

**Interreg**  
Italia-Österreich  
**Romea Stra**  
European Regional Development Fund



  
**Bildungshaus Osttirol**



**Provincia di Udine**  
*Provincie di Udin*



**UFFICIO PELLEGRINAGGI**  
Diocesi di Vicenza

# Projektarbeit

im Rahmen des PilgerbegleiterInnen-Lehrganges 2018

nach christlich spirituellen Grundlagen

**Aufbrechen**

**Gehen**

**Unterwegssein**

**Ankommen**

**Dasein**

Thema:

Auf den Spuren des Heiligen Romedius

Agnes Andreis

Gampenstraße 30

39011 Lana (BZ)

Italien

2. November 2018

# Inhaltsverzeichnis

<b>1. Einleitung</b>	<b>2</b>
Persönlicher Zugang	2
Warum ich den Romediusweg als Projektarbeit wähle?	3
<b>2. Zielgruppenbeschreibung</b>	<b>4</b>
Ein paar Tage Zeit für mich	4
<b>3. Beschreibung der Pilgerwanderung</b>	<b>6</b>
Tag 1: Lana - Unsere Liebe Frau im Walde	6
Tag 2: Unsere Liebe Frau im Walde - Romeno	8
Tag 3: Romeno – San Romedio	10
Der Heilige Romedius	12
<b>4. Spirituelles</b>	<b>14</b>
<b>5. Quellen</b>	<b>16</b>
<b>6. Anlagen</b>	<b>17</b>

# 1. Einleitung

## Persönlicher Zugang

Begonnen hat dieser Cammino an jenem Tag im Februar im Bildungshaus Kloster Neustift, als mir das Angebot zum Lehrgang Pilgerbegleitung in die Hände „fiel“. Ich spürte gleich, daß es für mich gut ist, mich auf diesen Weg zu machen... In den letzten 15 Jahren habe ich mir bei verschiedenen Ausbildungen viele Fähigkeiten angeeignet. Ich durfte dabei wunderbaren Menschen begegnen und kostbare Schätze sammeln. In diesen Jahren habe ich auch kranke und sterbende Menschen begleitet. Immer wieder habe ich bei Ausbildungen an der Winterschule Ulten Natur hautnah erfahren dürfen

*Natur natürlich – an der Tür zum Licht leben*

*Viel mehr mit dem Herzen schauen*

*Beim Wandern für Seele, Geist und Körper auftanken*

In mir wuchs der Wunsch Menschen in die Natur zu begleiten. Ich absolvierte im vergangenen Jahr die wirklich interessante Ausbildung zum Südtiroler Wanderleiter. Dieser Lehrgang öffnete in mir neue Horizonte. Ich begann mich mit Themen auseinanderzusetzen, die ich ein Leben lang kannte und doch nicht kannte.

Und nun machte ich mich auf den Weg (setzte mich in den Zug) nach Lienz in Osttirol . Ich fand im Gästehaus Vergeiner eine einfache aber feine Unterkunft, die sich genau in der Kärntnerstraße befindet, in der auch das Bildungshaus Osttirol ist (ohne das vorher zu kennen, zu wissen oder zu planen).

**Aufbrechen – Gehen – Unterwegssein – Ankommen - Dasein**

Von April bis November 2018 treffen wir – 16 TeilnehmerInnen – uns mit unserer Ausbildungsleiterin und Pilgerbegleiterin Christine Dittlbacher MAS und den Referenten Dekan Bernhard Kranebitter, Karin Größenbrunner, Emanuel Egger, Maria Radziwon, Stefan Wierer, Bärbl Ebner, Ferdinand Tremel, Franz Trojer, Roland Stadler und Rudi Rimpl an vier Wochenenden und zu einer Pilgerwanderung auf dem Pilgerweg „Hoch und Heilig“ zu einer viertägigen Wanderung.

Das von den Europäischen Fonds für regionale Entwicklung und Interreg V-A Italien – Österreich geförderte Projekt findet in fünf Modulen statt.

