

Erfrischung an der Quelle

Wandern in Mainfranken (6): Von Lohr nach Mariabuchen (Spessart)
Würzburger Sonntagsblatt, 18. Oktober 2009
Von Georg Magirius und Regina Westphal

Erfrischung an der Quelle

Spirituell Wandern in Mainfranken (6): Von Lohr nach Mariabuchen (Spessart)

Würzburger Sonntagsblatt, 18. Oktober 2009

Von Georg Magirius und Regina Westphal

Route:

Lohr – Sendelbach – Steinbach – Mariabuchen – Sendelbach – Lohr **Ausgangspunkt:** Bahnhof Lohr **Gehzeit:** 4 Stunden **Länge:** 14 km

Geistliches Motto

Bei dir ist die Quelle des Lebens. Psalm 36,10



Vom Bahnhof in Lohr aus gehend folgen wir dem Radweg in Richtung Altstadt, an einer Schule, am Hallenbad und an Sportplätzen vorbei. Was ist das? Eine lindgrün-magentafarbene Rutsche – wir passieren das Main-Spessart-Bad, dessen Farbgebung bestimmt nicht nur in Unterfranken einzigartig sein dürfte. Durch den Zaun ist das hellblauschimmernde Wasser in den Becken zu sehen: Sollen wir heute wirklich wandern? Den Zweifel lassen wir zurück und überqueren mit der Markierung *Roter Punkt* die alte Mainbrücke. Der Strom liegt friedlich und grün unter uns.

Auf der anderen Seite folgen wir weiter *Rotpunkt*, steigen die Brunnenrainstraße hinauf zum Wald. Der Name klingt wie ein Versprechen, dass es eine belebende Frische auch jenseits des Freibads gibt.

Erfrischung an der Quelle

Wandern in Mainfranken (6): Von Lohr nach Mariabuchen (Spessart)
Würzburger Sonntagsblatt, 18. Oktober 2009
Von Georg Magirius und Regina Westphal

Der Main: ein glitzerndes Band

Die Straße führt in den Wald, wir halten uns links und folgen dem Brunnenrainpfad in Richtung Steinbach. Entferntes Kindergeschrei aus dem Freibad ist zu hören, dazu ab und zu das Rauschen der Autos. Der Main blinkt durch den Buchenwald wie ein glitzerndes Band – still. Auf dem Bergpfad gehen wir mit lautlosem Schritt. In Steinbach wandern wir die Eichhornstraße hinab, biegen dann aber nicht in den angezeigten asphaltierten Fußweg Richtung Mariabuchen ein, sondern gehen die Eichhornstraße weiter geradeaus zum Buchenbach.

Wir stehen vor dem Wasserlauf. Auf der anderen Bachseite möchten wir nach Mariabuchen pilgern. Wir ziehen die Schuhe aus und gehen den steinigen Weg durch das Bachbett, das Wasser ist kaum mehr als knöcheltief – eine Furt, die offenbar auch Traktoren nutzen. In der Mitte halten wir an, schauen bachaufwärts – dorthin, zur Quelle wollen wir. Natürlich ist es auch möglich, einfach den Weg über die Brücke gleich nebenan zu nehmen: Empfehlenswert im Winter.

Weg 33 führt über eine Lichtung und dann in den Wald. Wo ist der Bach geblieben? Wir haben ihn aus den Augen verloren. Doch da – ein Rauschen. Das Wasser ist zu hören, noch bevor wir den Bach wieder sehen. Der Pfad führt nun am Ufer entlang. Er schlängelt sich unter dunklen Bäumen und durch kleine Lichtungen, umgestürzte Bäume wirken wie bemooste Brücken. Es gurgelt, mal rauscht der Bach und gluckert. Abwechslungsreich ist sein Weg, immer neue Klänge, die sich manchmal sogar überlagern: Ein vielstimmiges Konzert! Dann wieder nur ein Plätschern, mal hört man ihn gar nicht mehr.

