



«Die Arbeit beginnt um vier Uhr. Ich habe eine Stunde Mittag. Und weiter gehts bis neun Uhr abends»: Maria Müller, Sennin

Als ob das Universum einen Moment aufgeht

PORTRÄT/ Seit vier Jahren geht Maria Müller im Sommer z Alp. Der Alltag in den Bergen ist für sie Himmel und Hölle zugleich.

«Ich erinnere mich noch gut daran, wie ich im ersten Alpsommer melken lernte. Die Kühe waren nervös. Und der erste Abend war schlimm. Es war eng im Stall, die Kühe hatten Durchfall, und ich kam mit der Melkmaschine nicht klar. Die andere Sennin melkte zwanzig Kühe, während ich vier schaffte. Ich hatte keine Ahnung von gar nichts.

UNIVERSUM. Trotzdem wusste ich, die Alp, das ist es! Es reicht, am Morgen aufzustehen und die Kühe zu holen, um das Gefühl zu haben, am richtigen Ort zu sein. Auf der Alp werde ich als Person weniger wichtig. Ich gehöre einem Gefüge an, in dem das Wetter und die Kühe und alle Umstände in gleichem Mass eine Rolle spielen. Hier bin ich Teil des Ganzen und darauf angewiesen, dass das Wetter hält, die Kühe gesund bleiben, das Gras wächst. Ich kann viel weniger ausweichen als im Tal, kann nicht zum Zuesenn sagen, das Wetter passt mir nicht, komm, wir gehen. Oder, die Kühe treten mir ständig auf die Füsse, komm, wir holen neue. Ich muss mit der Situation umgehen und

mich fragen, also, was mache ich, wem mal schneit? Die Kühe müssen ja auch dann gefüttert und gemolken werden.

Und so werde ich als Mensch kleiner und das Universum wird grösser. Auf der Alp werde ich andächtig und fange an, die Welt zu verstehen. Es gibt Momente, in denen mir die Worte fehlen und ich nur noch in Bildern sprechen kann. Ich sehe den Sonnenaufgang und stehe mitten drin in diesem Wunder.

KLOSTER. Die Zeit in einem Kloster in Kathmandu trug sicher auch dazu bei. Fünf Monate lang übte ich mich in Zen-Meditation. Danach wollte ich wissen, was passiert, wenn ich länger als nur einen Tag sitze und meditiere. Was zeigt sich da? Die ersten Tage im nepalesischen Kloster waren schön. Dann begann es, zu drehen in meinem Kopf, dann begann es, noch mehr zu drehen, dann wurde es langsam schwierig, dann begann ich, mich zu fürchten, bis ich dachte, jetzt haut es mir die Sicherungen raus. Ich ging in die Stadt, kaufte mir Stift und Papier und begann, alles aufzuschrei-

ben. Ich schrieb, machte Skizzen, und schrieb. Und nach drei Monaten wurde es still. Ich sass nur noch am Boden auf dem Meditationskissen – und war angekommen in mir.

SINN. Diese Stille finde ich auch auf der Alp. Hier werde ich Teil dieses Gefüges und habe das Gefühl, gleichzeitig Himmel, Wiese und Kuhglocke zu sein. Die Sinne dehnen sich aus auf das Ganze und ich kann alles gleichzeitig wahrnehmen. Es ist, als ob das Universum sich für einen Moment auftut. Wie ein Samen, der plötzlich aufplatzt.

Auf der Alp wurde mir klar, so macht das Leben Sinn, wenn man am Morgen aufsteht und sich freut. Und man sich nicht ständig fragen muss, ob man gut genug ist oder wie der Chef heute drauf ist, ob die Kollegin gestern betupft war. All diese komplizierten Beziehungskonflikte, wo man vom einen Gefühl zum nächsten springt. Hier ist nur noch das, was ist. – Obwohl die Alp Himmel und Hölle gleichzeitig ist: Irgendwie geht es immer auf.»

AUFGEZEICHNET VON DANIELA SCHWEGLER

MARIA MÜLLER, 40

ist Landwirtin, Störköchin, Shiatsu-Therapeutin, Glasmalerin und Sennin. Seit 2009 bewirtschaftet sie zusammen mit einem Zuesenn, die Bussalp bei Grindelwald BE mit 26 Milchkühen, 24 Rindern, 4 Kupferhalsgeissen, 4 Appenzeller Spitzhaubenhühnern, 2 Appenzeller Barthühnern und 1 Boardercollie.

TRAUM ALP. Alplerinnen im Porträt. Von Daniela Schwegler und Vanessa Püntener. Rotpunktverlag, 2013. Fr. 39.50.