

Einfach losgehen!

PILGERN AUF DER
VIA BALTICA

Mit **HEIKE GÖTZ** von
Usedom bis Bremen

UNTERWEGS



© Detlef Lafrentz



***Einfach
losgehn!***

**PILGERN AUF DER
VIA BALTICA**

Mit **HEIKE GÖTZ** von
Usedom bis Bremen

UNTERWEGS

Haftungsausschluss: Autor und Verlag haben den Inhalt dieses Buches mit großer Sorgfalt und nach bestem Wissen und Gewissen zusammengestellt. Für eventuelle Schäden, die als Folge von Handlungen und/oder gefassten Beschlüssen aufgrund der gegebenen Informationen entstehen, kann dennoch keine Haftung übernommen werden.

Gender-Erklärung: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit verzichten wir im Cadmos-Verlag auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) und wählen jeweils die männliche oder weibliche Form von personenbezogenen Hauptwörtern. Dies soll jedoch keinesfalls eine Geschlechterdiskriminierung oder eine Verletzung des Gleichheitsgrundsatzes zum Ausdruck bringen. Frauen, Männer und Diverse mögen sich von den Inhalten unserer Publikationen gleichermaßen angesprochen fühlen.

IMPRESSUM



Copyright © 2022 Cadmos Verlag GmbH, München

Covergestaltung, grafisches Konzept: Gerlinde Gröll, www.cadmos.de

Layout, Satz: Tanja Bauer, Hantsch PrePress Services OG, Wien

Lektorat: Ing. Barbara P. Meister MA, FachLektor.at, Wien

Coverfotos: Heike Götz und Detlef Lafrentz

Druck: www.graspo.com

Deutsche Nationalbibliothek – CIP-Einheitsaufnahme

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Alle Rechte vorbehalten. Abdruck oder Speicherung in elektronischen Medien nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung durch den Verlag.

Printed in EU

Für die Richtigkeit und Aktualität der Angaben wird trotz sorgfältiger Recherche keine Haftung übernommen.

ISBN: 978-3-8404-3064-0

eISBN: 978-3-8404-6638-0

INHALT

EINLEITUNG

KAPITEL 1: SWINEMÜNDE-GREIFSWALD

- TAG 1:** Swinemünde-Zirchow
- TAG 2:** Zirchow-Usedom
- TAG 3:** Usedom-Pinnow
- TAG 4:** Pinnow-Hohendorf
- TAG 5:** Hohendorf-Kemnitzerhagen
- TAG 6:** Kemnitzerhagen-Greifswald

KAPITEL 2: GREIFSWALD-ROSTOCK

- TAG 7:** Greifswald-Grimmen
- TAG 8:** Grimmen-Tribsees
- TAG 9:** Tribsees-Kölzow
- TAG 10:** Kölzow-Sanitz
- TAG 11:** Sanitz-Rostock

KAPITEL 3: ROSTOCK-LÜBECK

- TAG 12:** Rostock-Bad Doberan
- TAG 13:** Bad Doberan-Alt Karin
- TAG 14:** Alt Karin-Neuburg
- TAG 15:** Neuburg-Wismar
- TAG 16:** Wismar-Grevesmühlen
- TAG 17:** Grevesmühlen-Schönberg
- TAG 18:** Schönberg-Lübeck

KAPITEL 4: LÜBECK-WEDEL

TAG 19: Lübeck-Reinfeld

TAG 20: Reinfeld-Nütschau

TAG 21: Nütschau-Nahe

TAG 22: Nahe-Hamburg/Poppenbüttel

TAG 23: Hamburg/Poppenbüttel-Hamburg/Zentrum

TAG 24: Hamburg/Zentrum-Wedel

KAPITEL 5: WEDEL-BREMEN

TAG 25: Wedel-Harsefeld

TAG 26: Harsefeld-Zeven

TAG 27: Zeven-Otterstedt

TAG 28: Otterstedt-Lilienthal

TAG 29: Lilienthal-Bremen/Dom

GASTKOMMENTARE & INTERVIEWS

Philipp Schmid

Detlef Lafrentz

Klaas Grensemann

Kristina Lohe

Karsten Schulz

Franziska Flügler, Stephanie Thieß

Henrike Kern

Interview mit Bernd Lohse

Interview mit Henner Flügger

DANKE

KARTEN

EINLEITUNG



© Detlef Lafrentz

... ich gehe los!



