

Als Hirtin auf einer Alp

Ein *Hirten*

*Eine Auszeit nehmen, dem Alltag entfliehen:
Unsere Kollegin Ulrike Sehy arbeitet im Sommer
als Hirtin auf der Alp und erfüllt sich damit einen
Wunsch, den viele hegen. Sie tauscht für sieben
Wochen Laptop gegen Hirtenstock und ein durch-
getaktetes Leben in Zürich gegen Berge, Kühe –
und sehr wenig Menschen.*

TEXT: ULRIKE SEHY

A woman wearing a red headband, glasses, a dark blue tank top, and dark blue pants stands in a mountain valley. She is holding a wooden stick in her right hand and has her left hand in her pocket. The valley features a river with greenish water, surrounded by steep, rocky slopes with patches of green grass. The sky is overcast with grey clouds.

stock

als Pfand



Das wär' doch was für Dich.“ Mit diesen Worten leitete mir mein Nachbar die E-Mail eines Bekannten

weiter, der eine Mithirtin oder einen

Mithirtin für die Alp suchte. Wie recht er hatte! Ich war in vielerlei Hinsicht bereit für einen Teilzeitausstieg. Ich war 45 Jahre alt, hatte einen Bürojob, der mich forderte, und saß auf einem Berg von Überstunden, der wundersam immer weiterwuchs. Mein Sohn war neun, abenteuerlustig und zunehmend selbstständig, weshalb mein Mann und ich wieder Freiräume und Kapazitäten hatten für ein Leben, das aus mehr bestand als Arbeit und Kinderorganisation. Und ein paar Monate zuvor war die schon länger vage existierende Alpidée sogar zu einer Skizze gereift. Eine Freundin und ich hatten in der Septembersonne auf der Terrasse des Café Peng in Vals gesessen, die Beine müde von einer zweitägigen Wanderung, der Kopf leicht, das Herz weit, die Gedanken übermütig. Wir stellten uns vor, nicht den Bus zurück in die Stadt zu nehmen, sondern dazubleiben, den Sommer in den Bergen zu verbringen, mit den Händen zu arbeiten, für Tiere, statt für Zeitschriften verantwortlich zu sein. So wie die Sennerin, die uns am frühen Morgen jenes Tages kurz nach Sonnenaufgang eine Tasse Kaffee und zwei Karamellbonbons gereicht hatte, ehe sie mit ihrem Melkschemel wieder im Stall verschwand. Hirtin zu werden, war zu diesem Zeitpunkt also eine alles andere als abwegige Idee – von der ich meine Familie schneller begeistern konnte, als ich dachte.

So zogen wir also – zum ersten Mal im Sommer 2016 – hinauf zur Alp La Motta, unserem Sommerzu Hause in den Bergen. Die Alp liegt im Schweizer Kanton Graubünden auf

1.900 Metern über dem Meeresspiegel, ist wunderschön gelegen, sorgsam unterhalten und gemessen an Alpstandards komfortabel ausgestattet. Licht kommt von der Solarzelle auf dem Dach, die Akkus für Handy und Kamera werden über eine Autobatterie geladen, gekocht wird meistens auf dem Holzofen, selten kommt die Gasflasche für den Herd und die Dusche zum Einsatz, die Lebensmittel lagern – auf hängenden Brettern vor Mäusen geschützt – in einem lehmgestampften, kühlen Kellerraum.

Mithirtin sein heißt: Ich übernehme Ende Juli die Alp von meinem Hirtenpartner. Er ist dann bereits seit zwei Monaten oben, hat die Zäune aufgestellt, die 100 Tiere in Empfang genommen und etappenweise von den unteren auf die oberen Weiden gebracht. Meine Aufgabe als Hirtin ist es, die Tiere, die sich bis in eine Höhe von 2.700 Metern frei bewegen können, täglich in Augenschein zu nehmen, zuzusehen, dass sie gesund und möglichst vor Gefahren verschont bleiben, dass sie zu fressen haben und innerhalb des Alpgebiets bleiben, das nach unten durch Zäune und nach oben durch Geröll, Felsen und Grate begrenzt ist.

