

Vorarlberg, erlebt der Wanderer eine Vielfalt von landschaftlich attraktiven Regionen, bedeutenden Kulturgütern – u.a. den Stiftsbezirk St. Gallen (UNESCO-Weltkulturerbe) als Weiterentwicklung der Gallus-Klause – und von zahlreichen Sehenswürdigkeiten.

Was unterscheidet den Kolumbanweg vom Jakobsweg?

Der Jakobsweg ist ein eigentlicher Pilgerweg bzw. ein Netz von Wegen, die den Pilger nach Santiago de Compostela führen, wo er einen Ablass am Grab des Apostels Jakobus erwirbt. Jakobus hat selbstverständlich keinen dieser Wege begangen.

Der Kolumbanweg dagegen ist ein Erinnerungsweg: der heutige Wanderer/Pilger folgt Kolumban Spuren und erinnert sich auf dem Weg der Leistungen der Mönche.

Der Kolumbanweg in der Schweiz wurde am 30. Juni 2020 offiziell eröffnet. In feierlichem Rahmen wurde in Wettingen beim Restaurant Sternen, dem ältesten Gasthof der Schweiz, eine Kolumbanweg-Plakette enthüllt. In vier Referaten wurde auf die Entstehung und Bedeutung des Kolumbanweges hingewiesen. Eine stattliche Anzahl von Jakobspilgern hat an dieser Eröffnungsfeier teilgenommen. Weitere Informationen finden sich auf der Homepage www.kolumbanweg.ch. ■

Kloster und Gasthof Sternen, Wettingen

▲▲▲ Dans le cadre festif du plus vieux restaurant de Suisse, à l'Etoile de Wettingen, une plaquette a été dévoilée et des interventions ont souligné la signification marquante du Chemin de Colomban.

Pour plus de renseignements, consulter www.kolumbanweg.ch ■



Plaquette représentant Colomban au mur de l'auberge «Sternen» à Wettingen



Apéro d'inauguration



Groupe de marcheurs sous la chaleur de midi en chemin vers le cloître de Fahr



Cloître de Fahr



Dans l'église abbatiale

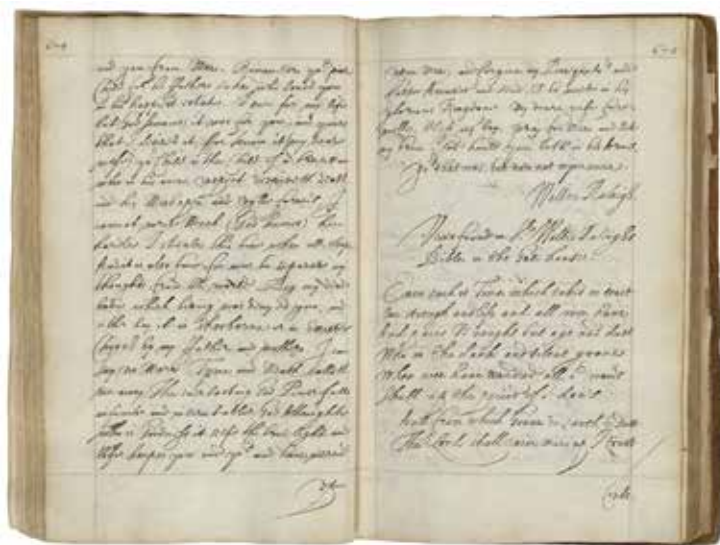
Der Abenteurer Sir Walter Raleigh

NORBERT WALTI nach einem Text von Horst Degen / ÜBERSETZUNG OTTO DUDLE

Walter Raleigh (1552-1618) ist eine grosse Gestalt der englischen Renaissance, ein Nationalheld des Vereinigten Königreichs, ein Mann von Welt des 16. Jahrhunderts. Sein Ansehen hat er sich auf nahezu allen Gebieten menschlicher Tätigkeiten erworben: Er war Seefahrer und Forscher, Soldat, Spion, Politiker, Dichter und Günstling der Königin Elisabeth I.

Nach seinem Studium in Oxford beteiligt sich Raleigh auf Seite der Hugenotten an den Religionskriegen in Frankreich. Danach wird er Pirat und betreibt Seeräuberei in Westindien. 1580 wirkt er an der Unterwerfung Irlands mit. Auf Raleigh aufmerk-

sam geworden, schlägt ihn die Königin 1585 zum Ritter und macht ihn zu einem ihrer Berater. Zum Vizeadmiral ernannt, plant er die Gründung von englischen Kolonien in Nordamerika. 1592 in Ungnade gefallen, verbringt er einige Monate im Tower. Von der Königin begnadigt, verliert er nach ihrem Tod die Gunst ihres Nachfolgers Jakob I. Wegen Beteiligung an einer von Spanien angeführten Verschwörung wird er zum Tod verurteilt – eine Strafe, die in lebenslange Haft umgewandelt wird. Nach 13 Jahren im Kerker reist er nach Südamerika. Nach seiner Rückkehr wird er verhaftet und erneut zum Tod verurteilt. Am 29. Oktober 1618 wird er enthauptet. ▼▼▼