Einfach losgehn!

Was heißt das eigentlich? Ohne Planung, ohne Vorbereitung, ohne Gepäck? Ohne Abschied von zu Hause? Ich begreife das eher so, dass das Losgehen auch ein Loslassen ist. Vom Vertrauten, Gewohnten, auch Sicherem. Ich verlasse meine Wohnung, in der ich mich wohlfühle, und gehe raus. In die Fremde, in das Unsichere. Nur mit dem Nötigsten im Rucksack. Ich verlasse mich auf mich. Dass mich meine Füße tragen, dass ich mit dem Wetter, dem Weg, den Schwierigkeiten zurechtkomme.

Einfach heißt für mich auch, dass ich wenig Gepäck habe. Ein schwerer Rucksack ist furchtbar. Was brauche ich denn auf so einer Pilgerreise? Schlafsack, Regenjacke, Wäsche zum Wechseln, ein bis zwei Wandershirts, Waschzeug (wenig!) und vor allem gut eingelaufene Schuhe. Wasser und etwas zu essen für unterwegs. Mehr nicht!!! Na gut,

noch das Handy, mein Notizbuch, den Sonnenhut, ein Tuch, einen dünnen Schlafanzug und einen warmen Pullover. Aber das muss jetzt wirklich reichen. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass ich nichts für Eventualitäten mitnehme. Zur Not kann ich alles unterwegs kaufen.

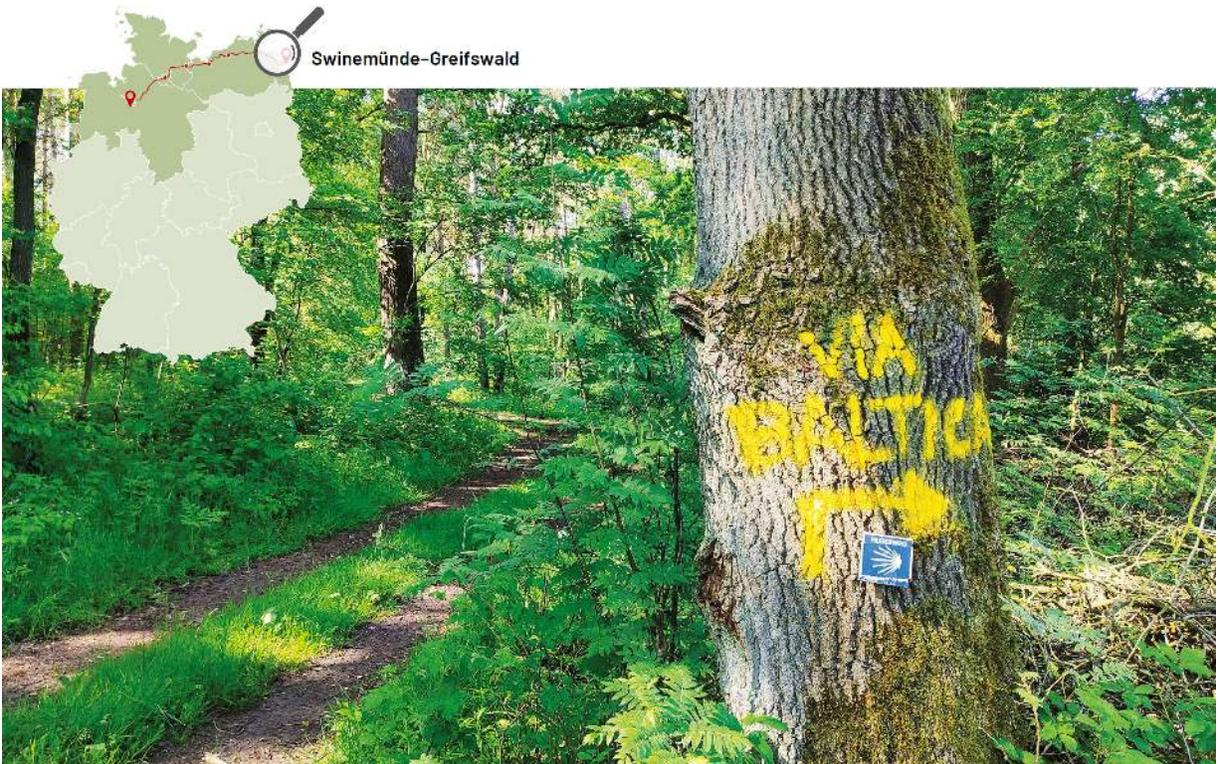
Aber was ist mit einem Buch, wenn auch ganz dünn, für abends? Ich lese doch zu Hause auch immer. Ja, aber... es wiegt, egal wie dünn es ist. Und ich habe bemerkt, dass es tatsächlich auch ohne geht. Ich bin so voller Eindrücke vom Pilgertag, die ich abends aufschreiben und sacken lassen möchte. Da tut es mir richtig gut, nicht noch in eine andere Geschichte abzutauchen, sondern einfach nur mal die Augen zu schließen und zu spüren, wie es mir geht. Oder in einer Kirche zu sitzen und die wohltuende Atmosphäre wirken zu lassen. Eine Meditation am Abend und Morgen ist erfrischend und bringt den Geist zur Ruhe. Na, und zur größten Not findet sich in jedem Gemeindehaus etwas zum Lesen. Da habe ich schon wunderbare Anregungen und Ideen bekommen.

