

# Am Ende der Schweiz

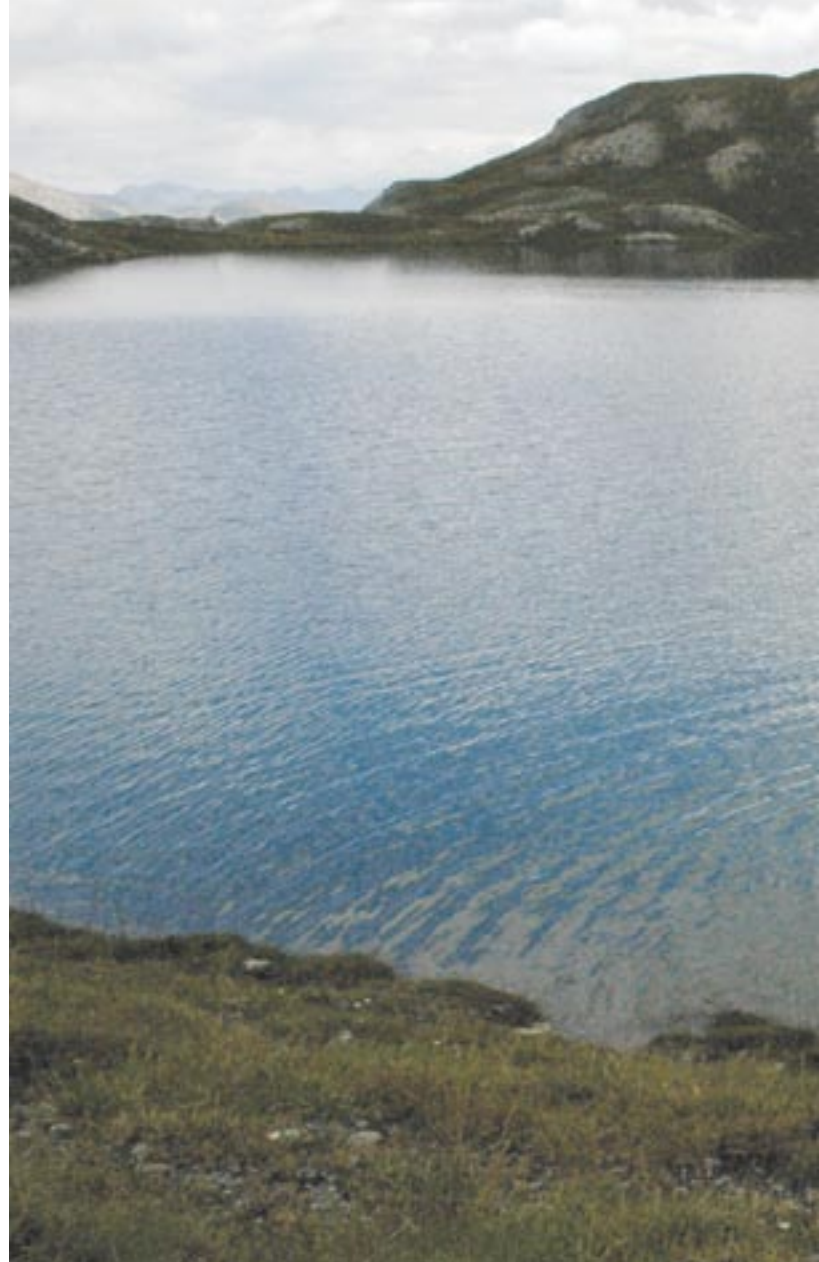
*Natur, Geschichten  
und ein anderes Leben*

**Es sollte eine planlose kleine Ferienreise in Richtung Südost werden, mit Zelt und Rädern im Gepäck, bereit für das Unerwartete. Nicht nur freie Zeit, sondern auch freien Raum wollten wir uns gönnen – mit einer kleinen Einschränkung allerdings: Die Reise musste durchs Val Müstair führen.**