Sir Walter Raleighs letzter Brief an seine Frau vor seiner Hinrichtung

L'aventurier Sir Walter Raleigh

HORST DEGEN TRADUCTION / ADAPTATION NORBERT WALTI

Walter Raleigh (1552-1618) est une grande figure de la Renaissance anglaise, un héros national du Royaume-Uni, un honnête homme du XVI^e siècle. Il s'est fait un nom et une réputation dans quasi tous les domaines de l'activité humaine : tour à tour navigateur et explorateur, soldat, espion, politicien, écrivain – de plus, favori de la reine Elisabeth I.

Après ses études à Oxford, Walter Raleigh prend part, pendant cinq ans, aux guerres de religion en France, du côté des huguenots. Puis il se fait pirate et écume les mers des Caraïbes. Ensuite il participe comme commandant à la conquête de l'Irlande. Remarqué par la reine, il est fait chevalier en 1585, puis vice-amiral et conseiller de la reine. Il s'active à coloniser l'Irlande et à soutenir les nouvelles colonies en Amérique du Nord. En 1592, il tombe en disgrâce et est détenu à la Tour de Londres pendant quelques mois. Bref retour en grâce peu après, mais suite à l'accession au trône de Jacques I^{er} (1603), la participation de Sir Walter à une conjuration menée par l'Espagne vaut au héros une condamnation à mort, aussitôt commuée en emprisonnement à vie. Incarcéré pendant treize ans, Sir Walter voyage ensuite en Amérique du Sud avant d'être arrêté et à nouveau condamné à mort. Sa décapitation survient le 29 octobre 1618.

Sir Walter écrivain n'a pas laissé derrière lui une œuvre abondante, mais son poème sur le pèlerinage illustre bien la mentalité de cette époque tourmentée et alimente la controverse : Sir Walter a-t-il réellement effectué un pèlerinage vers Saint-Jacques de Compostelle, ou vers Jérusalem ou Rome ? Est-il réellement l'auteur de ce poème pessimiste évoquant la vie d'après la vie ? Les premiers vers du poème expriment l'attente et l'espoir de celui qui se prépare à partir, et aussi – déjà – l'appel nostalgique et comme un écho de l'au-delà :

A Pilgrim Prayer (A Passionate Man's Pilgrimage)

*Give me my scallop-shell of quiet,
My staff of faith to walk upon,
My scrip of joy, immortal diet,
My bottle of salvation,
My gown of glory, hope's true gage,
All thus I'll make my pilgrimage. (...)*

Prière d'un pèlerin (Pèlerinage d'un passionné)

Donne-moi ma coquille
pleine de quiétude,
Mon bourdon de foi
pour me soutenir,
Ma besace pleine de joie éternelle,
Ma gourde remplie du divin salut
Mon manteau de gloire,
gage vrai de l'espoir,
Ainsi équipé, en pèlerin
je me mettrai en chemin.



▲▲▲ Sir Walter hat kein sehr umfangreiches schriftstellerisches Werk hinterlassen, aber sein Gedicht „Pilgergebet“ illustriert gut die Denkart dieser bewegten Zeit und wirft zugleich Fragen auf: Ist Raleigh tatsächlich nach Santiago de Compostela, Rom oder Jerusalem gepilgert? Ist er überhaupt der Verfasser dieses pessimistischen Gedichts, das an das Leben nach dem Leben erinnert? Die ersten Verse des Gedichts drücken die Erwartung und Hoffnung dessen aus, der sich auf das Aufbrechen vorbereitet; aber sie sind auch schon ein Ruf des Jenseits, wehmütig und wie ein Echo:

Ein Pilgergebet (Pilgerreise eines leidenschaftlichen Mannes)

Reicht mir meine Muschelschale
voll Frieden,
Meinen Stab des Glaubens
der mich hält,
Meine Tasche voll
mit ewigen Freuden,
Meine Flasche mit Heil gefüllt,
Mein Glorienkleid,
der Hoffnung wahres Pfand,
So beginne ich meine Pilgerreise (...)

Allgemein wird angenommen, Walter Raleigh habe dieses Gedicht 1603 geschrieben, als er im Tower auf seine damals nicht vollzogene Hinrichtung wartete. Manche Autoren halten freilich Raleigh nicht für den Schöpfer der Verse, andere wiederum meinen, das Gedicht sei in den letzten Tagen vor seiner tatsächlichen Enthauptung entstanden: der düstere Ton und die Verzweiflung in den Versen liesse sich durch die Nähe zum Tod besser begrei-

fen. Verstärkt wird diese Stimmung fortgesetzt in den Versen:

(...) Blut muss meines Körpers
Balsam sein,
Denn hienieden wird keinem
anderer Balsam zuteil,
Wenn meine Seele leicht,
einer ruhigen Palme gleich,
aufsteigt in himmlische Gefilde,
Wo meine Lippen sich am Kelch
der Glückseligkeit erquicken (...)

