

Sauerland Seelenorte

ankommen. bei dir.



Diemelsee Special.indd 1 14.08.2019 15:09:37

Ein Ruheraum jenseits von Updates und Downloads.

KLOSTER FLECHTDORF

Diemelsee Special.indd 2 14.08.2019 15:09:37

Liebe Gäste!

Nach ihren Seelenorten gefragt, haben sich die Menschen in den Dörfern am Diemelsee aufgemacht, Gästen und Einheimischen die Plätze zu zeigen, an denen sie immer wieder Stille, Alltagsferne, Verbundenheit und Heimat, aber auch die Begegnung mit den großen Fragen und Freuden des menschlichen Lebens erleben.

Die Orte, die sie für Sie ausgewählt haben, zeigen den besonderen kulturellen und natürlichen Reichtum des Sauerlandes und auch die große Offenheit der Menschen für ganz unterschiedliche Zugänge und Möglichkeiten des Erlebens.

Jeder der fünf ausgewählten Orte inspiriert auf seine ganz eigene Weise. Etwas dort berührt uns und wir gehen damit in Resonanz, antworten darauf mit Gefühlen und Gedanken.

In diesem Heft erzählt unser Autor Michael Gleich die Geschichten der Sauerland-Seelenorte am Diemelsee als einer, der seine Heimat verließ, zurückkehrt und sie völlig neu erlebt. Damit möchten wir Sie einladen, sich selbst – wandernd oder lesend – auf den Weg zu machen, diese besonderen Plätze für sich zu entdecken und sich von ihnen inspirieren zu lassen. Resonanz ist nichts Mechanisches, wie Michael Gleich zeigt. Sie kann für jede/n anders aussehen.

Es braucht dazu etwas Wanderlust und Zeit. Und die Bereitschaft, still zu werden und nach innen zu blicken und zu lauschen.

Die Menschen am Diemelsee freuen sich, ihre Schätze mit Ihnen zu teilen. Die Tourist-Information hilft Ihnen dabei, auch die versteckt liegenden Orte zu finden und hält ein Angebot an geführten Wahrnehmungsspaziergängen zu den Sauerland-Seelenorten am Diemelsee für Sie bereit.



Der Erzähler

Michael Gleich, geboren 1960, aufgewachsen in Oberhundem im Sauerland, lebt in Berlin und arbeitet als Journalist, Buchautor und Moderator. Er ist begeisterter Wanderer und praktizierender Meditierer.

Diemelsee Special.indd 3 14.08.2019 15:09:38

Seelenorte rund um

Diemelsee



- Diemelsee
- **01 Gipfel St. Muffert**Diemelsee-Heringhausen
- **02** Kloster Flechtdorf

 Diemelsee-Flechtdorf
- 03 · Schieferkuhle

 Diemelsee-Adorf
- **04 · Diemelsee Staumauer**Marsberg-Helminghausen
- 05 · Adorfer Klippen
 Diemelsee-Adorf

Diemelsee Special.indd 4 14.08.2019 15:09:46

Farben von hellgrün bis tiefblau.

Naturerlebnis zwischen Wald und Wasser, das ist das Markenzeichen dieses Landstrichs, in dem fünf Sauerland-Seelenorte zu finden sind. Die Landschaft rund um die Gemeinde Diemelsee wirkt - von weit oben betrachtet - als hätte jemand eine bunte Picknickdecke aufgeworfen. Sanft leat sie sich in hellen und dunklen Grüntönen über das Land, etwas Tiefblaues glitzert inmitten dieser Pracht. Es ist der Diemelsee, die Talsperre, die der Gemeinde ihren Namen gibt. Im Sommer spielt sich das Freizeitleben am Ufer und im kühlenden See ab, die Badebuchten werden gern besucht, ein weißes Passagierschiff brinat Erholunassuchende zu sehenswerten Plätzen. Die interaktive Ausstellung im Visionarium Diemelsee

präsentiert all das, was die Tier- und Pflanzenwelt, aber auch der Alltag der Menschen rund um diese Talsperre zu bieten haben.

Diemelsee ist als Mitglied der Sauerland-Wanderdörfer auch eine ausgezeichnete Wanderregion.
Der 63 Kilometer lange Qualitätsweg Diemelsteig führt Wanderer hinauf auf die Höhenzüge und zu markanten Orten wie der Klippe von St. Muffert, einem ehemaligen Bergwerk oder auch zu einer Klosterkirche. So mancher dieser Punkte berührt seine Besucher durch eine ureigene, spürbare Energie – und manchmal kann der Betrachter einfach nur andächtig staunen.



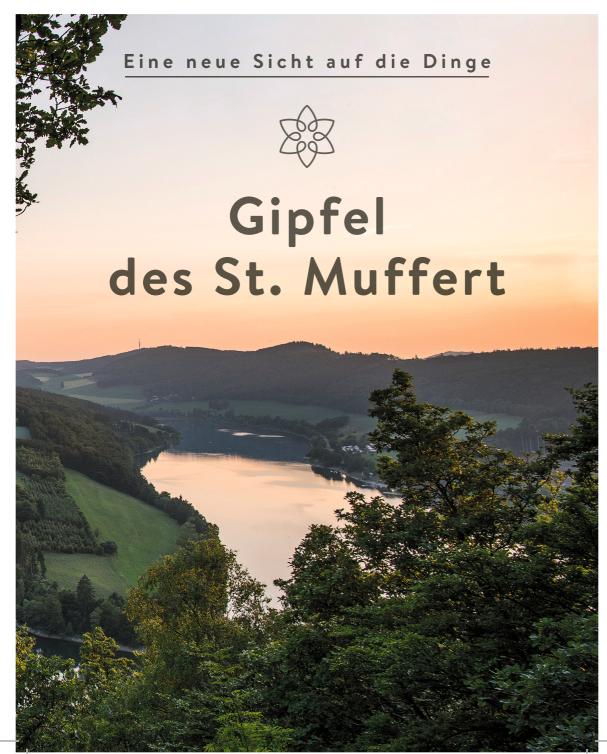
Tourist-Information Diemelsee

Kirchstraße 6 34519 Diemelsee-Heringhausen Telefon 05633-91133 info@diemelsee.de www.diemelsee.de

Diemelsee Special.indd 5 14.08.2019 15:09:47

Sauerland·Seelenorte — Diemelsee





Sauerland · Seelenorte - Diemelsee

01

Am Fuße der St.-Muffert-Klippe. Bevor wir hinaufkraxeln, stelle ich mir vor, es gäbe eine Seilbahn. So eine mit kleinen Gondeln, wie man sie von Freizeitparks kennt. Vom Ufer des Diemelstausees hinauf zum Gipfel. Unten mit Parkplatz und Imbissbude, oben mit Panorama-Café. Sicher, man hätte entlang der Seile eine Schneise in den schönen Wald schlagen müssen. Aber dafür wäre man in drei Minuten und ohne zu schwitzen nach oben gelangt. Klingt das verlockend? Meine kleine Fantasie hat einen realen Kern, den Plan für eine Seilbahn gab es wirklich mal. Er wurde, Gott sei Dank, verworfen. Nicht nur die Rodungen wären ein Frevel gewesen. Die Luftreisenden hätten sich auch um das Vergnügen einer Wanderung voller Entdeckungen gebracht. Der Geo-Park-Führer Gerd Rosenkranz verspricht mir, auf dem Gipfel auch das Geheimnis zu lüften, wie das Sauerland eigentlich entstanden ist.

