

- 1 NACHGEFRAGT & AUFGETISCHT
- 2 MARTIN HÄNGGIS DAWO'S
- 3 WÜRZE DEIN HIERSEIN!
- 4 SAMT, GANZ & DUSCH
- 5 HANFSAMENÖL
- 6 NATURKOCH REISINGER
- 7 TAJINE-HUNGER
- 8 TAJINE VEGETARISCH
- 9 KOCHKURS DAWO'S
- 10 KOSMOS DER TÄLER

Es ist da, wo es ist: Dawo's. Gedanken und Konzepte bleiben immer Annäherungen an eine Wahrheit. Alle Sinne werden benötigt. Der Verstand spielt natürlich mit und übernimmt gern die Hauptrolle. Das Spiel ist ein Spiel - ein Schauspiel. Jedoch: Kann man etwas gewinnen? Und falls ja: Was?

Der Legende nach befahl Alexander der Grosse, als er sein Ende spürte, zwei Löcher in seinen Sarg zu bohren und seine Hände durch diese Löcher zu stecken. Er wollte zeigen, dass auch der grösste und erfolgreichste aller Feldherren gehen muss, ohne etwas mitnehmen zu können. Einsicht. Erkenntnis. Wissen: Alles fliesst und niemand kann zweimal in den gleichen Fluss steigen. Vergänglichkeit ist Gesetz, ein Naturgesetz. Das Wasser ist der Lauf der Dinge.

Es ist, wie wenn die Flöhe kommen. Auf einmal sind sie da, und man bringt sie kaum wieder weg. Auf Schritt und Tritt wirst du angefallen, belagert, gestochen. Von da an trägst du «es» in dir. Einfach so durchschaust du es nicht mehr. Wenn du klarsehen möchtest, besteht dein grösstes Handicap darin, dass das alles für dich so normal und gewohnt geworden ist, wie die Dunkelheit am Abend oder wie man eine Suppe isst. Du bist infiziert von dem kontinuierlich injizierten Gift der Flohinvation: Konsum – Konsum – Konsum – immer mehr – immer sinnloser – zu immer fragwürdigeren Bedingungen.

Die Beobachtung: Die Kultur des «Ganzen» wird durch die Konsumwut zunehmend zerstört.

Was wütet da, greift um sich? Wo gibt es ein Gegengift? Eine Suche nach Schlüsseln.

«BILDE DICH»

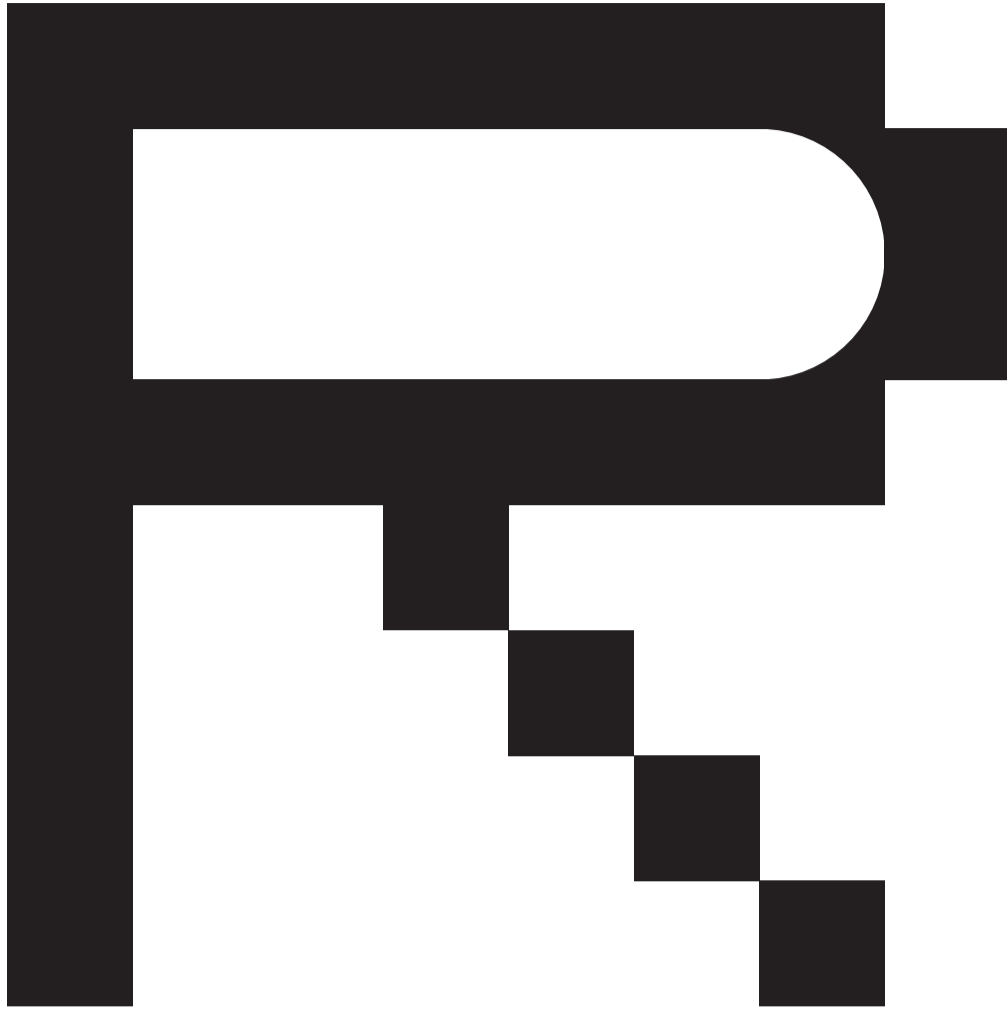
Das meint Antonius Conte (A). Mit ihm am Tisch sitzen Stephan und Tamara (S,T), es ist einer der ganz heissen Sommertage, und am Ufer des Bodensees treiben sich viele Menschen auf der Suche nach Schatten und Bier herum. «Im Biergarten wird die Welt verändert», sage ich und ernte einen erstaunten Blick von Antonius. Er weiss nicht, dass ich einmal im Traum mit Rudolf Steiner, dem Mann hinter der 'biodynamischen Landwirtschaft und der sozialen Dreigliederung' (Freiheit im Denken, Gleichheit im Recht, Geschwisterlichkeit im Wirtschaftsleben) im Biergarten gesessen bin, zusammen mit einem Säufer und einem Spieler. Und dass ich mich seither ein bisschen wie sein Kumpel fühle.

Stephan, der unermüdliche Schaffende, wird demnächst einen Bio-Shop mit Gastronomie eröffnen: Der Koch kauft im Bioladen ein, was er danach frisch für die Gäste zubereitet. Du darfst ihm dabei über die Schulter schauen oder eine der Kochschulungen oder Veranstaltungen für den Wissens- und Erfahrungsaustausch besuchen. Tamara führt Menschen, seit sie neunzehn ist. Jetzt will sie in der eigenen Praxis Menschen mit Essstörungen unterstützen und später bei Soul-talk-Runden und gemeinsamem Kochen in Stephans Kraftmarkt einen neuen Zugang zum Essen vermitteln.

\* Vor ca. hundert Jahren initiierte Rudolf Steiner die Idee der «Dreigliederung des sozialen Organismus».