In der Tat legt das Gedicht das Gewicht auf das Leiden und die Schwere des Erdenlebens, die es zu bewältigen gilt. Der Pilgerweg auf Erden ist beschwerlich und voller Hindernisse, so dass als Rettung nur die Anrufung des Jenseits bleibt, wo die Seele Ruhe findet und ihren Durst stillen kann. Ob von Walter Raleigh oder nicht, das Gedicht bringt die Wirren und Spannungen der Zeit, der oft von Gewalt geprägten Periode der Renaissance (16. Jahrhundert), gut zum Ausdruck. Wie als Echo zu den grossen britischen Dichtern dieser Epoche, William Shakespeare und John Donne, führen diese Verse in die Tiefen und Abgründe der menschlichen Seele ebenso wie in die lichten Höhen der Sternstunden vollkommenen Glücks.

Auch manche Texte und Empfindungen heutiger Pilger klingen ähnlich, wenn sie Einfachheit und Bescheidenheit in der Welt der Moderne und die unbeschreibliche Hoffnung auf ein friedliches, leuchtendes Jenseits thematisieren. ■

▲▲▲ Il est communément admis que Walter Raleigh a écrit ce poème en 1603 alors qu'il était incarcéré, en attente de son exécution, finalement cassée. Certains auteurs doutent cependant que Raleigh ait écrit ces vers, d'autres situent ce poème aux derniers jours avant l'exécution du 26 octobre 1618. La proximité avec la mort permettrait de mieux comprendre le désarroi et les accents sombres de ces vers. Cette tonalité est renforcée par la suite :

(...) Le sang doit être le baume
de mon corps
Car ici-bas aucun autre baume
n'est dispensé
Alors que mon âme, palme apaisée,
Voyagera légère
vers les contrées célestes
Où je poserai mes lèvres
sur la coupe de félicité (...)

De fait ce poème insiste sur la souffrance et le poids de la vie terrestre, qu'il s'agit de surmonter. Le parcours terrestre du « pèlerin » est bouché, lourd, ne laissant qu'une issue : celle de l'Au-Delà, où l'âme trouvera le repos et assouvrira sa soif. Ce poème, qu'il soit de Walter Raleigh ou non, exprime bien les tensions à l'œuvre en cette période troublée, souvent violente, de la Renaissance (XVI^e siècle). En écho aux grands poètes britanniques de ce

temps-là, William Shakespeare, John Donne, ces vers suggèrent aussi bien les bassesses et les abymes de l'âme humaine, que ses transports exaltés et ses moments de grâce. Certains textes et certains ressentis de pèlerins contemporains résonnent aussi de ce thème de l'humilité face au monde présent et de l'immense espoir en un au-delà apaisé et lumineux. ■

Source : « Die Kalebasse » (Düsseldorf) Nr. 65 (Januar 2019) : « Sir Walter Raleigh, A Pilgrimage » ; Wikipedia



Porträt von Sir Walter Raleigh (1588), National Portrait Gallery, Wikimedia

Treffpunkt Pilgerweg

STEFANIE RANDON

Um die Zukunft zu gestalten, ist es nützlich, sich mit der Vergangenheit auseinanderzusetzen. So vollzieht sich momentan in den Kirchen eine Wandlung, die allerdings nur sehr harzig vorankommt. Die Reformation, ursprünglich als Erneuerung und Verbesserung gedacht, wurde damals mit viel Missverständnis und Fanatismus aufgenommen und führte in der Folge zur Spaltung der katholischen Kirche.

Heute besinnt man sich wieder auf eine gegenseitige Annäherung.

Der Pilgerweg ist ein guter Ort, um Verständnis unter verschiedenen Konfessionen und religiösen Ansichten zu wecken. Auf dem Jakobsweg, der seit dem Mittelalter begangen wird, bewegen sich die Pilger mit einer herzerfrischenden *Nonchalance*. Der spirituel-



le Status dieser Menschen reicht vom strengen Fundamentalisten bis zum abgeklärten Freidenker, mit unzähligen Variationen und bunt durchmischt mit schwärmerischen Esoterikern. Die daraus entstehenden Situationen sind manchmal geradezu komisch, aber immer besteht ein starkes Zusammengehörigkeitsgefühl. Ist das nicht eine wunderbare Tatsache?

Auf dem Weg sind sich alle Menschen ähnlich: Standesgemässe Unterschiede verwischen sich, Nationalitäts- und Religionszugehörigkeit spielen eine untergeordnete Rolle, sprachliche Schwierigkeiten werden oft mit viel Fantasie überbrückt. Am Abend tun den meisten die Füße weh, auch Supersportliche haben ihre Probleme, aber im Herzen tragen sie eine unbestimmte Sehnsucht und keiner weiss, was ihn demnächst erwartet. Das zunehmende Komfortangebot entlang des Weges hat daran nichts geändert, hat es höchstens etwas verwässert.

