



## **Pilgern in Oberösterreich: Aufbrechen, um anzukommen**

**„Pilgern ist Wandern mit Mehrwert“, sagt Andrea Reisinger, diözesane Referentin für Pilgern und Pilgerbegleitung. Wie so oft liegt auch beim Pilgern das Gute nah: Oberösterreich bietet ein dichtes Netz an Pilgerwegen und spirituellen Wanderwegen.**

Dass das Gehen in der Natur etwas Heilsames hat, haben viele Menschen in der Coronazeit wieder neu erfahren. Immer mehr Menschen brechen für längere Zeit auf, um im wahrsten Sinn des Wortes ihrer Sehnsucht nachzugehen, um zu sich selbst und zu Gott zu finden. Oft sind Lebenswenden wie der Pensionsantritt, eine schmerzhafteste Verlusterfahrung, eine anstehende Entscheidung oder die Dankbarkeit für eine überstandene Krise Anlässe, um den Pilgerrucksack zu packen und sich auf den Weg zu machen.

Für Andrea Reisinger aus Vöcklabruck ist Pilgern eine Leidenschaft, die sie nicht mehr loslässt. Seit 15 Jahren pilgert sie regelmäßig, seit sieben Jahren begleitet sie auch Gruppen. Seit April 2020 ist sie Referentin für Pilgern und Pilgerbegleitung der Diözese Linz. Auch wenn sie schon viele Wege beschritten hat, fällt ihr das Gehen nicht immer leicht. „Phasen der Leichtigkeit wechseln mit Zeiten der Mühe ab. Manchmal habe ich ein Lied auf den Lippen, ein anderes Mal sehne ich das Tagesziel herbei und denke, die Kraft reicht nicht mehr“, schildert die Vöcklabruckerin. Gehen bilde den Lebensweg ab, ist Reisinger überzeugt, denn auch im Leben gebe es Höhen und Tiefen. Ebenso komme es vor, dass sich Menschen nicht nur beim Pilgern, sondern auch auf dem eigenen Lebensweg neu orientieren müssen, wenn sie sich „verlaufen“ haben, meint die Pilgerbegleiterin.

### **„Wandern mit Mehrwert“**

Pilgern ist für Reisinger „Wandern mit Mehrwert“: „Ich lasse mich – bewusst oder unbewusst – auf die spirituelle Dimension ein, die sich in der Begegnung mit der Schöpfung und mit anderen Menschen ereignet.“ Muss man gläubig sein, um zu pilgern? Nicht unbedingt, meint Reisinger, aber: „Der Mensch ist ein spirituelles Wesen und ausgerichtet auf ein größeres Du – Christinnen und Christen nennen dieses Du ‚Gott‘. Im Staunen über die Wunder der Natur kann ich Gott begegnen. Wenn ich dankbar bin für den Schmetterling am Wegrand, die wunderschöne Gebirgskette oder den See vor mir, dann verweist mich meine Dankbarkeit darauf, dass es jemanden gibt, der diese Fülle zur Freude für uns Menschen geschaffen hat.“ Für Reisinger persönlich ist Pilgern „Beten mit den Füßen und mit dem ganzen Körper.“

Dass Pilgern über bloßes Wandern hinausgeht und heilsam auf die Seele wirkt, diese Erfahrung entdecken zunehmend mehr Menschen. Tatsächlich liegt Pilgern im Trend. „Es ist eine niederschwellige Form der Spiritualität. Im Gehen wird mein Kopf frei, ich kann den stressigen Alltag hinter mir lassen und entschleunigen“, schildert die Pilger-Referentin. Pilgern als Aufbrechen vom Alltag, das ein Ankommen bei sich selbst ermöglicht. Damit auch innerlich etwas in Bewegung kommt, braucht es nach Reisingers Erfahrung eine Zeit von mindestens drei Tagen.