«KÖCHE SELBER»

A: Auch der Kochkurs DAWO's ist Bildung. Wir gehen dorthin, wo «der Bär» ist, die Lebensmittel, die Ursprünglichkeit, die Natürlichkeit, die Elemente, und kochen in der Natur, mit Feuer, Wasser, Luft und Körnern – neue Gerichte aus alten Sorten. Kochen bildet, genauso wie Lesen. «Lesen-denken-erkennen» ist wie «Essen-verdauen-genährt sein». Um heutige Verkaufsmodelle zu durchschauen, benötigen wir Bildung. Sie sind perfid, weil du nicht merkst, wie «es» passiert, dieses Belagertwerden. Der Bogen geht bis in die Ökobewegung hinein, die ursprüngliche eine wirkliche rebellische Alternative war. Heute passt sie ins smarte Konsummodell. Der imperialistische Markt dringt heute überall ein, übers Web in je-



«Tiger, Tiger burning bright in the forest of the night.  
What the hammer? What the chain? In what furnace was thy brain.»



Meine Nachbarn hassen mich:  
Sie klappern mit ihren Pfannen  
In der Winternacht (Buson)

Beim Licht  
des Nachbarn sitze ich  
an meinem Tisch. Oh diese Kälte. (Issa)

Ein heller Wintermorgen.  
Die Holzkohle ist guter Laune  
Knackt und sprüht. (Issa)

In Kyoto bin ich,  
doch beim Schrei des Kuckucks  
seh' ich mich nach Kyoto (Basho)

«Davos». Im Café Klatsch beim Mittagessen. «Dawos's». Einige Jungs ziehen vorbei. Martin Hänggi springt auf. Es sind seine Zöglinge. Sport. Verantwortung und Verbindlichkeit. Hänggi war nach einer Eishockeykarriere über viele Jahre vom Sprint bis zur Langdistanz der schnellste Eisläufer der Schweiz. Ein Überflieger und eine Legende, jedoch ohne Podesterfolge bei Weltmeisterschaften oder bei den Olympischen Spielen. Sonst wäre er mit Sicherheit ein bekannter medialer Schweizer Sportstar. Er ist heute Olympiatrainer und SIHF-Coach für «Powerskating». Sein sportlicher Palmares ist gigantisch, seine Meistertitel im Eisschnelllauf entsprechen fast schon der Anzahl der Täler im Graubünden.

Diese kleine Übertreibung sei hier gestattet, zumal an anderer Stelle die Anzahl der Täler, es sollen 150 sein, noch infrage gestellt wird. Heute trainiert der Davoser Biopionier den HC Davos im Schlittschuhlauf und hat einen eigenen Hockeyclub gegründet. Sport ist Bildung. Die Jungs im Klatsch schauen zu ihm hoch, zum erfolgreichen Einheimischen, der «es» geschafft hat. Sie strahlen und grinsen laut, er grüsst zurück. Als er wieder in eine entspannte Haltung zurückkehrt, schmunzelt er und sagt: Sport! Als Trainer muss man motivieren können, auch ausserhalb der Eisfläche. Und täglich grüsst das Murmeltier. Jedes Jahr eröffnet Martin Hänggi die Eisfläche des zugefrorenen Davoser Sees. Ehrerweisung.

Sport ist Kunst. Sport zeichnet sowohl den Körper als auch den Geist. Martin Hänggi ist immer noch in Topform, er ist auch widerstandsfähig und hellwach. Der beleibte Autor dieser Zeilen würde es ihm zutrauen, dass er mit Steinböcken durch die Alpentäler Graubündens springt. Fantasie.

Am 12. Dezember 2012 eröffnete Martin Hänggi als Visionär den Bioladen Davos: Treffpunkt und Drehscheibe für all jene, die im Abseits des Davoser Establishment und des WEF-Trubels über nachhaltige Alternativen nachdenken möchten. Die von einer lokalen Bio-Landwirtschaft träumen, welche für die Einheimischen hiesige Bio-Produkte erzeugt. Alpine Getreide- und Gemüsewirtschaft nach Möglichkeit. Ein Druck zum Anbau eigener Lebensmittel ist nicht vorhanden, weil es billiger ist, die Ware aus dem Unterland zu beziehen, aus den nationalen und internationalen Handelsströmen zu schöpfen.

Beim Davoser Establishment stösst der einheimische Hänggi mit seinen Anliegen bislang auf taube Ohren. Aber: «Ein Hänggi gibt niemals auf» (Suedostschweiz, 18.11.2016). Das erste WEF fand statt, als Martin drei Jahre alt war, 1971. Aber das WEF ist im Laufe der Zeit riesig geworden, und heute ist es dominant. In einem Pop-up Geschäft für Outdoor-Bekleidung finden wir einen gesprächigen Verkäufer. Er erzählt uns, dass die Lokalität von einem WEF-Akteur ganzjährig gemietet wird, der das Lokal aber nur die paar Wochen rund um den Grossanlass benötigt. Das Outdoor-Outlet zahlt keine Miete und muss im Gegenzug die Räume leeren und verlassen, wenn sich die Welt der Grossen und Mächtigen dort treffen will. Wie viele solcher Kuckucksnester mag es wohl sonst noch geben in der ehemals autochthon wirtschaftenden Bergmetropole? Die lokale Wirtschaft ist unterhöhlt, scheint es.

«Einer flog über das Kuckucksnest» ist ein amerikanischer Spielfilm von Miloš Forman aus dem Jahr 1975, der in einer geschlos-

senen Anstalt spielt. Die Geschichte handelt davon, wie ein Neuankömmling (Jack Nicholson) die dort herrschende Ordnung in Frage stellt und letztlich aus den Fugen geraten lässt. Zaubenberg. Davos wird zunehmend zu einer «geschlossenen» Gesellschaft, ein Hänggi aber bleibt kritisch. Er möchte eine lokale Wirtschaft, die 12 Monate im Jahr funktioniert, und nicht eine, die von ein paar wenigen Wochen lebt und sonst brach liegt. Klumpenrisiko.

Martin Hänggi pflegt seit seiner Jugend schamanische Rituale in der Natur, in den Wäldern und Bergen. Das Krafttier Adler scheint ihm nahe zu sein (siehe Abb. 3): Erkenne deine Kraft und den Weg zur Freiheit. Ein Adler lässt sich nicht beissen. Als Krafttier Adler steht der König der Lüfte für den klaren Blick auf die Situation.\*

Majestätisch dreht er seine Runden, mit scharfem Blick sieht er alles. In vielen Kulturkreisen und Religionen hat der Adler einen hohen Rang, bis heute werden ihm grosse Kraft und spirituelle Bedeutung beigemessen. In Deutschland ist der Steinadler als Bundesadler im Wappen. Der Weisskopfseeadler ist in den USA und in Österreich das Wappentier. Beheimatet ist der Adler in Afrika, Asien, Nordamerika und Europa.

Die Verbindung zur jüngeren Generation ist für einen Familienbetrieb wie den Bioladen Davos wie Blut fürs Leben. Grundlagen für einen nachhaltigen Horst. In der Schweiz kommt eine Generation von ursprünglichen Biopionier\*innen aus den Siebziger- und Achtzigerjahren langsam in ein Alter, in dem die Kräfte nachlassen. Viele Bioladner\*innen suchen Nachfolgemöglichkeiten; viele, zu viele, Bioläden schliessen, weil das Geschäft mühsam erscheint. Aber: Ist es das wirklich? Der Druck der grossen Detailhändler ist eine Belastung, die Zange schliesst sich aber auch durch die harten Discounter und durch boomende Online-Angebote. Im Gegenzug suchen aber auch immer mehr Menschen wieder das Einfache, das Echte, das Lokale. Kein Spektakel eben. Wer sich den Geistern der Zeit nicht verschliesst und frische Ideen umsetzen kann, der kann auch einen Bioladen erfolgreich und nachhaltig in neue Zeiten führen und zum Erblühen bringen.