Vom Bildungshaus begleitet wird der Lehrgang von Dr.in Gabriele Lehner.

## Warum ich den Romediusweg als Projektarbeit wähle?

Ich wohne in Lana an der Gampenstraße. Lana befindet sich in Südtirol (Italien), im Burggrafenamt nahe bei Meran. Gerade nach unserem Haus zweigt rechts der „alte Völlanerweg“ ab. Kurz vor der Abzweigung fielen uns in den letzten Jahren immer wieder Hinweisschilder wie Vigiliusweg, Andreas Hoferweg oder Romediusweg auf. Diese zeigen alle in Richtung Süden. Das Hinweisschild mit der Muschel zeigt den Jakobsweg an, führt aber aus der Bozner Richtung kommend in nordwestliche Richtung.

Da ich San Romedio im Nonstal gut kenne, entschied ich mich, mich in meiner Projektarbeit auf die Spuren des Hl. Romedius zu machen. Begonnen hat alles mit dem orangefarbenen Hinweisschild knapp oberhalb von meinem Haus an der Gampenstraße mit der Beschriftung „Romediusweg – Cammino di San Romedio“. Darauf ist Romedius mit dem Pilgerstab, dem Bären und der Muschel abgebildet. Der Pfeil weist die Richtung. Das Logo der Euregio weist auf die Völkerverbindung zwischen den drei Ländern Tirol, Südtirol und Trentino hin. Dieser Raum war seit jeher dazu bestimmt, eine Brücke zwischen verschiedenen Kulturen, Völkern und Sprachen zu schlagen. Die ersten Spuren dieser Verbindung sind schon in der Frühgeschichte zu finden, später im Mittelalter, als die Grafschaft Tirol entstand, bis hinauf in die Neuzeit mit der Gründung der Europaregion Tirol. Es gab auch spannungsgeladene Ereignisse: Kriege, ethnische Konflikte, Nationalismen...

In jüngerer Zeit verbindet unsere drei Länder eine grenzüberschreitende Zusammenarbeit. Die Europaregion Tirol hat alle Voraussetzungen, eine europäische Identität zu stiften, in der Zugehörigkeit zu unterschiedlichen Sprachen, Regionen und Staaten durch



die gegenseitige Zusammenarbeit überwunden werden kann, ja vielmehr eine Bereicherung darstellt. Diese Einstellung ist mir eine Herzensangelegenheit, deshalb freut es mich besonders, diesen Weitwanderweg vorstellen zu dürfen.

## 2. Zielgruppenbeschreibung

### Ein paar Tage Zeit für mich

Unter diesem Motto biete ich eine dreitägige Pilgerwanderung auf den 3 letzten von 12 Etappen des Romediusweges an.

Meine Zielgruppe sind Frauen der Katholischen Frauenbewegung der Diözese Bozen – Brixen (ich selbst bin Mitglied der KFB Lana). Dabei sind Frauen mit unterschiedlichen Lebenserfahrungen angesprochen. Frauen, die irgendwo mittendrin sind im Leben, in der Familie, im Beruf, im Dorf, am Hof, in der Politik, in der Gesellschaft, im Wirtschaftssystem, in der Kirche...

Bei dieser Gelegenheit suchen wir nach Möglichkeiten, wie wir unserem Leben Tiefe und Weite verleihen können. Einmal tief in uns selbst hineinschauen, was im Leben wirklich wichtig ist.