Wie beginnt man als „Pilgerneuling“ am besten? Reisinger dazu: „Einfach der Sehnsucht nachgeben und losgehen! Wichtig ist, das persönliche Tempo zu finden und die eigenen Grenzen zu spüren. Wer nicht allein gehen möchte, kann mit PilgerbegleiterInnen starten.“

## **Welpilgertag und „Heiliges Jakobusjahr“**

Am 25. Juli ist Welpilgertag. Die Kirche begeht ihn am Gedenktag des Pilger-Apostels Jakobus des Älteren. In der nordwestspanischen Pilgerstadt Santiago de Compostela, dem Ziel des Jakobsweges, ist 2021 ein „Heiliges Jakobusjahr“ – wie immer, wenn der 25. Juli auf einen Sonntag fällt. Ein Heiliges Jakobusjahr beginnt am 31. Dezember des Vorjahres mit der Öffnung der Heiligen Pforte, durch die PilgerInnen nur in diesem besonderen Jahr die Kathedrale in Santiago de Compostela betreten dürfen. Dieses Ritual ist seit dem 15. Jahrhundert belegt. Die Heilige Pforte wird auch „Pforte der Vergebung“ (Puerta del Perdón) genannt. Im Heiligen Jahr kann den Gläubigen nämlich ein vollkommener Ablass der Sünden gewährt werden; deshalb wird das Heilige Jahr auch „Gnadenjahr“ genannt. Wegen der Corona-Pandemie und der damit verbundenen Einschränkungen auch für PilgerInnen hat Papst Franziskus das Heilige Jakobusjahr bis 2022 verlängert.

## **Pilgerwege und spirituelle Wanderwege**

Es muss ja nicht gleich Santiago de Compostela sein: Auch Oberösterreich hat für PilgerInnen viel zu bieten. Auf knapp 4.000 Kilometern laden 14 Pilgerwege und 11 spirituelle Wanderwege zum (In-sich-)Gehen ein. „Die oberösterreichischen Pilgerwege sind nicht hochalpin und somit auch für EinsteigerInnen geeignet – lediglich auf die Streckenlänge ist zu achten“, ermutigt Reisinger interessierte AnfängerInnen.

Auf Initiative des Netzwerks Pilgerwege & Spirituelle Wege in Oberösterreich, der Werbegemeinschaft Donau Oberösterreich und des Oberösterreich Tourismus wurden die Pilgerwege in Oberösterreich kompakt in einer Broschüre zusammengefasst. Über 20 Wege und Wegvarianten sind darin beschrieben – darunter auch der Sebaldusweg und der Benedikt-Pilgerweg, der gerade im Entstehen ist. Die Broschüre „Pilgern in Oberösterreich“ wird laufend aktualisiert und steht unter [www.oberoesterreich.at/pilgern](http://www.oberoesterreich.at/pilgern) zum Download bereit.

### *Benediktweg Oberösterreich: Von Kloster zu Kloster*

In Oberösterreich entsteht derzeit der neue Benedikt-Pilgerweg. Im Mai 2021 wurde er beim Baustart der Öffentlichkeit präsentiert. Er führt auf rund 380 Kilometern von Spital am Pyhrn an die Donau (mit einer Alternativroute über St. Florian) und von dort weiter nach Passau. Der Benediktweg Oberösterreich soll unter dem Motto „Von Kloster zu Kloster“ möglichst viele der bestehenden öö. Klöster und Stifte, die nach der Regel des hl. Benedikt leben, verbinden und so deren geistlichen und kulturellen Schatz hervorheben. Im Vollausbau Ende 2022 wird er in beide Richtungen begehbar sein und eine eigene Radpilgeroute erhalten. Neben der Vermittlung benediktinischer Spiritualität und Gastfreundschaft, besonders in den Kloster-Etappenorten, tauchen die PilgerInnen in die europäische Kulturgeschichte und in abwechslungsreiche Naturlandschaften quer durch Oberösterreich ein.

