

Schutzgebühr: 2,- €

WWW.ACHERTAL.DE

SCHWARZWALD

herz.erfrischend.echt.

Achertal



Nationalpark Region
Schwarzwald

Von der Badischen Weinstraße in den Nationalpark Schwarzwald

KAPPELRODECK | WALDULM

OTTENHÖFEN IM SCHWARZWALD

SEEBACH | MUMMELSEE

Vom Waldbaden zum Himmelbaden Eine Wanderreportage durch das Achertal

SONDERDRUCK!
Von Buchautor
Elmar Langenbacher



Die „Mühle am Rain“
am Ortseingang von Ottemhöfen



Vom Waldbaden zum Himmelbaden

Eine Reise durch das Achertal

Eine Reportage. Text und Fotos: Elmar Langenbacher, Buchautor, u.a. „Mein Licht. Meine Stille – Der Kinzigtäler Jakobusweg“; „Spaziergang mit Hubert Burda – Herkunft. Schwarzwald.“

Liebe Leser,


als Buchautor ist eine meiner ganz großen Leidenschaften das Wandern! Warum? In der Langsamkeit des Gehens nimmt man die wunderbare Landschaft, die Natur, das Licht, die kleinen Dinge des Lebens wieder wahr. Ganz nach dem Motto, „wahre Größe zeigt sich im kleinsten Detail“.

Eine meiner Wanderungen führte mich in das Achertal im Schwarzwald. In sonnige Lage am Oberrhein gebettet, bietet es eine abwechslungsreiche Landschaft, die wohl ihresgleichen sucht. Sind es in der Ebene noch die unzähligen Obstbäume und Weinberge, so taucht der Wanderer anschließend in die Stille und das Licht der Wälder ein. **Waldbaden at its best!** Entlang eines rauschenden Wasserfalles führte mich mein Weg weiter auf felsige Höhen **mit atemberaubenden Fernblicken...** Welche Belohnung!

Noch grandioser war der Glücksmoment des Sonnenaufganges, ganz oben, am höchsten Punkt des Nordschwarzwaldes und des Nationalpark Schwarzwald. Auf der Hornisgrinde. **Himmelbaden!**

Doch schnüren Sie einfach selbst Ihre Wanderstiefel. Nehmen Sie sich Zeit – und tauchen Sie ein!

Ihr Elmar Langenbacher



Herzklopfen. Vor Glück. Die Macht des Lichtes, die Macht der Sonne. Mein Lebensakku lädt – mit jedem Strahl, der über der golden leuchtenden Bergkette am Horizont erscheint. Vögel geben dem Gesang des Windes eine Melodie. Ich habe es geschafft. Vom untersten Punkt des Achertals zum Höchsten. Von den Obstwiesen und den Weinreben in der Ebene, durch ruhende Wälder, rauschende Wasserfälle, über schroffe Felsen, bis zum Portal in den Himmel – er liegt unter mir, über mir, in mir...

Am Aufstieg zum „Dreifürstenstein“ auf der Hornisgrinde – das ganz frühe Morgenlicht streift durch die Wälder



Blick auf den Weinort Kappelrodeck, links das Schloss Rodeck – der Blick geht weit bis nach Straßburg und in das Elsass

Zahlreiche romantische Höfe mit liebevollen Bauerngärten säumen den Weg

1.TAG: Kappelrodeck

Ein feiner, zarter Morgennebel liegt noch zu Füßen unzähliger Obstbäume vor Kappelrodeck. Wie ein Scherenschnitt sieht das aus. Jetzt wäre ich gerne ein Maler – denn Maler haben die Zeit der Welt, eine Landschaft, die Natur zu betrachten, zu verinnerlichen, bevor sie den Anblick auf Leinwand bannen. Für die Ewigkeit. Ich nicht, ich sitze noch im Auto – mir muss ein kurzer Augenblick genügen, keine Chance anzuhalten, zu genießen. Noch nicht. Ich will heute wandern gehen. Nicht nur heute, ein ganzes, langes Wochenende. Einmal komplett durch das Achertal: Von den Weinbergen bis zur Schwarzwaldhochstraße, in den Nationalpark Schwarzwald. Hoch zur Hornisgrinde, höchster Punkt im nördlichen Schwarzwald. Das Wetter ist perfekt.

