

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser!

Wir möchten Ihnen mit unserem Märchen-Wanderbuch Kraftplätze im Mühlviertel näherbringen und Sie gleichzeitig auf eine innere Entdeckungsreise führen. Jeder Kraftplatz hat eine besondere Qualität und natürlich spürt jeder Mensch diese Kraftfelder und Energien anders. Und auch wenn man nichts bewusst wahrnimmt, ist das in Ordnung – die Naturkräfte sind trotzdem da und tun gut.

Nach rund einem Jahr intensiver Kraftplatz-Besuche möchten wir festhalten: Wir sind begeistert! Vielleicht können wir Sie mit unserer Begeisterung für die Natur, die kraftvollen Plätze und das Wandern im Mühlviertel ein wenig anstecken. Es ist wirklich sagenhaft, wie viele derartige Orte das Mühlviertel zu bieten hat! Eine Auswahl zu treffen war spannend, und so haben wir versucht, die wichtigsten, schönsten und kraftvollsten Plätze in diesem Buch zusammenzuführen.

Im Rahmen der Wanderungen habe ich mich intensiv mit den Kraftplätzen beschäftigt und diese erspürt und genossen. Oftmals habe ich die Plätze erneut aufgesucht, um noch mehr Zeit dort zu verbringen. Meine Kraftplatzerfahrungen fanden des Öfteren an einem Freitagnachmittag statt. Gleich nach Büroschluss setzte ich mich ins Auto und fuhr ins nahe Mühlviertel. Kaum hatte ich mich an den Kraftplätzen niedergelassen, vergaß ich die Zeit und kam schnell zur Ruhe. Das Krafttanken gelingt, wenn man bereit dazu ist. Probieren Sie es aus! Das Wandern und das Verweilen an diesen

besonderen Orten sind eine Wohltat für Körper, Geist und Seele und bringen Erholung und neue Kraft.

Oft dachte ich mir, das sei jetzt der schönste, beste, harmonischste, energiereichste, märchenhafteste ... Platz, denn es war ein Ort schöner als der andere und doch keiner mit dem anderen vergleichbar. Jeder einzelne Kraftplatz ist eine ganz besondere Energiequelle, die darauf wartet entdeckt zu werden. Lassen Sie sich darauf ein, nehmen Sie sich Zeit und erwarten Sie das Wunder, das sich wohl bei jedem Menschen anders zeigt. Für mich war es immer wieder die wohltuende Erfahrung der Erholung und Entspannung, die ich mit nach Hause nehmen durfte und die ich seitdem in mir trage. Schöne Erinnerungen können uns ein Leben lang begleiten, sie werden nie zu viele. Je mehr wir davon erleben, desto besser! Die Erinnerungen an die Wanderungen und an die fabelhaften Plätze geben mir auch heute noch Kraft, wenn ich zurückdenke und mich dorthinräume, wo ich gewesen bin, ganz bei mir.

In der Natur warten vielerorts Plätze auf uns, die uns guttun und uns neue Kraft schöpfen lassen. Die einfachsten Dinge sind oft die hilfreichsten, und so wünsche ich auch Ihnen ebensolche Erfahrungen im Mühlviertel und ganz viel Kraft!

Ihre Nina Stögmüller

Liebe Wanderfreunde!

Mit diesem Buch möchten wir den Leserinnen und Lesern einen Wanderführer in die Hand geben, der sie zu einigen der schönsten und interessantesten Plätze in einer mit Naturschönheiten reich gesegneten Region Österreichs führt – dem Mühlviertel. Dennoch wird dieser Landstrich im Norden Oberösterreichs gerne unterschätzt – vielleicht erliegen viele Besucher gerade deshalb rasch seinem herben Charme.