Und das Wetter? Natürlich wünschen wir uns alle am liebsten keinen Regen auf dem Weg, schon gar kein Gewitter, dazu etwas Sonne, aber nicht zu viel, es soll nicht zu warm, aber auch nicht zu kalt sein. Solche idealen Tage sind allerdings äußerst selten. Was nun? Zu Hause bleiben? – Einfach losgehen heißt für mich auch, eben wirklich jeden Tag wieder neu **loszugehn**. Egal wie das Wetter ist. Selbstverständlich stellen wir uns bei Gewitter oder starkem Regen unter, haben Regenkleidung und Sonnenhut dabei, Blasenpflaster und etwas zu essen und zu trinken. Es ist mehr eine innere Einstellung, die ich unterwegs gelernt habe. Die Fähigkeit, mit dem umzugehen, was **jetzt** in diesem Moment ist, hilft mir auch im Alltag sehr.

**Viel Freude auf Ihrem ganz eigenen Pilgerweg und
„Buen Camino“!**

Heike Götz

KAPITEL 1



© Heike Götz



KAPITEL 1: Swinemünde- Greifswald

*„Geh aus, mein Herz, und
suche Freud.“*

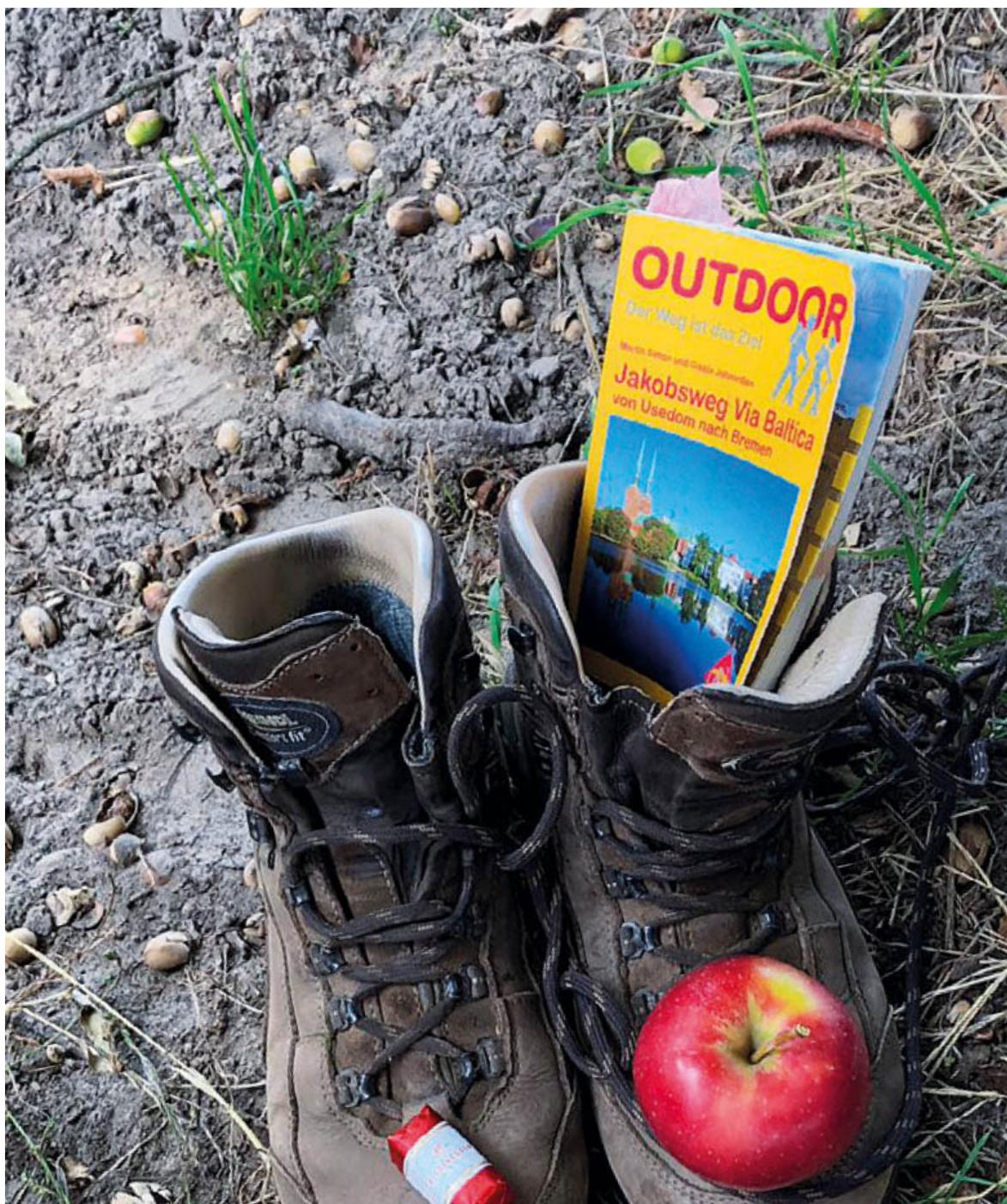
(Paul Gerhardt)

TAG 1

Swinemünde-Zirchow

Wo beginnt eigentlich der Jakobsweg?

**An der französischspanischen Grenze?
Bei mir vor der Haustür?
100 km vor Santiago de Compostela?
Oder hier in Świnoujście (deutsch: Swinemünde)?**





© *Philipp Schmid*

Gut gerüstet für den Weg ...

Wir entscheiden uns für diesen Startpunkt. Einfach, weil wir dem „gelben Büchlein“ folgen, unserer „Bibel“ für die nächsten 30 Tage. Und auch, weil ich diesen Weg vor ein paar Jahren schon einmal hier gestartet habe, als ich für die NDR-Sendung „Pilgern im Norden“ mit meinem Radiokollegen Philipp Schmid und einer Gruppe gepilgert bin. Nun also noch einmal und ganz privat mit meinem Mann Detlef Lafrentz.

Das ist ein vollkommen willkürlicher Startpunkt. Der Blick auf die Karte und in das erste Gästebuch in Zirchow zeigen, dass es tatsächlich Pilgerinnen und Pilger gibt, die ihren Jakobsweg im Baltikum beginnen. Von Swinemünde bis Bremen liegen ca. 600 km vor uns.