Der Pfad führt durch einen lichten Wald mit Buchen, Eichen, hier und da eine Esche und eine Hainbuche. »So sieht ein gesunder Bestand aus«, sagt Gerd, »und so wird es in vielen Gegenden des Sauerlands wieder aussehen, wenn sich die Fichten verabschiedet haben, weil sie die zunehmende Trockenheit im Sommer nicht aushalten.« Wir queren mehrere kleine Quellen, an deren Verlauf sattgrüne Streifen von Bärlauch siedeln. Dort, wo der Hang steiler wird, verändert sich sofort die Szenerie. Die Bäume sind kleiner, verhutzelter, mit Ästen in irrwitzigen Verdrehungen. Sie behaupten sich auf unsicherem Terrain, aber es reicht nur für ein Leben mit bescheidenen Ansprüchen.

Die Wurzeln einer Eiche haben sich direkt in den fast senkrecht stehenden Schiefer gekrallt. Sie finden auch kleinste Spalten, so genannte Störungen, schieben sich hinein, immer auf der Suche nach Halt und nach Wasser. Wer hält hier wen? »Der Fels trägt den Baum«, sagt Gerd, »aber auch die Wurzeln halten den Stein.« Klingt nach einem fairen Deal. Wir gelangen an eine Stelle, wo der Schiefer fast blank liegt. Wieder ein neues Bild. Wurzeln von Jungbäumchen, die sich hier ansiedeln wollen, werden von den scharfkantigen Steinplatten, die im Jahreslauf nach unten rutschen, einfach abrasiert. Keine Chance, hier alt zu werden.



St. Muffert Gipfel Eine neue Sicht auf die Dinge

Felsiger, mit Laubwald und Moos bewachsener Berggipfel mit Blick auf den Diemelsee.

Diemelsee-Heringhausen 51.371829 | 8.729665

Wanderwege:

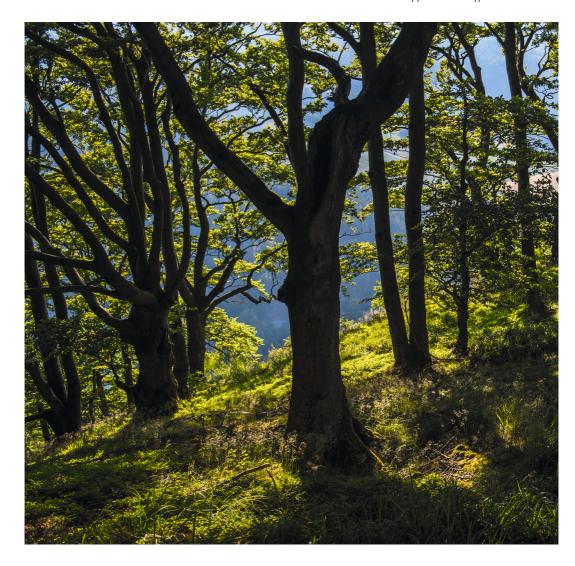
Diemelsteig, Panoramaweg Diemelsee

Parken:

Wanderparkplatz Florenbicke

Diemelsee Special.indd 8 14.08.2019 15:09:51

Der Fels trägt den Baum und die Wurzeln halten den Stein. Alter Baumbestand auf dem Gipfel des St. Muffert.



Diemelsee Special.indd 9 14.08.2019 15:09:54

Sauerland-Seelenorte - Diemelsee



Gerd Rosenkranz

»Es hat etwas Befreiendes an sich, wenn man oberhalb der Felsen aus dem Wald heraustritt, unter einem das klare Wasser des Sees und über einem das weitgespannte Firmament. Hier ist man dem Himmel und der Schöpfung näher und bekommt einen ungestörten Blick für das Wesentliche.«. Nach einer knappen Stunde gelangen wir auf den Gipfel, den eigentlichen Seelenort. Nachdem vorher das Wasser des Diemelsees immer nur kurz bläulich durchs Blattwerk blitzte, können wir ihn jetzt in seiner ganzen, vielarmigen Form sehen, gespeist von den beiden Zuflüssen Diemel und Itter. Mich berührt das Gipfelkreuz in seiner Natürlichkeit, bestehend nur aus zwei rohen Baumstämmen, karge Kraft, so wie der steinige Grund, auf dem es errichtet wurde. In seiner Nähe suchen wir uns einen möglichst sicheren Rastplatz am steil zum Ufer abfallenden Hang, nicht anders als die vereinzelt stehenden Eichen, deren Ausharren unter extremen Bedingungen sich in gewundenen Gestalten verkörpert hat.

Der Blick schweift über die Hügel und Berge unter uns. Mal von Wald bedeckt, mal als Wiesenhänge. Ein Puzzle aus Grüntönen. Bisher dachte ich, die stausend Berge des Sauerlandes seien entstanden, als vor Urzeiten die Kontinentalplatten aneinan-

derstießen und sich dadurch Gebirge auffalteten. Ja und nein, sagt Gerd. »Die Auffaltungen wurden über Jahrmillionen durch Wind und Wetter wieder eingeebnet. Eine Art Hochfläche entstand.« Und die ganzen Berge? Gerd deutet hinunter auf den Lauf der Diemel: »Flüsse und Bäche, die waren das. Man sagt ja: Steter Tropfen höhlt den Stein.« Das Wasser als Skulpteur hat unterspült, weggeschwemmt, sich hineingefressen und tiefe und breite Kerben in die Ebene geschnitten. Die Berge sind also nur das, was die Erosionskraft des Wassers stehengelassen hat. Getrost könnte man das Sauerland auch »Land der tausend Tälers nennen.