Auch wenn die Kraftplätze des Mühlviertels, ihre Bedeutung, Geschichte und Besonderheiten, im Zentrum dieses Buches stehen, tragen die Wanderungen selbst viel zum Gesamterlebnis bei. Sie machen uns *schrittweise* mit dem Land und seinen Eigenheiten vertraut, ermöglichen ein sanftes, harmonisches Eintauchen in eine Landschaft abseits spektakulärer Superlative und schließlich ein ruhiges Annähern an die Kraftplätze. So lassen nicht nur Letztere den Wanderer Kraft und Freude schöpfen. Schon der gemächliche Rhythmus der Bewegung in einer in weiten Teilen immer noch uralten Region mit ihren Wegkreuzen, Bildstöcken und Kapellen, mit ihren Trockenmauern, Steinbloß-Bauernhöfen und abgelegenen Weilern, mit ihren Lochsteinen, Granitfindlingen und bizarren Felstürmen, mit ihren Birkenhainen, lichten Mischwäldern und weitläufigen Nadelwäldern, mit ihren mäandernden Bächen, tiefen Klammen und einsamen Hochmooren, mit ihren Schlössern, verfallenen Ruinen und ruhigen Stiften hilft beim Finden jener inneren Ruhe, die im hektischen Alltagsgeschebe allzu oft verloren geht.

Der Reiz von Wanderungen in der Mühlviertler Landschaft erschließt sich zudem nicht nur während der warmen Jahreszeit. Im Spätherbst, wenn in tiefen Lagen die Tage in einem trüben Dämmerlicht vorüberziehen, zeigt sich das Mühlviertler Hochland oft von seiner sonnigen Seite. Auch im Winter, im Glitzern verschneiter Hochflächen in einer mit dem frosterstarren Kleid des Raureifs geschmückten Natur besitzt diese Region eine eigene Anziehungskraft. Viele der präsentierten Touren hinterlassen daher auch in der scheinbar unwirtlichen Jahreszeit bleibende Eindrücke, die zu anderen Jahreszeiten vielleicht verborgen bleiben.

Ein Wort zur Auswahl der Routen

Wir haben uns bei der Auswahl der Kraftplätze und Wanderungen als Ziel gesetzt, die Leserinnen und Leser ein breites Spektrum an Gegenden und Naturschönheiten des Mühlviertels entdecken zu lassen.

Sämtliche Wanderungen sind als Rundtouren angelegt, um die Anreiselogistik möglichst einfach zu halten. In vielen Fällen orientieren sich die Wanderungen an bestehenden Touren der jeweiligen Gemeinden. Bei anderen wird jedoch, um die Leserinnen und Leser zu den aus unserer Sicht schönsten und interessantesten Plätzen zu führen, von vorgefertigten Wanderrouten abgewichen oder es werden mehrere bestehende Routen kombiniert. Auch in solchen Fällen werden jedoch fast immer vorhandene Markierungen zur Orientierung herangezogen. Die detaillierte Routen-Beschreibung sowie die bei der jeweiligen Tour abgedruckte Karte in Verbindung mit ein wenig Orientierungsgeschick sorgen auch bei diesen Wanderungen für ein gelungenes Wandererlebnis.

In die mittels Punkte-Kennzeichnung vorgenommene Einteilung der Wanderungen nach dem Grad der Anforderung fließen einerseits die Gehzeiten, Distanzen und Höhenmeter, andererseits die Wegbeschaffenheit mit ein. Sie soll als grobe Richtschnur zur Einschätzung der Schwierigkeit dienen.

Generell können alle Wanderwege außer im Hochwinter zu jeder Jahreszeit durchgeführt werden. Die Ausgangspunkte der Wanderungen sind fast durchgehend mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Abweichungen sind im Einzelfall angegeben. Kontakt-daten von Tourismus-Informationen, Einkehrmöglichkeiten und Sehenswürdigkeiten wurden sorgfältig recherchiert. Um möglichen Änderungen seit der Drucklegung vorzubeugen, empfiehlt es sich dennoch, vor einer Wanderung noch einmal den aktuellen Stand im Internet abzufragen.

Nun bleibt uns nur noch, Ihnen möglichst abwechslungsreiche und genussvolle Wanderungen und Kraftplatzerlebnisse zu wünschen – in der Hoffnung, dass Ihnen die Touren beim Erwandern mindestens so viel Freude bereiten wie den Autoren!

Ihr Robert Versic