



Der Rosenkavalier

Ausgabe 2/2004

... Ihr Botschafter aus dem Maximilian

„Meine Quelle“

eine Geschichte
von Sigmund Tschuggmall

Wer glaubt, dass er bei einer Bergtour abnehmen könnte, der wird eines besseren belehrt. Mit dem Körpergewicht ist das ohnedies so eine Sache. Der eine kann, ohne dafür bestraft zu werden, essen was und so viel er will und der andere wird vom blossen Zuschauen schon dick. Mit diesem Phänomen haben sich schon sehr lange und sehr intensiv viele kluge Leute befasst. Eine stichhaltige Erklärung gibt es dafür offenbar nicht, denn wäre es so, gäbe es wahrscheinlich bereits genug Rezepte, sein Gewicht optimal zu kontrollieren. Jeder mag also bis dahin für sich selbst den "Stein der Weisen" suchen. Das ist auch gut so, denn selbst auf seinen Körper zu horchen, selbst zu erfahren, was einem gut oder nicht gut tut, ist immer noch das beste. Meine Erfahrung ist jedenfalls die: Ich konnte auf einer Tour ohne weiteres drei oder sogar vier Kilo verlieren, um sie am nächsten Tag wieder per Personenwaage nachzuweisen. Es handelte sich also nur um verlorene Flüssigkeit, die man postwendend seinem Körper zuführen muss, will man sich wieder wohl fühlen. Zu meiner Vorsorge für eine Bergtour gehörte es immer schon, mir genau zu überlegen, was ich

mitnehme. Es gibt Leute, die nehmen offensichtlich mit, "was sie haben" und nicht das "was sie brauchen". Besonders beim Essen gehen da die Vorstellungen weit auseinander. Entweder geistert da in der Vorstellung der Gedanke



Meine Quelle

herum: Wenn man schwer arbeitet, muss man auch viel essen! Oder es will einer einfach den vorüberziehenden Wanderern zeigen, was er alles hat, um es zwischen die Steine zu breiten. Tatsache ist, dass man auf einer Bergtour fast nichts zum Essen braucht, wohl aber dafür mehr zum Trinken. Bei mir selbst machte ich immer die Beobachtung, dass ich relativ lange ohne zu trinken steigen konnte, aber wenn ich einmal anfing, dann konnte ich meinen Durst fast nicht mehr stillen. Für das Essen auf dem

„Meine Quelle“

Berg brauchte ich daher in meinem Rucksack wenig Platz. Wenn ich aber das alles immer hätte mitnehmen müssen, was ich aus dieser Flasche schluckte, dann wäre dieser verdammt schwer geworden. Also wie macht das ein kluger Mann?

Ganz einfach: Er überlegt sich, wo er seinen Wasservorrat "unterwegs" wieder ergänzen kann, richtet vielleicht seine ganze Tour danach aus. Irgendein Bach, ein See oder vielleicht Schmelzwasser, das unter einem Schneefeld herausrinnt, eignen sich jedoch nicht. Man muss daran denken, dass in den Bergen hunderte von Schafen weiden, die mit ihren Exkrementen das Wasser mit Sicherheit verunreinigen. Nitrate sind nicht ungefährlich und können starke Bauchschmerzen und Durchfall zur

Folge haben. Auch ganz gewöhnliche Verunreinigungen - wie Staub, Regen oder Kleintierbewesen - reichen meist schon aus, um die Trinkbarkeit in Frage zu stellen oder um zumindest die Qualität herabzusetzen. Erfahrene Berg- und Wanderführer oder einfach einheimische Bauern, kennen natürlich die meist ziemlich zwischen den Steinen versteckten Plätze, wo Quellen zutage treten. Wenn sie gerade nur wenige Meter sprudelnd an der Oberfläche zurückgelegt haben, sind sie absolut unbedenklich. Ihre Qualität ist meist weit höher wie jedes Mineralwasser, das man für teures Geld in einem Laden erwerben kann. Der Geschmack (!) ist unvergleichlich und erfrischend. Oft sprudeln sie Jahrhunderte lang immer an der gleichen Stelle und die Insider, die diese Plätze kennen, hüten sich, sie zu verraten oder womöglich noch ein Schild hinzustellen.

"Über sieben Steine muss es gelaufen sein", dann ist es wieder frisch und sauber. Heute brauchen wir viel Chemie und millionenschwere Investitionen, um verunreinigtes Wasser nur annähernd wieder trinkfähig zu machen. Über die Jahrhunderte können aber immer wieder neue Quellen auftreten. Tektonische Verschiebungen im Berginnern, durch kleine und grössere

Griass Enk

Man kann ihn riechen !

Letzte Woche war ich noch auf dem Berg. Irgendwie war es eine melancholische Stimmung. Die frischen Farben des Sommers sind verschwunden, das tiefe Blau des Fingerhuts, das satte Gelb der Alpenmargerite, das Purpurrot des Pannonischen Enzians. Selbst die haarigen Blüten der Edelweiss hingen zerfranst am Stengel. Alle diese Farben aus dem Topf dieses grossen Malers "Natur" haben einem einheitlichen Braun Platz gemacht, zwischendurch ein Goldton, braune, verwelkte Blätter, nur einige Beeren im glänzenden Rot. Überall dicke, fette Murmeltiere, die faul in der Sonne liegen, zu faul um zu flüchten, wenn der grelle Pfiff des Wächters ertönt.

Vom Joch wehte ein kühler Wind, schärfer als sonst, aber es war kein Gewitter. Die Sonne stand am azurblauen Himmel, weit und breit keine Wolke. Ich liess meine Windjacke an, streifte nicht wie sonst die Strümpfe auf eine Rolle unten am Knöchel. Ich wusste, was das bedeutet. Der Herbst ist da! Beim nächsten Wettereinbruch kann es schneien. Die Natur zieht sich zurück. Sie sammelt Kraft für eine neue, glorreiche Auferstehung im nächsten Frühjahr. Aber das stimmt mich nicht traurig. Ich spüre sogar eine kleine Freude im Herzen aufkeimen - Winterfreuden!

Im Geist sehe ich die Landschaft tief verschneit, glitzernde Schneekristalle, höre die Lifte schnurren, das fröhliche Lachen und Getue der Schiläufer, sehe sie in eleganten Kurven vom Berg fahren, der Pulverschnee staubt ! Ich kann ihn riechen - den Schnee !

Ihr Winterträumer!
Sigmund Tschuggmall.

