

# DAS GRÜNE BAND

Mario Goldstein ist 100 Tage auf der ehemaligen innerdeutschen Grenze gewandert. Hier erzählt er seine Geschichte – und verrät drei Lieblingsabschnitte.

TEXT MARIO GOLDSTEIN



**S**tacheldraht, Selbstschussanlagen, Minenfelder und 44 000 bewaffnete Soldaten. Fast vierzig Jahre lang hatte das damalige DDR-Regime ein undurchdringliches Bollwerk mitten durch Deutschland gezogen. Hunderte von Menschen, die diesen Todesstreifen zu überwinden versuchten, bezahlten ihren Drang nach Freiheit mit dem Leben.

Als ich 1984 von zwei Männern in Zivil aus der Schule geholt wurde, feierte ich gerade meinen fünfzehnten Geburtstag. Nach einem zwölfstündigen Verhör gestand ich, dass ich über eine Republikflucht nachgedacht hatte. Und als um Mitternacht die schwere Eisentür im Untersuchungsgefängnis Plauen hinter mir ins Schloss fiel, verklang das leichte Lied der unbeschwerten Kindheit. Verzweiflung machte sich breit und nach einem Selbstmordversuch wurde ich im Gefängniskeller ans Bett gefesselt. Zwei Tage und zwei Nächte lag ich dort, habe geschrien und geweint, bis ich mich letztendlich meinem Schicksal ergab. Ich verbrachte mein erstes Weihnachten hinter Gittern und zweieinhalb Monate später wurde ich als gebrochenes Kind wieder in die DDR entlassen. (Wie es in Marios Leben weiterging – inklusive Fluchtversuch –, könnt ihr im Netz nachlesen: [www.globetrotter.de/goldstein](http://www.globetrotter.de/goldstein))

## VOM TODESSTREIFEN ZUR LEBENSLINIE

Mittlerweile sind die Grenzanlagen verschwunden und die Natur hat sich ihr Land wieder zurückgeholt. Als der Bund für Naturschutz mich fragte, ob ich das Grüne Band – so heißt der alte Grenzverlauf heute – abwandern möchte, spürte ich, dass dies meine Chance ist, mich mit meiner Vergangenheit auseinanderzusetzen. So kam es, dass ich nach fast dreißig Jahren erstmals wieder an die ehemalige Grenze zurückkehrte.

100 Tage auf Schusters Rappen, mit zwanzig Kilogramm Gepäck auf den Schultern, meiner Hündin Sunny an der Seite und nur mit einem Zelt »bewaffnet«. Ein Weg, der mich tief in unberührte Wälder, Wiesen und Sümpfe führte und letztendlich in eine ähnlich beschaffene innere Wildnis. Doch aus dem ehemaligen Todesstreifen ist eine Lebenslinie geworden, ein Paradies voller Artenreichtum, mit über 1200 seltenen Tier- und Pflanzenarten.

Auf drei der für mich schönsten Strecken möchte ich euch mitnehmen. Packt den Rucksack und erlebt das Grüne Band Deutschland, ein Abenteuer direkt vor unserer Haustür.





Die Burg Hanstein bei Bornhagen ist Ziel dieser 4-Tages-Tour.

Foto: Mario Goldstein

## 1 GRENZGANG

Thüringen: Relikte aus einer dunklen Zeit

### INFO

**Strecke:** Baumkruz bei Iftha bis Burg Hanstein  
**Länge:** ca. 73 km  
**Dauer:** 3–4 Tage  
**Etappen:** Iftha–Treffurt: 23 km, Treffurt–Kella: 27 km, Kella–Sickenberg: 11 km, Sickenberg–Burg Hanstein: 12 km

