



# Oberdischinger Martinusweg

## Pilgerrundweg „Von Fasten über Brücken und Brotbrechen zu Entschleunigung“

Mit vier geistlichen Pilgerstationen einschließlich Themenkarten und Impulsmöglichkeiten

Mit Martinusweg, Vogelparadies Öpfinger Donau-Stausee, St. Martinus Öpfingen, renaturiertes Mühlbach-Biotop, Biberparadies am Dischinger Bach

**01:41** **10,2 km** **110 m** **100 m**

**Start** Hinweis: Die reine Gehzeit von 01:41 h wurde bei relativ schneller Gehgeschwindigkeit (6,1 km/h) gemessen. Mit Gruppen sind 02:30 bis 02:45 h realistisch, zzgl. Zeit für Pausen und Stationen/Impulse. Quellen: Map Data: OpenStreetMap. Wegdaten/Maplibre: Komoot

**Ziel** 10,2 km

**Durchschnittsgeschwindigkeit** 6,1 km/h

**Höchster Punkt** 593 m

GPX-Datei mit GPS-Daten herunterladen unter Menüpunkt „Pilgern/Pilgerrundwege ums Haus“: [www.haus-st-jakobus.de](http://www.haus-st-jakobus.de)

Zeichenerklärung für Wegbeschreibung:

- ↶ links abbiegen
- ↷ rechts abbiegen
- ↑ geradeaus weiter
- ⊔ bis es nicht mehr weiter geht, dann ...

Wegbeschreibung: Pilgersegen vor Cursillo-Haus (A) oder in Dreifaltigkeitskapelle. Von dort ↶ auf Straße Kapellenberg nach unten, 1. ↷ in Schenk-Castell-Straße, 1. ↶ in Parkweg, nach Kirche ↷ in Breiteweg ⊔ ↷ Breiteweg weiter folgen, ab hier auch Wegzeichen Martinusweg folgen, B 311 überqueren, 1. Gabelung ↶ in Feldweg, ↑ bis Fußgängerbrücke Donaukanal, ↷ entlang Donaukanal, beim Wasserkraftwerk hoch auf Stauseedamm: Station ①. Dem Weg auf dem Stauseedamm folgen bis zur blauen Fußgängerbrücke: Station ②. Brücke überqueren, ↶ runter ↷ Seestraße in den Ort hinein folgen ⊔ ↶ in Hauptstraße, nach Bushaltestelle auf der linken Straßenseite ↶ Kirchgasse folgen bis Kirche St. Martinus: Station ③. Ab hier nicht mehr auf dem Martinusweg: Kirchgasse zurück ⊔ ↶ in Hauptstraße, nach Zebrastreifen ↷ in Obere Gasse ⊔ ↷ in Darrengasse, nach 500 m B 311 überqueren, ↑ Teerstraße folgen, bei freistehendem Baum mit Bank (Alpenblick) ↑ Kiesweg folgen durch Mühlbachtal-Biotop ↑ Waldweg folgen, Waldstück durchqueren, nach Wald ↑ Dischinger Bach überqueren, ↷ entlang Bach bis Biberdamm und kleiner Stausee: Station ④. ↑ Dischinger Bach weiter folgen ⊔ ↷ ↶ Kreisstraße und Bach überqueren, Kiesweg rechtsseitig Bach weiter folgen, nach Brücke über Bach 1. ↷ Wiesenweg hinauf und hinunter, im Mühlbachtal ↶ Wiesenweg am Bach entlang folgen, 2. ↶ Wiesenweg hinauf, 1. ↷ Wiesenweg bis Gartentür Cursillo-Haus: Herzlich willkommen 😊

# Geistliche Impulsstationen am Oberdischinger Martinusweg: Pilgerrundweg „Von Fasten über Brücken und Brotbrechen zu Entschleunigung“

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

## ① Wasserkraftwerk mit Blick auf Öpfinger Stausee mit Schwänen

**Thema: Fasten**

Mögliche Impulse:

- + Vor dem Energie spendenden Wasserkraftwerk stehen der gelbe Baggerkran und der Container Sie dienen der Reinigung des Wassers und des Kraftwerks von Treibgut und Gestrüpp. Nur gereinigt können Wasser und Kraftwerk ihre volle Energie entfalten. Vor dem wichtigsten christlichen Fest Ostern liegt eine 40-tägige Fastenzeit. In ihr kann durch Verzicht auf ablenkende Dinge eine Reinigung von Körper, Geist und Seele stattfinden. Dies entfaltet Kräfte, ermöglicht Fokussierung auf das Wesentliche und Eigentliche und schenkt Freiraum für Neues. Vor dieser österlichen Fasten- und Bußzeit wird die Fastnacht, schwäbisch „Fasnet“ gefeiert, wodurch die Fastenzeit besonders wirksam werden kann.
- + Früher gab es auch vor Weihnachten eine 40-tägige adventliche Fastenzeit. Diese begann nach dem Martinstag, 11. November, an dem deshalb mit der Martinsgans nochmals ein sehr reichhaltiges Essen genossen wurde. Die vielen weißen Schwäne im Stausee erinnern an die vielen Martinsgänse, die damals verbraucht wurden. Am Stausee leben über 30 Vogelarten.
- + Wie könnte ich fasten, worauf verzichten, um freier und stärker zu werden?