*Mittendrin - Sein braucht Kraft  
Woher nehme ich meine Kraft?  
Pilgern kann eine Kraftquelle sein  
Mittendrin – Berührt sein*



Sprache ist wichtig, im Gespräch tauschen wir uns gegenseitig aus, nehmen aufeinander Einfluss, neue Sichtweisen und Kreativitäten entstehen. Über die Sprache schaffen wir Nähe, Geborgenheit, aber auch Distanz. Worte, die aus der Tiefe des Seins formuliert werden, treffen das Herz. Sie begleiten, trösten, geben Hoffnung. „Orte des Vertrauens wünsche ich dir, in denen alle Gefühle sein dürfen, damit sie verwandelt werden können“

(aus: Die Kraft der Tränen von Pierre Stutz). Die körperliche Bewegung wirkt sich positiv auf den ganzen Menschen aus. „Gehen ist die beste Medizin“, sagt schon Hippokrates (460-375 v. Chr.). Der gleichmäßige Rhythmus des Gehens führt zur inneren Ruhe, zur Entdeckung der Langsamkeit, die es ermöglicht, bewusster wahrzunehmen. Wir dürfen Gastfreundschaft genießen, Orte der Begegnung erleben, uns angenommen und aufgenommen fühlen.

Beim Gehen den Glauben erleben. Jesus Christus ist unser Wegbegleiter und die Werte, die er gepredigt und uns vorgelebt hat, sind uns wichtige Wegweiser. Orte, an denen das Göttliche verehrt wird, helfen uns dabei, etwas aus dem tieferen Sinn zu erahnen. Kultstätten und „Heilige Orte“ sind Orte, an denen wir durch die Wirkung, die Kraft, die von ihnen ausgeht, Heilung erfahren können. Magische Stätten, Kultplätze haben seit jeher eine besondere Anziehungskraft auf Menschen ausgeübt.

Papst Franziskus sagte: „Fürchte dich nicht davor, höhere Ziele anzustreben, dich von Gott lieben und befreien zu lassen. Fürchte dich nicht davor, dich vom Heiligen Geist führen zu lassen. Du wirst dabei zu dem Menschen werden, an den der Vater dachte, als er dich erschaffen hat, und du wirst deinem eigenen Weg treu bleiben.“

Durch das gemeinsame Unterwegssein entwickeln wir Kräfte, die wir vorher nicht kannten.

Eine besondere Energie wird frei, die persönliche Stärken, Fähigkeiten und Talente hervorbringt, die uns persönlich motivieren und auch die Gemeinschaft fördern kann. Es kann viel wachsen an



Lachen und Gespräch, an Freude und Fröhlichkeit, an Zuwendung und Respekt, an Ideenreichtum, Humor und Harmonie.

Tief beschenkt machen wir uns auf den Heimweg und begegnen den Daheimgebliebenen und uns selbst mit Güte und Nachsicht und sind DANKBAR für das Leben in Fülle.

# 3. Beschreibung der Pilgerwanderung

Auf den Spuren des Hl. Romedius

Es ist schön auf dem Weg zu sein, besonders dann, wenn man einen Pfad wandert, der aus dem Alltag herausführt, hin zu einem Heiligtum.

(aus dem Vorwort des Romediuspilgerbüchchls)

## Tag 1: Lana - Unsere Liebe Frau im Walde

Ausgangspunkt: Kapuzinerkirche in Oberlana (300 m)