Mit **weitem Herz und offenen Augen** liege ich in dieser Nacht unter dem klaren Sternenhimmel und bestaune einmal mehr die unendliche Weite unseres Universums. Als ich am nächsten Morgen erwache, hat sich Morgentau über meinen Schlafsack gelegt und die kurzen Halme der saftigen Wiese glänzen in der aufgehenden Sonne. Routiniert packe ich zusammen, laufe ein paar Hundert Meter entlang der B7 und tauche mit Sunny wieder in die Landschaft ein. Mein Weg führt nach Norden. Eine Schlange wärmt sich in den ersten Sonnenstrahlen und schlängelt sich ins dichte Grün. Ein Reh steht bewegungslos im kniehohen Gras nahe dem Grenzweg. Die Tiere fühlen sich wohl am Grünen Band, das nur schwach von Menschen frequentiert wird. Der Wetterbericht verspricht ein paar heiße Tage und mit täglich vier bis fünf Litern Wasser im Gepäck versuche ich den Flüssigkeitsbedarf von Sunny und mir abzudecken. Das Auf und Ab in den Thüringer Wäldern ist schweißtreibend, doch mittlerweile hat

sich mein Körper daran gewöhnt. So gehe ich die Steigung hinter Treffurt ohne spürbaren inneren Widerstand an. Erst eine alte Stasischleuse, die aus einer unterirdischen Betonröhre besteht und schwer auszumachen unterhalb der Grenzanlagen nach Hessen führt, erinnert mich an vergangene Tage. Mit etwa einem Meter Durchmesser war sie groß genug, um Agenten und Spione unbemerkt in den Westen zu schleusen. Ein paar Kilometer weiter steht die Tür eines alten Wachturms offen und ich nutze die Gelegenheit, um mich der Aura von damals noch einmal zu stellen. Ich öffne die verbeulte Stahltür und steige die alten Eisentreppen zur Aussichtsplattform hinauf. Der Ausblick ist weit, nichts verstellt mir die Sicht und das Grüne Band zieht sich klar und schnurgerade durch die Landschaft.

### MAHNMALE AUS DER VERGANGENHEIT

Ich schiebe eines der Fenster auf und lasse den kühlen Abendwind die alten Geister der Vergangenheit vertreiben. In den Jahrzehnten der deutschen Teilung standen 434 Wachtürme entlang der innerdeutschen Grenze. Zudem wurden 302 Türme entlang der Berliner Mauer errichtet. Viele von ihnen wurden nach der Wende abgerissen, doch immer wieder findet sich eines dieser alten und mahnenden Relikte entlang des Grünen Bandes.



Foto: Mario Goldstein



Foto: Ramona Goldstein

Viele Flüchtlinge bezahlten ihren Drang nach Freiheit mit dem Leben: 327 Tote verzeichnete man offiziell an der innerdeutschen Grenze und 113 Mauertote wurden in Berlin registriert. Die Dunkelziffer liegt vermutlich weitaus höher, denn eine unbekannte Zahl von Flüchtlingen ist in der Ostsee, der Elbe und in anderen Grenzgewässern ertrunken oder während der Haft unter menschenunwürdigen Bedingungen gestorben. Um die Flucht zu erschweren, wurden insgesamt rund 1,3 Millionen Bodenminen verlegt und 55000 Selbstschussanlagen installiert.

Nach Lindewerra geht es steil bergauf und mein Weg führt als schmaler Pfad bis auf den Bergkamm, wo die Hexenkanzel einen atemberaubenden Ausblick ins Werratal bietet. Dort, wo sich heute die Werra durch die hügelige Landschaft ihren Weg bahnt, befand sich früher das Grenzgebiet. Als ich am Abend die Burg Hanstein erreiche, ziehen dunkle Wolken heran und zaubern ein faszinierendes Lichtspiel in die Landschaft. Während sich der erste Blitz über der Burg entlädt und es wie aus Eimern zu regnen beginnt, schlüpfe ich in mein Zimmer im Gästehaus, das mir Schutz für die Nacht bietet.

Highlights am Grünen Band:  
 Eine Nacht im Heu und das Gespräch mit einem ehemaligen Grenzsoldaten, stilecht im Trabant Kübel.

klean kanteen®  
 ALL YOU NEED IS  
**ONE**  
 #BringYourOwn

Certified B FOR THE PLANET CORPORATION MEMBER



2

## HÖHEPUNKT: BROCKEN

Begegnung mit einem Weltrekordhalter

**Sunny wirkt erschöpft.** Mit ihren zehn Jahren macht ihr die Hitze zu schaffen. Seit wir die 1000-Meter-Marke geknackt haben, gibt es kaum noch schattenspendende Bäume und die Sonne drückt erbarmungslos gegen den Berg.

