

Anne Krüger veredelt auf der Muttner Alp  
Milch von 45 Kühen zu feinstem Alpkäse.



## «VIRUS Z'ALP»

Älplerinnen und Älpler lassen alles stehen und liegen, um drei, vier Sommermonate auf der Alp zu verbringen. Vier Menschen erzählen, weshalb es keinen schöneren Arbeitsplatz gibt als inmitten der Ruhe der Berge, weshalb auch sie an ihre Grenzen stossen, und weshalb sie trotz aller Plackerei immer wieder hoch wollen.

Auf der Alp, da sömmern Kühe, Rinder, Geissen, Schafe, Pferde und neuerdings sogar Lamas, Alpakas und Yaks. Man wandert an den Tieren vorbei auf dem Weg zum Gipfel, kurvt mit dem Bike entlang üppiger Blumenwiesen ins Tal, macht Pause an einer Alphütte. Die ist für Bergsportler oft mehr als ein Wegepunkt, eine Durchgangsstation, ein urchiger Verpflegungsposten. Danach geht es weiter. Jene, die dort arbeiten, verbringen aber nicht selten den ganzen Sommer auf den lichten Höhen oberhalb der Bergwälder. Ein Älpler und drei Älplerinnen aus dem Bündner- und aus dem Berner Oberland erzählen, weshalb die Berge sie dermassen in ihren Bann ziehen, dass ihnen trotz harter Arbeit der Abschied im Herbst oft schwerfällt.

### **Anna Mathis Nesa, 45, Güner Alp im Safiental**

Anna Mathis Nesa verbringt mit ihrem Mann Riccardo, 42, und ihren Kindern Braida, 11, Marchet, 9, und Jon, 6, den Sommer auf der Güner Alp. «Was mich hier fasziniert, ist diese Sicht!», sagt Anna Mathis Nesa. «Hier hab' ich manchmal das Gefühl, ich wäre eine Königin und das ganze Güner Alpenreich läge mir zu Füßen. Also nicht, dass das jemand wüsste, das weiss nur ich. Aber das macht nichts. Denn eigentlich sind wir hier alle Könige. Die Kinder machen, was sie wollen. Riccardo käst, wie er will.

Und ich habe das Gefühl, ich sei ganz nah am Himmel. Hier fühle ich mich frei.» Anna und Riccardo sind beide Forstingenieure. Zur modernen Alphütte hoch, «ganz nah am Himmel», gelangt man über ein Strässchen, das sich in engen Serpentinafängen vom Safiental in Richtung Güner Horn schlängelt. An dessen Fuss liegt die Alp mit dem modernen Stall und der komfortablen Sennhütte. Rund herum stehen alte Holzstadel. Von der Alp schweift der Blick über den Talschlitz auf den Heinzenberg vis-à-vis zum Beverin bis in die Bernina-Kette und die Prättigauer Berge hinein. Wahrlich ein erhabener Sitz! 46 Milchkühe von Bauern im Safiental sömmern Anna und Riccardo, dazu elf Schweine, vier Hühner. Und neben Hündin Maira leben auch Katze Micha und Murmeltier Frida auf ihrer Alp. «Von hier oben hat Frida den Weitblick bis ins Tal hinunter - einen richtigen Logenplatz», lacht Anna. Allerdings sei die Güner Alp auch sehr ausgesetzt, nicht selten pfeife ein starker Wind ums Haus. «Aber wenn die Sonne am Morgen über den Prättigauer Bergen aufgeht, gibt es Momente, wo ich beim Zusammenstreifen der Kühe innehalte und einfach nur staune. Manchmal unterbreche ich das Melken, fülle mir die Kaffeetasse mit warmer Milch, trete vor den Stall und genieße diese heiligen Momente in der morgendlichen Stille. Aahhh! Die Kinder schlafen meistens noch. Und ich denke, dafür bin ich hier! Für mich, für die Momente, die ich so tief unten im Tal nicht hab. Einfach faszinierend!»



Auf der Alp immer mit dabei: Emilia und Valentin, die Kinder von Anne und Oskar.