Die Hänggis widerstehen also zunächst: Die – ebenfalls sportliche – Tochter ist in den Startlöchern und wird den Betrieb übernehmen. Man darf gespannt sein, wie sich eine neue Generation positioniert. Wird es ein Märchen, so wie es die Bluniers in Paspels vollbracht haben? Wir wünschen es von Herzen.

\* Steinadler, aquila chrysaetos, [www.vogelwarte.ch/de/voegel/voegel-der-schweiz/steinadler](http://www.vogelwarte.ch/de/voegel/voegel-der-schweiz/steinadler)

Bioladen Davos:  
[www.facebook.com/BioladenDavos](http://www.facebook.com/BioladenDavos)

des Wohnzimmer, die Konsumsucht ist grenzenlos. Es zeigt sich, dass Pier Paolo Pasolinis Vision aus den Sechzigerjahren in «Die Zerstörung der Kultur des einzelnen durch die Konsumgesellschaft» heute Wirklichkeit geworden ist.

Der Einstich schmerzt nicht, diese Flohstiche jucken nicht. Das freie «ich will» gibt es nicht mehr. Du merkst es nicht, wenn du nicht willst. Dein Wille ist korumpiert: Du willst, was du nicht willst. «Es» will.

♣: Du bist insofern gesteuert, dass du das willst, was andere wollen, und es als etwas wahrnimmst, was von innen kommt, individuell und intim ist. Wir müssen Freiheit und Unabhängigkeit neu definieren. Das Mittel gegen dieses undurchschaubare «Es» ist die Macht des «Ich kann etwas anderes wollen!»

#### «SUCHE NACH DEM ANDEREN»

♣: Zur Bildung gehört auch die Geschichte des Kapitalismus – der Herrschaft des Geldes. In der Renaissance war Kapitalismus etwas Begeisterndes, ihm verdanken wir die Freiheit des Individuums. Heute ist die individuellste Freiheit, nicht stumpfsinnig zu reproduzieren, sondern fantasievoll zu erschaffen. Den Produktionsprozess wieder in einen Schöpfungsprozess zu verwandeln, war die revolutionäre Idee Foucaults, eine reale transzendierende Kraft. Dann bist du aus der Falle, setzt der Massenhypnose deinen eigenen Willen entgegen.

§,T: Ich möchte im Bioladen das authentische Leben kennenlernen.

♣: Aber der nächste Hype steht immer schon vor der Tür. Medien und Food-designer geben vor, welche Übertreibung die Massen in welches nächste Extrem jagen soll. Der Protein-Hype wird abgelöst durch den Regio-Hype. Wie viele Verarbeitungsbetriebe gibt es noch, die nicht auf diesen Hypes mitreiten?

§,T: Es wird zu viel Marketing betrieben. Ständig musst du die Botschaften hinterfragen oder schlucken. Stehen Aktionäre dahinter, die Wachstum sehen wollen? Ökonomisch gesehen wäre ein Gleichstand schon gut, aber für Aktiengesellschaften muss es ein Prozent Wachstum sein. Ich will vertrauen können. Für mich ist der Mensch, die Persönlichkeit des Verkäufers, der Schlüssel. Er muss gebildet sein, ein Verhältnis haben zu dem, was er verkauft, es kennen und lieben. Er gibt mir Impulse aus seiner Erfahrung. Ihm vertraue ich.

♣: Vertrauen ist schön. Aber ohne Kritik geht nichts. Der Prozess, in dem du kritisch reflektierst, ist äusserst wichtig. Wer nicht reflektiert, ist gefährlich. Gefährlich sind die vielen Schäflein, die dem Priester aus der Hand fressen. Der erwachsene Mensch darf nicht blind sein. Verklärungsmarketing oder auch «Fake-Marketing» führen zum Mainstream. Das ist wie eine Flohinvansion und zu wenig Kammerjäger oder Nützlinge.

#### «KOMM RAUS»

♣: Aufklärungsmarketing beginnt mit der Rückeroberung unserer Körperwahrnehmung: Wir können lernen, unserer Wahrnehmung zu vertrauen, auch wenn wir geprägt sind. «Ich bin frei, wenn ich meine Empfindungen wahrnehme und verstehe.»

§,T: Ich bilde mich, frage weiter, bin kritisch gegenüber dem Konsumwahn.

♣: Dass es ist, wie es ist, hat ja eine Geschichte. Damit musst du dich dein Leben lang auseinandersetzen. Es gibt keine absolute Geschichte, keine absolute Erkenntnis, nur Versuche, trial and error, aber es führt immer

zu etwas anderem, etwas Nahliegendem. Übertriebene Technik führt zu einer «Vernützlichung» der Ressourcen. Ich hoffe inbrünstig, dass immer mehr junge Menschen Landwirte werden, die Landwirtschaft als Kunst verstehen und das Leben als schöpferischen Akt.

§,T: Wir brauchen Vorbilder, denen wir vertrauen können.

Schöpferisch sein heisst, JETZT da sein. Dort sein, wo's passiert. In die Zukunft zu denken ist sinnvoll, weil es uns motiviert, die Gegenwart schöpferisch zu gestalten. Damit wir eine Zukunft erschaffen, in der wir leben wollen.

#### «DENKE SELBER»

♣: Instagram, FB, Twitter usw. kreieren die Vorbilder, die Stars der Szene. Das Schöne an den sozialen Medien ist, dass du deine eigene Meinung frei kundtun kannst. Die Schattenseite ist die Beeinflussung. Die mächtigen Influencer können Mist oder echte Fakten verbreiten, egal. Entscheidend ist der Sympathiegrad. Die Flöhe, die sie auf uns ansetzen, heissen: «Werde wie ich, denn ich hab's geschafft!» Meist sind Influencer von Firmen angestellt und entsprechend abhängig oder instrumentalisiert. Die sozialen Medien sind also sehr zwiespältig. Letztlich hängt es von der eigenen Wahrnehmung ab, davon, ob du merkst, dass wir eine Flohinvansion haben, oder nicht. Ob du die Flöhe erkennst, die in deinem Gehirn sitzen und dein Konsumverhalten unmerklich manipulieren. Oder ob du frische Gedanken denkst und die Welt mit eigenen Taten würzt.

#### «SEI LEBENSFÄHIG»

♣: Ich versuche, die Wirtschaft zum Menschen zu bringen und nicht nur das Geld zu verfolgen. Zum Beispiel, indem man Bioläden in Kulturzentren mit Strahlkraft integriert.

§,T: Ich möchte das Verhalten der Menschen verändern.

♣: Der Weg geht über die Begeisterung. Du gibst deinem Gehirn den Impuls, selbst zu denken. Wir sind Individuen. Einem Individuum kannst du nicht vortexten, und es soll nicht nachbeten, sondern die eigene Wahrnehmung einsetzen und mutig das leben, was in ihm drin ist.

§,T: Ich möchte, dass die Menschen wieder mehr kochen und dabei entdecken, wie kreativ und lustvoll das ist.