Ziel: Unsere Liebe Frau im Walde

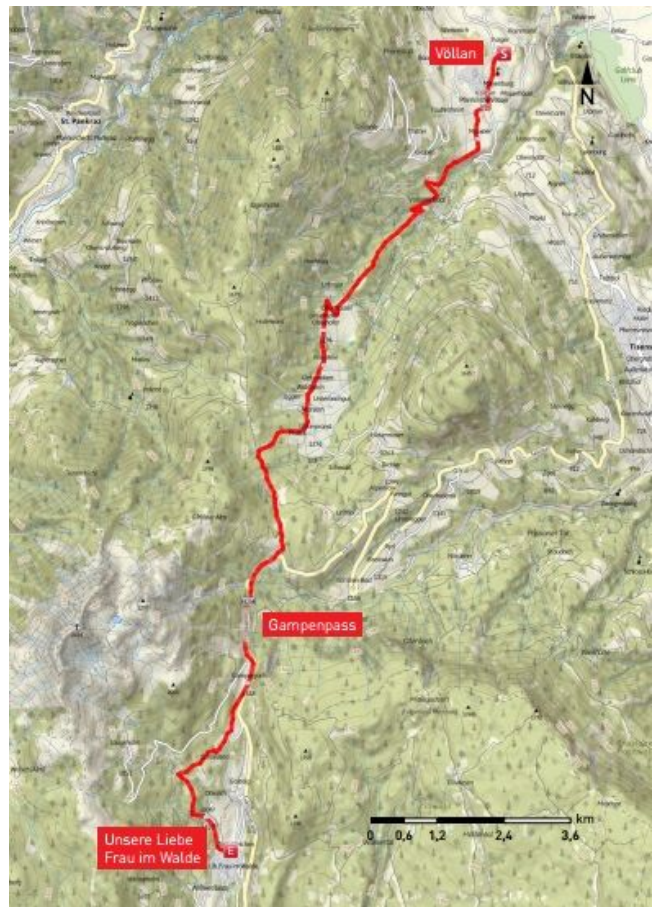
Gehzeit: 6,5 h

Streckenlänge: 15,5 km

Höhenmeter: +1242 hm, -213 hm

Wegverlauf :

Unsere gemeinsame Pilgerwanderung beginnt in der Kapuzinerkirche in Oberlana mit dem Pilgersegen. Wir gehen durch die Fußgängerzone Gries, biegen am Griesplatz links ab, überqueren die Gampenstraße, rund 50 m entlang der Hauptstraße bis wir zum Hinweisschild „Romediusweg“ treffen. Jetzt wandern wir rechts auf dem asphaltierten Völlanerweg



steil bergauf, dem Wegweiser 10B folgend bis zu einem Bildstöckl mit der Muttergottes und dem Jesukind. Dort zweigen wir links ab und gehen auf dem uralten Saumpfad Nr. 10, in dem die in den Steinen eingefahrenen Rillen von alten Karrenwegen erzählen, weiter bis nach Völlan . Auf der rechten Seite der Straße grüßt die Schlossruine Maienburg zu uns Pilgern herab. Im Dorfzentrum gehen wir vorbei an Raiffeisenkasse, Bauernmuseum und Widum in die Nebenstraße ,die links abbiegt mit der Beschilderung Völlanerbadl.

Vorbei an Apfelwiesen wandern wir durch den Wald bis zum Gasthaus Völlanerbadi (862 m). Von dort gehen wir auf dem Steig Nr.10 über einen schmalen Rücken steil bergauf. In Gemeinschaft mit schlanken Buchen begleiten uns auf unserem Weg viele hochgewachsene Tannen, deren Stamm mit ihrer grauen Rinde auffällt. Vorbei an Bergwiesen gelangen wir auf einem asphaltierten Fahrweg auf die Hochebene von Platzers (1273 m) mit zerstreuten Höfen. Bei der Sebastiankirche gehen wir vorbei bis zu einer Kapelle, dort biegen wir rechts ab und wandern auf Nr. 10 in langsamer Steigung durch einsamen Hochwald bergauf bis zur Abzweigung Gampenpass. Ab hier nach links über den flachen Waldsteig Nr. 11a bis zur Gampenstraße. Weiter an der Hauptstraße (1,5 km) entlang (Aufpassen!). In der Galerie benützen wir auf der rechten Seite den schmalen Gehsteig. Ca. 150 m vor dem Pass steigen wir über einen Steig die Böschung rechts bergauf. Wir gehen über die Wiese bis zum Wetterkreuz. Und dann hinunter auf die Passstraße. Wir überqueren auf 1518 m ü d M den Gampenpass und gelangen in den Deutschnonsberg. Der Gampenpass war immer schon eine wichtige Nord- Süd Verbindung. Er wird seit Jahrtausenden als Übergang genutzt. Vor dem Bauhof gehen wir rechts über einen Wiesenweg hinunter und gelangen zum Kreuz- und Pilgerweg bis zum Wallfahrtsort Unsere Liebe Frau im Walde. Unser Ziel ist die Marienkirche. Ein spätgotischer Bau mit fünf prunkvollen Altären aus dem 17. u. 18. Jh. Das hoch verehrte Gnadenbild, eine gekrönte Gottesmutter mit dem Jesukind aus gebranntem Ton , hat im Laufe der Zeit viel Andacht, Freud und Leid gesehen. Diese Kirche genießt den Ruf, die älteste Wallfahrtskirche Tirols zu sein. Als Hospiz tritt im Jahre 1184 Senale, Unsere Liebe Frau im Walde, ins Licht der Geschichte. Das Hospiz bot den peregrini, den Pilgern, die unterwegs zu fernen Heiligtümern waren, Herberge. Den Tag ausklingen lassen wir im Pilgerhotel zum Hirschen, wo wir Unterkunft finden.