Durch die Corona-Pandemie ist es zu einem unerwarteten Stopp gekommen. Es wird sich zeigen, ob das Pilgerwesen dadurch eine Wandlung erfährt. Ich denke nicht, denn es ist sehr, sehr alt und hat schon viele Krisen überstanden. ■

Chemin de pèlerinage, lieu de rencontre

STEFANIE RANDON TRADUCTION LAURE BOVY

Pour construire le futur, il convient d'examiner le passé. Actuellement, les églises vivent un changement qui semble peiner à progresser. La Réforme, vécue dans un premier temps comme un renouveau et une amélioration, fit l'objet de beaucoup de malentendus et de fanatisme, et conduisit à la division de l'église catholique.

Aujourd'hui, on aspire à un rapprochement mutuel.

Le pèlerinage est un bon endroit pour appréhender les différentes confessions et points de vue religieux. Sur le Chemin de St-Jacques, fréquenté depuis le Moyen Âge, les pèlerins se croisent avec une nonchalance rafraîchissante. Sur le plan spirituel, on y croise des stricts fundamentalistes et des libres penseurs déclarés, avec d'infinies variations, en passant par des ésotériques enthousiastes. Les situations qui en découlent sont parfois cocasses, mais toujours teintées d'un fort sentiment de fraternité. N'est-ce pas magnifique ?

Sur le Chemin, tout le monde est semblable : les différences sociales s'es-

tompent, nationalité et religion jouent un rôle secondaire, les difficultés d'expression liées aux diverses langues sont surmontées avec fantaisie. Le soir, les pieds font souffrir la majorité des pèlerins, même les super sportifs ont des problèmes, mais dans le cœur, tous portent une nostalgie indéfinissable et personne ne sait ce qui l'attend le lendemain. L'offre de confort le long du Chemin n'a rien changé à cela, au mieux l'a-t-elle légèrement atténué.

La pandémie du Coronavirus a entraîné un arrêt inopiné. On verra si le pèlerinage en subit une transformation. Je ne le pense pas car il est très ancien et il a déjà surmonté beaucoup de crises. ■



Martin, der barmherzige Samariter

ESTHER JAKOB

Martin lebt in München, ist auf Stellensuche. Bis er eine neue Anstellung gefunden hat, pilgert er auf dem Jakobsweg. Ein angenehmer Weggefährte: ruhig, besonnen, ein guter Zuhörer mit leuchtenden Augen.

Einmal treffen wir uns vor der Unterkunft. Er strahlt noch mehr als sonst. Ich frage, was geschehen sei, denn er strahle mit der Sonne um die Wette. „Ich war frühzeitig hier, habe alle Kleider gewaschen, und bin nun von Kopf bis Fuss frisch angezogen. Ein herrliches Gefühl!“ Wie man sich über alltägliche Gewohnheiten so sehr freuen kann, ist eine besondere Erfahrung.

Tage später treffen wir uns vor einem Internet-Café. Ganz stolz verkündet er: „Wenn ich zurück in München bin, habe ich ein Vorstellungsgespräch – hoffentlich klappt es!“ Das wünsche ich ihm von Herzen.

Er erkundigt sich nach meinem schmerzenden Fuss. Ich muss ihm leider sagen, dass keine Besserung eingetreten ist. Martin kramt eine Salbe hervor und meint: „Die Tube ist zwar schon angebrochen, aber ich bin sicher, diese Salbe lindert den Schmerz.“

Danke, Martin. Ich wünsche dir viel Freude an deiner neuen Arbeitsstelle! ■



Fitero Brücke über den Rio Pisuerga

Martin, le bon Samaritain

ESTHER JAKOB TRADUCTION IRÈNE STREBEL

Martin vient de Munich. Il est au chômage et en profite pour pèleriner sur le Chemin. C'est un compagnon de route très agréable : calme, réfléchi, un interlocuteur aux yeux vifs.

Un jour que nous nous rencontrons au gîte, je remarque que la flamme qui pétille dans son regard est particulièrement vive et je m'enquiers de ce qui peut bien le faire resplendir comme un soleil. « Je suis arrivé ici très tôt, j'ai pu laver mes habits. Quel merveilleux confort d'être équipé de vêtements frais de la tête aux pieds ! » Le Chemin nous fait redécouvrir les joies toutes simples oubliées du quotidien.

Quelques jours plus tard, nous nous rencontrons devant un cyber-café.

Plein de fierté, il m'annonce : « Quand je serai de retour à Munich, je pourrai me présenter à un entretien d'embauche. Pourvu que ça marche ! » Je le lui souhaite de tout cœur.