Maria Müller von der Bussalp: «Für mich ist jede Kuh eine Persönlichkeit.»



Anna Mathis Nesa: «Dass Riccardo und ich mit den Kindern auf der Güner Alp gelandet sind, ist ein purer Glücksfall.»

### Anne und Oskar Krüger, 39, Muttner Alp bei Thusis

Auch Anne und Oskar Krüger, beide 39, zieht das Leben auf der Alp in seinen Bann. Am Anfang sei sie richtig süchtig gewesen, sagt Anne. «Ich hab im deutschen Witzhausen noch als Agraringenieurin Biolandbau studiert und bin im Sommer immer ausgebrochen, um in der Schweiz z'Alp zu gehen.» Mittlerweile ist ihr langgehegter Traum, Familie zu gründen und mal selber einen Hof zu führen, zusammen mit Oskar wahr geworden – in Patagonien. Dort bewirtschaftet das Paar die Wintermonate über einen Landwirtschaftsbetrieb in Chile Chico, einem kleinen 3000-Seelen-Dorf «am Ende der Welt». Die beiden finanzieren sich ihr einfaches Landwirtschaftsleben in der patagonischen Pampa quer mit den Einkünften, die sie regelmässig im südamerikanischen Winter auf der Alp in der Schweiz erwirtschaften. So haben sie und ihre zwei Kinder Emilia, 6, und Valentin, 5, eigentlich zwei Zuhause: den Hof in Chile und die Muttner Alp in den Bündner Bergen. «Oskar und ich leben unseren Traum», strahlt Anne. «Wir sind beide von Herzen gerne Landwirte. Hier auf der Alp mit den Tieren und in Patagonien beim Obst- und Gemüseanbau. Aber das Pendeln zwischen den zwei Welten ist schon sehr anstrengend!»

Nicht nur wegen ihres Nomadenlebens mit dem mühsamen Einwintern, wenn die ganze Familie ihre kleine Estancia für einen Alpsommer in der Schweiz verlässt. Auch das frühe Aufstehen um fünf, halb sechs, um die 45 Kühe von der Weide zum Melken in den Stall zu holen, koste viel Energie. Für Alpromantiker haben die beiden drum nur ein Lächeln übrig, erzählt das Paar, als beide im Käsekeller die Käselaike mit Wasser bepinseln, damit die nicht austrocknen. «Die Landwirtschaft ist unser Beruf, den wir gerne machen. Da gehört das Alpen dazu», fährt Oskar fort. Und Anne ergänzt: «Mich befriedigt die Arbeit. Aber ich bin nicht mehr so euphorisch wie früher. Ich erinnere mich noch an meinen ersten Alpsommer, als meine Mutter fand: «Die Alp ist ja ganz nett. Aber Kind, das kann man doch nicht für länger machen!» Mittlerweile sind daraus schon mehr als zwölf Jahre geworden. Und Oskar nennt einen ganz pragmatischen Grund dafür: «Wir verdienen hier einigermaßen gut. In der Schweiz wird die Alpwirtschaft ja kräftig subventioniert.» Anne findet es gut, dass der Staat das Alpen mit viel Geld unterstützt. «Aber das Ganze als Heidiland-Idylle zu verkaufen und so zu tun, als würden auf der Alp alle über dem offenen Feuer käsen und inbrünstig im Kessi rühren, ist einfach eine Lüge.» Oskar weiss, dass es trotzdem viele Älpler gibt, die das aus Nostalgie machen. Und Anne gibt mit einem Augenzwinkern zu:

«Naja, vielleicht reagieren wir diese archaischen Menschheitsbedürfnisse ab, indem wir in Patagonien jeden Tag einfeuern, immer wieder Tiere schlachten und mit den Händen in der Erde graben, um unser Gemüse anzupflanzen.» Dennoch ist Oskar keiner, der auf der Alp allzu lange romantischen Gedanken nachhängt. «Die Alp ist Teil unseres Berufs», meint er. «Wir gehen das nüchtern und professionell an. Im Unterschied zu vielen Älplern, die das einfach mal für ein paar Sommer machen.» Viele Leute würden die «Grenzerfahrung Alp» suchen, wirft Anne ein. «Auch wir kommen an unsere Grenzen.» Man könne die Muttner Alp von der anfallenden Arbeit her sicher auch zu dritt machen, ergänzt Oskar. Aber dann rentiere es sich finanziell nicht mehr. «Wir sind auf das Geld angewiesen.» Und Leute, die einfach so z'Alp gehen, drückten oft das Lohnniveau. «Für die Qualität, die wir mit unserer Arbeit sicherzustellen versuchen, sollten wir eh besser bezahlt sein, ... mit unserer Erfahrung und der Arbeitszeit, die wir da reinstecken.» Anne und Oskar verdienen 165 Franken brutto pro Tag und Kopf. Mit den 12-Stunden-Tagen im Schnitt macht das einen Stundenlohn von 13 Franken brutto. Und das, ohne in eine Pensionskasse einzahlen zu können. Und das bei 90 Tagen Präsenz am Stück, rund um die Uhr und an jedem Wochenende.

### TRAUM ALP

Mit dem Alpauftrieb Ende Mai, Anfang Juni zieht es jedes Jahr etliche Stadt- und Landmenschen, insbesondere Frauen, hinauf auf die Alp. Sie hüten dort den Sommer über Ziegen, Kühe, Rinder, Pferde, Schafe oder neuerdings auch Lamas. Sie machen Käse. Es ist eine Entscheidung für ein Leben in der Natur – ohne üblichen Luxus, manchmal verbunden mit Hochgefühlen, manchmal mit Einsamkeit, aber immer mit viel und anstrengender Arbeit. Die Autorin Daniela Schwegler hat Älplerinnen unterschiedlichster Couleur auf der Alp besucht. 15 Frauen zwischen 20 und 75 Jahren erzählen, wie sie den Alpsommer erleben, erliden und sich an Natur, Tieren, Sonne und Himmelblau erfreuen. Das Buch gibt Einblicke in den geliebten Traum von der Alp, der für einige allzu Blauäugige auch schnell zum Alptraum werden kann. Eindrucksvolle Reportagefotos von Vanessa Püntener setzen die Älplerinnen und ihren Arbeitsalltag in Szene. Jedes Porträt wird mit einem attraktiven Wandervorschlag von der Alp aus und mit einem Älplerinnen-Rezept abgerundet.

«Traum Alp. Älplerinnen im Porträt», Rotpunktverlag 2013, 4. Auflage, CHF 34.-

Wen es selbst auf die Alp zieht, der kann sich hier einen Überblick über Kurse, Know-how, Stellen und Löhne verschaffen: [www.zalp.ch](http://www.zalp.ch)

«Mit romantischem Älplerdasein hat das darum rein gar nichts zu tun», sagt Anne. Trotzdem bist du als Älpler immer ein bisschen Ballenberg! Viele Leute sind ganz euphorisch. Die finden es so toll, dass wir alpen.» Oskar schüttelt den Kopf und grinst: «Witzig, dass es so viele Menschen gibt, die sagen: Eigentlich wäre ich auch so gerne Bauer, aber leider bin ich Banker.»

### Maria Müller, 42, Bussalp bei Grindelwald

Ihren Traum wahr gemacht hat auch Maria Müller, 42, die Älplerin auf der Bussalp bei Grindelwald. «Kühe faszinierten mich schon als Kind. Ich wuchs in Teufen in Appenzell Ausserrhoden auf. Wenn ich in der Schule Kuhglocken bimmeln hörte, rannte ich zum Fenster, um den Alpaufzug zu sehen. Die Sennen mit der Tracht, die Zäuerli, die typischen Appenzeller Naturjodler und die Geissen voran, das machte mir Hühnerhaut.» Doch bevor sie selber z'Alp ging, versuchte sie ihr Berufsglück zehn Jahre lang unter anderem als Glasmalerin, Handwerkerin auf einer Schiffswerft am Bodensee, als

Anne Krüger: «Mit romantischem Äplerdasein hat unsere Arbeit rein gar nichts zu tun.»