*Was ich noch sagen wollte...*



Am Weg entlang begegnen wir in der Völlaner Gegend immer wieder uralten Kastanienbäumen mit ihren mächtigen Kronen. Im Herbst ist der Boden unter den Bäumen bedeckt mit aufgeplatzten „Keschtnigeln“, die die herrlichen Früchte schon freigegeben haben. In der Gegend zwischen Völlaner Badl und Platzers leuchtet das Herbstlicht durch die Buchenwälder, wir atmen Grünkraft pur... Wir gehen auch durch den Tannenwald. Man sagt, Tannen seien empfindlich gegen Umweltverschmutzung. Möge dieses Fleckchen Erde noch lange unberührt bleiben und den Tannen Heimat bieten. Mögen die Pilger auf diesem Weg die wunderbare

balsamische Luft einatmen, mit neuer Lebensenergie aufgetankt werden und Heilung erfahren.

## **Tag 2: Unsere Liebe Frau im Walde - Romeno**

Ausgangspunkt: Mariensäule Pilgerkirche Unsere Liebe Frau im Walde

Ziel: Romeno

Gehzeit: 6,5 h

Streckenlänge: 17 km

Höhenmeter: +300 hm, -700 hm

Wegverlauf:

Wir starten bei der Wallfahrtskirche (1355 m) gehen über den Kirchplatz, vorbei an der Grundschule, bis links ein Weg abzweigt in Richtung St. Felix über einen Waldweg.

Sobald man auf eine Asphaltstraße kommt, noch vor der kleinen Christophoruskirche (Friedhofskirche von St. Felix) links aufwärts und an einem Bildstock vorbei ins Zentrum von St. Felix. Unmittelbar bei der Kirche rechts abbiegen, den Wasserfallweg entlang auf schönen Wald- und Wiesenwegen nach Tret, ins erste italienische Dorf am oberen Nonsberg. Auf dem Weg vor Tret läßt ein Hinweisschild ein, den beeindruckenden 70 m hohen Wasserfall in der imposanten Koflertalschlucht zu bewundern.

In dieser Gegend verlassen wir Südtirol und betreten das italienischsprachige Trentino.

Ab Tret auf dem Weg Nr. 542 ca. 1 km auf der Asphaltstraße entlang bis zu einer Linkskurve, hier rechts abbiegen (auf Hinweisschild achten). Auf ebenem Waldweg weiter bis man oberhalb des Sägewerks Timber die Hauptstraße erreicht. Diese überqueren,



dem Forstweg 542 bis Orto botanico folgen. Unmittelbar vor dem Naturgarten rechts auf einem schmalen Steig hinunter bis zum lago Smeraldo (See). Straße überqueren, am südlichen Ende des Sees über Treppen hinunter in die Schlucht zum Canyon di Fondo. Nun immer am Rio Sass (Bach) entlang, vorbei an alten Mühlen. Wir gehen bis zum Mühlenmuseum, vorbei am Gasthaus „montanaro“, zwischen den Häusern hinauf durch die via Roma. Auf dem Zebrastreifen überqueren wir. Wir gehen nun die Straße abwärts, welche in Richtung Vasio führt. Über die Kreuzung der Hauptstraße, dann leicht ansteigen. Auf dem

Wiesenweg Richtung Cavareno. Bei der Marienkapelle “madonna brusada“ halten wir uns links über eine Geländekuppe, vorbei an einer Jausenstation, weiter auf dem Fuß- und Radweg bis vor uns ein Bauernhof auftaucht. Danach links, auf dem leicht ansteigenden

Weg entlang bis zum Kinderspielplatz und weiter bis Romeno (962m). Wir werden die Nacht im Agriturismo San Bartolomeo am westlichen Ortsrand von Romeno verbringen.