HERDENTIER UND EINZELGÄNGER

Die ersten drei Wochen auf der Alp verbringe ich zusammen mit meiner Familie. Mein Sohn ist auch im vierten Jahr voller Vorfreude und betrachtet die Alp als ein zweites Zuhause. Schneller als ich kennt er die Namen der Tiere, orientiert sich im weglosen Gelände, studiert die topo-

graphischen Karten, springt leichtfüßig und plappernd die Berge hinauf und hinunter. Er freut sich, dass er schreien darf so laut er kann, dass die Bewegungsrichtung „querfeldein“ ist und keinen Wegen folgt, er klettert aufs Scheunendach, schießt mit Pfeil und Bogen, fängt Frösche, beobachtet Murmeltiere, Steinadler, Gämsen, Steinböcke, Kreuzottern und Turmfalken, baut Zäune, versorgt die Hühner; am Abend und

bei schlechtem Wetter liest oder schreibt er Geschichten. Häufig machen wir die Runde zu den Tieren zu dritt, teilen uns zeitweise auf, entlasten uns. Manchmal hilft mein Mann der Familie des Alpmeisters bei der Heurnte, er spaltet





Mein Sohn und ich begleiten die kranke Bruna von einer der oberen Weiden bis ins Tal, wo sie behandelt werden kann.

Holz, geht zu Fuß mit dem Rucksack in den nächsten Ort, um Lebensmittel einzukaufen. Es ist intensive und einzigartige Familienzeit an einem Ort, der uns außergewöhnliche Erfahrungen beschert. Zwar steht die Arbeit klar an erster Stelle und tragen wir vor allem die Verantwortung für die Tiere, doch es bleibt Zeit zum gemeinsamen Wandern, Spielen und Lernen. Auch wenn unsere Wanderrouen von den Aufenthaltsorten von Rindviechern bestimmt werden. Und auch wenn es – zumindest für die Hirtin – weder eine Option ist, bei schlechtem Wetter mit einem guten Buch im Haus zu bleiben, noch am Sonntag auszuschlafen.

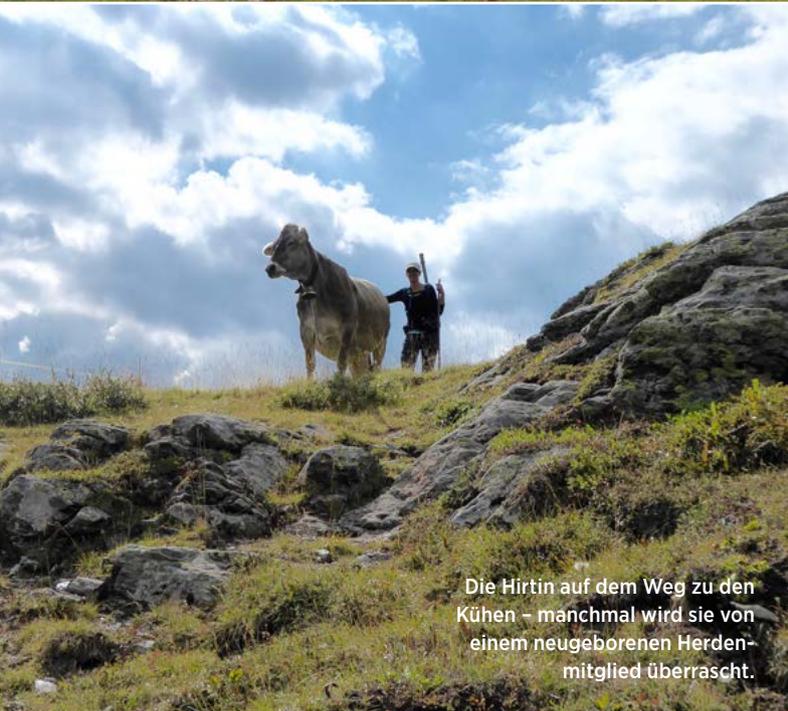
*„Mit dem Alleinsein
einher geht auch die
Verantwortung, die eigenen
Grenzen zu erkennen
und zu respektieren“*

In den ersten zwei Jahren blieb ich, nachdem meine Familie am Ende der Sommerferien abgereist war, nicht allein auf der Alp. Ich teilte mit jener Freundin das Haus, die Arbeit, die Gespräche, das Leben, mit der ich die Alpidee gesponnen hatte. Das war anregend, lustig und bereichernd und zugleich Versicherung gegen die Angst vor der eigenen Courage, vor der Einsamkeit, vor der Verantwortung, vor

den Bergen und ihrer Gleichgültigkeit gegenüber den Hirtensorgen. Entsprechend brauchte es zwei Jahre Erfahrung, bis mein Mut so groß war wie die Verlockung, die letzten Wochen allein in den Bergen zu bleiben. Dass keine Familie, keine andere Hirtin, kein anderer Hirt, kein Besuch da ist, der Geschichten erzählt, Witze macht, Pausen anregt, andere Routen vorschlägt, mit den Zäunen und beim Kochen hilft, war zuerst unruhestiftend und verwirrend. Dann war es friedlich, intensiv und befreiend, dem eigenen Rhythmus zu folgen, im eigenen Tempo zu gehen und anzuhalten, die eigenen Wege zu suchen, zu singen, Gedanken kommen und gehen zu lassen. Das Alleinsein schärfte die Sinne für die Umgebung, die Arbeit und mich. Wie ruhig es ist drinnen und draußen, wie grün die Heuwiese, wohin



Die Alp La Motta liegt auf 1.900 Metern über dem Meeresspiegel im schweizerischen Kanton Graubünden.