ALEX VON ROLL, TEXT UND BILDER

Es gibt Ziele, die muss man nicht erreichen. Sie geben bloss eine Richtung vor und überlassen den Rest dem Zufall. Eine kleine solche Reise in Richtung Südost sollte es werden, mit Zelt, Wanderschuhen und Rädern im Gepäck – freie Zeit und freier Raum. Ein paar Weichziele liessen sich freilich nicht verhindern: Wir wollten uns an die südlichen Gebiete der ehemaligen Donaumonarchie heranschleichen und vielleicht sogar Triest erreichen, die italienische Vielvölkerstadt mit ihren habsburgischen Prunkbauten und der grossen literarischen Vergangenheit. Aber so weit sollte es nicht kommen, ein unüberwindliches Hindernis stand uns im Wege: das Val Müstair.

*Warum wir schliesslich im Val Müstair stecken* blieben, wissen wir auch nach ein paar Wochen noch nicht. Der Charme und die Schönheit dieses Mikrokosmos und das freund-



liche Wesen seiner auf sich gestellten Bevölkerung erfasste uns schrittweise, sodass wir immer noch einen Tag anhängten – und schliesslich auf die Weiterreise verzichteten.

Der erste Eindruck spielt natürlich eine wichtige Rolle, nicht nur in Beziehungen. Er definiert gewissermassen das Gesichtsfeld und was darin sichtbar werden kann. Und da ist der Blick vom Ofenpass nicht ohne: Ein Tal am Ende der Schweiz zwischen zwei Nationalparks, am Horizont die weissen Gipfel des Ortler-Massivs. Sechs Dörfer mit zusammen 1800 Einwohnern, die aus ihrem Tal ein UNESCO-Biosphären-Reservat machen wollen.

Wir schlugen unser Zelt auf dem Camping von Sta. Maria auf, am Fusse des Umbrail. Es ist, wie wir erfreut feststellen, einer der ganz wenigen Plätze der Schweiz, auf dem offene Feuer erlaubt sind. Und als am Abend vor den Zelten und Wohnwagen die Feuerchen brennen, versöhnen wir uns mit



dem Umstand, dass halt auch hier auf manchem Wohnmobil die TV-Schüssel zum unverzichtbaren Requisite zählt und beschliessen, noch eine Nacht zu bleiben.

Zur Wanderung am nächsten Tag animiert uns ein verführerischer Name: Das karge «Valbella» führt vom Ofenpass am Rand des Nationalparks entlang und bringt uns nach fünf Stunden nach Lü, der höchst gelegenen politischen Gemeinde der Schweiz. Die harte Arbeit der Bauern auf 1920 m.ü.M. versüssen die wunderbare Lage auf einer Sonnenterrasse – und ein publikumswirksames Sponsoring von Christoph Blocher.

*Am Abend lernen wir Claudia Bättig kennen, die initiative Gastgeberin im Hotel Central in Valchava. Sie muss ohne Subventionen auskommen, und das ist keineswegs ein Nachteil. Das imposante Haus, seit je ein wichtiger Treffpunkt im Tal, erwarben vor 20 Jahren ein paar besorgte*

**Fast unbekannt**, der östlichste See der Schweiz: Lej da Rims (oben)

**Weltbekannt** wegen seiner einmaligen karolingischen Fresken, das Kloster Val Müstair (unten).





**Die Schönheit will fast kein Ende nehmen:**  
Das einsame Val Mora an der Wasserscheide zwischen Adria und Schwarzem Meer.

blumenreichste Tal der Schweiz, im Dorf stehe der höchstgelegene Kirschbaum der Schweiz und der Rombach sei einer der ganz wenigen Gebirgsflüsse im Bündnerland, dessen Wasser nicht zur Stromproduktion abgeleitet würde. Die Superlative können wir zwar nicht überprüfen, aber sie passen zum Eindruck, den wir vom Val Müstair bisher gewonnen haben.