♣: Kontroverse ist das Grundprinzip der Demokratie. Ich kann nicht für andere eine Vision haben, ich kann nicht wissen, was sie wollen, kann nur für mich selbst entscheiden. Gemeinsam können wir Lebenswelten schaffen, in denen Lebenskunst, Lebensfertigkeit und Lebensfähigkeit erlernt werden. Mein Traum von Wirklichkeit.

Und die Flöhe? Die haben dann wieder ihre Show im Flohzirkus und dürfen uns zum Lachen bringen.

Der Begriff <regional> boomt als Marketingkonzept. Zunehmend wird das Dogma des Regionalen aber auch hinterfragt und entlarvt. Im Umgang mit dem Regionalen muss man wie bei jedem Konzept seine Ambivalenz akzeptieren. Selbst das Einfachste ist eben nicht eindeutig. Der gefeierte Denker und Autor Harari zeigt es am Beispiel der Automarke Peugeot im Buch «Eine kurze Geschichte der Menschheit». Was ist Peugeot? Ein Auto ist es nicht, auch nicht die Gesamtheit aller Autos, die den Namen Peugeot tragen.

Es ist auch nicht (nur) eine Marke (was auch immer das wieder ist), und auch nicht das alles zusammen und dazu alle Mitarbeiter\*innen in den Peugeotfabriken. Die Erkenntnis ist, so Harari, dass Peugeot eine «Illusion» ist. Und ähnlich zu diesen Überlegungen kann man Harari getrost nachplappern: Auch eine Region ist Illusion. Wer könnte denn schon genau definieren, was eine Region ist? Der Demeter-International-Berater Dr. Reto Ingold nähert sich und pflegt biografische Wurzeln; pragmatisch-ehrlich und voller respektvoller Liebe für den Geschmacksreichtum dieser Welt.

#### RUND UM DIE ERDBEERE

Mit fast ehrfürchtigem Respekt warte ich jedes Jahr auf die hiesige Erdbeere!

Da ich viel mit Bauernfamilien im Süden zu tun habe, esse ich in der Regel schon Ende Februar die ersten Erdbeeren. Etwas in mir verschliesst sich diesen so frühen Erdbeerreizen, nörgelt, bemängelt dies und das, von CO<sub>2</sub>-Belastung bis Geschmack: das schmeckt ja wie Gurke, gar nicht wie Erdbeere! Alles nur, um dieser heimischen Diva, der späten, aber wahren Baselbieter Landerdbeere kurz vor Johanni in meinem Jahreskalender die Aufmerksamkeit zu sichern! So spät und doch so begehrt! Ich bin sicher, dass sie nicht zu meiner Nährstoff- und Vitaminversorgung beiträgt, dazu ist sie viel zu unbedeutend in meinem Speisezettel. Sie ist auch nicht immer besonders gut, manche Exemplare schmecken auch hier wie Gurke! Aber sie trägt zu meinem spirituellen Korsett bei, auf das ich mich in meinem mobilen Leben stütze, denn sie gibt mir Wurzeln, lässt mich spüren, dass ich hier zuhause und mit ihr (der ganzen Natur?) verbunden bin.

Also lokal einkaufen und essen! Ja, aber schauen wir unseren Warenkorb, den wir Bio-kinder vom Laden heimtragen, etwas genauer an. Untrennbar mit dem Lokalen sind die globalen Grüsse verknüpft. Hiesiges Joghurt mit Schoggi-Aroma, Chäs mit Dschungelpfeffer, Pommes Chips aus Schweizer Kartoffeln aber mit serbischem Chili! Was macht eigentlich die gute alte Leberwurst so fein (Weisst Du noch damals, als wir noch Fleisch assen!)? Kardamom und Vanille. Da scheint ein System dahinter zu stehen: Besonders gut sind die hiesigen Wurzeln, Knollen und Früchte, wenn sie mit exotischen, tropischen oder wüstenhaften Gewürzen serviert werden. Das gilt auch für lange Tage und neblige Trübphasen, die wir zum Beispiel mit Kaffee oder Kakao ertragbar machen! Gut gewürzt, ist halb gegessen!

Ich habe nach anfänglichem Nasenrumpfen (wegen der langen Transporte) inzwischen viel Achtung für diese besonderen und globalen Beiwerke gewonnen. Auch hinter diesen Produkten stehen fleissige Biobauernfamilien, welche nicht nur ökonomisch rechnen, sondern mit viel Herzblut Spezialitäten auf die weite Reise zu uns schicken. Wir sind mit diesen Anbauern und ihren Produkten global verbunden und müssen sie in unserem Bewusstsein wachhalten, als wären sie gleich um die Ecke angebaut. Das sind wir ihnen genauso schuldig wie unseren Bauern. Mir wurde erst im Kaffeehochland am Mount Rowenzori in Uganda auf 2200 m so richtig bewusst, was alles mit den Kaffeebohnen geschehen ist, bis ich sie in einer heissen Tasse Single origin fair organic Arabica bei mir um die Ecke in der Bar geniessen kann. Mit immer mehr Hochachtung habe ich diesen Kleinbauernfamilien zugeschaut, wie sie sich um Gesundheit, Beschattung, Düngung ihrer Kaffeebäume sorgen, wie viel Handarbeit im Kaffeeplücken steckt, wie oft sie die fermentierten Bohnen zum Trocknen ausbreiten und

danach vor den heranbrausenden tropischen Regen wieder einsammeln müssen und wie viele Stunden Arbeit bei der Handverlesung der Bohnen vor dem Verkauf nötig sind. Für uns Geniesser in fernen Ländern!

Was wir am Lokalen schätzen, müssen wir auch global suchen. Die Welt ist tatsächlich schon immer rund gewesen. Produkte finden Wege, wenn sie geschätzt werden. Wir können uns nicht mit der Welt als lokale Scheibe zufriedengeben. Aus meiner Sicht geht der Ausweg aus dem Schwarzweiss-Denken über lokal und global über die Wertschätzung der Produkte und deren Produzenten und Produzentinnen. Wertschätzung lässt mich dafür interessieren, was in meiner Umgebung wächst und gepflegt wird, aber Wertschätzung besteht auch darin, dem lokal erzeugten Bioprodukt mit der globalen Würze die Krone aufzusetzen!

Übrigens: Haben Sie die launische Baselbieter Landerdbeere, wenn sie dann endlich reif ist, schon mal mit Bioschlagrahm und einer Prise grobgehacktem Malabar-Pfeffer aus dem südindischen Tigerschutzgebiet probiert? Einfach kolossal fein!

#### AUTORENLANDWIRTSCHAFT

Die «Autorenlandwirtschaft» stellt ein Terroir und einen Landwirt oder Unternehmer als kreative Kraft ins Zentrum der agro-ökonomischen Betrachtungen. Scheinbar unvereinbare Prinzipien können im Rahmen einer «Autorenlandwirtschaft» zu einer symphonischen Einheit verschmelzen.

#### PFLUGLOSER MISCHFRUCHTANBAU

Der «Mischfruchtanbau» als ökologische Praxis ist eine ursprüngliche, ertragreiche & zukunftsweisende Anbauweise von Agrarprodukten. Sie geht weit über Demeter-Standards hinaus und ist spannend wie ein Entwicklungsroman, der gleichzeitig in der tiefen Vergangenheit, der prickelnden Gegenwart und dem Unbekannten künftiger Zeiten spielt.