Die Hirtin auf dem Weg zu den Kühen – manchmal wird sie von einem neugeborenen Herdenmitglied überrascht.



die Nebelfetzen ziehen und dass der Berg gegenüber nicht einfach Stein und grau ist, sondern Schatten und Grate hat.

GRENZEN UND FREIHEIT

Mit dem Alleinsein einher geht auch die Verantwortung, die eigenen Grenzen zu erkennen und zu respektieren. Ich erinnere mich an den Tag, an dem ich mit Wandern und Abzäunen kein Ende gefunden habe und abends so erschöpft war, dass mir auch nach einer Stunde neben dem Ofen nicht warm wurde. Oder den Morgen, an dem es mir nicht mit Locken und nicht mit Treiben, nicht mit lauten und nicht mit leisen Worten gelungen ist, eine Gruppe von Kühen dahin zu bringen wo ich sie haben wollte.

Ob allein oder im Team: Das Leben auf der Alp ist immer auch Konfrontation mit sich selbst. Nicht selten bringt es existenzielle Erfahrungen. Die Herde, die bei Nebel und im Schneetreiben auf die tieferliegenden, weniger steilen und

*„Der Verzicht auf Materielles
und Bequemlichkeit
gibt Raum und öffnet die
Sinne für Wesentliches“*

früher schneefreien Weiden zu treiben ist. Das neugeborene Kalb, das, unbeachtet von der mit seinem Zwilling beschäftigten Mutter, die kalte Nacht ohne Muttermilch wohl nur deswegen überlebt hat, weil wir es vor Einbruch der Dunkelheit doch noch gefunden haben. Das Kalb, das nach einer Gewitternacht tot auf der Weide liegt, weil es vom Blitz erschlagen wurde.

DIE HIRTEN VERLASSEN DIE ALP

Anfang September wird das Gras auf den oberen Weiden braun und spärlich, sind die letzten Blumen verblüht, werden die Tage kürzer und fallen die Temperaturen. Dann begleite ich die Tiere, zusammen mit dem Alpmeister oder allein, hinunter bis auf die Weiden um das Haus. Nach jeder Etappe, nach jedem Abstieg auf eine tiefergelegene Weide bauen wir hinter den Tieren die Zäune ab, rollen das farbige Band auf, legen die Stecken ab und ziehen die Holzpfosten dort heraus, wo der Schnee sie brechen könnte. Und Mitte September, wenn alles Gras abgeweidet ist und vielleicht schon in gefrorenem Boden wurzelt oder unter einer Schneedecke liegt, verlassen die Tiere die Alp.

Kurz nach den Tieren geht auch die Hirtin. Ich fremdele zunächst in meinem Stadtleben-Alltag und brauche eine



Die Alpküche – der Raum zum Kochen, Backen, Essen und Sichaufwärmen am Ofen.

Oberflächen, sich verfärbende Wacholderbüsche oder hüpfende Grasfrösche, sie zu schmecken als Heidelbeeren, Quellwasser

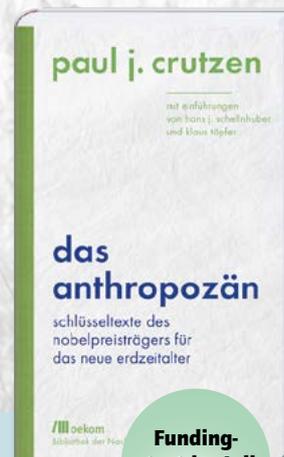
Weile, bis ich mich daran gewöhnt habe, dass sich der Großteil meines Lebens wieder in geschlossenen Räumen abspielt. Bis ich einem immer gefüllten Kühlschrank, einem in Minuten erreichbaren Lebensmittelgeschäft, einer Zentralheizung, einem Fön und einem Staubsauger wieder etwas abgewinnen kann.

