



Cursillo-Haus St. Jakobus

Kapellenberg 58 • 89610 Oberdisingen • 07305 919575 • info@haus-st-jakobus.de • www.haus-st-jakobus.de • Stand: Sommer 2024



Pilgerrundweg „Von Sport & Spiel über Lebenswege mit Humor zur Kraft des Teilens, Vergänglichem, Achtsamen“

Mit vier geistlichen Pilgerstationen am Weg einschließlich Themenkarten und Impulsmöglichkeiten

Ostschleife mit Donauseen, Oberschwäbischem Jakobsweg und Martinusweg ab Erbach, St. Martinus über Maria-Hilf-Kapelle und St. Michael, Donaurieden

🕒 02:29 ↔ 15,1 km ↗ 170 m ↘ 180 m

▶ **Start** Hinweis: Die reine Gehzeit von 02:29 h wurde bei relativ schneller Gehgeschwindigkeit (6,1 km/h) gemessen. Mit Gruppen sind 03:00 bis 03:15 h realistisch zzgl. Zeit für Pausen und Stationen/Impulse.

📍 **Ziel** 15,1 km

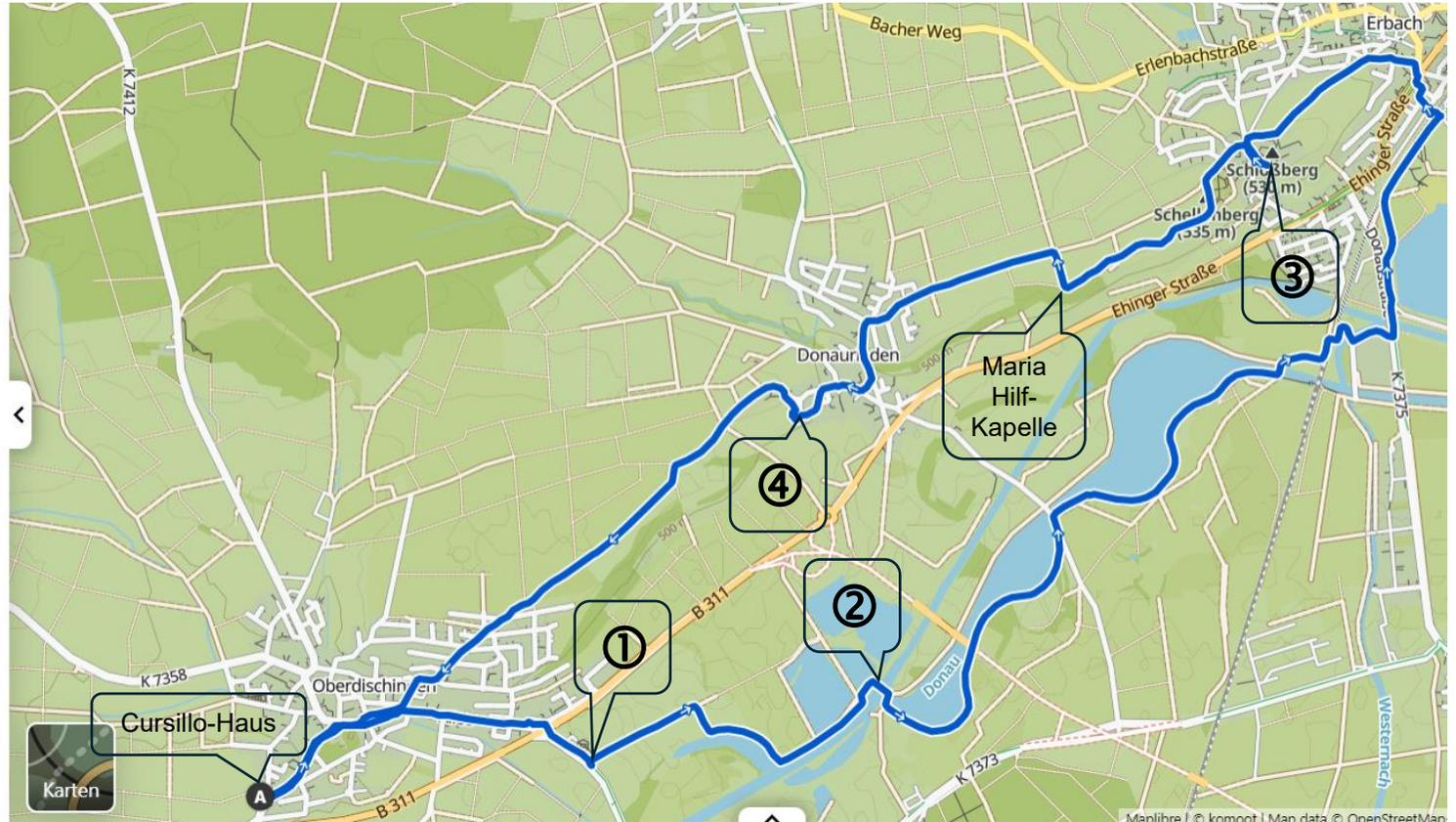
Quellen: Map Data: OpenStreetMap
Wegdaten und Maplibre: Komoot