Diemelsee Special.indd 10 14.08.2019 15:09:56

Wir sitzen noch lange unterm Gipfelkreuz. Werden stiller. Ich lasse unsere Wanderung noch einmal Revue passieren, entlang der Lebenszyklen von Bärlauch und Bäumen; der Gang durch die Erdzeitalter; die langsame Annäherung an den herrlichen Ausblick. Ein Gefühl von Ehrfurcht stellt sich ein. Darüber, wie die Naturkräfte des Erschaffens, Bewahrens und Zerstörens über Jahrmillionen wunderbar ineinandergreifen; wie Chaos und Ordnung zusammen einen endlosen Tanz aufführen, nie Gleichgewicht findend und bald wieder verlierend; wie auf lange Sicht all das Werden und Vergehen seine unbegreifliche Richtigkeit hat.

Und dann kommt mir angesichts des gerade Erlebten noch der Gedanke, was mir alles entgangen wäre – für drei Minuten Höhenschwindel in einer Seilbahn.



:Länge :Höhenmeter :Schwierigkeitsgrad :Seelenort :Start/Ziel

Diemelsee Special.indd 11 14.08.2019 15:09:58



Diemelsee Special.indd 12 14.08.2019 15:10:06



Kloster Flechtdorf Herkunft und Zukunft

Gebäude und Teichanlage eines im 12. Jh. erbauten Benediktinerklosters, das seit 2007 von einer ehrenamtlichen Initiative renoviert und als Kulturzentrum betrieben wird.

Diemelsee-Flechtdorf 51.325989 | 8.824948 (Kloster) 51.324894 | 8.826785 (Klosterteiche)

Wanderwege:

Diemelsteig, Seelenortwanderung Kloster Flechtdorf

Parken:

Parkplatz Kloster Flechtdorf

Das nördliche Seitenschiff der Klosterkirche ist im ursprünglichen Stil erhalten geblieben. 02

Könnten diese Steine sprechen, denke ich, als ich langsam um den weitläufigen Komplex flaniere: Sie hätten viel zu erzählen. Ursprünglich lagen die Kalksteine grob und grau in der Erde. Dann wurden sie fein behauen und als Quader sorgsam aufeinandergesetzt. Zu Mauern, die fast tausend Jahre lang lauschten. Den Liedern frommer Benediktinermönche. Dem Treiben sittenloser Äbte. Den Streitereien von Vögten und Grafen, die um die Besitztümer von Kloster Flechtdorf rangen. Sie hörten die Flüche der Söldner im Dreißigjährigen Krieg, die mordeten und brandschatzten. Sie erbarmten sich des Seufzens der Kranken und Siechen, als das Kloster zum Hospital wurde. Sie rahmten Friedensgebete und Fürbitten. Sie erblühten, als jüngst Menschen kamen, eine Vereinigung gründeten und die hellgrauen Mauern seitdem pflegen und beleben. All das, was sie an Geschichten aufgesaugt haben, tausend Jahre lang, erzählen diese Steine. Dem, der sich Zeit nimmt, einlässt und zuhört.

Hier gibt es wenig Ablenkung. Das schlechte Mobilfunknetz in Flechtdorf mag für die Einheimischen eine Last sein. Für den, der ungestört in die Geschichte eintauchen will, entsteht ein Ruheraum jenseits von Updates und Downloads. Als Flechtdorfer Bürger kennt Helmut Walter dieses Dilemma der Abgeschiedenheit. Seit mehr als zehn Jahren führt er Menschen durch das Kloster. Vor allem engagiert er sich für dessen Erhaltung, zusammen mit seinen Mistreitern im Förderverein. »Die jungen Leute ziehen weg, dorthin, wo es Arbeit gibt und bessere Vernetzung«, erklärt er, »gleichzeitig liegt in der Ruhelage des Dorfes ein Reiz, der Besucher anzieht.«

Das Kloster, das vom 12. bis zum 16. Jahrhundert geistiges und wirtschaftliches Zentrum für ein weites Umland war, drohte in den Nuller Jahren zu verfallen und zu vermüllen. Die Flechtdorfer gründeten 2006 einen Verein, sammelten Geld, stellten Anträge beim Denkmalamt, ließen das Gebäude renovieren. Raum für Raum, immer wenn es neue Mittel gab. Ihr Herzensanliegen, so Helmut Walter, sei nicht nur die Erhaltung eines geschichtlichen Juwels. »Wir wollen ihm neue Lebendigkeit einhauchen. « Sein Verein organisiert Camps, in →

Sauerland-Seelenorte - Diemelsee

denen Jugendliche bei der Sanierung mit anpacken. Der offene Innenhof verwandelt sich sommers in Konzertbühne und Open-Air-Kino. Im ehemaligen Kuhstall treffen sich Dörfler und Besucher zu Kaffee und Kuchen. Frischzellenkuren für den alten Klosterkörper.

Aber nicht alles passt zur Tradition. Es ist ein Balanceakt, Herkunft und Zukunft mit gegenwärtigen Aktivitäten stimmig miteinander zu verbinden. Anspruchsvolle Konzerte und sogar Tango in der Klosterkirche finden Anklang.

Man fand heraus, dass dieser Tanz eine spirituelle Dimension hat. Papst Franziskus hat ihn gern getanzt, als er noch Jorge Flores hieß, auch ein Zitat von Kirchenvater Augustinus ermutigte zu diesem Schritt: »Oh, Mensch, lerne tanzen, sonst wissen die Engel im Himmel mit dir nichts anzufangen.«

So stellt sich für die engagierten Flechtdorfer immer wieder die Frage, wie das geschichtliche Erbe neu belebt werden kann. Oder wie es Thomas Morus ausdrückte: »Tradition ist nicht das Halten der Asche, sondern das Weitergeben der Flamme.« Im Gewölbe unter dem ehemaligen TorTurm treffen sie sich einmal im Monat zu einer Friedensandacht, knüpfen in stillem Beisammensein an mönchisches Leben an. Wie Walter erzählt, lassen sie sich selbst von Winterkälte nicht davon abhalten. »Klingt vielleicht verrückt, aber in der Meditation werde ich von innen her warm.« Das Vortragen geistlicher Texte, in vielen Klöstern frü-



Helmut Walter

»Die Geschichte und das Leben der früheren Genrationen hier, das ist ein unendlicher Kosmos. Hunderte von Jahren haben ihre Spuren in diesen Mauern hinterlassen. Das ist das Spannende, darin einzutauchen, sich vorzustellen, wie es früher hier war. Aber dabei bleiben wir nicht stehen. Heute ist das Kloster auch ein modernes Kulturzentrum. Eigentlich wäre hier alles abgerissen worden, darum haben wir uns engagiert. Man kann ein 1000-jähriges Erbe nicht einfach zerstören.«.

her wie heute während der Mahlzeiten gepflegt, steht in Flechtdorf als ›Lesefrühstück‹ auf dem Programm. Brautpaare schätzen das Ambiente des Trauzimmers, um dort, wo Geschichte einen langen Atem bewiesen hat, den Bund fürs Leben zu schließen.