Auf der Alp lässt man etwas vom Luxus des modernen Lebens hinter sich, nimmt körperliche Anstrengungen in Kauf, setzt sich Wind und Wetter, dem Alleinsein und den eigenen Grenzen aus. Der Verzicht auf Materielles und Bequemlichkeit gibt Raum und öffnet die Sinne für Wesentliches. Acht bis zehn Stunden am Tag draußen zu sein macht glücklich: Sich in der Natur zu bewegen, sich in ihr zu verausgaben, sie zu spüren als Kälte, Hitze, Nässe, Wind, sie zu hören als Murmeltierpfliffe, Wasser rauschen und Balzgeräusche von Birkhähnen, sie zu sehen als Jahrmillionen altes Gestein, von Gletschern geformte

oder wilden Schnittlauch. Sich nicht durch Beton und Asphalt, nicht durch elektronische Geräte und motorisierten Verkehr, nicht durch abstrakte Kopfarbeit von der Natur abzuschirmen, sondern ihr im Erhabenen wie im Bedrohlichen ausgesetzt zu sein, führt dazu, dass man sich lebendig und als Teil von ihr fühlt. Mein Freiheitsdrang hat auf der Alp ein Ventil gefunden, für das ich dankbar bin. Sich nicht auf vorgegebenen Pfaden zu bewegen, sondern querfeldein zu gehen; keine Rücksicht auf das Ruhebedürfnis der Nachbarn nehmen zu müssen, sondern lauthals zu singen; die Bergseen allein oder nur in Gesellschaft vertrauter Menschen zu genießen. All das sprengt die Enge und Begrenztheit des städtischen Alltags und macht frei und weit.

Neben der Naturerfahrung gibt auch die intuitive und selbstständige Arbeit auf der Alp tiefe Zufriedenheit. Wenn alle Tiere gefunden und gesund sind, ist das Tagwerk erledigt. Prioritäten ergeben sich von selbst und müssen nicht am

KLASSIKER NEU GEDACHT: Die Bibliothek der Nachhaltigkeit auf oekom crowd





Die Kühe fressen Gras und Bergkräuter, stillen ihren Durst an Seen und Bächen und freuen sich über Gaben aus dem Salzsack.



Schreibtisch definiert werden. Von den Tieren kommt direkte und unvermittelte Rückmeldung: Sie kommen und folgen, wenn sie mir vertrauen, sie wenden sich ab und zeigen durch Körperspannung, wenn sie Distanz gewahrt wissen wollen, sie laufen davon oder bleiben wie angewurzelt stehen, wenn sie durch falsche Bewegungen verängstigt oder verwirrt sind.

Diese Erfahrungen und Erlebnisse nehme ich als Erinnerungen mit ins Tal. Als wir, meine Familie und ich, nach dem ersten Alpsommer abgereist sind, hat mir der Alpmeister außerdem ein Pfand mitgegeben: den Hirtenstock. Dieser stand im Flur unserer Stadtwohnung als Symbol für die Alpsehnsucht, die sich schon bald wieder einstellte – die Sehnsucht nach dem einfacheren Leben,

nach den intensiven Erfahrungen und Auseinandersetzungen in der Natur. Diese Sehnsucht wurde größer im Frühling mit den ersten Blättern an den Bäumen und den länger werdenden Tagen. Im folgenden Jahr bin ich zurückgekehrt auf die Alp und in die Berge – zusammen mit meinem Hirtenstock. 🦋

INFOS ÜBER ALPSTELLEN

Schweiz: www.zalp.ch

Österreich: www.almwirtschaft.com

Nachdem die Hirtin die Wäsche im Trog gewaschen hat, erledigen Sonne und Wind das Trocknen.



Ein Tag auf der Alp

Ein Tag auf der Alp beginnt vor Sonnenaufgang. Ich ziehe mich in der Küche an, in der die abendliche Ofenwärme noch hängt wie eine zu dünne Wolldecke. Dann stelle ich die Espressokanne auf den Herd, setze das Sauerteigbrot an, esse ein Müesli mit Alpeidelbeeren. Ich trete vor das Haus, spüre die Morgenkälte, atme die blaue Luft ein, sehe die Bergspitzen auf der anderen Talseite, halte nach dem Eichhörnchen, dem Tannenhäher, den Murmeltieren Ausschau und locke die Hühner mit ein paar Körnern nach draußen. In den Rucksack, der mich auf der Runde zu den Tieren begleitet, packe ich den Beutel mit Brot, Käse, Apfel, Schokolade und Möhren, dazu den wasserdichten Sack mit dem Salz für die Tiere, das Stromprüfgerät, Draht und Isolatoren.