*Was ich noch sagen wollte:*

Das Val di Non öffnet sich wie eine halbrunde Schale gegen Süden hin. Es ist kein Tal, sondern ein ausgedehntes Hochplateau. Die tiefen Schluchten, die für das Nonstal so charakteristisch sind, haben in der geologischen Grundstruktur ihre Ursache. Ihre Entstehung geht auf die Eiszeit zurück. Das Wasser hat sich durch die porösen, kalkhaltigen Felsschichten gearbeitet und zur Aushöhlung und Vertiefung der Talsohle beigetragen. Auf aussichtsreichen Terrassen liegen die Dörfer. Die Nonstaler Äpfel genießen europäischen Ruf. In vielen Dörfern gibt es eine Käserei, wo die Milch zum bekannten Parmesan veredelt wird.



Auf unserem Weg über die Hochfläche begegnen uns an Wiesen- und Ackerrändern hochgewachsene Bäume -wie Kathedralen - die Schutz bieten und den Nährstoffkreislauf aktivieren. Ein im Moment dort wenig geschätzter Baum begegnet uns an Höfen, in Dörfern oder als Feldbegrenzung, der wilde Birnbaum, hochgewachsen und majestätisch. Die wunderbaren Früchte werden zur Zeit meist als Fallobst den Tieren und der Verwesung überlassen (schade).

### **Tag 3: Romeno – San Romedio**

Ausgangspunkt: Hofkirchlein von San Bortolomeo in Romeno

Ziel: St. Romedius

Gehzeit: 2 h

Streckenlänge: 6 km

Höhenmeter: +130 hm, -300 hm

## Wegverlauf:

Wir stimmen uns an einem besonderen Ort auf diesen gemeinsamen Tag ein, beim Hof-Kirchlein San Bartolomeo. Es ist ein guter Platz, ein Platz wo Kultur und Religion eins sind. Die Spur führt in die Vergangenheit zurück, wir dürfen hier etwas aus dem tieferen Sinn erspüren. Das „Heiligtum“ (die Kirche) ist fast quadratisch. Natürliches Licht fällt aus kleinen Öffnungen von drei Seiten auf den Altarraum. Wir lassen uns von den Blautönen verzaubern: Christus in der „mandorla“, die 4 Evangelisten, die Darstellung der Geburt Jesu... Hier wurde das Göttliche schon in vorchristlicher Zeit verehrt.

Im Innern der Kirche treffe ich einen Mann und spreche ihn an. Er erzählt mir, daß er aus Mailand komme. Sie hätten dort ja den Dom. Er aber komme, wenn er in der Gegend ist, immer an diesen Ort zum Beten. Hier spüre er Gottes Nähe ganz besonders... Und die Fürsprache dei santi Bartolomeo e Tommaso e della Madonna...

Leicht ist diese Etappe, die uns von der Hochebene der „Alta Anaunia“ (des Oberen Val di Non) in die enge, tiefe Schlucht nach San Romedio bringt. Wir gehen von San Bartolomeo bis ins Dorf Romeno, überqueren die Hauptstraße kurz vor der St. Antoniuskapelle, die sich auf der gegenüberliegenden Seite befindet, biegen in die nach Südosten führende Nebenstraße ein (auch als Radweg beschildert), vorbei an der Pfarrkirche, dem Radweg folgend links haltend, durch Apfelwiesen und Felder. Dann dem Weg entlang in leichter Steigung bis Salter. Unter der Kirche beginnt die Via San Romedio. Wir wandern durch ein einsames, steiles Tal hinunter und kommen in der Talsohle auf den Wanderweg bzw. die Straße, die zum Heiligtum führen. Bevor wir das Ziel unserer Fußwallfahrt erreichen, steigen wir noch ca. 100 m nach oben. Wir stehen vor der Kultstätte San Romedio. Sie erhebt sich auf einem 70 m hohen Kalkfelsen und besteht aus mehreren aufeinander