Il me demande des nouvelles de mon pied douloureux. Malheureusement je suis obligée de répondre que la situation ne s'est guère améliorée. Alors il fouille dans son sac pour en extraire un médicament qu'il me tend en disant : « Ce tube est déjà entamé, mais je suis sûr que cette pommade te fera du bien. »

Merci, Martin ! De tout cœur je te souhaite pleine satisfaction dans ton nouvel emploi ! ■

Auf spirituellen Wegen zu sich selbst finden

Bischofberger, Norbert, **Spirituelle Wege der Schweiz**: Wie wir zu uns selbst finden. Wangen bei Olten: Weltbild Verlag, 2019. 144 S., Ill., Karten



„Spirituelle Wege der Schweiz“, so heisst eine Sendereihe, die das Schweizer Radio und Fernsehen SRF zwischen 2017 und 2019 in drei Staffeln in der „Sternstunde Religion“ ausstrahlte. Der St. Galler Theologe, Journalist und passionierte Wanderer Norbert Bischofberger hat, ergänzend zu seiner TV-Reihe, neu ein Buch mit dem gleichen Titel verfasst. Im Mittelpunkt steht, wie schon in den Fernsehbeiträgen, seine Erfahrung, dass ausdauerndes Gehen in der Natur – es muss nicht unbedingt ein Pilgerweg sein – zu kreativem Denken anregt, Distanz schafft zu den Sorgen des Alltags, den Geist reinigt, befreit, offen macht für Veränderungen im Leben. Der Routine des Gehens mit den sich ständig wiederholenden Bewegungen wohnt ein meditativer Zug inne. Dies begünstigt die Wahrnehmung spiritueller Impulse, die von der

Umgebung, der Natur, von der Begegnung mit Menschen am Weg und den kulturellen Sehenswürdigkeiten, allen voran sakralen Bauten und Kunstwerken, ausgehen. Solch inspirierende, unser Inneres berührende Momente mögen oft etwas Magisch-Mystisches, einen Hauch von Esoterik oder Aberglauben an sich haben. Doch gerade sie lassen das eigene Ich intensiv erfahren, geben Antwort auf die Frage: Wer bin ich?

Norbert Bischofberger berichtet einleitend von einem persönlichen Erlebnis (beim Besuch der Beatushöhle), das ihn zur TV-Serie „Spirituelle Wege der Schweiz“ angeregt hat. In neun Etappen begab sich darauf der Autor auf Erkundungstour durch unterschiedliche Natur- und Kulturlandschaften unseres Landes auf der Suche nach deren Geheimnissen, nach ihrer je eigenen „Seele“. In sieben Buchkapiteln, die den neun Fernsehbeiträgen entsprechen, nimmt er uns mit auf seine Wanderungen: ins Thunerseegebiet, ins Schwarzenburgerland, zu den Täufern im Berner Jura, ins bündnerische Lugnez, ins Oberhalbstein und ins Puschlav. Das letzte Kapitel ist den drei Wegabschnitten der *Via Francigena* von Pontarlier bis zum Grossen St. Bernhard gewidmet. Zu sämtlichen Kapiteln gibt es Wandertipps, Karten und QR-Code-Links zu den SRF-Sternstunde-Filmen. Die Texte umfassen Beobachtungen, Legenden, Interviews mit Leuten vor Ort, Exkurse zur Geschichte, Kunstgeschichte, zu christlichem Brauchtum und keltischen Kulturen. Der mit grossformatigen Farbfotos schön gestaltete Band ist nicht nur lesenswert, er lädt gleichzeitig zum Wandern auf den darin vorgestellten Wegen ein.

Otto Dudle

MUL – marche ultraléger

Ostrach, Esther, **Marcher ultraléger vers Compostelle**, 74.esther@gmail.com, 2018, brochure 16 p. (fr. 5.-, porto incl.)

« Le poids du sac est inversement proportionnel au temps passé à le préparer ». (Sylvie Domenjou)

Je me suis souvenu de nos toutes premières conversations, plusieurs années auparavant, lors des réunions des Amis de Saint-Jacques de l'antenne du bassin genevois à Annemasse, sur le poids du sac et du matériel le mieux adapté à la marche. A l'époque déjà, inspiré par le mouvement « MUL » (marche ultralégère), j'étais convaincu de l'absolue nécessité pour un sac à dos, d'aller sur le léger.

Pour ma part, après bien des tâtonnements, je croyais être parvenu au meilleur compromis possible, c'est-à-dire entre l'équipement élémentaire suffisant et le confort de la marche.

De son côté, Esther nous parlait de son sac de moins de 4 kg et nous, au sein de l'antenne, nous doutions de sa réalité. Pour la mettre à l'épreuve, nous l'avons invitée à venir nous présenter son sac et ce qui le constituait, lors d'une réunion.

Joignant le geste à la parole, notre pèlerine s'exécuta et sous les yeux incrédules de l'assistance médusée, nous fit une démonstration plus que convaincante.