Paspels ist ein Dorf mit rund 450 Einwohner\*innen, das zur politischen Gemeinde Domleschg gehört und in der Region Viamala in Graubünden liegt. Paspels ist im Verzeichnis der schützenswerten Ortsbilder der Schweiz aufgelistet. Architekturstudent\*innen der Welt pilgern nach Paspels aufgrund des 1998 erbauten Oberstufenschulhauses, das vom Stararchitekten Valerio Olgiati realisiert wurde.

Seit etwas mehr als fünf Jahren bewirtschaften wenige hundert Meter oberhalb des Schulhauses die Quereinsteiger Bluniers einen wunderschön gelegenen Hof. Südhang mit dreissig Hektar. Das Land ist vollständig arrondiert, also alles zusammengehörig rund um das dreistöckige Wohnhaus und die Wirtschaftsgebäude. Es ist eine Landwirtschaft der kurzen Wege. Es ist eine schlaue Landwirtschaft mit Biodynamik und Weitsicht auf der Grundlage von Glück. Eine ungewöhnliche Geschichte mit wundervollem Ausgang.

Am Abend ist Hochzeit. Darum findet unser Treffen am Morgen statt. Es heiraten nicht die Bluniers, nein, das haben sie schon, aber sie sind eingeladen zum Fest nach Zürich. Dort haben Claudia und Georges Blunier-Hanimann Fotografie und Kunst studiert. Von



Abb. 3

Landwirtschaft hatten sie damals noch keinen blassen Schimmer, doch diese Vision sollte schon bald in ihre Gedankenwelt vordringen. Die Geschichte besagt, dass sie während eines Kunststipendiums in Wien im Fernsehen eine Sendung über Alpwirtschaft schauten: ab auf die Alp! Die Television wurde alsbald zur Vision: Weg von der städtischen Unruhe und der Nervosität eines Kunstmarktes. Der Künstler und Arztsohn Georg ruft darauf hin seinen Vater an, der ein Bauernsohn ist. Es gibt das Sprichwort vom Apfel und vom Stamm. «Wie ist das Leben in der Landwirtschaft?» Ich erinnere mich an die Worte des Geschichtsprofessors Jakob Tanner: «Wissen ist das eine, die Kunst ist es jedoch, die richtigen Fragen zu finden und diese formulieren zu können. Das kann der Anfang einer veränderten Sicht auf die Welt sein.» Der Vater Blunier, so erzählt sein Sohn, war ein klassischer Mediziner, die Mutter Tänzerin, und es gab keine Anzeichen für das heutige Leben als biodynamischer Landwirt. Meine erste Begegnung mit einem natürlichen Wirkstoff, so erinnert sich Georg, war ein Fläschchen Echinacea zur Stärkung des Immunsystems. Claudia wiederum ist die Tochter eines Tierarztes und hatte als Kind eine «eigene» Ziege, so liest man in einem ausführlichen Artikel im «Magazin» über die erstaunliche Geschichte der Blunier-Hanimanns (Magazin vom 11.10.2018, Lebenstraum Biobauer, von Hannes Grassegger, Fotos von Lukas Wassmann).

Neben der Kunst der wegweisenden Frage braucht es natürlich auch die handfeste Kunst des Handelns. Sonst bleibt es bei der Vision, der theoretischen Möglichkeit. Es gilt, in den Apfel zu beissen, wenn man etwas will, und der Wille der Bluniers erwachte definitiv, als der Hof Dusch zur Pacht ausgeschrieben wurde. Sie

hatten zu dieser Zeit bereits Alperfahrten gemacht, ihren ersten Sohn bekommen, Men. Heute ist Men 7 und hat zwei Brüder, Luzius, 4 und Ignaz, der gerade ein Jahr alt ist. Die Herausforderung ist gross wie ein Berg. Es ist praktisch unmöglich, als Neu- oder Quereinsteiger ohne Erfahrung einen Hof zu bekommen. Un-erfahrene Pächter können auch Träumer\*innen sein, die schnell aufgeben oder sonst scheitern. Die erfahrene Konkurrenz ist gross. Es braucht die entsprechenden finanziellen Mittel (sie errechnen eine benötigte Summe von rund einer halben Million Franken). Georg, Claudia und Men gehen den Weg. Unterstützt werden sie von Georgs Vater, der sich freut, dass sein Sohn einen Anschluss an die Landwirtschaft findet. Es helfen der Wissensdurst und der Ausbildungswille. Georg absolviert nach dem Kunstmaster

an der ZHdK in Zürich noch einen Master in Agronomie an der landwirtschaftlichen Hochschule in Zollikofen. Claudia wiederum erhält eine Lizenz für Direktzahlungen durch einen praxis-orientierten Lehrgang am Plantahof in Landquart. Das Puzzle beginnt sich zu einem Bild zusammenfügen. Wir kennen den Ausgang dieses Entwicklungsromans. Also keine Sorge, alles wird gut, und wäre es nicht ein Märchen, so müsste man es erfinden ... (bitte für weitere Details den Magazin Artikel lesen).

Die vier Turopolija (irgendwie denke ich dabei immer an Tupolew?) Schweine werden gefüttert. Es sind zwei Männchen (kastriert) und zwei Weibchen. Sie führen offensichtlich ein gutes Leben, sie sind sauber und erscheinen gesprächig. Sie sind nach einem Lebensjahr in etwa so gross wie intensive Zuchtarten nach 2-3 Monaten. Slow grow, extensives Leben, wo auch eine ruhigere Lebensqualität gewährt ist. Ethos. Das Futter für die anmutigen Tiere besteht heute aus Resten aus der Mühle von Gran-Alpin, mit Wasser zu einer Mahlzeit gereicht. Die Farbe der Schweine entspricht dem Hofkonzept für Tiere: Grau. Schweine und Schafe der raren Rassen Coburg (Rot-Fuchsschaf) und Prättigauer Spiegelschafe, sind, so Georg, eher als Abrundung für ein ganzheitliches Hofleben gedacht. Darum sind es auch nicht so viele, haben dafür ihren Platz, ihren ethisch vertretbaren Lebensraum. Das Grauvieh ist aktuell auf der Alp. Ein Schaf hat Vierlinge bekommen. Sie musste zu Hause bleiben, gemeinsam mit einer Freundin, die aber eigentlich die Herdenchefin ist und unter der partiellen Isolation ein wenig leidet, solange die anderen auf der Alp weilen. Fleisch ist zu einem Haupterwerb geworden. Die Muttertierhaltung ist auch ein Verzicht auf Milchwirtschaft. Georg zeigt uns seinen

Der Hanf war schon im «Radikal 2» (Waldviertel bei Wien). Und weil es so schön war und weil die Familie Blunier in Paspels den Hanf für das Hanfsamenöl von NaturKraftWerke anbaut: Hier nochmals diese kleine Ode an die alte Kulturpflanze, die sich neuerdings wieder einer bemerkenswerten Nachfrage erfreut:

«Schlachtwagen». Was die asdf in Österreich illegal macht, ist durch den Anstoss des Pioniers Niels Müller auch hier ein Thema: die Hofschlachtung bzw. ein möglichst stressfreier Tod für die Nutztiere. Die Bluniers zeigen noch einmal neue Wege: Sie erarbeiten zusammen mit dem Kanton neue Möglichkeiten für Hofschlachtung, weil die Transportwege einfach viel zu lang sind, wenn die Tiere aus den Tälern zusammengesucht und in den Schlachthof nach Öhnsingen geführt werden müssen. Das ist ein langer Leidensweg, das bleibt im Fleisch bis in die Endprodukte. Da hilft keine Schönrederei. Progressive und hochkarätige Lokale und Akteure wissen es. Bluniers beliefern Lokale wie die Metzger oder das «Spitz» in Zürich, aber auch Andreas Caminada im benachbarten Schloss Schauenstein. Qualitätsunterschiede



Hanfhaus Mann und Hanfhaus Frau  
Hahn, Mäsch, Tregel und  
Fimmel, Henne, Hemp.  
Volksmundig.