Auf dem Weg zum Ursprung

Wir geraten in ein meditatives Gehen hinein. Die Schritte finden ihren Weg von allein, die Gedanken malen Bilder vom Leben. Mal erscheint der Boden um den Bach trocken und verdorrt. Dürrestrecken kommen in den Sinn, dann wieder überbordende Fruchtbarkeit, wunderbar und plötzlich. Da sind aufgestaute Wassermassen, aufgeladen von Wasserkraft, bis sich der Bach einen neuen Weg sucht. Woher kommt diese Kraft? Wir gehen weiter in Richtung Quelle.

An der Buchenmühle halten wir uns rechts, wir sehen majestätisch am Berg die Wallfahrtskirche Mariabuchen liegen. Das Ziel der Wanderung ist erreicht. Wir

Erfrischung an der Quelle

Wandern in Mainfranken (6): Von Lohr nach Mariabuchen (Spessart)

Würzburger Sonntagsblatt, 18. Oktober 2009

Von Georg Magirius und Regina Westphal

erklimmen den steilen Berg über eine verwitterte Treppe im Klostergarten. Trotz des Schildes „Betreten auf eigene Gefahr“ scheuen wir das Risiko nicht, dem



Fotos: Georg Magirius

verwünschten Weg zu folgen. In der Wallfahrtskapelle brennen vor der Gottesmutter viele Kerzen – ein Lichtermeer. Anrührend das Bild von Maria, die einen erwachsenen, gestorbenen Jesus in Kindergröße in den Armen hält. Die Kirche bietet Ruhe, es ist angenehm kühl. Das Kerzenlicht, dazu die Stille – sie lassen eine Tiefe ahnen, die der Ursprung von allem ist: Die Quelle, die nicht greifbar ist, das Leben freilich immer neu gebiert und auch erhält. Das leibliche Wohl kommt nicht zu kurz. Ob Pilgerplatte mit Wildsautropfen, Pilgertüte (drei Eiskugeln) oder kühle Getränke – im *Buchenstüble* oder im *Gasthof Waldrast* findet der Körper neue Kräfte.

Belebt zurückkehren

Wir steigen nun wieder mit *Rotpunkt* die Treppe bergauf, um von da an nur noch bergab zu wandern, bis wir Lohr erreichen. Die Quelle haben wir nicht gesehen

Erfrischung an der Quelle

Wandern in Mainfranken (6): Von Lohr nach Mariabuchen (Spessart)
Würzburger Sonntagsblatt, 18. Oktober 2009
Von Georg Magirius und Regina Westphal

und fühlen uns doch erfrischt, es ist, als ob wir ihr Sprudeln im Rücken hätten. So läuft es sich leicht – mit dem Glauben: Man muss das Leben nicht selber produzieren, sondern kann sich von einer tiefen Kraft getragen fühlen. Und dann auch noch das! Es frischt auf, Wind kühlt die Haut. Ein warmer Sommerregen begleitet uns bergab, bis wir links auf die Brunnenrainstraße stoßen. Der Besuch im Freibad ist nicht mehr nötig. Über die Alte Brücke laufen wir geradewegs in die Altstadt von Lohr. Unweit des Rathauses finden wir noch eine weitere Quelle. Im *Weinhaus Mehling* bei hausgebackenem Brot und Frankenwein tauchen wir ein in eine belebende Geselligkeit.

Die präzise Wegbeschreibung ist in dem Buch:

Georg Magirius/Regina Westphal:

„Frischer Wind auf alten Wegen. Spirituelle Wanderungen durch Unterfranken“,
128 Seiten mit zahlreichen Fotos, 12 Euro, Echter Verlag 2009

Das Buch ist in jeder Buchhandlung erhältlich.

Mehr Informationen unter: www.georgmagirius.de Auf diesem Web-Portal sind viele weitere Reportagen von Georg Magirius aus den Bereichen Religion, Sport und Literatur zu finden, dazu Informationen zu seinen Büchern, Radiosendungen, der von ihm und Regina Westphal begründeten GangART und auch Lesungstermine.