Immer wieder beschäftigen sich die Mitglieder des Klostervereins mit der Historie, entdecken neue Aspekte in der wechselhaften Geschichte, sind berührt von der Fülle ihrer Entdeckungen. So kamen sie auch auf die Geschichte mit dem Bier. In alten Aufzeichnungen wurde beschrieben, wie ein Abt mit eigenen Rezepturen experimentierte. Bier galt nicht als Genussmittel, sondern als Erquickung der Kranken. Neben Hopfen und Malz ließ er Kräuter dem Brau-Sud zusetzen: Waldmeister und Wermut, Salbei und Lavendel und andere. Die Flechtdorfer sammelten die entsprechenden Pflanzen und gewannen eine Brauerei, das Experiment zu wiederholen. Das Bier

Diemelsee Special.indd 14 14.08.2019 15:10:10

hatte eine ungewöhnliche Farbe: Es war grün. Für sauerländische Trinkgewohnheiten eine Herausforderung. »Aber es schmeckt herrlich erfrischend,« sagt Walter mit einem Schmunzeln. Außerdem liege selbstgebrautes Bier im Trend. Craft Beer. Er hätte nichts dagegen, wenn das Kloster auch auf diese Weise wieder hip wird.

Anfang des 12. Jahrhunderts haben Benediktiner das Koster Flechtdorf gegründet. Bis 1598 lebten die Mönche hier. Ab 1702 wurden die Gebäude als Hospital genutzt.

SEELENORTWANDERUNG KLOSTER FLECHTDORF

www.sauerland-wanderdoerfer.de/Flechtdorf



5 km <u>/</u>'

25 Minuten

leicht



Kloster Flechtdorf



Seelenort Kloster Flechtdorf

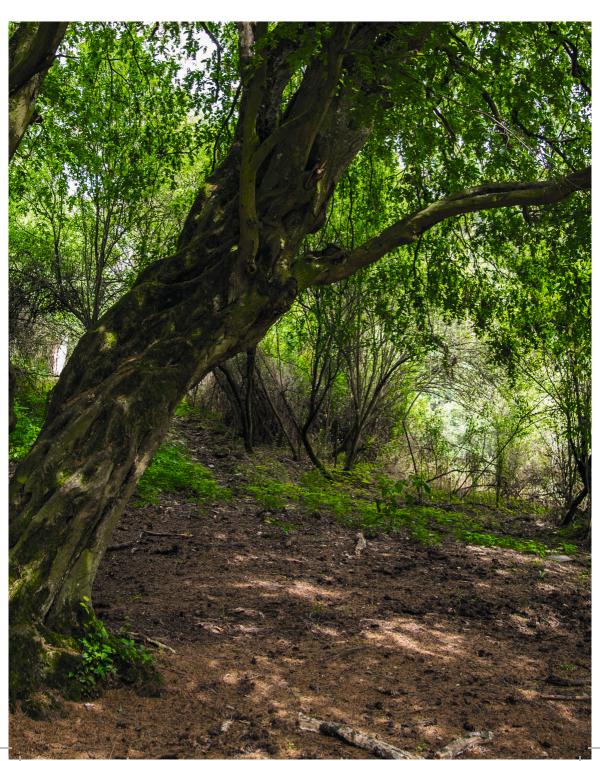


:Länge :Höhenmeter :Zeit :Schwierigkeitsgrad :Seelenort :Start/Ziel

Diemelsee Special.indd 15 14.08.2019 15:10:17



Diemelsee Special.indd 16 14.08.2019 15:10:25



Sauerland · Seelenorte - Diemelsee

03

Zwei Männer standen an einer Felswand, zu ihren Füßen das Skelett einer Kuh, und sprachen über ihr Leben als Taugenichts. Sind ungefähr gleich alt. Die beiden hatten sich erst vor einer Stunde kennen gelernt. Nun wunderten sie sich, wie sie auf dieses Thema gekommen waren. Sie wollten eigentlich nur die Schieferkuhle bei Adorf besichtigen. Doch offensichtlich war der Ort nicht nur geologisch interessant. Er brachte sie auf ungewöhnliche Gedanken. Die Männer stellten fest: Ihre beiden Väter hatten nichts von ihren Söhnen gehalten. Taugenichtse wurden sie genannt. Der eine der beiden erlernte verschiedene Handwerke und machte später in der Wirtschaft Karriere. Er sagte: »Mir ist erst im fortgeschrittenen Alter bewusst geworden, dass es immer darum ging, es meinem Vater zu zeigen.« Der andere wurde Journalist, auch er entdeckte spät, dass ihm der Vater immer im Nacken saß, wenn er schrieb; er heimste Ehrungen für seine Reportagen ein – bis zur totalen Erschöpfung.

Ich erzähle diese Episode, weil sie zeigt, dass Seelenorte zu ungewöhnlichen Gedanken und Gesprächen inspirieren können. War es in diesem Fall der ungewöhnliche Wuchs der Bäume ringsumher, der uns auf solch existenzielle Themen stieß? Das Geäst der umstehenden Fichten hat sich nach den letzten trockenheißen Sommern hellbraun verfärbt. Weil sie nur flache Wurzeln ausbilden, kommen sie in Trockenperioden nicht an tiefer liegende, feuchte Bodenschichten heran. Sie verdursten. Eine Spezies auf dem absterbenden Ast. Diese Baumart war eigentlich nie heimisch im Sauerland. Sie ist in der Hoffnung auf schnelles Geld gepflanzt worden. Jetzt zeigt sich, dass man zu kurz gedacht hatte.

Selbst die Kiefern, an Dürre und Durst gewöhnt, leiden sichtbar. Sie krallen sich in den Südhang am Rande der Schieferkuhle. Krüppelig, geduckt, verdreht. Jedes Härtejahr hat ihnen einen Schlag versetzt, und sie ducken und krümmen sich wie ein Kind, das geschlagen wird. Aber sie behaupten sich an diesem Extremstandort, der staubtrocken und starkwindig ihre Hartnäckigkeit auf die Probe stellt. Echte Überlebenskünstler. Man könnte auf den Gedanken kommen, dass sie jemandem etwas beweisen wollen. Schau her, nix mit Nichtsnutz, ich halte durch!



Schieferkuhle Eigensinn

Eigentümlicher Laubwald auf einer vor über 300 Jahren aufgegebenen Schiefergrube.