Von von Linné 1753 erstmalig  
monotypisch vergattet,  
erfasste er auch ein antikes Kulturgut,  
den Hanf als Erzählstrang, als Ölquelle,  
Hand in Hand:

Hanef in Hanaf, Henep in Hanap  
Kannabald sativa;  
auch im Lac-hanf-all.

Sagen sie Seeleute drehten alte  
Taufstücke auf  
zum Fügen, Werken & Dichten.  
Auch das ist Hanfarbeit und Hanf's Amen.

C.E.Meier

Waldstaudenkorn, Dinkel, Platterbsen, Nackthafer, Schwarzer Emmer, Rotweizen, Einkorn, Speisewicke, Berglinsen, Schwarzer Hafer, Rottirse, Sorghum Hirse, Schwarze Gerste...

Alte Sorten und Kulturpflanzen bilden zeitgenössische Mehrwerte, insbesondere für eine abwechslungsreiche und vollwertige pflanzliche Ernährung. Die Pflege von lebendigem, vermehrbarem Saatgut und dessen Vielfalt durch innovative und mutige Landwirte ist mit Risiken verbunden, jedoch eine Grundlage für Biodiversität auf den landwirtschaftlichen Anbauflächen. Der Artenvielfalt kommt zunehmend Bedeutung zu, das Aussterben von Arten und Sorten als Bedrohung für die Existenz des Menschen wird breit diskutiert. Der Aufbau der Pyramide «Gesundheit» heisst in Kurzform: gesunde Böden – gesunde Pflanzen – gesunde Lebensmittel – gesunde Menschen.

rechtfertigen auch einen fairen Preis. Die Tiere werden für ihren letzten Gang sanft getrennt, mit einer Extraportion Heu versorgt. Der Bolzen soll ohne Vorwarnung eindringen und sofort wirken. Dann kommt Georg mit dem Stapler und dem Anhänger. Einige bauliche Massnahmen sind notwendig. Die ersten paar Mal waren die vom Kanton mit Stoppuhren dabei. Sie haben alles genau gemessen und beobachtet. Die Hofschlachtung bei Bluniers ist jetzt legal. Ein Fortschritt, dank dem unerschrockenen, fordernden und forschenden Geist der jungen Quereinsteiger.

Auf den Feldern sollen Nahrungsmittel für Menschen wachsen, abgesehen vom Eigenbedarf für die eigenen Tiere von den Restflächen. Zunehmend experimentieren die Bluniers auch mit Mischfruchtanbau. Linsen mit Leindotter oder Hanf mit Leindotter, Emmer mit Linsen. Das Linsenfeld muss aktuell gedroschen werden. Heute abend ist Hochzeit in Zürich. Die reifen Feldfrüchte könnten einen Strich durch die Rechnung machen. Claudia erzählt in der Küche, dass sie in den letzten Jahren so ziemlich alle Einladungen absagen mussten. Immer sei etwas dazwischengekommen. Seit die Bluniers einen Lehrling haben, hat sich die Situation etwas entschärft, sie konnten sogar Ferien machen. Und Claudia muss nicht mehr ganz so viel zwischen Familie, Haus und Feldern hin und her rennen. Ob die Bluniers an diesem Tag nach Zürich fahren, entzieht sich meiner Kenntnis. Vielleicht hatte das Linsendreschen Vorrang. Die Ernte geht vor, ein Regen oder eine andere höhere Macht könnte blitzschnell alles vernichten. Ernte gut, alles gut. Das andere muss warten. So ist die Regel im Paradies.

Biohof Dusch, Familie Blunier-Hanimann:  
www.hof-dusch.ch

Johann Reisinger ist ein hochdekorierter Spitzenkoch und führt seit Beginn durch die Davoser und Dawo'ser Kochkurse. Er ist ein radikaler Meister und Mitbegründer des New Green Kochens. Mit natürlichen Zutaten erschafft er durch Präzision und Wissen höchste Genüsse. Das Angebot der Natur gereicht prima für sogenannte moderne Geschmackserlebnisse. Wie sich über Geschmack nicht streiten lässt, so ist er möglicherweise auch nicht an Zeitachsen gebunden.

Natur schmeckt, wenn sie schlau und richtig zu einem Gericht zusammengestellt und verarbeitet wird. War. Ist. Wird sein. Die Auswahl der Zutaten und die Auswahl der Garmethoden entscheiden übers Gelingen. Hans kann's, er ist in diesem Sinne ein waschechter Dawo'ser.

Johann aka Hans ist Mitglied der österreichischen Arche Kommission, die Produkte zur Aufnahme in die internationale Arche des Geschmacks nominiert. Reisingers Koch- und Geschmacksseminare (die Schönbrunner Seminare) sind über die Landesgrenzen hinaus begehrt und gelten als wegweisend. Sie verfolgen u.a. das Ziel, alte Gemüsesorten wieder salonfähig zu machen.

Reisinger ist ein gefragter Berater für Restaurants und Unternehmen, wenn es um das Thema Naturküche/New Green geht. Er



ist ein Urmitglied der ARCHE NOAH, dem österreichischen Vorreiter der ProSpecieRara. Seine Sporen und Hauben verdiente er u. a. im Kurhaus Pany im Prättigau (Graubünden CH), dem Ilge in Bregenz, dem «Plabutscher Schlössl» in Graz oder dem SAS Palais in Wien.

Der Adler lässt sich nun nicht mit Tauben vergleichen. Der österreichische Naturkochstar ist neugierig, ehrlich, klar und ohne Allüren – wie seine Küche. Sein grosses Anliegen bleibt es, die Geschmacksidentität von Lebensmitteln zu erspüren und authentisch umzusetzen. Kostproben gibt's beim Kochkurs Dawo's, wo er den essenziellen und puren Geschmackern der Natur gemeinsam mit den Teilnehmenden nachgeht. Hans Reisinger ist ein kulinarischer Adler und ein Wegbereiter, dem man gerne folgt, da er es schafft, den Erfahrungs- und den Denkhorizont beeindruckend zu erweitern: Keep it simple.

P.S: Das Kurhaus Pany hat den Mühlen der Zeit nicht widerstanden. Heute gibt es das Kurhaus Pany u. a. auf ricardo.ch ab CHF 2.- zu kaufen. Es ist eine Postkarte aus dem Jahr 1946. (Stand: 12.07.19)

Mauro Colagreco: «Wenn ein Gemüse in der Natur neben einem anderen wächst, dann sind sie dafür gemacht, nebeneinander auf dem Teller zu liegen. Ich habe meinen eigenen Gemüsegarten angelegt, um die Gemüsesorten anzubauen, die ich im Restaurant verwende.» Mauro Colagreco ist Chef des Mirazur in Menton, Frankreich;) Gemäss dem S. Pellegrino Ranking ist es im Jahr 2019 das beste Restaurant der Welt.