© <https://www.kirche-mv.de/pilgerwege>



© Heike Götz

Muschel in Swinemünde



© Heike Götz

Der Pilgerpass ist ein schönes Andenken

Los geht's! Voller Vorfreude und Spannung starten wir – mein Mann Detlef und ich – in unser Abenteuer „Via Baltica“. Mit dem M-V-Ticket fahren wir zusammen für unglaublich günstige 25 € von Hamburg bis ins polnische Swinemünde. Kaum aus dem Bahnhof, entdecken wir auch schon die erste gelbe Muschel, DAS Zeichen der Jakobspilger. Sie wird uns den gesamten Jakobsweg bis Bremen (und letztendlich bis Santiago) Orientierung geben.

Wir gehen schnell noch zur Christkönigkirche, in der Hoffnung, hier unseren ersten Stempel für den Pilgerpass zu bekommen. Dieser Pilgerpass oder „Credencial del Peregrino“ ist sozusagen unser offizielles Dokument, das uns

als Pilgernde ausweist. Damit bekommen wir Obdach für eine Nacht in den kirchlichen und auch privaten Pilgerherbergen. Üblicherweise geben die Pilger dafür eine Spende (etwa 10 €). Und in jeder Herberge und auch in manchen Kirchen unterwegs bekommt man in den Pass einen Stempel. Das ist ein willkommenes Andenken an den Weg.



© Heike Götz

1 Eine kleine Holzbrücke führt über die Grenze



© Detlef Lafrentz

2 Einfach zu Fuß von Polen nach Deutschland

Leider ist an diesem Nachmittag niemand in der Christkönigkirche, trotzdem fühlen wir uns nun „auf dem Weg“. Ab sofort sind Detlef und ich also keine Touristen mehr, sondern Pilger. Wie fühlt sich das denn an? Ist es wirklich ein Unterschied? Eindeutig JA. Wir sind zu Fuß unterwegs, haben ein klares Ziel und folgen den uralten Wegen der Jakobspilger, wie schon so viele vor uns. Wir haben nur das Nötigste im Rucksack und werden ab jetzt – soweit es irgend geht – in Gemeindehäusern übernachten und uns in allem etwas einschränken. Sei es der Komfort beim Schlafen, Duschen oder Essen oder bei all den Bequemlichkeiten, die wir zu Hause selbstverständlich haben. Was sich vielleicht wie ein Verzicht anhört, ist in Wirklichkeit für uns in unserer Überflussgesellschaft ein großer Gewinn. Aber der stellt sich erst nach und nach heraus. Zuerst und jeden Tag neu heißt es: Gehen. Bei jedem Wetter, jeder Laune, jedem Weg. Das ist der Gewinn und gleichzeitig die Herausforderung.

**Was nehme ich in meinem
(Lebens-)Gepäck mit?**

**Was kann ich an
Vertrautem weglassen?**

**Was ist nicht (mehr) nötig,
überflüssig?**

Was ist nur noch Ballast?

Wie bei jedem Anfang ist etwas Aufregung dabei. Gleichzeitig eine große Freude. Wir verlassen den sicheren Hafen unserer Wohnung und brechen auf ins Unbekannte. Wie wird es werden? Habe ich auch nicht zu viel oder zu

wenig im Rucksack? Tragen mich meine Füße und Beine jeden Tag zwischen 18 und 28 km? Wie werden wir unterkommen? Können wir überall Lebensmittel einkaufen? Was „macht“ so ein Weg mit mir, mit uns als Paar?



© Heike Götz

3 In der Kirche Zirchow finden Sie eines der an der Küste verbreiteten Votivschiffe



© Heike Götz

4 Landschaft hinter Zirchow

Der Fußweg von Polen nach Deutschland ist gleichzeitig ein internationaler Radweg. Wir überqueren das Grenzflüsschen und denken über Nachbarschaften, vom Menschen geschaffene Grenzen nach, über Sprachen, Unterschiede, Gemeinsamkeiten und Verbindendes.

Über Kamminke und Garz geht es vorbei an einem kleinen Flugplatz auf schönen Wegen durch Wiesen und Wälder bis

nach Zirchow. Das Stettiner Haff ist nicht weit. Heute ist für uns so etwas wie „Anpilgern“.