Als ob Kappelrodeck wüsste, dass ich komme, beginnen die Kirchenglocken am „Achertaler Dom“ zu läuten. Beeindruckend. Das Bauwerk und die Glocken. Glocken als Heimatgefühl. Weihnachten. Es ist aber nicht Weihnachten, sondern Frühherbst. Acht Uhr, um genau zu sein. Zeit für einen Kaffee und eine frisch duftende Butterbrezel im Café. Von dort habe ich einen Blick auf die Weinberge. Zunächst leuchtet nur ein kleiner Fleck, doch zusehens werden immer mehr der akkurat gesetzten Rebstöcke am *Dasenstein* vom Licht erfasst. Langsam, ganz langsam, erscheint die Sonne über den Baumwipfeln. Wenig später scheint sie mir direkt ins Gesicht. Zeit zum Aufbruch. Der Puls der Freude steigt. Doch vor die Aussicht hat der liebe Gott den Aufstieg gesetzt, und so erklimmt der Büromensch Meter um Meter, den Reben entgegen. Wunderschöne Vorgärten zeugen von der Zufriedenheit der Bewohner. Dann: die Rebstöcke, vollbehangen mit fruchtigen Trauben, die badische Sonne gibt ihnen das letzte Aroma, die letzten Öchsle, bald wird die Lese beginnen. Als ich die Hütte unterhalb des *Dasensteins* erreiche, stehe ich unerwartet unter Winzern. Sie sind aber nicht bei der Lese, nein – Sorgen treiben sie um. Das Volksbegehren >Rettet die Bienen< würde ihre Existenz vernichten. Vermutlich. Ich höre ihnen geduldsam zu, und erkenne: Es ist noch viel Aufklärung nötig. Und während sich die Winzer dann um die Kontrolle ihrer Trauben kümmern, geht mir beim Weitergehen die Vorstellung durch den Kopf, wie diese Landschaft wohl ohne Reben aussehen würde. Wenn die Befürchtungen der Winzer einträten, denn: Im Gegenlicht strahlen die Weinblätter an den knorrigen Reben, die Grüntöne der Rebstöcke ergeben Muster, diese fallen geschmei-





dig zu Tal, sanft bettet sich Kappelrodeck darunter. Mit jedem Schritt wird der „Achertäler Dom“ prägnanter, das Schloss auf der Anhöhe wird von der Sonne bestrahlt, im Hintergrund die markante Kirche von Waldum. Kurz: Es ist ein Bild des Friedens.

Den schroffen Fels, den *Dasenstein*, umwebt eine Sage: Hier soll die „Hex vom Dasenstein“ wohnen, die einst als Ritterfräulein von Schloß Rodeck verstoßen, in dieser Felsenhöhle gehaust haben soll, weil sie in den Verruf der Zauberei geriet. Wie dem auch sei: Vor dem Felsen lädt mich eine bequeme Bank zum Ruhen ein, der Blick ist fantastisch. Noch fantastischer wird es auf dem Fels, da geht der Blick noch weiter! Schade, das wäre ein idealer Ort für ein schönes Gläschen von der „roten Hex“, aber ich habe nur Wasser mit. Übrigens: An Fasnacht erwachen die *Kappelrodecker Hexen* zu einem bunten Spektakel – aber das wäre eine ganz andere Geschichte!

Ich treffe auf einen jungen Mann auf einem historischen Traktor. Er ist unterwegs zur Apfelernte. Klar, da will ich mit. Nicht wegen den Äpfeln, wegen dem Traktor. Und schon sitze ich oben. Streuobstwiesen sind es,

die er bewirtschaftet, wenn er nicht gerade studiert. Und ich lerne: Die Flecken an den Äpfeln kommen vom Hagel. Die kann man also sehr wohl noch essen.