Folgende Klöster liegen am Benediktweg Oberösterreich:

- Trappistenkloster Engelszell
- Kloster der Franziskaner in Puppung
- Zisterzienserstift Wilhering
- Benediktinerstift Lambach
- Kloster der Benediktinerinnen von Steinerkirchen
- Benediktinerstift Kremsmünster
- Zisterzienserstift Schlierbach

- Augustiner Chorherrenstift St. Florian (wird über einen Rundwanderweg – als alternative „Schleife“ über Bad Hall und Pasching – einbezogen)

Zur Umsetzung dieses Projektes wurde 2019 der Verein „Benedikt be-WEG-t Oberösterreich“ gegründet. „Unser Benedikt-Pilgerweg verbindet Kultur, Kirchen, Kunst mit Natur und mit Menschen, er verbindet mich und alle die ihn gehen, mit Gott und sich selbst“, so Kurt Rimplmayr, Obmann des Trägervereins „Benedikt be-WEG-t Oberösterreich“ und Motor des Projektes.

Der Benediktweg Oberösterreich wird gleichzeitig die Lücke zwischen dem bereits bestehenden Benediktweg über Admont und Seckau (Steiermark) nach St. Paul im Lavanttal (Kärnten) und weiter über Slowenien bis nach Montecassino (Mittelitalien), sowie nach Norden entlang der Donau bis nach St. Blasien im Schwarzwald schließen. Die Vision des Vereins: den Benediktweg nach Süden in Italien bis zum dort auch schon bestehenden Benediktweg nach Subiaco zu führen (der bereits von dort zum Mutterkloster der Benediktiner und Grab des hl. Benedikt nach Montecassino geht). Nach Norden soll der Weg in Deutschland entlang der Donau von Passau bis nach St. Blasien im Schwarzwald und durch Frankreich weiter auch einmal zum nördlichsten Benediktinerkloster Europas, Pluscarden in Schottland, führen.

[www.benedikt-bewegt.at](http://www.benedikt-bewegt.at)

### **Pilgern mit ausgebildeten PilgerbegleiterInnen**

Immer mehr PilgerInnen haben den Wunsch, in einer Gemeinschaft und mit ausgebildeten PilgerbegleiterInnen unterwegs zu sein. In der Diözese Linz gibt es derzeit 63 PilgerbegleiterInnen im Netzwerk der Spirituellen WegbegleiterInnen, 19 befinden sich in Ausbildung. Sie begleiten Einzelpersonen und Gruppen, unterstützen beim Entschleunigen und geben Impulse zur ganzheitlichen Wegefahrung.

PilgerbegleiterInnen in Oberösterreich: [www.dioezese-linz.at/pilgerbegleitung](http://www.dioezese-linz.at/pilgerbegleitung)

Für jene, die selbst erfahrene PilgerInnen sind und gerne Pilgergruppen begleiten möchten: Der nächste **Ausbildungslehrgang für PilgerbegleiterInnen** nach christlich-spirituellen Grundlagen beginnt im Frühjahr 2022.

**Diözesane Pilgerangebote, PilgerbegleiterInnen und andere Informationen:**

[www.dioezese-linz.at/pilgerbegleitung](http://www.dioezese-linz.at/pilgerbegleitung)

### **Kontakt für Rückfragen (ab 21. Juli 2021):**

Andrea Reisinger  
Referentin für Pilgern und Pilgerbegleitung  
0676 87 76 31 71  
[andrea.reisinger@dioezese-linz.at](mailto:andrea.reisinger@dioezese-linz.at)

### **Fotos: © honorarfrei (Credit siehe jeweiliges Foto)**

Fotos 1 und 2: Die diözesane Referentin für Pilgern und Pilgerbegleitung Andrea Reisinger. © privat

Foto 3: Pilgern auf der Via Nova. © Diözese Linz / Reisinger

Foto 4: Pilgern auf dem Wolfgangweg. © Diözese Linz / Dittlbacher

Foto 5: Pilgern auf der Via Maria. © Diözese Linz / Dittlbacher

Foto 6: Pilgern ist für viele Menschen Beten mit den Füßen. © Diözese Linz / Dittlbacher