Es ist mit 14 km eine relativ kurze Strecke und trotzdem haben wir schon ein richtiges „Pilgergefühl“, als wir in Zirchow ankommen und Frau Schwichtenberg, die Pilgerverantwortliche der Gemeinde, uns herzlich begrüßt. In der Herberge im Gemeindehaus ist alles da: von einer Dusche über richtige Betten bis zu einer kleinen Küche. Die Kirche gegenüber ist offen. Sie ist schlicht und schön und heißt auch noch St.-Jacobus-Kirche. Wenn das kein gelungener Start ist! Wir schlafen wie die Murmeltiere und können es kaum erwarten, morgen weiterzugehen.

TAG 2

Zirchow-Usedom

Ich finde es total verrückt, dass man tatsächlich „einfach losgehn“ kann. Der Weg ist da. Es gibt einfache, preiswerte Unterkünfte in vielen Gemeindehäusern am Weg, offene Kirchen und viele unbekannte Menschen, die uns Pilgern den Weg ermöglichen. Seien es die Herbergseltern, Ehrenamtliche, die den Weg erkundet, mit Muscheln und Pfeilen markiert und die Gemeinden „mit ins Boot“ geholt haben. Oder auch all die Pilgerinnen und Pilger, die vor mir gegangen sind.

Ich erlebe heute Usedom von seiner stillen Seite. Viele Male war ich „vorn“ an den Stränden und den bekannten Badeorten und Seebädern wie Ahlbeck, Heringsdorf oder Bansin. Unvergessliche Kindheitserinnerungen habe ich an Sommerferienlager in Ückeritz. Ich mag die Seebrücken und wunderbaren Strände sehr. Aber Usedom heute so ganz anders zu erleben, nämlich zu Fuß und auf einsamen Wegen, ist eine besondere Erfahrung für mich.



© Detlef Lafrentz

1 Am Eingang des DDR-Museums in Dargen gibt es noch ein Kult-Moped



© Heike Götz

2 Geh aus, mein Herz, und suche Freud

Es ist Hochsommer. Das Getreide färbt sich langsam von Grün zu Gelb. Es sieht so herrlich weich aus. Große runde Heuballen liegen auf gemähten Wiesen. 30 Grad im Schatten, es ist mitten in der Woche und wir sind unterwegs. Es ist wunderschön!

Der Weg führt teilweise auf einer stillgelegten Bahnstrecke entlang. Es ist die ehemalige Zugverbindung zwischen Berlin und Usedom, die um die Jahrhundertwende die „Sommerfrischler“ aus Berlin in nur zwei Stunden an die Ostsee gebracht hat. Es war die Blütezeit der sogenannten Kaiserbäder. Usedom hatte auch den Namen „Badewanne Berlins“. Diese schnelle Bahnverbindung gibt es seit Ende des Zweiten Weltkriegs leider nicht mehr. Aber schön, dass die vorhandene Trasse heute ein Wanderweg ist. Wir werden noch des Öfteren auf der Via Baltica auf stillgelegten Kleinbahntrassen pilgern.

In Dargen werden für mich Jugenderinnerungen wach. In der DDR aufgewachsen, bin ich natürlich begeistert über die „Schwalbe“, unser Kult-Moped, das gleich am Eingang des Dargener DDR-Museums steht. Für eine Besichtigung nehmen wir uns heute keine Zeit, aber ein Fotostopp muss natürlich sein.

Bald erreichen wir Stolpe, ein Dorf mit Kopfsteinpflasterstraße, schöner Kirche, einem Schloss und einem hervorragenden Pausenplatz auf Bänken am Dorfteich oder beim Bäcker mit Cafégarten. Gut gestärkt geht's weiter nach Usedom-Stadt. Ich bin begeistert von der einsamen Natur. Und das auf Usedom! An den Stränden drängeln sich an so einem Sommertag wie heute die Leute und wir sind hier nahezu allein. Die Vögel zwitschern, Mohnblumen, wilde Rosen und Ginster blühen am Wegesrand. „Geh aus, mein Herz, und suche Freud in dieser

lieben Sommerzeit!“ Dieses Kirchenlied von Paul Gerhardt passt genau zu meiner heutigen Stimmung.