AUFBRECHEN

Ich breche auf mit der Liste, auf der Name und Ohrmarkennummer jedes Tiers vermerkt sind, mit Bleistift, Fernglas, Sonnenhut, Handy und dem Hirtenstock, der nach wenigen Tagen so vertraut sein wird wie ein Körperteil.

An den Tagen, an denen der Boden feucht ist von Regen, Nebel oder Tau, erstarren die schwarzen Alpensalamander vor meinen Tritten; ist es windig, kreisen oben die Steinadler und rütteln die Turmfalken; gelegentlich raschelt sich eine Kreuzotter in die Wacholderbüsche.

Einen Wanderweg gibt es nicht; die Route nach oben geben mäandrierende Trittpfade vor, die Kühe in Jahrzehnten in die Grasnarbe getrampelt haben. Es geht steil bergauf und das eigene Keuchen ist irgendwann lau-

ter als der Wind in den Gräsern. Manchmal ist unterwegs ein Zaun zu flicken, manchmal ein Stecken zu ersetzen oder ein Pfostendeckel aufzufüllen. Um einen besseren Rundumblick zu haben, steige ich auf Hügelkuppen oder gehe auf Graten entlang.

UNTERWEGSSEIN

Nach etwa einer bis anderthalb Stunden Aufstieg tauchen die ersten sicht- oder hörbaren Spuren der Tiere auf. Herangewehte Kuhglockentöne lassen innehalten und mit der halbgeöffneten Hand am Ohr oder dem Fernglas vor den Augen nach Hinweisen danach forschen, wohin die weitere Wanderung führen wird. In einem Mosaik von Hügeln in allen Braun- und Grüntönen erweist sich manche vermeintliche Kuh doch als großer Stein und manch deutlich vernommener Glockenton war nur das Echo einer Kuhglocke aus einer ganz anderen Richtung. Dann geht es weiter, zum nächsten Bergsee, über einen weiteren der unzähligen Hügel, entlang von Bachläufen, vorbei an Felswänden in allen erdenklichen Farben. Bei Nebel ist das Fernglas nutzloser Ballast und es kommt vor, dass ich plötzlich vor einer Geröllhalde stehe oder an einem Abgrund, wo ich mich doch am Rande eines der drei klaren Bergseen wähnte. Wenn die Sonne nicht zu sehen ist und die Landmarken fehlen – der Bach, der Wasserfall, das Steinmännchen an exponierter Lage – geht die Orientierung verloren. Dann bleibt nur, die Ohren offenzuhalten und zu versuchen, im Pfeifen und Rauschen des Windes die Glocken auszumachen.

Es kann sein, dass ich am Tag acht Herden aufsuche, bis ich alle 100 Tiere gesehen habe. Nähere ich mich ihnen, kommen mir manche entgegen, senken den Kopf, fordern Streicheleinheiten, manche stupsen und laufen mir nach, weil sie Salz wollen oder nichts Besseres zu tun haben, andere bleiben über all die Zeit uninteressiert oder distanziert, scheu und vorsichtig.

Sobald hinter jedem Namen auf der Tierliste ein Häkchen ist, ändert sich mein Aufmerksamkeitsmodus. Während zuvor die Ohren auf Glockengebimmel und die Augen auf die Silhouetten von Rindern und Kühen fokussiert waren, wandern nun die Augen zum Himmel und den Falken, Adlern und Dohlen oder zu den steinigten Berghängen, in der Hoffnung, eine Gämse oder einen Steinbock zu entdecken.

ZURÜCKKEHREN

Am späten Nachmittag komme ich zurück zum Haus, kühle den Kopf, die Arme und die Füße im Brunnen, trinke das kalte Brunnenwasser, spalte vielleicht noch Holz, fotografiere den Nebel in den Tälern oder versuche, dem Gras vor dem Haus mit der Sense beizukommen. Sobald die Sonne hinter den Bergen verschwunden ist, wird es kalt und Zeit, Feuer im Haus zu machen, die Hühner in den Stall zu bringen, auf dass der Fuchs sie nicht holt, und aus ihren Eiern vielleicht ein paar Pfannkuchen zu backen.

Am Abend kommen manchmal der Alpmeister und seine Frau vorbei, mit einem großen Stück Alpkäse oder einer Rahmschmitze vom Bäcker im Dorf. Mein letzter Gang vor dem Schlafengehen ist der nach draußen, wo die sehr hellen Sterne an einem sehr dunklen Himmel hängen.

Impressionen aus dem Fototagebuch der Teilzeit-Hirtin Ulrike Sehy