Dorfbewohner im heruntergewirtschafteten Zustand, um den Verkauf ins Unterland zu verhindern. 2002 wurde es umfassend renoviert und geschmackvolle, nüchterne Zimmer eingerichtet – die Handwerker aus dem Val Müstair leisten bemerkenswerte Arbeit. Eine auffällige Fassadenmalerei von fünf Künstlern aus der Region sorgt dafür, dass das Haus auch von der Umfahrungsstrasse aus neugierig macht. Im integrierten Gesundheitszentrum gibt es eine gediegene Sauna und es werden Yoga, Massagen und Heubäder angeboten. Als Glücksfall entpuppte sich der grosse Gruppenraum unter dem Dach. Er animierte Claudia Bättig zu einer interessanten Palette von Ferienangeboten: Skitouren mit Tanzen, Schneeschuhwandern und Yoga, Yoga und Vogelstimmen, Atemtage, Örgeliwoche und vieles mehr.

Claudia Bättig, die einst die erste KV-Lehre im Tal machte, hätte auch eine gute Tourismus-Direktorin abgegeben, die weiss, worauf es ankommt. 95 Prozent der Bauern wirtschaften biologisch, erzählt sie uns. Das Val Müstair sei das

### *Die wichtigste Attraktion des Tales ist zweifel-*

*los das Kloster von Müstair. Der Legende nach gründete Karl der Grosse die Abtei aus Dankbarkeit, weil er die winterliche Überquerung des 2501 Meter hoch gelegenen Umbrailpasses überlebte. 1983 erklärte die UNESCO das Kloster wegen der einmaligen Fresken aus karolingischer Zeit zum Weltkulturerbe. Die Fresken wurden 1899 durch Zufall von Zürcher Studenten entdeckt, die durch einen geheimen Durchschlupf zwischen Dach und nachträglich eingebautem Gewölbe drangen. Dies und vieles mehr aus der bewegten Geschichte der über 1200 Jahre alten Anlage erfährt man allerdings nur auf der Führung durch das Kloster.*

Gleich neben dem Kloster steht die Chasa Chalavaina, in der die Bündner 1499 vor der entscheidenden Schlacht an der Calven gegen Kaiser Maximilian Kriegsrat hielten. Aber auch die neuere Geschichte des 700 Jahre alten Hauses ist nicht ohne. 1958 wurde das Haus vom Dorflehrer und Landwirt Carl

#### **Val Müstair**

##### **Anreise:**

**Per Bahn und Postauto:** In 3 1/2 Std. ab Zürich via Chur und Zernez.

**Mit dem Auto:** 205 km von Zürich nach Val Müstair durch den Vereina Tunnel und über den Ofenpass.

**Das Val Müstair hat 20 Hotels,** mindestens ebensoviele Gruppenunterkünfte, viele Privatzimmer, Ferienwohnungen vom Mehrfamilienhaus bis zur Alphütte und drei Campingplätze.

**Infos:** Turissem Val Müstair, Chasa

Cumünala, 7532 Tschiers, Tel. 081 858 58 58, [www.val-muestair.ch](http://www.val-muestair.ch)

**Karte:** Landeskarte der Schweiz 1:50 000, Blatt 259 T, Ofenpass.



## **FERNBLICK HAUS DER VERSÖHNUNG**

### **Yoga - Ein integraler Weg**

14.-19.10.07

In dieser Ferienwoche lernen wir den universalen Yogaweg nach Sivananda kennen. Wir kommen in Harmonie mit Körper-Seele-Geist. Entspannungs- und Atemübungen helfen uns, die Anforderungen unseres Alltags zu meistern.

### **Shibashi - Verwurzelt und bewegt**

26.-28.10.07

Shibashi ist Meditation in Bewegung und stammt aus der chinesischen Heilkunst; hilft anzukommen mit Leib und Seele im Hier und Jetzt; öffnet das Herz für die Gegenwart des Göttlichen in allem.

B Ü N D T S T R A S S E - C H - 9 0 5 3 T E U F E N A R  
Tel. 071 335 09 19 - [info@fernblick.ch](mailto:info@fernblick.ch) - [www.fernblick.ch](http://www.fernblick.ch)

Fasser und seiner Frau Ida übernommen und – mit zehn Kindern, davon neun Mädchen – wieder als Gasthaus betrieben. Nach zwei gekonnten Umbauten zählt das Chalavaina heute zu den 50 schönsten Hotels der Schweiz. Jon Fasser, der den Betrieb mit seiner Schwester Ottavia leitet, lernte zuerst Landwirt, arbeitete dann als Polizist im Unterland und wurde erst nach dem Tod seines Vaters «Hotelier». Eigentlich ist er vielmehr ein Mensch mit grossem Herzen und grossem Haus und vielen Geschichten, für die der Platz hier fehlt. Gehen Sie doch selber hin und lassen Sie sich einige davon erzählen.