Diemelsee-Adorf 51.366116 | 8.793568

Wanderwege:

Nähe Diemelsteig, Seelenortewanderung Adorfer Klippen und Schieferkuhle

Parken:

Kläranlage, Bredelarer Str.

Diemelsee Special.indd 18 14.08.2019 15:10:28



Eingang zur "Schieferkuhle". Dahinter verbirgt sich ein ehemaliger Schiefersteinbruch, den sich die Natur zurück erobert hat. Ich betrete den Graben, die eigentliche Schieferkuhle. Vor einigen Jahren muss eine Kuh abgestürzt sein. Weiße Knochen liegen verteilt am Fuße der Felswand, der Schädel ist bereits mit einer feinen, grünen Moosschicht überzogen. Wie kurz doch Kühe, Menschen und Fichten leben, verglichen mit geologischen Zeitspannen! Vom langen Atem der Erdgeschichte zeugt etwa das grau-braune, sehr zähe Gestein, auf das wir gerade blicken.

Flinzschiefer, der seinen Ursprung in dem Ozean hat, den es hier vor Äonen gab. Korallen bauten mit ihren Kalk-Skeletten im Laufe vieler Jahrhunderte unterirdische Gebirge auf: Riffe, die größten von Lebewesen geschaffenen Gebilde auf der Erde. Vor 380 Millionen Jahren erwärmte sich das Wasser, die Korallen starben massenweise,

Diemelsee Special.indd 19 14.08.2019 15:10:31

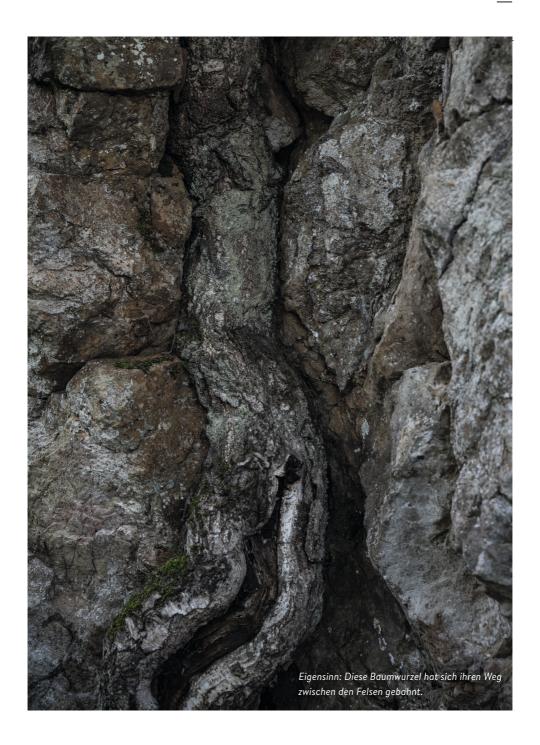
Sauerland-Seelenorte - Diemelsee

das Riff zerfiel. Seine Kalkschichten wurden unter großem Druck zusammengepresst und im Feuer vulkanischer Eruptionen verbacken. Im Mittelalter wurde dieser Schiefer abgebaut. Doch die Platten waren dick und schwer, nur in Notzeiten wurden damit Hausdächer gedeckt. Um das Jahr 1600 gab man die Grube wieder auf.

Bevor ich gehe, möchte ich noch einen Seelenverwandten besuchen. Er lebt schon seit 200 Jahren an der Schieferkuhle. Kein Weichei, diese Hainbuche. Und eine Buche ist sie auch nicht, sondern ein Angehöriger der Familie der Birkengewächse. Ihre Rinde hat eine netzartige Oberfläche ausgebildet, so als wäre sie aus dicken, grünlichen Seilen geflochten. Die beiden Hauptstämme verzweigen sich vielfach. Was auf den ersten Blick eigensinnig und vital wirkt, ist in Wirklichkeit eine Überlebensstrategie. Der Baum ist immer wieder von Schafen angeknabbert worden, musste neue Äste ausbilden, um sich zum lebensspendenden Sonnenlicht recken zu können. Noch so einer, aus dem wider Erwarten doch noch was geworden ist. Ich muss lachen – gelöst, befreit. Ein guter Ort, um den alten Beweiszwängen mit Humor zu begegnen.



Diemelsee Special.indd 20 14.08.2019 15:10:33



Diemelsee Special.indd 21 14.08.2019 15:10:36



Ankommen



AUFWÄRMEN

Beginnen Sie mit einer kleinen Übung zur Verfeinerung Ihrer Wahrnehmung: Sind Sie wandernd unterwegs, gehen Sie die letzten 10 bis 15 Minuten bis zum Ziel in Stille: Lauschen Sie eine Weile auf das, was Sie umgibt. Nehmen Sie den Ort mit Ihren Augen auf. Genießen Sie die unterschiedlichen Farben und Formen, das Weite und Nahe. Spüren Sie die Sonne auf Ihrer Haut, den Wind im Haar, den Boden unter den Füßen. Welche Düfte und Gerüche können Sie wahrnehmen? Wie schmeckt die Luft, das Wasser der Quelle?

Wenn Sie mit dem Auto oder ÖPNV anreisen, können Sie sich einen geschützten Platz in der unmittelbaren Nähe suchen und diese kleine Übung im Stehen machen.



AUSWEITEN

Suchen Sie sich einen Ast, eine Rinne oder Wegkante. Mit einem bewussten Schritt über diese Schweller betreten Sie einen neuen Wahrnehmungsraum. Nun lassen Sie sich – ohne zu sprechen – treiben. Folgen Sie Ihrem Gefühl.

Diemelsee Special.indd 22 14.08.2019 15:10:36

Was zieht Sie an? Wo möchten Sie auf Abstand bleiben? Tun Sie, was Sie sonst vielleicht nicht tun: Breiten Sie sich auf dem Waldboden aus, legen Sie Ihr Ohr an einen Baum, nehmen Sie in einer Kirche eine ungewohnte Perspektive ein. Nutzen Sie all Ihre Sinne, um aufzunehmen, was Sie umgibt. Sammeln Sie neugierig und ohne Vorurteile ein, was dieser Ort für Sie bereithält – ohne zu bewerten. Beobachten Sie Ihre Gedanken. Verändert sich Ihre Stimmung? Regt sich etwas im Körper? Nach einer Weile (etwa 15 Minuten) verlassen Sie mit einem Schritt über die Schwelle diesen besonderen Wahrnehmungsraum.