DETAILS

🕒 **Durchschnittsgeschwindigkeit** 6,1 km/h

⬆️ **Höchster Punkt** 585 m

⬇️ **Niedrigster Punkt** 517 m



Wegbeschreibung: Pilgersegen vor Cursillo-Haus (A) oder in Dreifaltigkeitskapelle. Von dort ↶ auf Straße Kapellenberg nach unten Oberschwäbischem Jakobsweg folgen über Schloßplatz, Herrengasse und Kastanienallee zur Ampelkreuzung, ↑ B 311 Richtung Ersingen überqueren, am Beginn Sportplatz: Station ①. ↶ am Vereinsheim SV Oberdisingen vorbei dem Wegzeichen des Schwäbischen Albvereins „Blaue Raute auf weißem Grund“ ◆ bis Erbach folgen. Am Wasserkraftwerk Ersingen: Station ②. Weiter entlang Donauseen, an Riedmühle, Donauwinkel Stadion und Bahnhof Erbach vorbei. In Erbach ab Erlenbachstraße Abzweigung Kirchweg Wegzeichen Oberschwäbischer Jakobsweg „Gelbe Muschel auf blauem Grund mit gekreuzten Pilgerstäben“ 🐚 folgen. An Kirche St. Martinus: Station ③. Ab dort auch Wegzeichen Martinusweg 🇩🇪. An Maria-Hilf-Kapelle vorbei zur Kirche St. Michael Donaurieden: Station ④. In Oberdisingen zurück zum Cursillo-Haus: Herzlich willkommen ☺

GPX-Datei mit GPS-Daten herunterladen unter Menüpunkt „Pilgern/Pilgerrundwege ums Haus“:

www.haus-st-jakobus.de



Zeichenerklärung für die Wegbeschreibung:

↶ links abbiegen ↷ rechts abbiegen

↑ geradeaus weiter

⤴️ bis es nicht mehr weiter geht, dann ...

Geistliche Impulsstationen am Pilgerrundweg „Von Sport & Spiel über Lebenswege mit Humor zur Kraft des Teilens, Vergänglichen, Achtsamen“

Hinweis: Wer das Papier zweimal faltet, erhält die Impulstexte in Hosentaschenformat.

① Am Sportplatz Oberdischingen

Themen: Sport & Spiel

Mögliche Impulse:

+ Sport & Spiel sind gezielte Bewegung und Leistung von Körper und Geist, oft auch Erleben von Gemeinschaft.

Was passiert, wenn wir dabei beginnen zu zählen, vergleichen, belohnen, bezahlen und verdienen? Es entstehen Gegner, Gewinner, Verlierer, Rangfolge, Abstieg, Fouls, Verletzungen, Strafen, Aggressionen, Anfeindungen, Ausschreitungen, ..., Gefühle und Haltungen wie Neid, Angst, Habgier, Überheblichkeit, Minderwertigkeit, ... Ist dies der Sinn der Sache? Wie könnte es vermieden werden?

+ Gott hat uns mit Talenten ausgestattet und zur Leistung und Mitschöpfung berufen (Genesis 1,26-29). Aber er beauftragte uns nicht, diese gegen Menschen zu richten. Wie kann ich in Sport & Spiel und im Spiel des Lebens Gottes Auftrag gerecht werden?