Wer ein paar Tage im Val Müstair bleibt, kann eine Wanderung durch das einsame Val Mora nicht auslassen, in dem vor zwei Jahren der Bär Lumpaz herumvagabundierte. Das Paralleltal zum Val Müstair entwässert ins seinerseits schwer zugängliche italienische Livigno-Tal und beherbergt ein paar Alpen, die dem Kloster gehören. Wanderer trifft man auf dem siebenstündigen, abwechslungsreichen Marsch vom Ofenpass nach Valchava kaum an. Die Biker sind in diesem Tal am Ende der Schweiz eher in der Mehrzahl. Zuhinterst im Val Mora, an der Wasserscheide zwischen Adria und Schwarzem

Meer treffen wir auf der Alp Döss Radond die Benediktinerinnen von Val Müstair auf einem ihrer seltenen Ausflüge. Sie tafeln vergnügt an langen Tischen vor der Alphütte, ihre Schleier flattern im Wind und ich bereue noch lange meinen fehlenden Mut, ein paar Fotos zu machen.

Zum Dessert steigen wir zu dem auf 2400 m.ü.M. gelegenen Lej da Rims hoch, dem östlichsten Bergsee der Schweiz. Wer dieses Juwel sehen will, folgt normalerweise dem Tipp des Tourismusvereins, fährt mit dem Postauto auf den Umbrail, besteigt von dort in kurzen anderthalb Stunden den 3000 Meter hohen Piz Umbrail und «macht» den See auf dem langen Abstieg. Das wollen wir unseren Knien jedoch nicht zumuten. Der Aufstieg lohnt sich: Die schönen Bilder prägen sich dadurch noch tiefer ins Gedächtnis ein. Und wirklich kalt ist der See mangels Gletscherwasser auch nicht.

Vom Val Müstair aus ist ein Ausflug in die 70 Kilometer entfernte Kur- und Gartenstadt Meran keineswegs unsinnig. Die Verbindungen zum Südtirol sind seit je vielfältig: Handel, Heirat, Krieg und Arbeit. Der Weg durch das



**SERVAS**  
**SERVAS:**

---

**Reisen  
auf die andere Art**

Menschen in ihrem Heim begegnen  
Ein Land und dessen Kultur  
aus erster Hand erfahren

---

**www.servas.ch**  
Katja Schmid  
071 277 4079  
info@servas.ch

VERANSTALTUNGEN 2007



**ORCHIDEA  
Lodge**

- Weg der Acht Retreat** mit Barbara Kunz. Einstimmung auf Deine Essenz. Entspannung und Meditation entlang der 7 Kraftplätze innen und aussen in der Natur auf dem Weg der Acht. 12. - 14. Oktober
- Weg der Acht Visionsfindung** mit Barbara Kunz. Ein intensiver und ganzheitlicher Prozess mit dem Ziel der Neuorientierung und Visionsfindung in Beruf und Leben. 24. Okt. - 1. Nov. ([www.orchidealodge.ch](http://www.orchidealodge.ch))
- Christmas Class in Gewaltfreier Kommunikation**  
Workshop 1: 26. - 29. Dezember für Familien,  
Workshop 2: 30. Dez. - 2. Jan. 08 für Einzelne und Paare, deutsch-französisch
- Acryl - Malkurs** mit Shivananda Ackermann  
26. - 28. Oktober ([www.artshivananda.com](http://www.artshivananda.com))

Auskunft und Anmeldung:  
Orchidea Lodge, Telefon 061 - 941 20 60,  
[orchidea@dplanet.ch](mailto:orchidea@dplanet.ch) · 4418 Reigoldswil  
Mehr Informationen: [www.orchidealodge.ch](http://www.orchidealodge.ch)