Wir sind auf dem Harzer Grenzweg unterwegs und wollen auf den Brocken (1141 m). Noch während ich denke, dass heute nur wenige Wanderer unterwegs sind, schnauft die Brockenbahn heran und bringt die ersten Besucher bis kurz unter den Gipfel. Kaum hat sich die alte Dampflok an uns vorbeigeschoben, schließt von hinten ein alter Mann zu mir auf.

Benno Schmidt, den die meisten nur als »Brocken-Benno« kennen, steigt fast jeden Tag auf den Brocken. Er gibt zu, dass er schon »ein bisschen verrückt sei«, und flachst unter der dunklen Sonnenbrille hervor: »Viele fragen, ob ich eine böse Frau zu Hause habe oder 'ne feuchte Wohnung.« Benno hat schon alles gehört, er zitiert dann gerne einen ostdeutschen Satiriker: »Es müsste viel mehr Men-

schen mit einer Macke geben. Alles was verrückt und fern der Norm ist, ist ein Stück Kultur und bereichert unser Leben.«

Der Brocken ist der windreichste Berg Deutschlands und Orkane mit Windgeschwindigkeiten von 200 Stundenkilometern sind hier keine Seltenheit. Der Windrekord wurde 1984 mit 263 Stundenkilometern gemessen. Zudem hält der Brocken mit 330 Nebeltagen den unangefochtenen Rekord in Deutschland. Über 30 Tote hat es hier schon gegeben. Oft verirren sich die Menschen und erfrieren.

### 8515-FACHES GIPFELGLÜCK

Wenn es mal wieder in Strömen regnet, fragt Bennos Frau schon, ob er sich das heute wirklich antun will. Doch am Ende gibt sich der 86-Jährige einen Ruck und geht los. Vor allem die Begegnungen mit den netten Menschen begeistern ihn. Selbst

### INFO

**Strecke:** Rotheshütte bis Stapelburg

**Länge:** ca. 45 km

**Dauer:** 2–3 Tage

**Etappen:** Rotheshütte–Brocken: 25 km, Brocken – Abbenrode: 20 km



Für Mario ist es der erste Aufstieg zum Brockengipfel, für das Urgestein Brocken-Benno tägliche Routine.



Fotos: Eric Frensis

Links: Katzen hautnah – Begegnung im Luchsgehege bei Bad Harzburg. Rechts: Knapp eine Stunde braucht die Brockenbahn bis auf den Gipfel.



## DAS NEHM ICH MIT

Alles für deine Tour auf dem Grünen Band



**MARIO GOLDSTEIN ...**

... wanderte 100 Tage mit Hund, Zelt und einem 20-kg-Rucksack auf dem Grünen Band quer durch Deutschland.

1 Alltagstaugliche Wanderjacke von Fjällräven. Die **KAIPAK JACKET M\*** wird aus G-1000 Eco gefertigt.  
F81166 ♂ 259,95 €

2 Schraub- oder Kippverschluss, mit oder ohne Strohhalme – die **FRILUFTS HAVASU** kann all diese Varianten.  
1008202 ab 9,95 €

3 Der **VAUDE BRENTA 35** ist ein sportlicher Wanderrucksack mit komfortablem Netzrücken-Tragesystem.  
1028946 124,95 €

4 Für alle Fälle: Der bequeme **SCARPA MOJITO TRAIL GTX** ist ein wasserdichter, funktionaler Multisportschuh.  
1146616 ♂ 169,95 €

\* Material: 65 % Polyester, 35 % Baumwolle. Material 2: 88 % Nylon, 12 % Elasthan.

Reinhold Messner hat er hier oben schon getroffen. Siebzig Menschen haben es über 100-mal auf den Brocken geschafft, 20 Wanderer haben gar mehr als 1000 Aufstiege im Tourenbuch. Bennos Frau gehört dazu und hat bisher 1207 Stempel gesammelt. Sie bringt viel Verständnis für ihren Mann auf, der immerhin täglich fünf Stunden unterwegs ist.