NACHSPÜREN

Nehmen Sie sich zum Abschluss noch etwas Zeit, um sich bewusst zu werden, was dieser Ort in Ihnen bewegt hat. Welche Bilder, Assoziationen oder Geschichten sind lebendig geworden, welche Saiten in Ihnen kamen in Schwingung? Haben Ihre Gedanken, Gefühle oder körperlichen Empfindungen ein gemeinsames Thema? Und schließlich:

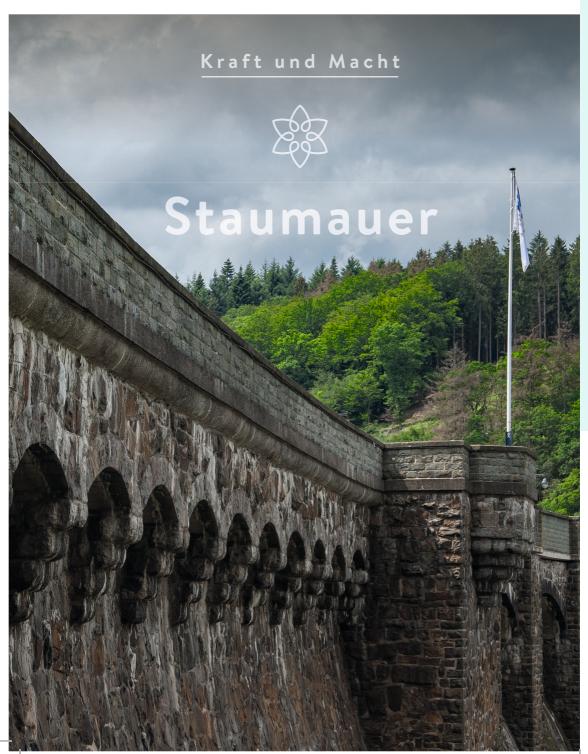
Wie geht es Ihnen jetzt? Hat die Zeit gutgetan? Hat Sie die Begegnung mit diesem Ort angeregt? Sind Sie innerlich ruhig geworden? Haben Sie Antworten gefunden? Oder sind Sie auf eine Frage gestoßen, die Sie weiterbringt? Trauen Sie Ihrer Wahrnehmung und geben Sie ihr Bedeutung. Vielleicht möchten Sie das Erlebte in einer kleinen Tagebuchnotiz bündeln oder auf einer Postkarte, die Sie sich selbst zuschicken? Wenn Sie in einer kleinen Gruppe unterwegs sind, lohnt es sich, die Erlebnisse zusammenzutragen. Sie werden erstaunt sein, wie sich unterschiedliche Wahrnehmungen zu einem Ganzen zusammenfügen.

Die Qualität eines Ortes zeigt sich darin. Manchmal hell und klar, zuweilen als ein Schimmer oder ein Aufblitzen. Und bei Ihrem nächsten Besuch entdecken Sie vielleicht eine ganz andere Qualität dieses Seelenortes.

Ein Tipp: Unsere Sinne wollen gelockt werden. Geben Sie Ihnen dazu etwas Zeit. Haben Sie Geduld.



Diemelsee Special.indd 23 14.08.2019 15:10:37





Staumauer Diemelsee Kraft und Macht

Gelände am Fuß der Staumauer, die sich hier als 36 m hohe Bruchsteinmauer erhebt.

Marsberg-Helminghausen 51.377974 | 8.72799

Wanderwege:

Sauerland-Waldroute, Diemelsteig, H6 - Rund um den Diemelsee

Parken:

Wanderparkplatz Sauerland-Waldroute (gegenüber Am See 20)

Die Staumauer des Diemelsees besteht aus Diabas-Bruchsteinen, die im benachbarten Eisenberge abgebaut wurden. 04

Mein Vater war Maurer. Er beherrschte eine Technik, auf die er sehr stolz war: Er konnte Bruchsteine mauern. Die Schwierigkeit liegt darin, dass jeder Stein anders ist. Für jeden muss der richtige Platz gefunden werden, mit den richtigen Nachbarn. Egal wie krumm und kantig die Steine sind, die Wand muss nicht nur stabil, sondern soll auch glatt werden. Das kriegen nicht viele hin. Deshalb hätte er vermutlich gerne an der Staumauer des Diemelsees mitgearbeitet, wäre das zu seiner Zeit gewesen. Die Steine für die Staumauer, kaum verwitternder Diabas, wurden unweit der Baustelle gebrochen. Man rief 90 Bruchsteinmaurer aus Italien und Serbien, 1912 begann der Bau, kriegsbedingt und wegen Geldmangels wurde er erst 1924 fertiggestellt.

Seitdem steht die 'gekrümmte Schwergewichtsmauer', 36 Meter hoch, oben an der Krone knapp 200 Meter lang. Dunkelgrau ist der Diabas mit den Jahren geworden, hellgrau immer noch die Fugen. Nicht nur stabil, sondern auch glatt geworden ist das Mauerwerk. Ich stehe am Fuße der Mauer, lege den Kopf in den Nacken, um die gesamte Höhe bis in den Himmel zu erfassen, und denke nur ein Wort: Kraft. Das Gewicht der Steine vor mir kann ich förmlich spüren, das Gewicht von 20 Millionen Kubikmeter Wasser dahinter nur erahnen. Ein ungewöhnlicher Kraftort, der mich zu Assoziationen wie dieser inspiriert: Der Stausee betreibt eigentlich asiatische Kampfkunst. Er baut Kraft auf, lenkt sie und konzentriert sie auf einen Punkt, etwa die Turbinen, um möglichst durchschlagende Wirkung zu entfalten. Aqua-Karate, sozusagen.

Die Mauer symbolisiert beides, Schutz und Gefahr. Je stärker der Mensch in den Kraftfluss des Wassers eingreift, je höher der Druck wird, desto größer müssen die Sorgfalt beim Bau der Staumauer, die Zuverlässigkeit der Materialien und die Kunst der Ingenieure sein. Nicht mehr als fünf Zentimeter darf sich die Mauer vorwölben, gemessen mit hochpräzisen Lasern, sonst würde Alarm geschlagen.

Im Zweiten Weltkrieg versuchten alliierte Bomberverbände, den Staudamm zu zerstören. Doch der Anflug durchs Diemeltal war schwierig, die Talsperre blieb unversehrt. Auch das apokalyptische Vorhaben \rightarrow

Diemelsee Special.indd 25 14.08.2019 15:10:39

Sauerland-Seelenorte - Diemelsee

der Waffen-SS, die den Damm in den letzten Kriegstagen sprengen wollte, um den herannahenden Siegern nicht nur verbrannte Erde, sondern auch überschwemmte Täler zu hinterlassen, scheiterte in letzter Minute. Wasser als Waffe: Glückliche Umstände verhinderten ihren Einsatz.