Oui, il était possible de porter très léger et d'avoir l'essentiel du matériel avec soi. Chaque objet avait été soigneusement pensé, analysé, pesé, diséqué entre utilité et nécessité, pour ne conserver que l'indispensable.

Avec cette brochure, Esther nous propose une réflexion et nous invite à nous poser certaines questions. Elle est la preuve pour tout pèlerin, marcheur, randonneur au long cours, désireux de porter son sac, qu'on peut parvenir à cette sobriété.

« Oubliez vos soucis, vos envies, vos ennuis, vos lubies, vos chichis. Prenez soin d'emporter votre cœur et rien d'autre ». (Jacques-Philippe Strobel)

Patrick Tiger

Die deutsche Fassung der Broschüre „Ultraleicht nach Santiago pilgern“ ist ebenfalls (Fr. 5.-, inkl. Porto) bei 74.esther@gmail.com erhältlich.

Die „Sprache der Kathedrale“ verstehen

Schneller, Wolfgang, **ANKOMMEN und erwartet werden**: ein spiritueller Rundgang um und in die Kathedrale von Santiago de Compostela. Lindenberg i. Allgäu: Kunstverlag Josef Fink, 2019. 71 S., Ill.

„Nicht der Weg ist das Ziel, sondern das Ankommen“, schreibt Pfarrer Rudolf Hagmann in seinem Geleitwort zum Buch, das hier vorgestellt wird. Hagmann und der Autor des Buchs, Wolfgang Schneller, gehören zu den Initiatoren der deutschsprachigen Pilgerseelsorge in Santiago, die dort seit 2009 zwischen Mai und Oktober seelsorgliche Dienste anbietet (vgl. den Erfahrungsbericht von Josef Schönaner in *Ultreïa* 63). Zu dem Angebot gehört auch ein geführter spiritueller Rundgang um und in die Kathedrale. Wolfgang Schneller, früherer Leiter des Cursillo-Hauses St. Jakobus, Pilgerbegleiter und Verfasser mehrerer Pilgerbücher, hatte dazu im Jahr 2010 eine spirituelle „Handreichung“ in Buchform gegeben, die er nun überarbeitet hat. Darin nimmt er uns mit in das „Haus des Apostels Jakobus“, ein Gotteshaus, „das in seiner Schönheit und Erhabenheit die Grösse Gottes widerspiegelt“.

Es geht dem Autor um weit mehr als um kunsthistorische Erklärungen. Vielmehr will er Pilgernde zu einer spirituellen Erschliessung des Kirchenbaus befähigen, um die Botschaft der Steine zu verstehen – zu verstehen auf dem Hintergrund der Erfahrungen, die sie auf ihrem Weg nach Santiago gemacht haben. Pilgernde sind, wenn sie in Santiago ankommen, in einzigartiger Weise aufnahmebereit und offen für die Frohe Botschaft, die sich in

unvergleichlicher künstlerischer Vollendung in der symbolhaften „Sprache der Kathedrale“ offenbart. Denn die romanische Kathedrale, errichtet vor neun Jahrhunderten, ist das in Stein gemeisselte Glaubenszeugnis unserer Vorfahren. Dieses vom Architekten gemeinsam mit den Steinmetzen geformte Zeugnis aus Stein zu lesen, dazu regt das Buch an. Das Zeugnis soll uns berühren, bewegen und in unseren Herzen ein Feuer entfachen.

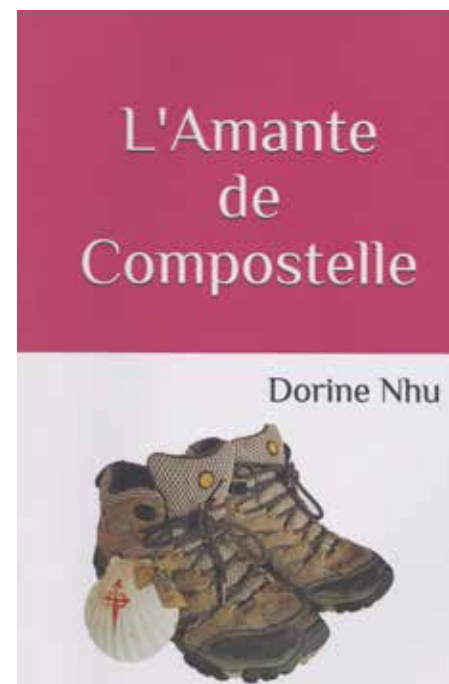
Der Rundgang um die Kathedrale beginnt vor der Puerta de las Platerías, führt dann über die Plätze Quintana und Azabachería auf die Plaza de Obradoiro, setzt sich fort mit einem Blick in das himmlische Jerusalem des Pórtico de la Gloria und endet mit dem Gang durch das Kircheninnere zur Krypta, wo die Reliquien des heiligen Jakobus ruhen. Farbige Fotos halten das Beschriebene fest.