Während die Brockenbahn hinter uns wieder in Richtung Tal rollt, erreichen wir gemeinsam den Gipfel. Benno steht heute zum 8515. Mal hier oben. Wer diesen Rekord brechen will, müsste fast 24 Jahre lang jeden Tag mindestens einmal auf den Brocken wandern. Doch die Chancen stehen schlecht, denn wenn Benno es gesundheitlich durchhält, wird er auch weiterhin täglich seine Kilometer in Richtung Gipfel abspulen.

Für mich geht es wieder bergab. Ein schmaler Pfad führt entlang der Ecker, die hier munter im Zickzackkurs in Richtung Tal plätschert. Der Brocken markiert den geografisch höchsten Punkt meiner Wanderung entlang des Grünen Bandes. Wenn alles gut läuft, dann werde ich am Ende am Punkt null stehen und Sand unter meinen Füßen haben. Denn dort, wo die Ostsee ihre Wellen ans Ufer bei Priwall schickt, endet das Grüne Band Deutschland. Doch noch bin ich im Nationalpark Harz unterwegs und bis zum Ziel sind es noch um die 600 Kilometer. Ich weiß übrigens nie genau, wie viel Strecke ich gemacht habe, denn jeden Meter über GPS zu tracken, liegt mir nicht. Der Weg ist ja bekanntlich das Ziel – und so halte ich es auch.



Nach 1100 Kilometern zu Fuß genießen Mario und Hündin Sunny die Abwechslung auf der Elbe.



3

## ELBE PER KANU

Im Fluss der Zeit

Die Elbe liegt voraus, ein Fluss, der Deutschland einst auf 94 Kilometern teilte und heute mitten im Grünen Band liegt. Die Elbe ist der zwölfgrößte Fluss in Europa und gehört zu den 100 längsten Flüssen der Welt. Sie ist der einzige Fluss, der das von Mittelgebirgen eingeschlossene Böhmen in Richtung Norden entwässert, und mündet schließlich nach 1094 Kilometern in die Nordsee.

Als ich am Nachmittag auf einen Sandstrand an der Elbe laufe, reiße ich die Arme in die Höhe und schreie mir die Seele aus dem Leib. Noch bin ich nicht an der Ostsee, aber dieses Zwischenziel markiert einen wichtigen Meilenstein auf meiner Wanderung. Über 1100 Kilometer sind geschafft und mit Erleichterung lasse ich den schweren Rucksack in den Sand sinken. Das klare und kühle Wasser umspült meine geschundenen Füße. Es tut gut, hier zu sein.

Im Strömungsschatten einer Buhne lege ich mich in den Sand und döse vor mich hin. Hier geht es sowieso nicht weiter, es gibt keine Brücke, keinen Weg und keine direkte Möglichkeit, das andere Ufer zu erreichen. Der Grenzzaun verlief früher auf der anderen Seite des Flusses oben auf der Deichkrone und die Grenzlinie lag direkt in der Flussmitte.

### »DIE SCHÖNSTEN TAGE SEIT LANGEM«

Das Grüne Band ist hier mehrere Hundert Meter breit und dieser Abschnitt bietet die Möglichkeit, die Landschaft vom Wasser aus zu erleben. Mir gefällt die Vorstellung, für eine Woche die Beine langzumachen. Nach einer kurzen Recherche leihe ich mir ein Kanu und setzte bei dem niedrigsten Wasserstand der Elbe seit 80 Jahren bei Mückendorf ein. Mein Plan ist, das Boot nach etwa 90 Kilometern, bei Lauenburg, wieder abzugeben.