gebauten Kirchen und Kapellen. Die vielen Bauwerke stammen aus verschiedenen Epochen. Die älteste Kirche wurde bereits um das Jahr 1000 auf dem Grab des Hl. Romedius errichtet. Wir lassen diesen Ort des Gebetes auf uns wirken.

Wir schließen mit einem Dank an den Schöpfer und die Schöpfung für die gemeinsame Zeit, die wir mitsammen verbracht haben. Bevor wir unsere Pilgerstätte verlassen, werden wir in der Gaststätte gemeinsam eine Pilgersuppe genießen.

Das Ziel ist erreicht, „es reicht“. Ich brauche nicht mehr weitergehen, es ist gut so wie es ist. Tiefe Zufriedenheit stellt sich ein. Wir gehen noch gemeinsam ca. 1 Stunde zurück, über den in den Felsen geschlagenen Wanderweg, der von San Romedio nach Sanzeno führt. Der Weg wandelt sich, führt zurück in den Alltag... Und ich nehme eine Ahnung mit vom Unterwegssein.

*Beschützt im Zeichen des Weges*

Rückreise:

Wir fahren mit dem Linienbus von Sanzeno bis Fondo und von dort zurück nach Lana, wo unser gemeinsamer Weg begonnen hat.

## **Der Heilige Romedius**

Er soll, adeliger Herkunft, im 4. Jh. auf der Burg Thaur bei Innsbruck gelebt haben. Bevor er mit seinen zwei Begleitern Abraham und David nach Rom pilgerte, verschenkte er sein gesamtes Hab und Gut. Bei seiner Rückkehr aus Rom – so berichtet die Legende- habe er seinen Freund, den Bischof Vigilus zu Trient besucht und ihn um einen Platz für eine Einsiedelei gebeten. Er baute zusammen mit seinen 2 Gefährten in der Einsamkeit in Tavon, im Nonstal ,eine Klause. Als er schon alt war, wollte er seinen Freund ,den Bischof Vigilus besuchen. Er hieß das Pferd satteln, das aber von einem Bären gerissen wurde. St. Romedius erteilte daraufhin den Auftrag, dem Bären das Zaumzeug anzulegen. Überraschenderweise fügte sich das wilde Tier und Romedius ritt auf dem Bären nach Trient. Seine Heiligenattribute sind Pilgerkleidung und Pilgerstab in der Hand, auf einem Bären reitend, dieser zu seinen Füßen liegend oder am Halfter geführt.

Gedenktag: 15. Jänner

Schutzpatron bei Seenot, Gefangenschaft, gegen Feuer, Hagel, Überschwemmung, bei Unfällen und verschiedenen körperlichen Leiden. Als Dank für Erhörung des Gebetsanliegens treffen wir im Treppenaufgang auf unzählige Votivtafeln, Rosenkränze. Babyfotos...



## 4. Spirituelles

Jeder Pilgerweg beginnt bei der eigenen Haustür, ja im eigenen Herzen, sagt Christl Fink  
Für sich einen Weg finden, damit das Leben Freiheit atmet (Anselm Grün).

Pilgern führt zur Mitte und verschafft der Seele Raum zum Atmen.

Die frische Luft tut gut, ich kann **auf-atmen ein-atmen aus-atmen**

Das Pilgern gewinnt in Zeiten wachsender Hektik und somit seelischer Belastung  
zunehmend an Bedeutung.