② An Wasserkraftwerk Ersingen und Donauseen

Themen: Lebenswege mit Humor

Mögliche Impulse:

+ An dieser Stelle sind viele Lebenswege vereint:

1. Das schnelle, abgehobene Leben: Geradeaus, über und quer zu den anderen liegend, befestigt, geschützt durch Geländer.

Aber auch dieser Weg führt irgendwann durch ein Tor der Energieumwandlung (den Tod) in eine ungewisse Zukunft.

2. Das naturbezogene, individuelle Leben: Im Vordergrund rechts unten die Fischtreppe: Mit flachem Gefälle und Natursteinen wird versucht, die Fische vor den Gefahren der Technik zu schützen, ihren Lebensraum und Lebensfluss zu erhalten.

3. Das Leben im Mainstream, entweder kraftvoll gestaltend oder hineingezogen mitlaufend: Der große Europastrom Donau wird im Bild mittig und hinten rechts durch Wehre und Staudämme geteilt, kanalisiert, zur Stromgewinnung genutzt. Der energetisch „ungenutzte“ Teil des Wassers bildet die schönen Donauseen, an deren Ufern unser Weg sich entlangschlängelt. Welchen Lebensweg möchte ich gehen?

+ Humor bedeutet dem Wortstamm nach geerdete Feuchtigkeit (Humus, humid), Lebenssaft, Lebensfluss. Wie kommen Lebendigkeit und heitere Gelassenheit in mein Leben?



③ In der Kirche St. Martinus, Erbach und Maria-Hilf-Kapelle

Themen: Kraft des Teilens; Vergänglichkeit: Das Leben vom Ende her sehen; Totenweg

Mögliche Impulse:

+ In der Pfarrkirche St. Martinus Erbach können wir den Hl. Martin zweifach entdecken: Bei der Mantelteilung auf der Fahne rechts vorne im Chorraum. Hier lebt Martin uns die Kraft des Teilens vor: Durch das Teilen können beide überleben, der Bettler und er. Später erscheint Jesus Martin im Traum, trägt die Mantelhälfte des Bettlers und sagt: „Was du dem Bettler gegeben hast, das hast du mir gegeben.“ Im Deckenfresko im Chorraum sehen wir Martin auf dem Sterbebett mit festem Blick zu Gott hin, zur Quelle des Lebens. Das führt zu folgender Geschichte:

+ Der Verbindungsweg zwischen Erbach und Donaurieden heißt „Totenweg“, weil früher dort Leichenzüge stattfanden. An der Maria-Hilf-Kapelle wartet das „Gruabbänke“ (schwäbisch für „Ausruhbänke“) früher auf die Sargträger, heute auf Pilgernde. Die hohen Steinsäulen sichern den Sarg gegen Herunterfallen von der Bank und lassen uns den Rucksack auf guter Höhe absetzen. Was passiert, wenn ich ausruhe und meine Vergänglichkeit, mein Leben vom Ende her betrachte? Was gibt letztlich Sicherheit und Ruhe? Übung: Bis Donaurieden in Stille gehen.



④ In der Kirche St. Michael, Donaurieden und Pilgerfeldkreuz

Themen: Kraft des Achtsamen; Augenhöhe zwischen Menschen

Mögliche Impulse:

+ Diese Kirche ist dem Erzengel Hl. Michael geweiht, dem Schutzpatron von Deutschland, insbesondere der deutschen Bevölkerung. Auf dem Fresko im Altarraum sehen wir den Hl. Michael im Kampf gegen das Böse in Person des Satans, der bereits unterliegt. Die Lanze des Erzengels ist die Verlängerung des Kreuzes Christi. Der Schutzengel möchte auch uns beschützen. Er kann uns helfen, achtsam zu werden gegenüber dem Bösen und zum Guten hin.

Welche dunklen Schattenseiten in mir kann ich dem Hl. Michael anvertrauen und für welche ungunstigen Erfahrungen oder Haltungen kann ich um seinen Beistand bitten?

+ An dem Pilgerfeldkreuz Steinle zwischen Donaurieden und Oberdischingen steht folgender Sinnspruch von Saint-Exupéry: „Wir sind Pilger, die auf verschiedenen Wegen einem gemeinsamen Treffpunkt zuwandern.“ Was bedeutet dies für das Miteinander der Menschen?