Das vorgestellte Rezept ist auch eine Hommage an die Familie Heinrich, Freddy Cristandl und deren Bergkartoffeln aus dem Albulatal. Das Projekt in Filisur ist ein alpines Abenteuer, bei dem alte und rare Sorten in ungewohnt hohen Lagen angebaut werden. Das Rezept wiederum entstammt der Feder von Jochen Walter, dessen Kochbuch «Tajine vegetarisch» nachstehend vorgestellt wird. Die Verbindung entsteht einerseits durch den Hunger, andererseits durch die Freude an der Schönheit des Einfachen und Ursprünglichen.

#### TAJINE KARTOFFELN MIT MOJO ROJO UND MOJO VERDE

- 20 - 25 kleine Kartoffeln, z.B. Bergkartoffeln
- 3 - 6 EL grobes Meersalz, je nach Geschmack

Zunächst werden die Kartoffeln gründlich mit einer Gemüsebürste gewaschen. Anschliessend werden sie in die zuvor gewässerte Tajine gelegt, in der sie komplett mit Wasser bedeckt werden. Darüber wird grobes Meersalz gestreut und bei mittlerer Flamme ohne Deckel etwa 20 bis 30 Minuten geköchelt, bis das Salzwasser völlig verdampft ist.

#### MOJO'S REZEPT

Zubereitung im Mixer: 15 Minuten  
Ruhezeit: 1 oder 2 Stunden

#### MOJO ROJO

- 100 ml Olivenöl
- 2 - 3 EL Rotweinessig
- ½ Knolle Knoblauch etwa 5 - 6 Zehen
- 3 - 5 scharfe rote Peperoni
- ½ Tube Tomatenmark
- ½ Kaffee-Tasse Wasser
- 1 TL Paprikapulver
- je ½ TL Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel
- & etwas getoastetes Weißbrot in Brösel

#### MOJO VERDE

- 100 ml Olivenöl
- 50 ml Rotweinessig
- ½ grüne Paprikaschote gepulvert und entkernt
- ½ Knolle Knoblauch etwa 5 - 6 Zehen
- 1 Handvoll Petersilie
- 1 Handvoll frischer Koriander
- je ½ TL Salz, Pfeffer, Thymian
- & etwas getoastetes Weißbrot in Brösel

Sämtliche Zutaten werden zusammen in einem Mixer püriert bis die Masse ein cremiger Brei ist. Falls die Sauce etwas zu dünn ist, kann man mit Weissbrot-Bröseln nachdicken. Vor dem Servieren noch etwa ein bis zwei Stunden ruhen lassen.

Rezept: Jochen Walter in  
www.weltkueche.com -  
Suchwort «Tajine»

Die Tajine ist im weiteren Sinne nichts weiter als ein ausgebautes Erdloch. Schamottreicher Lehm wird von Hand geformt zu einem Topf. Dieser wird gebrannt und ist dann bereit für die Zubereitung von Speisen. Eine neue Tajine braucht Pflege, muss vor jedem Gebrauch genügend gewässert werden, damit die Luft aus dem porösen Lehm entweicht. Schon bald bildet sich eine Patina, und mit zunehmender Patina verringert sich der Wässerungsbedarf.

Der «Kochkurs Dawo's» ist eine Reise zur Ursprünglichkeit, zum maximal Einfachen und Schönen der alten Getreide-, Hülsenfrucht- und Gemüsesorten, wie sie durch unsere Vorfahren bis zu Beginn des 20. Jahrhunderts noch gehegt, gepflegt und gekocht wurden. Der «Kochkurs Dawo's» verführt, berührt und begeistert mit Wissen und Können, Genie und Eleganz. Einfache Mahlzeiten werden zeitgemäss & attraktiv zubereitet und anschliessend gemeinsam verköstigt.

Text 1 Eva Wilhelm  
Text 8 Reto Ingold  
Text 2,4-10 Christoph Elias Meier  
Abb. 1,5 Antonius Conte  
Abb. 2 © Blunier-Hanimann  
Abb. 3 © www.davos-skating.ch  
Abb. 4 historische Postkarte  
Hrsg. NaturKraftWerke@  
Antonius Conte & Partner  
8607 Aathal-Seegraben  
Christoph Elias Meier  
Redaktion Gaby Campidell  
Lektorat Afrika, Zürich  
Design Times 18, Linotype  
Schriften SoLow, outofthedark.xyz  
Druck Mittelland Zeitungsdruck AG  
Auflage 12'000

## DESSERT

SENATORE CAPPELLI -  
CRESPELLE GEFÜLLT MIT KARAMELLOCREME

Ergibt 3 Stück und geteilt bereits 6 Hälften

## FÜR DIE KARAMELLOCREME

½ Cup Cashewkerne mit Wasser  
bedeckt eingeweicht  
½ Cup Kokosmilch  
¼ Cup Dattelsirup oder  
Kokosblütensirup  
1 TL Zitronensaft  
½ Cup Kokosnussöl  
& 1 Prise Salz

Alle Zutaten im Mixer pürieren. Die Creme im Kühlschrank aufbewahren.

## FÜR DIE CRESPELLE

½ Cup Senatore Cappelli  
Hartweizenmehl  
1 TL Kokosblütenzucker  
¼ TL Weinstein Backpulver  
1 TL Olivenöl  
½ Cup Mandelmilch, lässt  
sich leicht mit  
Mandelmus herstellen  
½ Cup Wasser  
½ TL Vanilla Caviar

Alle Zutaten in einer Schüssel mit dem Schneebesen zu einem glatten Teig verarbeiten. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl oder Kokosöl (ca. 1 TL pro Crespelle) erhitzen.

Jeweils 1/3 des Teiges in die Pfanne geben und von beiden Seiten die Crespelle (Pfannkuchen) goldbraun braten.

Die Crespelle mit der Karamellocreme füllen und mit Beeren und Cacao Nibs dekorieren.

Rezept: Elfe Grünwald/FoodACADEMY  
für [www.weltkueche.com](http://www.weltkueche.com)

Rezeptesammlung:  
[www.weltkueche.com/Rezepte](http://www.weltkueche.com/Rezepte)

Eine Tajine ist jetzt deine Tajine. Du musst ihr keinen Namen geben, aber behüte sie wohl, denn sie ist ein echter Schatz.

Das traditionelle Material für eine Tajine ist schamotthaltige Tonerde, es gibt heute aber auch Töpfe aus Hartkeramik oder Gusseisen. Als Heimat der Tajine wird oft Marokko genannt. Die Berber, auch Kabylen, waren Nomad\*innen und gelten als ursprüngliche Benutzer\*innen (ev. Erfinder\*innen?) der Tajine. Kolonialisierung und nationalstaatliches Denken haben ihre langen Wege und Stätten zerstört. Sie leben nicht mehr auf den Säulen ihrer Traditionen. Der Soziologe Pierre Bourdieu spricht in seinen «algerischen Skizzen» von der «entwurzelten Kultur der Berber». Geliebt aber ist die Tajine als Symbol für Feuer und Speisetopf.

Ein württembergischer Pfarrer meldete seinem Herzog einst: «Dero allerhöchste Säue haben meine alleruntertänigsten Kartoffeln aufgefressen.»