Pilger möchten:

- die Natur als Kraftquelle spüren, sich eine Auszeit gönnen
- zusammentreffen mit Gleichgesinnten, zulassen, daß diese da sind in ihrem Anders-sein
- innehalten, die Kraft und Energie aufnehmen, die von heiligen Orten und wunderbaren Landschaften ausgeht
- im Schweigen auf die innere Stimme hören
- mit der Schöpfung in Berührung kommen
- Gott begegnen und sich mit Gott und dem Leben versöhnen...

Bei diesem Unterwegssein eröffnet sich ein Blick in die Weite , Gedanken kommen und gehen, Ideen reifen, wollen neu gelebt werden. Wenn sich die Füße in Bewegung setzen, kommt auch vieles andere in Bewegung. Bei diesem bewußten "dem Leben entgegen gehen" erfährt man Achtsamkeit sich selber und der gesamten Schöpfung gegenüber. Es kann heilen was verwundet ist, es wird gesund, was aus dem Gleichgewicht geraten ist... Man kann Distanz zum Alltag gewinnen und wieder klarer auf das eigene Leben schauen. Wir lassen uns berühren von neuen Erfahrungen, Begegnungen und Botschaften, die wir innerlich wahrnehmen.

Pilgern verändert, man kehrt immer anders heim als man weggegangen ist.

*Und ich als Begleiterin...*

Ich möchte Menschen auf diesem Weg begleiten. Gehen müssen die Menschen die Wege - die inneren und die äußeren - allerdings selber. Wahrnehmung ist Voraussetzung echter Begegnung. Wenn ich mich selbst nicht wahrnehmen kann, kann ich auch andere nicht wahrnehmen. Spiritualität fängt bei der Selbstliebe an, darum kann ich den Nächsten

begleiten „Indem i guat auf mi schaugg“. Ich trage die Verantwortung dafür, was ich von mir“ vermittele“.

Beim Verlassen der Kultstätte San Romedio fällt mein Blick auf die Inschrift über dem inneren Torbogen

*Dove vai tu ? Wo gehst du hin ?*

*Per vivere Um zu leben*

*o per morire oder um zu sterben*



Die Portale sind dazu da, um einzutreten oder hinauszugehen. Sie öffnen sich nach Innen oder nach Außen, in die Unendlichkeit. Sie sind eine Schwelle, eine Grenze, die überwunden werden darf.

Grenze ist immer ein Übergangsort, im Politischen, im Religiösen, im Menschlichen...

Es geht darum, wie Grenze wahrgenommen wird.

als etwas Trennendes oder als etwas Verbindendes...

Der Übergang - vom „Übergehen“ der Berge, der Pässe

... und Gehen ist ein stetiger Wandlungsprozess.

Der Geher Ferdinand Kainerer sagt im Gespräch mit der Pilgerbegleiterin Christine Dittlbacher: „Im Gehen kommt einem das Leben entgegen, mit all seinen Problemen und Lösungen, den Fragen und Antworten und dabei erfährt man tiefe Dankbarkeit.“

Christine sieht es ähnlich: Sie findet in der Bewegung ein Aussöhnen mit dem Leben und ein ständiges Entdecken von neuen Schätzen.



## 5. Quellen

- Pilgerbüchlein Romediusweg
- Internet [www.romediusweg.Pilgerweg.at](http://www.romediusweg.Pilgerweg.at)
- Unterlagen Lehrgang Pilgerbegleitung
- Die schönsten Jakobswanderungen in Südtirol Christl Fink
- Heilige Orte Quellen der Kraft K. Gruber H. Gießmair
- Die Straße über den Gampenpass Gampenpasskomitee
- Grenzgänge Schneider Haid Bodner Steidl
- Tirol Südtirol Trentino Ein historischer Überblick – Europaregion, Euregio
- Internet Wikipedia
- Das Netz Arbeitsheft -Mittendrin KFB Diözese Bozen Brixen

## 6. Anlagen

- Folder Romediusweg
- Busfahrplan