Vorbei an der Hohen Garbe führt meine erste Halbtagesetappe bis nach Lenzen. Die Burg Lenzen erhebt sich heute im Biosphärenreservat Flusslandschaft Elbe-Brandenburg malerisch über der Elbtalau. Hier verbringe ich die Nacht und decke mich mit Vorräten ein, bevor ich am frühen Morgen mein leichtes Stechpaddel durch das klare Wasser der Elbe ziehe. Die Strömung ist schwach, aber spürbar, und so lasse ich mich längere Strecken treiben, lehne mich zurück und genieße das Nichtstun. Die Elbe zeigt sich im schönsten Kleid und fordert mich auf, mit ihr zu tanzen. Sanft dreht sich das Kanu im frischen Elbwasser. Mit einem Fluss derart zu verschmelzen, bringt ungeahnte Tiefe und Frieden. Stille Elbstunden begleiten mich

### INFO

**Strecke:** Schnackenburg bis Lauenburg

**Länge:** ca. 90 km

**Dauer:** 5–7 Tage Paddeln

**Etappen:** Jede Buhne ist ein potenzieller Schlafplatz. 15–20 km Strecke pro Tag sind locker machbar



Fotos: Patrick Schillbach

durch ein dahindösendes Tagwerk und die Natur hört einfach nicht auf, mich mit ihrer absichtslosen Strahlkraft in den Bann zu ziehen.

Es sind die schönsten Tage seit langem, ich fühle mich noch mehr mit der Natur verbunden als auf meiner Wanderung. Eine Woche lang keine Fahrzeuge, keine Menschen und keine Gespräche. Nur der Fluss und ich. Meist starte ich in den frühen Morgenstunden, kurz nachdem die Sonne aufgegangen ist. Vorher koche ich mir auf meinem Gaskocher einen Kaffee und höre mir das laute Geschnatter der Gänse an, die mit ihrem kraftvollen Sound die Stille der Nacht verdrängen.

Einen Stopp mache ich dann doch: Rüterberg liegt direkt an der Elbe, und aus Protest und als Zeichen gegen die jahrelange Demütigung durch die DDR riefen die Bewohner am 8. November 1989 einstimmig die »Dorfrepublik Rüterberg« aus. Nach der Wende kam die Anerkennung und Rüterberg durfte bis 2002 die Bezeichnung »Dorfrepublik« als Zusatz auf allen Ortsschildern führen.

Ich nutze die kühleren Vormittagsstunden, um voranzukommen, dann lege ich eine zwei- bis dreistündige Mittagspause ein. Döse an einem schattigen Plätzchen vor mich hin oder kühle mich im Fluss ab. Nachmittags paddele ich dann bis in die Abendstunden hinein. Wenn die Sonne sich anschiebt, am Horizont abzutauchen, steht die Lagersuche an.

Nach einer Woche und knapp 100 Flusskilometern taucht Lauenburg hinter der großen Elbbrücke auf, die hier den Fluss überspannt. Ich gebe mein Kanu ab, miete mich in einer kleinen Pension ein, gönne mir eine warme Dusche. In einer Woche könnte ich am Meer stehen. Noch 150 Kilometer bis nach Priwall.



### MEHR VON UND MIT MARIO GOLDSTEIN

Mario arbeitet als Autor und teilt als Referent seine Abenteuer mit dem Publikum. Seit fünf Jahren veranstaltet er das Freiräumer-Festival in Plauen, das jedes Jahr 15 000 Besucher ins Vogtland zieht. Ab September ist Mario mit seiner Live-Reportage »Abenteuer Grünes Band« auf Vortragstour. Das Buch zur Reise (erscheint am 18. September) gibts bei [www.globetrotter.de](http://www.globetrotter.de) (Art.-Nr. 1217053, 35 €) und in den Filialen.

► Infos: [www.mario-goldstein.de](http://www.mario-goldstein.de) oder [www.freiraemer.de](http://www.freiraemer.de)

Bad Reichenhaller

## Dein kleiner Begleiter für große Touren

Die richtige Würze für unterwegs!



Der 10 g Ministreuer  
Gerade mal 4 cm groß,  
passt er in jede Brotdose.

Erhältlich in allen Globetrotter Filialen sowie  
im Online-Shop [www.globetrotter.de](http://www.globetrotter.de) oder  
unter [www.bad-reichenhaller-shop.de](http://www.bad-reichenhaller-shop.de)