Ihnen verdanke ich, dass ich am Fuß dieser künstlichen Felswand sitzen und über Kraftflüsse meditieren darf; über die Verwandlung von einer Energie in die andere, von Wasserkraft in Strom; über die Macht des Menschen, Naturgewalten zu bändigen, und seine Ohnmacht, wenn das mal wieder schiefläuft; und schließlich darüber, dass ich meinem Vater, dem Bruchsteinmaurer, mal zu Lebzeiten hätte sagen sollen, wie stolz ich auf ihn bin.

Kraft und Macht: Die Staumauer hält fast 20 Millionen Kubikmetern Wasser stand.

Bei schönem Wetter ist der Diemelsee ein beliebtes Ziel für Ausflugsgäste.



Diemelsee Special.indd 26 14.08.2019 15:10:42





Diemelsee Special.indd 27 14.08.2019 15:10:45



Diemelsee Special.indd 28 14.08.2019 15:10:4



Sauerland-Seelenorte - Diemelsee

05

Barfuß habe ich mich angeschlichen. Kein Laut. Bloß nicht auf ein Ästchen treten, das knacken und mich verraten könnte. Es dämmert bereits. Hinter einem kleinen Hügel lege ich mich auf die Lauer. Gras und Moos, eine weiche Pirsch. Ich habe die beiden Eingänge der Dachsburg fest im Blick. Wird sich der heimliche Gräber mit dem schwarz-weißen Fell heute Abend zeigen? In der Nähe ist ein Maisfeld, da locken knackige Kolben, die er gerne abnagt. Mal schauen. Je länger ich liege und lauere, desto mehr verschwimmt die Szenerie der >Roten Klippen<, ein Naturdenkmal bei Adorf. Kindheitsbilder schieben sich darüber. Die gewaltigen Felsblöcke aus Eisenstein, 350 Millionen Jahre alt, werden zu den Wänden eines Canyons. Die Grablöcher, übrig geblieben von mittelalterlichem Bergbau, verwandeln sich in Verstecke der Indianer vor der anrückenden Kavallerie. Der dichte Ring wilder Rosen, der die roten Steine grün einrahmt, gewährt meinem Stamm Schutz vor Eindringlingen.

Ich bin Brauner Bär und soll der Nachfolger meines Vaters Großer Adler werden. Eines Tages ein weiser Häuptling, hoffentlich. Vater gibt all sein Wissen an mich weiter. Über die Erde, die uns ernährt, über die Pflanzen, die in unserer Heimat bei den Roten Klippen wachsen, über unsere Nachbarn, die Tiere. Der Dachs, hat er mir erklärt, als wir an der Dachsburg lauern, ist kein reiner Pflanzenfresser. Am liebsten verspeist er Regenwürmer. Für eine kleine Weile verlassen wir den Pirschposten und spazieren durch den von Felsen und Dornbüschen umstandenen Talkessel. An diesem Ort fühlt sich unser Stamm seit Generationen beschützt und geborgen. Vor den Tipis brennen kleine Lagerfeuer. Viel Flamme, wenig Rauch, um nicht von weitem gesehen zu werden. So haben wir es gelernt.

Vor uns liegt ein faustgroßer roter Stein. Puh, ist der schwer! Das liegt daran, sagt Vater, dass er zu mehr als der Hälfte aus Eisen besteht. Am Abhang, wo Sonne, Regen und Frost seit Jahrtausenden die Felsen bearbeiten wie ein Schnitzmesser, suchen wir Fossilien im Geröll. Genau hinschauen! Tatsächlich finde ich tierische Spuren, uralt, versteinert. Kopffüßer und Korallen, Dreilapp-Krebse und Seelilien.



Adorfer Klippen Das innere Kind

Ehemaliger Eisenstein-Tagebau und bedeutender geologischer Aufschluss.

Diemelsee-Adorf 51.374230 | 8.812449

Wanderweg:

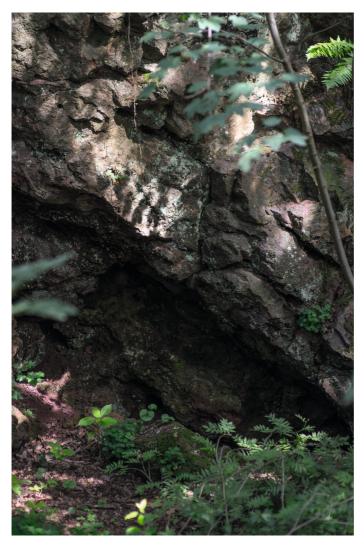
Diemelsteig, Seelenortewanderung Adorfer Klippen und Schieferkuhle

Parken:

Giershagener Straße, Wanderparkplatz

Diemelsee Special.indd 30 14.08.2019 15:10:50

Vor Urzeiten, erklärt Vater, war hier ein Meer. Kann ich mir gar nicht vorstellen. Doch, so war es. Im Meer gab es gewaltige feuerspeiende Ungeheuer, die Steine zum Schmelzen brachten und sie flüssig gen Himmel spuckten. Das waren die Vulkane. Sie sind der Grund, warum unser Land reich mit Eisen gesegnet ist. Es liegt in Schichten bis an der Erdoberfläche. Das ist fast nirgendwo sonst so. Unsere Urahnen mussten nicht mal Schächte graben, um ranzukommen. Sie mussten nur mal kräftig in den Boden stechen, und schon stießen sie auf die roten Eisensteine.→



Die Adorfer Klippen liegen in einem ehemaligen Eisenerz-Tagebau und sind unter Geologen weltweit bekannt, denn nach dieser Felsformation ist eine Stufe des Oberdevons benannt (Adorf-Stufe). Inzwischen sind die Klippen vor allem ein Ort für Kinderträume und Kinderspiele. Die Adorfer nennen den Platz Rosenschlösschen«, weil im Juni zahllose blühende Heckenrosen die steilen Hänge rund um die Felsklippen umrahmen.

Diemelsee Special.indd 31 14.08.2019 15:10:52

Sauerland-Seelenorte - Diemelsee



Die Rundblättrige Glockenblume (Campanula rotundifolia) wächst auf den steilen Böschungen, in den Felsritzen und auf den Felsköpfen an den Adorfer Klippen.