Ich folge meinem Instinkt, es geht ansteigend in ein Waldstück und schon wenig später treffe ich auf den *Winzerhof Doll* mit Straußenwirtschaft: Einladend, aber leider noch geschlossen. Also weiter, aber nur für kurz, denn da kommt mir eine Frau mit Pferd entgegen. Die Landschaft. Das Pferd. Die Wälder. Irgendwie, als ob die Zeit stehengeblieben wäre in unserer hektischen Welt. Verstärkt wird dieses Gefühl, als ich vollkommen eintauche in den Wald. Zum Baden. Zum Waldbaden. Seine Perfektion erreicht dies an der *Lourdes-Grotte*: Ein Bächlein plätschert, Lichtstrahlen spielen sanft mit den Blättern, leuchten auf die Madonna in der Grotte. Die Luft ist unendlich klar, ein Kindheitsduft von Wald liegt in der Luft. „Luftvitamine“. Also: einfach hinsetzen, Augen schließen. Einatmen. Regenerieren. Der Wald als Kraftquelle. Kurz darauf, was soll ich sagen: Das Paradies erhält eine Zugabe, an der Wanderreitstation *Simmehof*, ein blühender Garten rahmt ihn ein. Und, ein Kühlschrank mit Most, dazu eine herrliche Aussicht. Herz, was willst du mehr!

Als der Weg den Wald verlässt, wird der Blick frei in Richtung Schwarzwaldhochstraße. Ich will aber auf die gegenüberliegende Talseite, ein Stück auf dem *Kappelrodecker Schnapsbrunnepfad* wandeln, wenn man so will. Erlebbar wird der Pfad dann auch auf der anderen Seite, bei der *Heidenhofbrennerei*. Ein riesiges Weinfass lädt zum Verweilen ein, im Fass: Schnapsflaschen und ein Kässchen. Wein und Schnaps, pardon, Edelobstbrände. Dafür steht Kappelrodeck. Neben der wunderbaren Landschaft. Wenig später darf ich noch Idylle und Schwarzwälder Kirschtorte hinzufügen, denn der Garten des Zuckerbergschlößchen war zu verführerisch. Morgen geht meine Tour weiter, nach Ottenhöfen und nach Seebach. Ich weiß, es wird ein weiter Weg.





Zauberhaft fällt das Licht auf den Auslauf der Edelfrauengrab-Wasserfälle; unten: An der „Lourdes-Grotte“



Autor Elmar Langenbacher am Edelfrauengrab

2.TAG: Ottenhöfen

So bin ich auch schon sehr früh wach. Vorbei an Furschenbach, die S-Bahn überholt mich, ich lächle. Bewegen ist gut für die Gesundheit. Nur die Sonne war früher als ich, die ersten Strahlen streichen bereits über die märchenhafte **Mühle am Rain**, gleich nach dem Ortsausgang von Kappelrodeck, Portal zu Ottenhöfen. Schwarzwaldklischee pur. Wunderschön. Verwunschen rankt sich Efeu an dem Gemäuer empor. Ottenhöfen wird auch das >Mühlendorf im Schwarzwald< genannt. Ein Rundweg verbindet die Ottenhöfener Mühlen miteinander, einige Gastgeber halten Schwarzwälder Vesper sowie Kaffee und Kuchen zur Selbstbedienung auf Vertrauensbasis bereit. Klar, und Schnaps. Der Mühlenweg würde mein Zeitbudget sprengen, schnelllebige Zeit, so gehe ich stracks durch Ottenhöfen, auf einem von Blumen gesäumten Weg, Blick auf den Ort und die Berge im Hintergrund – da will ich hoch. So entdecke ich kurz vor dem Ortsausgang eine weitere Mühle, bevor es am **Hotel-Restaurant Sternen** die Straße hoch geht, zum Einstieg in die **Edelfrauengrab-Wasserfälle**. Genau richtig, denn das Morgenlicht hat sein Schatzkästchen ausgepackt, malt Streifen durch das Blätterwerk, wirft funkelnde Sternchen auf das plätschernde Wasser. Mystisch. Geheimnisvoll. Mit jedem Schritt nimmt die Zauberei zu. Aber auch der Anstieg, die Zeit sanft ansteigender Wege ist definitiv vorbei. Nun führen Treppen aufwärts. Immer wieder innehalten, durchatmen, genießen. Die Morgenluft, das beruhigende Rauschen. Rittermädchen hatten es schwer in vergangenen Zeiten. Auch hier gibt es einen Fels, in welchem ein Fräulein eingesperrt wurde. Deswegen heißen die Wasserfälle ja auch **Edelfrauengrab**. Heute ist es ein romantischer Ort, die Wasserfälle sammeln sich am Fuße des Grabes, ruhen kurz, bevor sie weiterrauschen, Ottenhöfen entgegen. Ein einsamer Schnapsbrunnen. Die ersten Wanderer grüßen mich, bald wird es vorbei sein mit der Einsamkeit, dieser Wanderweg ist beliebt. Denn das nächste Highlight wartet: Der **Karlsruher Grat**. Ein ursprünglicher, wurzeliger Weg führt dahin.