„Ankommen und erwartet werden“: Wer ist es, der am Ziel die Pilgernden erwartet? Die naheliegende Antwort: das „Haus des Apostels Jakobus“. An der Mittelsäule des Pórtico empfängt der Apostel die Pilgernden mit liebevollem Blick. Im Licht der Bibel ist es indes Jesus Christus selber, der die Pilgernden erwartet: der Auferstandene, für dessen Botschaft Jakobus gelebt hat und auch gestorben ist.

Otto Dudle

L'amante de Compostelle

Nhu, Dorine, **L'amante de Compostelle**, autoédition disponible sur Amazon, 2019. 192 p.



Une histoire d'amour avec le Chemin ... Les pèlerines et les pèlerins sont nombreux à la vivre, mais Dorine Nhu a trouvé les mots pour l'exprimer sur un ton libre et joyeux, enlevé et souvent jubilatoire.

C'est sous la forme d'un véritable dialogue entre l'autrice et le Chemin que ce livre se présente. Pour autant, il n'a rien de la blquette romantique, même s'il y est aussi question d'une histoire d'amour entre humains.

Tous les thèmes qui nous sont chers y sont abordés : la motivation à partir, le contenu et le poids du sac, la spiritualité, les dortoirs, les rencontres, le ballage ... pour n'en citer que quelques-uns ! On ne se lasse pas d'en parler entre pèlerins : ils sont abordés ici avec une franchise haute en couleur. A tel point que ce livre, décidément rafraîchissant et loin des poncifs, est à conseiller aux pèlerins aussi bien débutants qu'expérimentés !

L'autrice, qui a cheminé quelques milliers de kilomètres, écrit sous le pseudonyme de Dorine Nhu. La rumeur dit qu'elle est membre de notre association. Une raison de plus pour se précipiter et lire « L'amante de Compostelle » ?

Béatrice Béguin

Pilgerstamm

Basel

Erster Dienstag im Monat
ab 19:00
Restaurant Bundesbahn,
Hochstrasse 59
Gregor Ettlín
078 760 78 99
gregor.ettlin@gmx.ch

Bern

Erster Freitag im Monat
ab 18:00, ausg. August
Casa d'Italia, Bühlstr. 57
Marc und Ursula Jenzer
031 829 18 36
maujenzer@bluewin.ch

Graubünden (Chur)

Erster Montag im Monat
ab 18:00
Restaurant No Name,
Gürtelstr. 45, Chur
Vreni Thomann
081 630 31 17
vrenithomann@bluewin.ch

Luzern

Letzter Dienstag im
Monat ab 18:00
Brasserie Flora
Pilatusstr. 5
Hansruedi Heer
041 360 96 73
h-heer@hispeed.ch

St. Gallen

Letzter Dienstag im
Monat ab 19:00
Spanischer Klub
Klubhausstrasse 3
Markus Jud
071 524 70 64
stamm@
pilgerherberge-sg.ch

Solothurn (Olten)

Daten auf Anfrage,
jeweils ab 19:00
Restaurant Kolpinghaus,
Ringstrasse 27, Olten
Sascha Kamber
062 752 50 96
pilgerstamm@bluewin.ch

Winterthur

Erster Dienstag im Monat
ab 18:00
Treffpunkt Vogelsang,
Untere Vogelsangstrasse 2
Otto Dudle
052 212 96 18
odudle@bluewin.ch
pswinti.jimdofree.com

Zürich

Erster Freitag im Monat
ab 18:45
Cramerstrasse 7,
Pilgerzentrum St. Jakob
Michael Schaar, Pfarrer
044 242 89 15
jakobspilger@zh.ref.ch

Ticino (Bellinzona)

Daten auf Anfrage,
jeweils ab 19:00
Ristorante Casa di Popolo,
Bellinzona
Hermann Heiter
079 393 39 64
entretien@viajacobi4.ch

Rencontres jacquaires

Fribourg

Dernier mardi du mois
dès 19:00
Café du Gothard
Emmanuel Chappuis
079 930 91 10
emmanuel.chappuis@
gmail.com

Genève

Dernier lundi du mois
dès 17:30
Café La Terrazza
1, Avenue Edmond-Vaucher,
1219 Châtelaine
Adrien Grand
022 757 36 55
grand.adrien@bluewin.ch

Neuchâtel

Premier lundi du mois
dès 17:00
Café l'Aubier, 1^{er} étage,
Rue du Château 1
Anne Walder Pfyffer
076 316 98 66
pelerin.neuchatel@
bluewin.ch

Valais (Sion)

Sur demande, dès 19:00
trois fois par année
Hôtel du Rhône, rue du
Scex 10, Sion
Bernard Knupfer
078 619 42 03
bernard.knupfer@netplus.ch

Vaud (Lausanne)

Premier mardi du mois
dès 18:00
Restaurant Le Milan
Bd de Grancy 54
Katherine Schmid
079 479 25 53
mazurka@vonet.ch