## ② Blaue Fußgängerbrücke über Donaukanal

**Thema: Brücken für Gerechtigkeit und Frieden**

Mögliche Impulse:

- + Seit Oberdischingen folgen wir dem Martinusweg, den die Diözese Rottenburg-Stuttgart 2011 zu Ehren ihres Schutzpatrons eröffnete. Der Martinusweg verbindet die Martinuskirchen der Diözese mit dem Lebensweg des Hl. Martinus von Szombathely in Ungarn nach Tours in Frankreich.
- + Ob bei der Mantelteilung mit dem Bettler, beim mutigen Verweigern des Kriegsdienstes vor dem römischen Kaiser oder beim Sich-Verstecken im Gänsestall vor der Bischofswahl: Der Hl. Martin baut stets Brücken zwischen Reichen und Armen, zwischen Freunden und Feinden, zwischen Macht und Demut. Brücken für Gerechtigkeit und Frieden.
- + Zurecht thront deshalb die Martinuskirche von Öpfingen auf dem Foto über der Brücke, die zwei Ufer miteinander verbindet und den Donaukanal als Fluss des Lebens oder Fluss der Zeit dauerhaft überbrückt.
- + Wo möchte ich Beziehungsbrücken in meinem Leben für Gerechtigkeit und Frieden bauen?
- + Möchte ich den Heiligen Martinus dazu um Fürsprache bei Gott bitten? Wenn ja, kann ich beten: „Heiliger Martinus, bitte für uns.“



## ③ Kirche St. Martinus Öpfingen

**Thema: Brot brechen und teilen**

Mögliche Impulse:

- + In der Pfarrkirche St. Martinus Öpfingen finden wir den Heiligen Bischof Martinus zentral im Chorraum hinter dem Altar. Dahinter an der Wand erstrahlt die Sonne der Gerechtigkeit, die uns Jesus und Martinus in die Welt bringen.
- + In die Sonne wurde das leere Kreuz des auferstandenen Jesus Christus aufgenommen, jedoch fehlt der obere senkrechte Teil des Kreuzes. Dadurch wird der Blick frei auf die rötliche Scheibe als das gebrochene Brot der Liebe, das stets vor der Kommunionsspendung als zwei gebrochene Hälften vom Priester emporgehoben wird. Erst das Brechen des Brotes ermöglicht das Teilen.
- + Der Heilige Martinus hat stets versucht, alle Menschen am Tisch des Herrn Platz nehmen zu lassen und zu versorgen.
- + Wie kann ich mich von der Bereitschaft des Martinus zur Mahlgemeinschaft und zum Teilen anstecken lassen? Was könnte ich beitragen?



## ④ Alpenblickbänke, Mühlbach-Biotop und Biber-Paradies

**Thema: Entschleunigung**

Mögliche Impulse:

- + Martinus ließ sich von anderen nicht unter Druck setzen, sondern folgte seinem Tempo.
- + Das Alpenblickbänke lädt zum Verweilen und Bewusstmachen des eigenen Tempos ein.
- + Ebenso vermittelt das renaturierte Mühlbach-Biotop Ruhe und Gemächlichkeit.
- + Am Dischinger Bach ist ein Biber-Paradies entstanden mit kleinen Stauseen und Staustufen.
- + Der Biber ist ein Baumeister der Entschleunigung, von dem wir viel lernen können: Er fällt Bäume quer zur Fließrichtung des Baches, sodass der Bachlauf dadurch gebremst wird. So schützt er seinen Bau davor, mitgerissen zu werden. Der Eingang des Biberbaus ist immer verdeckt unter Wasser. Dennoch sitzen die Seinen im Trockenen.
- + Welche „Bäume“ meines Alltags kann ich fällen, damit Entschleunigung eintritt und mein äußeres Zuhause, meine Sinneswahrnehmung vor Reizüberflutung geschützt wird?
- + Welche Erreichbarkeiten kann ich regulieren, damit mein inneres Zuhause, meine Seele und meine Familie/Beziehungen geschützt werden?