Der **Karlsruher Grat** ist ein Felsmassiv, welches gutes Schuhwerk und Schwindelfreiheit erfordert. Zur guten Selbsteinschätzung kann der erste Fels, der **Herrenschrofen** dienen. Kann man ihn nicht selbstsicher besteigen, bis vor zum Ausblick, so könnte es ratsam sein, am eigentlichen Felsmassiv den Umgehungsweg zu wählen. Für alle anderen gilt: ein ganz besonderes Erlebnis! Mir jedenfalls wird es schwindelig. Nicht wegen mir, sondern we-

gen den zahlreichen Menschen, die neben dem Fels und dem Schwindelgefühl auch noch mit ihren Wanderstöcken kämpfen, denn es wäre bestimmt ebenso ratsam, die Hände frei zu haben. Manchmal fällt der Fels nämlich steil abwärts, an den Steilwänden wird auch geklettert! Mein Weg führt über das Grat. Wer oben ist, dem ist eines sicher: Ausblicke der Kategorie „Besonders traumhaft“! Mittlerweile ist es auch sehr belebt hier oben, wie gesagt, der Weg ist beliebt.

Beliebt ist auch das **Gasthaus Bosenstein**, aber leider zur Zeit geschlossen. Kein Problem, nur einen Abstecher entfernt ist der **Kernhof**. Auch sehr beliebt. Ein Plätzchen war noch frei. Mein Blick geht frei hinüber zur **Hornisgrinde**, da will ich morgen hin. Das Essen ist lecker, ehrlich, der Chef ein netter Kerl. Zum Abschied gibt's ein Schnäpschen, „den müsse ner probiere, des isch ä Quitteschnaps.“ Der Willi Kern brennt diesen noch selbst, einer von vielen ausgezeichneten Obstbrennern im Achertal. Die Brennerei kann man auch besichtigen. Und für alle, die noch eine Jacke brauchen:



Herr Kern hat auch ein kleines Sportgeschäft. Besonders für den Winter, wenn die Skisaison am *Ruhestein* oder am *Seibelseckle* Hochkonjunktur hat.

So geht es dann an den Abstieg Richtung Seebach – also nach dem kleinen Rückaufstieg zum Bosenstein. Ein Almweg führt zunächst über die Ebene, weit die Ausblicke, dann hinunter zum *Brennte Schrofen* – auch hier: weite Ausblicke, nur ohne Klettern. Das Licht spielt derweil im Wald. Wahre Größe zeigt sich im kleinsten Detail. Man muss nur hinschauen. Waldbaden die Zweite. Für die Seele. Die Menschen haben Regeneration verlernt. Vom Dorf klingen sanft die Kirchenglocken nach oben und schon bald ist der Blick frei auf Seebach.

Ein kurzweiliger Abstieg, dann: ein frisches Bier im Kurgarten, bei der *Geli*. Danach geht's zum *Schnurrenhof*, da habe ich ein Zimmer. Auch ein netter Kerl, der Herr Schnurr, abends wirft er in seinem großen blumenübersäten Garten, in dem friedlich ein Teich schlummert, den Schwenkgrill an. Nein, nicht nur wegen mir, da sind auch noch zahlreiche andere Feriengäste. Familien mit Kindern. Das Achertal hautnah erleben, wenn man so will. Die Menschen. Und mit ihnen reden, über die eigenen Produkte zum Beispiel. Gefragt, was seine Zuchtrinder gefressen haben, die nun auf dem Grill liegen: „Die fressen nur gute Sachen – wir wollen das ja auch selbst essen.“ Dem ist nichts hinzuzufügen. Doch: Auch Seebach hat Mühlen – da gibt es tolle Mühlenabende. Tradition wird vorgeführt, selbstgestampfte Butter und leckeres Vesper kann verzehrt werden. Dazu Akkordeonmusik! Empfehlenswert – ich war da nämlich auch schon mal mittendrin... sehr lustig!