**Der schönste Garten Italiens:** Allein schon wegen der Gärten von Schloss Trauttmansdorff ist Meran einen ausführlichen Abstecher wert. (Bild: pd)

nen 40 Hektar Parks und Promenaden reichlich Entschädigung. Hier traf sich Ende des 19. Jahrhunderts Europas Adel zur Brautsuche oder – wie Kaiserin Sissi – zur Genesung. Es ist aber nicht nur vergangene Pracht, die Meran eine Reise wert machen: Die Gärten von Schloss Trauttmansdorff wurden 2001 eröffnet und bereits 2005 zum schönsten Garten Italiens gekürt. 80 Gartenlandschaften aus aller Welt gruppieren sich spielerisch an diesem vom Meraner Klima bevorzugten Flecken Erde. Sehr praktisch: Meran stellt seinen Besuchern gratis Fahrräder zur Verfügung.

Das nächste Mal werden wir nicht mehr per Zufall im Val Müstair stecken bleiben. Wir werden mit Absicht hingehen, in der Natur aufgehen und uns von den Geschichten entführen lassen.

Vintschgau ist trotz der vielen Burgen leider nicht sonderlich attraktiv, weder mit dem Fahrrad, noch mit der neuen Bahn und erst recht nicht mit dem Wagen. Die grösste Apfelmonokultur Europas mit 50 Millionen «Bäumen» und die Folgen des wirtschaftlichen Aufschwungs des Südtirols sind auf dem Talboden einfach kein schöner Anblick. Dafür bietet Meran mit sei-

## Kennen Sie Braunwald auf der Sonnenterrasse des Glarnerlandes und sein Bio Hotel garni+..?

### Klösterli Braunwald

autofreies Feriengebiet  
mitten im Ski- und Wandergebiet  
nahe Gondel- und Sesselbahn  
ein Ort der Kraft  
ein Haus voller Ideen  
verschiedene Seminarräume  
Vollpension für Gruppen

Haus für Spiritualität  
Weiterbildung und Erholung



Tel. 055 643 3 643, Fax. 055 643 3 653  
info@kloesterli-braunwald.ch,  
www.kloesterli-braunwald.ch

## Die gute Adresse ... zur Erweiterung des Horizonts

### Institut für Humanistische und Transpersonale Psychologie

Lindenweid 10  
3045 Meikirch  
info@ihtp.ch www.ihtp.ch  
Tel. 031 941 37 50



Das IHTP bietet Kurse und Seminare im Bereich der humanistischen und transpersonalen Psychologie zur beruflichen und persönlichen Weiterentwicklung an.

Der theoretische Hintergrund der Angebote verbindet Psychologie und Spiritualität und eröffnet die Möglichkeit, das innere Potential im Menschen bewusst zu machen und zu stärken.

### James Liebmann, Theologe VDM

Pionierstrasse 12, 8400 Winterthur  
Fon +41 52 202 39 70  
mob +41 79 359 69 61  
info@ritualgestalter.ch  
www.ritualgestalter.ch



### Ritualgestaltung – Lebensberatung

Ich gestalte Rituale an allen Schwellen des Lebens: Taufe, Hochzeit, Bestattung, Trennung, Scheidung oder nach persönlichen Vorstellungen.

Daraus ergibt sich oft das Bedürfnis, über die Gestaltung des eigenen Lebenswegs zu sprechen. Ebenso berate ich bei der persönlichen Gestaltung von Ritualen und Lebenswegen.

### Joréen

Kramgasse 83  
CH – 3011 Bern  
Tel 079/516 85 86  
Erreichbar jeweils  
Mittwoch 8–11 Uhr

Mein Angebot richtet sich an Männer, die unterwegs sind auf dem Weg zu sich selbst: Orientierung auf dem eigenen Lebensweg und Hilfen zur Weiterentwicklung der Persönlichkeit.

- Antworten aus der Akasha-Chronik
- Aurareadings
- Aurazeichnungen
- Antworten aus dem Höheren Selbst

Ruf mich an, damit wir das Vorgehen besprechen und einen Termin vereinbaren können.