Und jetzt? Die Antwort findet man u. a. im Hof Dusch der Familie Blunier, dort fressen dero allerhöchsten Tupolije-Schweine Reste aus den Mühlvorgängen der GranAlpin-Genossenschaft. So bilden sich Wiege-Kreisläufe, in der englischen Sprache auch Cradle to Cradle. Der einen Wiege ist die Wiege des anderen. So vermeidet man Abfälle, wenn man klare Sicht auf Anschlüsse schafft, anstatt Ab- und Ausschlüsse einfach hinzunehmen.

\* Egon Friedell zum Thema Servilität in Kulturgeschichte der Neuzeit



You like potato and I like potahto  
You like tomato and I like tomahto  
Potato, potahto, tomato, tomahto

Eintopfgerichte können in der Tajine mit einem Minimum an Flüssigkeit, praktisch im eigenen Saft gegart werden. Heute sind vor allem Fleischtöpfe aus der Tajine bekannt. Oft dient die Tajine nur noch als Dekoration und nicht mehr als Kochtopf. Dass es auch anders geht, zeigt das Kochbuch «Tajine vegetarisch» von Jochen Walter. Walter hat sich als junger Mann auf einer Reise in eine Tajine verliebt, könnte man sagen. In die ursprüngliche, einfache und natürliche Form ohne Behandlung. Geformte Erde. Walter handelt mit Natur-Tajines und hat von seinen Reisen rund um die Welt Rezepte zusammengestellt. Die ganze Welt hat in der Tajine Platz, scheint er uns zu sagen. Tajine ist ein Universalgesetz, beinahe schon Menschenrecht. Im Kapitel Europa findet zum Beispiel neben einem Kürbisrisotto mit Kresse auch die Bündner Spezialität Capuns (als «Mangoldpäckchen mit Spätzleteig auf Gemüse») Eingang in diese Sammlung von insgesamt 100 Gerichten aus aller Welt. Afrikanische oder asiatische Variationen für die Tajine lassen von fremden Kulturen und Gebräuchen träumen. Tajine vegetarisch ist eine gelungene Collage und zeigt das Potential der Universalität einfachen Kochgeschirrs.

Weitere Infos folgen unter:  
[www.naturkraftwerke.com](http://www.naturkraftwerke.com)



Bäche, Flüsse und über 600 Seen prägen den Reiz der Bündner Gebirgslandschaft. Wasserfälle und Schluchten haben landschaftlich einmalige Szenerien geschaffen, wie zum Beispiel die Via Mala oder die Rheinschlucht, die auch den Übernamen Grand Canyon der Schweiz trägt. Von Graubünden aus fliessen die Gewässer in drei Meere: Der Rhein mündet bei Rotterdam in die Nordsee, der Inn fliesst über die Donau ins Schwarze Meer und die Flüsse aus dem Misox, Bergell, Puschlav und dem Val Müstair in die Adria.

Wasser war, Wasser ist, Wasser wird sein: die Essenz des Lebens. Ohne Wasser geht nichts. Es fliesst aus Quellen, aus Gebirgen in Tälern und Flussbetten, durch Landschaften, Seen, Regionen. Schon immer hat der Mensch die Nähe des Wassers gesucht, obwohl es auch zu seinem Verderben werden kann. Frühe Siedlungen wurden an Flüssen gebaut, an Seen oder sogar auf dem Wasser in Form von Pfahlbauten. Eine der bekanntesten Städte dieser Welt ist auf Wasser gebaut, das ewig vergangene Venezia.

Im heutigen Graubünden gibt es vielseitige und besonders schöne Naturplätze an Seen, Alpen, Bergen, Schluchten, Flüsschen und Gletscherzungen.

Ein einzigartiger Ort ist der Berg Lunghin mit dem Pass Lunghin. Von hier fliesst Wasser in drei Meere. Scheitel, Trennpunkt, Schicksalsmoment. Eine Wolke über dem Lunghin-Pass lässt Wassertropfen in Richtung Erde fallen. Das Tun nimmt seinen Lauf, aber dieser Lauf des Wasserschicksals ist einmalig. Das Wasser einer Wolke kann durch die Schwerkraft je nach Windrichtung eine Reise in drei unterschiedliche Regionen der Welt antreten. Ist es denn Schicksal, ist es Vorsehung? Wer weiss. Gedanken sind frei, wenn sie frei sind. Freiheit ist ein grosser Begriff, sodass der Mensch sich davor scheinbar eher fürchtet als sich daran zu freuen. Geht man auf Webseiten zum Thema Graubünden, stösst man immer wieder auf den Begriff «Kanton der 150 Täler». Ich habe mich aufgemacht, die Namen dieser Täler zu finden. Es war labyrinthisch, ich erinnerte mich an einen Mani Matter Song, wo jemand in den Gängen eines Amtshauses herumirrt. Bis ich am Telefon auf einen ehrlichen Menschen stiess, der mehr an Wahrheit als an Marketing interessiert war. Er sagte: «Da muss man vorsichtig sein, ein Tal ist eben nicht immer eindeutig und es gibt immer verschiedene Meinungen, was genau ein Tal ist.» Die 150 Täler sind sicher nur eine Annäherung, aber er besitzt keine Liste, und es gibt seines Wissens keine – und er müsste das seines Amtes wegen wissen –, die alle Täler des Kantons Graubünden enthält. Ob Tal, Region oder Marke; es bleibt nur eine Illusion, die wir gerne mit Namen und Bezeichnungen füllen (siehe Hinweis Harari).

## TÄLER

Albulatal  
Alpenrheintal  
Bargis  
Bergell  
Bregalgatal  
Calancatal  
Charnadüra  
Churer Rheintal  
Churwaldnertal  
Dischma  
Domleschg  
Engadin  
Ferreratal  
Fextal  
Fimbatal  
Fondei  
Inntal  
Klus (Prättigau)  
Madris  
Misox  
Oberengadin  
Oberhalbstein  
Prättigau  
Puschlav  
Rheintal oder Alpenrheintal  
Rofflaschlucht  
Ruinaulta  
Safiental  
Sapün  
Scaläratobel  
Schams  
Schanfigg  
Schinschlucht  
Steinbachtobel  
Surselva  
Tamangur  
Taminatal  
Unterengadin

Val Bernina  
Val Bever  
Val Bondasca  
Val Curciosa  
Val Curnera  
Val d'Err  
Val d'Uina  
Val da la Duana  
Val da Spöl  
Val da Stugl  
Val di Campo  
Val Faller  
Val Lumnezia  
Val Medel  
Val Mingèr  
Val Minor  
Val Mora  
Val Morteratsch  
Val Müstair  
Val Nügli  
Val Roseg  
Val S-charl  
Val Sampuoir (Ardez)  
Val Sampuoir (Valsot)  
Val Sinestra  
Val Strem  
Val Sumvitg  
Val Susauna  
Val Tantermozza (Susch)  
Val Tantermozza (Zernez)  
Val Tuors  
Val Vignun  
Val Zuort  
Valsler Tal (Graubünden)  
Viamala  
Welschtobel  
Zügenschlucht

## FLÜSSE

Inn  
Julia  
Mera  
Po  
Rhein  
Donau

## MEERE

Adriatisches Meer – Mittelmeer  
Schwarzes Meer  
Nordsee (auch Westsee,  
Deutsches Meer) – Atlantik

Mare (6 J.), Jungschwimmerin, sagt:  
«Es gibt nur ein Wasser, stimmt's?»