Schreinerin, Krankenpflegerin und als Erzieherin mit schwer erziehbaren Jugendlichen in einem Heim. Als das geschlossen wurde und alle Mitarbeiter auf der Strasse standen, gingen ein paar Kollegen z'Alp. Und Maria fand: «Das mach' ich auch. Der Zeitpunkt war goldrichtig.»

Als sie am ersten Morgen früh auf der Alp Grosse Scheidegg im Berner Oberland um vier Uhr aufstand, um die Kühe von der Weide zu holen, lief sie mit Gummistiefeln zwischen Blumen über die vom Tau benetzte Wiese. In der Hand der Hirtenstecken, über ihr der Sternenhimmel. Sie dachte nur: «Nein, so schön!» Sie hatte das Gefühl, das Leben sei ein Stück wahrer geworden. Der Fall war klar: «Die Alp war das, wonach ich in den letzten zehn Jahren gesucht hatte.» Seither lässt die Alp Maria nicht mehr los. Obschon das Leben dort manchmal Himmel und Hölle zugleich sei. «Es brennt dir zum Beispiel eine Kuh durch und du stampfst tobend auf den Boden und zerbrichst vor

Wut den Treibstecken. Und später im Stall lehnt sich die Kuh dermassen herzlich an dich an, dass du fast verschmilzt vor Wonne. Die Extreme liegen sehr nah beieinander. Du kannst dich wahnsinnig über das Leben freuen, und eine Sekunde später übermannt dich Todesangst.»

Wie in jenem Sommer, als sie die Kühe vor dem Gewitter von der Alp runterholen musste. «Ich stand auf dem Hochplateau der Grossen Scheidegg auf 2000 Metern Höhe, der Blitz schlug neben mir in den Boden ein, und ich trieb die Tiere die Weide hinunter. Kirschgrosse Hagelkörner prasselten auf mich nieder. Jede Körperstelle, die nicht durch mein T-Shirt geschützt war, bekam Dellen. Ich hielt die Arme über den Kopf, rannte die Wiese runter, so schnell ich konnte. Und kam mit den Kühen gerade noch rechtzeitig im Stall an.»

Die Nachbarin hingegen sei eine halbe Stunde zu spät gewesen. «Der Blitz erschlug ihr zwei Kühe. Wir schauten zu, wie der Helikopter die toten Tiere ins Tal flog. Das sind Momente, in denen du merkst, wie ausgeliefert du bist. Andererseits kann ein Hagelsturm in der Hütte etwas Wunderbares sein. Dann steh ich am Fenster und denke, hei, ist das schön!»

Auch diese Ruhe! Einst hatte sie die beim Meditieren während einer Auszeit in einem Kloster in Katmandu kennen und lieben gelernt. Und heute findet sie ihren inneren Frieden 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.»

Darum zieht es Maria Müller – trotz aller Mühsal – immer wieder auf die Alp. Denn wer das Alp-Virus einmal in sich trage, bringe es nicht mehr los, sagt sie: «Man geht entweder einmal und nie mehr. Oder man geht immer wieder. Das ist wirklich eine Leidenschaft. Man hat dann einfach dieses Fieber.»

TEXT: DANIELA SCHWEGLER  
FOTOS: VANESSA PÜNTENER



Keb Jacket



Keb Trousers



## Keb FÜR DIE HÖHEPUNKTE DEINES OUTDOOR- LEBENS

Die hochfunktionellen Outdoor-Kleidungsstücke der *Keb-Reihe* wurden für den Einsatz auf anspruchsvollen Touren in schwierigem Gelände entwickelt, bei denen es auf Bewegungsfreiheit, Strapazierfähigkeit und Schutz ankommt.

Die bis ins kleinste Detail durchdachten Schnitte und die bewusst scheuerarm platzierten Nähte runden Design und Funktionalität ab.

Die Inspirationsquelle dieser Kollektion ist der *Kebnekaise*, der höchste Berg Schwedens.



Weitere Informationen findest du unter: [www.fjallraven.de](http://www.fjallraven.de)