Schnapsprobe im Kernhof



3.TAG: Seebach

Lektion des gestrigen Tages: Muskelkater! Der Wohlstandsmensch bewegt sich eindeutig zu wenig. Deshalb gibt es eine Planänderung. Statt des Aufstieges wähle ich den Bus zum Mummelsee, kostet ja nichts, dank KONUS. Und weil ich deswegen schneller oben sein werde, gönne ich mir erstmal ein ausgiebiges Frühstück. Vieles davon haben die Schnurrs selbstgemacht, bieten es auch in ihrem Hoflädele an – Hoflädele gibt es zahlreiche im Achertal.

Eben entzündet der Bäckermeister das Feuer in seinem Backhäusle, als ich am Mummelsee aussteige, Holzofenbrot wird er backen. In den Souvenirschops gibt es alles, was ein Tourist so braucht, besonders, wenn es ihm nach Schwarzwälder Spezialitäten gelüstet. Ein barrierefreier Rundweg führt um den sagemumwobenen See (dieses Mal musste das Fräulein nicht in den Fels, sondern in den See!). Am hinteren Ufer sitzt sie auch, die arme, aus Metall gegossen. Ich setzte mich ihr gegenüber, genieße die Sonne in meinem Gesicht. Wald-See-Baden, wenn man so will. Die Terrasse des Mummelsee Hotels ist bereits gut gefüllt – und wer genau hinschaut, wird auch wahrhaftig den Mummelseegeist entdecken! Mich zieht es hinauf, hoch zur Hornisgrinde, zum Turm. Und weiter zum *Bismarckturm*, dessen Idee auf das Jahr 1800 zurückgeht! Rundumblick! Und, klar, zur neuen *Grinde-Hütte*. Seit rund einem Jahr steht sie da oben, spektakulär soll sie sein. Ich bin neugierig. Die Muskeln meinen es wieder gut mit mir, also wandern, nicht den Pendelbus nehmen. Nicht Informierte gehen auf der Fahrstraße, ich nicht, ich nehme gleich nach der Schranke den Weg, der links abbiegt. Fleißige Waldarbeiter säubern den Wald von Sturmholz, ich sage: „Ist aber noch früh, um den Christbaum zu klauen“. Er lächelt, er versteht meinen Humor. Der bequeme Weg schmiegt sich an dem Berg entlang, dann wird er frei, der Blick, sehr frei, weit ins Land, und ins Nachbarland. Auf einer Bank sitzt Händchen haltend ein älteres Ehepaar, von der Sonne verwöhnt, von Liebe geprägt. Luftvitamine. Luftbaden. Himmelbaden.

Ich gelange an eine Abzweigung, es geht rechts ab, steil, über eine mühevoll gelegte Natursteintreppe. Der Weg wird ursprünglich, führt in das Dunkel des Waldes. Licht und Dunkel, das Leben besteht aus Kontrasten. Wurzeln säumen den Boden, gutes, wasserfestes Schuhwerk kann zudem nicht schaden. Dann, die nächste Abzweigung: rechts zum *Mummelsee*-



Im Himmel baden auf dem Weg zur Hornisgrinde;