Kontakte Contacts

Geschäftsstelle Adresse officielle

Association helvétique des
Amis du Chemin de Saint-
Jacques
Bd James-Fazy 4
Case postale 2066
1211 Genève 1
078 888 87 81

Präsident Président

Pierre Leuenberger
1950 Sion
079 628 08 95
presidence@viajacobi4.ch

Vizepräsidentin Vice-présidente

Doris Klingler
8224 Löhningen
052 685 18 77
079 271 36 56
vice-presidence@viajacobi4.ch

Rechnungsführung Trésorerie

Ruth Schläppi
3860 Meiringen
078 862 90 48
tresorier@viajacobi4.ch

Greffière Protokollführung

vakant
greffiere@viajacobi4.ch

Sekretariat deutsche Schweiz & Pilgerberatung

Regula Müller
3073 Gümligen
079 568 00 82
sekretariat@viajacobi4.ch
(vorbehaltlich ihrer Wahl)

Secrétariat romand et service aux pèlerins

Murielle Favre
1291 Commugny
079 395 79 55
secretariat@viajacobi4.ch

Ultreia

Doris Klingler
8224 Löhningen
052 685 18 77
079 271 36 56
ultreia@viajacobi4.ch

Webmaster

Bernard Favre
1291 Commugny
022 776 45 05
webmaster@viajacobi4.ch

Communication Kommunikation

Catherine Magnin
1012 Lausanne
079 417 55 68
communication
@viajacobi4.ch
facebook@viajacobi4.ch

Koordination der Stämme Coordinations des stamms

Jean-Marc Perrin
1983 Evolène
079 637 34 39
stamm@viajacobi4.ch

Koordinator Weg-Unterhalt Coordinateur du chemin

Hermann Heiter
6968 Sonvico
076 393 39 64
unterhalt@viajacobi4.ch
entretien@viajacobi4.ch

Werden Sie Mitglied!

Kontaktieren Sie Regula
Müller, Sekretariat
deutsche Schweiz:
079 568 00 82

Unterkunft Deutschschweiz

Urs Sager
8005 Zürich
079 406 04 78
unterkunft@viajacobi4.ch

Hébergement Suisse romande

Claire-Marie Nicolet
1291 Commugny
022 776 12 08
hebergement@viajacobi4.ch

Pilgerherberge Brienzwiler

Ruth Schläppi
3860 Meiringen
078 862 90 48
pilgerherbergebrienzwiler@
viajacobi4.ch

Refugio Belorado

Wolfgang Sieber
7320 Sargans
081 723 69 90
belorado@viajacobi4.ch

Librairie romande

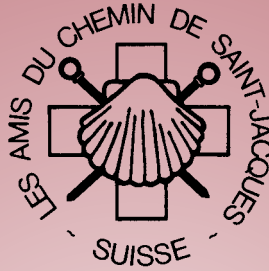
Adrien Grand
1233 Bernex
022 757 36 55
librairie.romande
@viajacobi4.ch

Buchhandlung zum Jakobsweg GmbH

P. u. G. Schachtler
9000 St. Gallen
071 422 70 71
info@shop-jakobsweg.ch

Devenez membre !

Appelez Murielle Favre du
Secrétariat romand :
079 395 79 55



Unsere Website www.viajacobi4.ch

Sie finden auf der *Website* Informationen aller Art über das Pilgern und über die Jakobswegrouten nach Santiago de Compostela, in der Schweiz wie auch im Ausland.

Notre site www.viajacobi4.ch

Vous trouverez sur le site web des informations de toutes sortes sur le pèlerinage et les chemins de Saint-Jacques de Compostelle, en Suisse et ailleurs.

Unser Newsletter

Er informiert über aktuelle Aktivitäten der Vereinigung. Er wird all jenen Personen zugestellt, die ihre Mailadresse für die Verteilerliste freigegeben haben.
Email: membres@viajacobi4.ch.

Notre newsletter

Elle informe des activités actuelles de l'association. Elle est transmise à toutes les personnes inscrites sur la liste des intéressés.
Email : membres@viajacobi4.ch.

Der *Newsletter* steht allen Mitgliedern offen, die eine Information mit andern teilen möchten, z. B. um einen Pilgergefährten, eine Pilgergefährtin zu finden.
Email: webmaster@viajacobi4.ch.

La *newsletter* est ouverte à tout membre souhaitant partager des informations, comme p. ex. pour trouver une compagne ou un compagnon de route.
Email : webmaster@viajacobi4.ch.

Ultreia Nr 68 • November 2021

Themenschwerpunkt
Gesundheit unterwegs

Gerne erwarten wir Ihre Texte!
Redaktionsschluss 31. August 2021

Ultreia no 68 • novembre 2021

Thème principal
Santé sur le Chemin

Nous attendons vos textes !
Délai rédactionnel 31 août 2021