Ein paar Meter weiter entdecken wir einen Schmetterling, der wundersam blass-blau gefärbt ist. Das ist ein ziemlich trickreicher Typ, lockt mich mein Vater. Da bin ich gespannt: Warum? – Er legt seine Eier direkt vor Ameisenhaufen ab. Und die Ameisen tragen sie in ihr Nest. Da wachsen dann die Eier zu Larven; die können den Geruch der Ameisen perfekt nachahmen, sodass sie von ihnen gefüttert und gepflegt werden. – So wie der Kuckuck sein Ei in Nester von anderen Vögeln legt? – Genau! – Während wir weitergehen, zeigt Großer Adler auf Pflanzen und erzählt mir die Geschichten dazu. Diese lilafarbene heißt Moschusmalve, die sieht nicht nur gut aus, die kann man auch essen. Da, Wilder Thymian, auch ein schmackhaftes Kraut. Das mit den gelben Blütenblättern dort heißt Jakobskreuzkraut, wenn die Rinder viel davon essen, sterben sie an kaputter Leber, so wie Menschen, die zu viel Feuerwasser trinken. Eine andere heißt Rundblättrige Glocken-

Diemelsee Special.indd 32 14.08.2019 15:10:53



blume, dabei hat sie gar keine runden Blätter – auf den ersten Blick. Als ich genauer schaue, sind sie oben schmal und laufen spitz zu, aber unten am Boden sind sie rund.

Das Schauen jedoch wird immer schwieriger. Es ist fast schon dunkel. Die Feuer vor den Tipis sind erloschen. Die Szenerie des Indianerlandes verblasst. Ich reibe mir die Augen. Immer noch liege ich im weichen Gras gegenüber der Dachsburg. Nichts rührt sich an den beiden fußballgroßen Löchern. Irgendwo in den Gängen dahinter, einige Meter tief im Boden vergraben, hält sich der Burgherr versteckt. Als ich kaum mehr etwas erkennen kann, räume ich den Beobachtungsplatz. Ich bin kein bisschen enttäuscht. Ich habe keinen Dachs gesehen, aber entdeckt, dass es immer noch einen kleinen Jungen in mir gibt, mit lebhafter Fantasie, stets bereit, zu pirschen und zu spielen und zu entdecken. Die Roten Klippen sind ein guter Ort, um den inneren Kindern Auslauf zu gewähren.

:Länge :Höhenmeter :Zeit :Schwierigkeitsgrad :Seelenort :Start/Ziel

Diemelsee Special.indd 33 14.08.2019 15:10:55





Mehr erfahren

Ein Überblick über alle 43 Sauerland-Seelenorte und die Geschichte, die sie verbindet, ist in dem Magazin Sauerland-Seelenorte – Lebendige Stille« erschienen. Wenn Sie auch die Seelenorte in den anderen Sauerland-Wanderdörfern kennenlernen möchten, stehen dafür sechs weitere Hefte mit ausführlichen Geschichten, Bildern, Wander- und Einkehrtipps zu Verfügung. Weitere Informationen, das Magazin und die Hefte sind erhältlich bei den Tourist-Informationen und über www.sauerland-seelenorte.de.

Diemelsee Special.indd 34 14.08.2019 15:10:59



Die Sauerland-Wanderdörfer sind die 1. Qualitätsregion Wanderbares Deutschland und verfügen über eine vorbildliche Wanderinfrastruktur mit einem durchgängig markierten Wanderwegnetz, vielen Qualitätswegen, kompetenten Gastgebern und Touristinformationen, sowie einem großen Serviceangebot mit

Tourenportal und Tourenplaner. www.sauerland-wanderdoerfer.de



Die Sauerländer Wandergasthöfe haben sich engagiert und konsequent auf die Ansprüche und Bedürfnisse von Wanderern eingestellt. Sie bieten komfortable Unterkünfte, besondere Wanderservices in Kombination mit zertifiziertem Wanderwissen, Serviceorientierung, Wandern-ohne-Gepäck-Angebote und eine ausgezeichnete Küche mit regionalen Spezialitäten. www.wandergasthoefe.de



SAUERLAND. SEELENORTE Lebendige Stille

Das Magazin zu den Sauerland-Seelenorten ist bei den Tourist-Informationen und über www.sauerland-seelenorte.de erhältlich.

IMPRESSUM

Sauerland-Wanderdörfer c/o Sauerland-Tourismus e.V. Johannes-Hummel-Weg 1 D 57392 Schmallenberg www.sauerland-wanderdoerfer.de info@sauerland.com Telefon 0 29 74-20 2190

Sauerländer Wandergasthöfe c/o Schmallenberger Sauerland Tourismus Poststraße 7 D 57392 Schmallenberg Telefon 02972-9740-40 info@wandergasthoefe.de www.wandergasthoefe.de

Redaktion und Projektentwicklung

Hubertus Schmidt
(Schmallenberger Sauerland
Tourismus GmbH)
Rüdiger Strenger
(Tourismus Brilon Olsberg GmbH)
Sabine Risse
(Sauerland Tourismus e.V.)
Susanne Falk
(ZeitRaum – Wege zu Geschichte
und Gegenwart)

Herausgeber

Schmallenberger Sauerland Tourismus GmbH, info@schmallenberger-sauerland.de

Tovto

Michael Gleich (www.der-story-teller.de) Susanne Falk → Seite 3, Bildunterschriften Anna Galon → Seite 5 Die Wahrnehmungsübung → Seite 22 wurde zusammen mit der Kommunikationsberaterin Sabine Falk entwickelt (www.sabinefalk.de)

Fotografie

Klaus-Peter Kappest \rightarrow Titel, Seiten 6, 9, 12, 15, 26 (www.kappest.de) Anna Schunk \rightarrow Seiten 16, 19, 21, 28, 31, 32 Daniel Sanjuan \rightarrow 24, 27

Konzept & Gestaltung

w10b (www.w10b.de)

Illustrationen

Catherine Lubbers (www.w10b.de)

Druck

Köllen Druck + Verlag GmbH (www.koellen.de)

Gefördert von

s. letzte Umschlagseite

Diemelsee Special.indd 35 14.08.2019 15:11:00



Sauerland · Seelenorte

Sauerland-Seelenorte – das sind Felsen und Steinbrüche, Kirchen und Bergkuppen, mächtige Bäume und unterirdische Grotten, Seen und Täler. 43 Orte, über das ganze Sauerland verteilt. Sie wurden ausgewählt, weil sie besonders beeindruckend sind und für die Menschen in ihrer Umgebung eine besondere Bedeutung besitzen. Nicht nur heute, sondern auch schon zu früheren Zeiten. Sie berühren die Menschen emotional, geistig und spirituell. Sie rufen starke Resonanzen hervor. Es sind Orte, zu denen die Menschen wandern und wo sie abschalten können. Zu sich kommen. Die Ruhe genießen. Inspiriert werden. Neue Einsichten gewinnen. Auch wenn jeder Seelenort seine eigene Geschichte erzählt, gibt es eine Qualität, die alle verbindet: Lebendige Stille.





EUROPÄISCHE UNION Investition in unsere Zukunft Europäischer Fonds für regionale Entwicklung







Diemelsee Special.indd 36 14.08.2019 15:11:02