Am Mummelseeblick auf dem Weg zur Hornisgrinde; unten: Blick vom Bismarckturm zum Grindeturm

blick, geradeaus „direkt“ zur **Hornisgrinde**. Ich entscheide mich für rechts – und – bereue es nicht: Eingerahmt von Schwarzwaldtannen ruht der See königsblau strahlend unter mir. Tretboote ziehen Linien durch das Wasser. Bäume und das Hotel spiegeln sich in dem Karsee. Bergrücken staffeln sich hintereinander, verlieren an Farbintensität – von dunkelgrün zu zartem hellblau. Bei guter Sicht könnte ich die Schweizer Berge sehen: Mönch, Eiger, Jungfrau. Sitzen, genießen, ein vorbeifliegender Vogel wird Symbol für die Zeit. Der Blick nach oben zeigt mir die Terrasse der neuen **Grinde-Hütte** – also nichts wie hoch, da gibt es bestimmt lecker Kuchen. Und da habe ich mich nicht getäuscht! Derweil geht mein Blick von der Aussichtsterrasse in die Berge – und so fühle ich mich auch, wie im Bergurlaub. Immerhin bin ich jetzt auf 1155 Metern! Zugegeben, die Hütte ist eine große Hütte, eine sehr große. Der Architekt hat ein Kompliment verdient. Moderne Architektur trifft Tradition, in der Mitte ein Kamin für offenes Feuer, in der zweiten Etage eine Clubsessel-Lounge mit Traumausblick... Das Gewissen klopft an, also Schnürsenkel binden, weiter. Einmal hoch auf den **Grindeturm**, am Drehkreuz brauchts einen Euro, passend. Zur Instandhaltung des Turmes. Eine Ausstellung zur Geschichte des Turmes, hochinteressant. Da hat es visionäre Menschen gebraucht. Missbraucht wurde das Ganze dann vom Militär. Grenzen sichern. Aber, ganz nach Petrarca: „Grenzen erzeugen (auch) Grenzenlosigkeit“. Heute. Die finde ich oben auf der Aussichtsplattform. Rundum geht der Blick: Die Schweizer Berge, der Feldberg, der Belchen, der Grand Ballon im Elsass, die Schwäbische Alb. Tipp: Einfach selbst mal schauen.



Herzklopfen beim Sonnenaufgang unterhalb des Dreifürstensteins



Der Sonnenuntergang über dem Elsass färbt die Fassade der neuen Grinde-Hütte in ein goldenes Licht –

später den Himmel feuerrot; unten: das „Mummelsee Hotel“ im Sonnenaufgang

Mein Instinkt sagt mir: Es wird einen tollen Sonnenuntergang geben, also Geduld, im Warten zeigt sich das Innere des Menschen. Was soll ich sagen? Ein Lebensorange, das seinesgleichen sucht. Langsam, ganz langsam, verfärbt sich der Himmel, sinkt die Sonne in den Schlaf, spiegelt sich in den Fensterfronten der Hütte wieder, verfärbt auch dahinter die Wolken in ein feuriges Rot... als Gegenspieler taucht zur anderen Seite der Mond auf. Unverfälscht und nah, es ist kurz vor Vollmond. Klar, ich will den Sonnenaufgang erleben, deshalb schlafe ich im *Mummelsee Hotel*!

Tief und fest habe ich geschlafen, vermutlich mit einem Lächeln. Sicherheitshalber habe ich mir meinen Wecker gestellt. Es ist noch dunkel, die Lichter des Hotels spiegeln sich im Wasser, der Horizont färbt sich bereits in ein rosa-orange. Also los! Aufstieg!

Herzklopfen. Vor Glück. Die Macht des Lichtes, die Macht der Sonne... die Kraft der Entschleunigung. Ich stehe im Herzen und Licht des Nationalpark Schwarzwald...



Mehr Informationen über diese und andere erlebnisreiche Wanderungen erhalten Sie direkt in den Tourist-Informationen des Achertales oder unter:

www.achertal.de

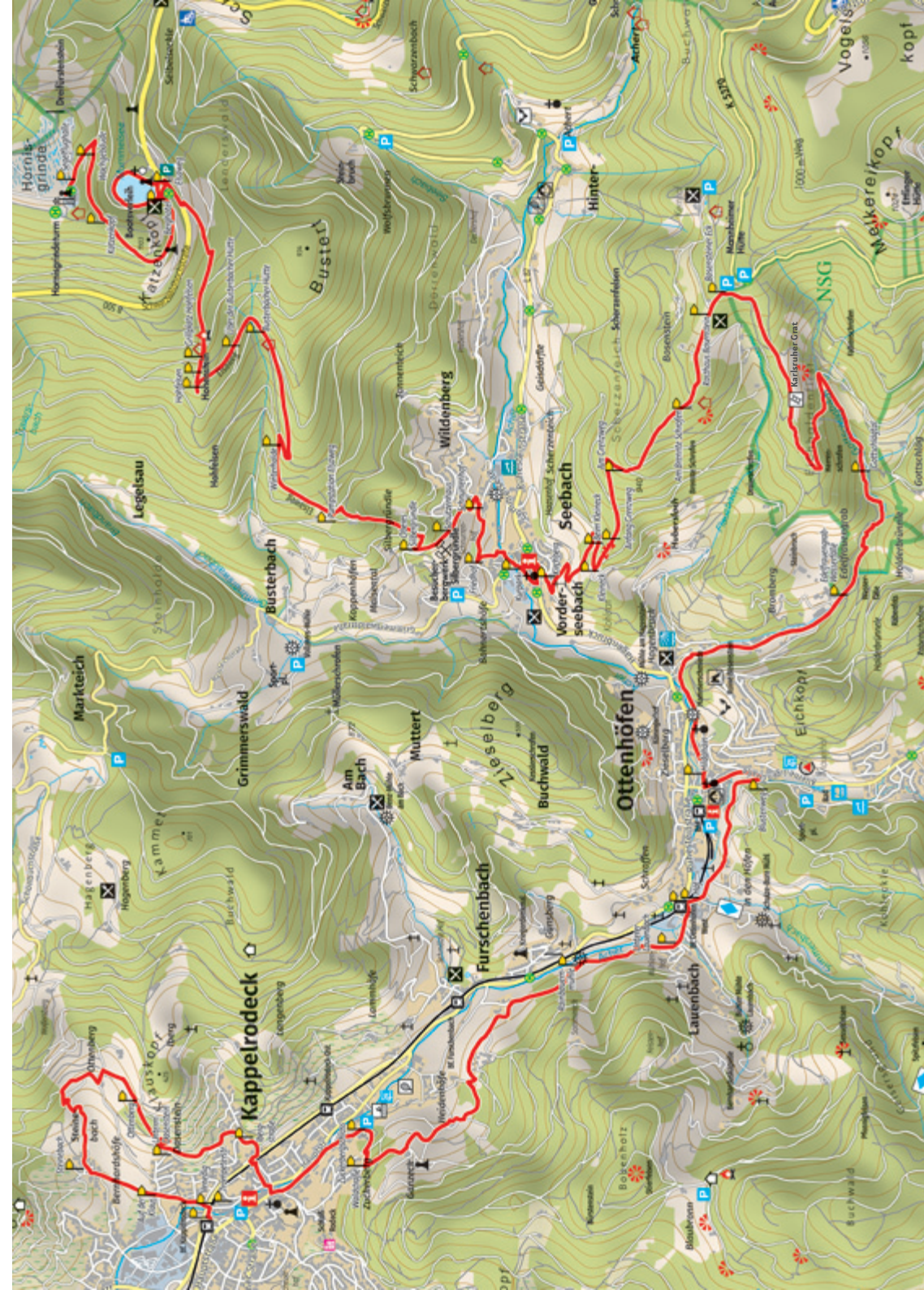
Ich wünsche Ihnen schon heute viel Spaß bei Ihrem Urlaub im Achertal – von der badischen Weinstraße bis zum Nationalpark Schwarzwald...



Scannen Sie den QR-Code und planen Sie diese Route auf outdooractive.de



Karte rechts: Wandervorschlag inklusive Fußweg zum Mummelsee



Achertal

Von der Badischen Weinstraße in den Nationalpark Schwarzwald

KAPPELRODECK | WALDULM

OTTENHÖFEN IM SCHWARZWALD

SEEBACH | MUMMELSEE

A5 Ausfahrt Achern

Richtung Schwarzwaldhochstraße:

Schon sind Sie im Achertal!

A81 Ausfahrt Horb Richtung Freudenstadt,

Schwarzwaldhochstraße, Ruhestein:

Und gleich sind Sie im Achertal!

