

Val Müstair – weit weg vom Rummel und Nebel

Während des Tages schneeschuhwandern und es sich kulinarisch gut gehen lassen, nachts unendlich weit ins Sternenmeer blicken – das Val Müstair bietet neben dem Kloster St. Johann vieles für genüssliche Ferien.

«Nebel?» Auch wenn das Räteromanische im Val Müstair von den rund 1500 Einwohnern gepflegt wird, muss Lucia Ruinatscha von der Gästeinformation Val Müstair einen Moment studieren. Sie braucht das Wort selten, weil es hier «la Tschiera» kaum gibt. Während die Unterländer unter der Nebeldecke litten, hatte das Tal im vergangenen Dezember und Januar nur Sonne, blauen Himmel, keine Wolken. Dafür ist die Schneedecke Ende Januar dünn. Es reicht dennoch für eine genüssliche Schneeschuhtour entlang des «Senda da l'uors», dem Bärenpfad. Beginnend bei Fuldera ist er bestens mit pinkfarbigen Pfählen und einem aufrechten Metallbären gekennzeichnet. Der knapp 10 km lange Weg bis Sta. Maria eignet sich auch für Anfänger, ohne Angst vor Lawinen oder grossem Gefälle. So tauchen wir unbesorgt ein in die Natur. Vor uns die Weite des Tals, eingerahmt von Schneebergen, die bis knapp 3000 Meter hoch sind. Wir sind alleine. Der harte Schnee knirscht unter den Schneeschuhen, der Rombach plätschert dahin, blauer Himmel – sonst nichts. Die flachen, grossen Eiskristallplättchen glitzern im Sonnenlicht. Am Ufer des Baches liegen Eisplatten, deren Ränder sich entlang der kleinen Wasserfälle runden.



Die Schneeschuhtour von Buffalora nach Jufplau, entlang des Nationalparks, ist für Naturliebhaber ein Traum. Erst recht mit frischem Pulverschnee.

© ALLE FOTOS: MONIKA NEIDHART

Beim Langlaufzentrum in Furom wechselt der Pfad die Talseite und führt entlang des Waldrands und durch lichten Wald. «Oh Schreck, der Weg führt über einen in Eis erstarrten Bach.» Meine Angst ist umsonst, die Krallen der Schneeschuhe tragen mich, ohne zu rutschen, problemlos ans andere Ufer. Schaibiettas, Feigenbrot, ein Stück «Tuorta da nusch» oder eine der vielen süssen Köstlichkeiten bei Meier-Beck in Sta. Maria haben wir uns nach rund 4,5 Stunden redlich verdient. Hafer, Roggen, Honig und die Milchprodukte, die die Bäckerei verarbeitet, stammen von Bauern im Tal. Rund 30 sind es, viele von ihnen produzieren nach biologischen Richtlinien. Später stärken uns Pizokels, die fingerdicken «Nudeln», an einer Rahm-Schinken-Sauce für die sternenklare, kalte Nacht.

Blick zu den Sternen

«Lü» heisst Licht. Und gerade das fehlt nachts im gleichnamigen Dorf auf knapp 2000 Meter, oberhalb von Fuldera. «Es gibt kaum mehr schwarzen Himmel. Lü ist eine



Die Natur formt immer wieder wunderschöne Details.



Rarität in Europa, es gibt hier minimale Licht- und Luftverschmutzung», schwärmen die ehemaligen Hirnforscher Vaclav und Jitka Ourednik, die hier oben das Alpine Astrovillage Lü-Stailas aufgebaut haben. «Offene Sternhaufen» oder «Pferdekopfnebel» sind für mich abstrakte Begriffe, die Fotos, die Vaclav Ourednik davon im Vortrag zeigt, erstaunlich. Doch draussen in der Nacht zu stehen und den Sternenhimmel zu beobachten, packt. Nach gut 20 Minuten sind die Augen an die Dunkelheit gewöhnt. Einmalig bleibt der Blick durch das riesige Teleskop, das Vaclav Ourednik Richtung «Schwert des Orions» richtet. Am unteren Ende dieser Sternformation liegt der «Grosse Orionnebel». Die Nebelschwaden umschliessen wie zwei lange, dünne Flügel im Zentrum vier Sterne. Dieses «Sterntrapez» funkelt. Und wir stauen über das Universum...

Lichte Wälder und Pulverschnee bei Buffalora

Nach der klaren Nacht fällt am nächsten Tag fast ununterbrochen Schnee. Isidor Sepp, Biobauer und Schneeschuhtourenleiter für die Gästeinformation Val Müstair, strahlt: «Es ist mystisch, bei diesem Wetter durch die verträumte Landschaft von Buf-



An der Grenze zum Nationalpark sind einzelne Lärchen- und Arvenbäume bis zu 500 Jahre alt, bizarr durch Wind und Wetter geformt.

falora nach Jufplau zu gehen.» Und tatsächlich ist es traumhaft: Von der Ofenpassstrasse gehen wir in südlicher Richtung durch offenes Gelände und durch kurze Waldabschnitte zur Alp Buffalora. Die Umgebung erscheint in dunkelgrau-weißen Farbtönen. Die Gipfel des Piz Daint (2968 m) und Munt Buffalora (2627 m) sind in den Wolken versteckt, die Flanken werden von den Wolken umspielt. Dann und wann bricht die Sonne durch; fast so wie eine Astrofotografie von Vaclav Ourednik. Ab Buffalora gibt es keine Markierungen Richtung Jufplau. Isidor Sepp spurt uns seinen Weg. Die Lawinengefahr entlang des Osthangs des Munt Buffalora ist heute keine Gefahr. Tief und weich sinken die Schneeschuhe ein. Schritt für Schritt. Kein Ton. Die Schneekristalle sind klein und fein. Einzelne Bäume sind durch Wind und Wetter geformt; Kunstwerke der Natur und bis zu 500 Jahre alt. Auf einem Wipfel sitzt ein Tannenhäher. Das Bartgeierpaar, das im angrenzenden Nationalpark brütet, oder anderes Wild sehen wir heute nicht, auch keine anderen Schneeschuhläufer – die weite Hochebene von Jufplau gehört uns alleine. Noch ein satter Anstieg, bevor wir beim Grenzhaus «Chasa da Cunfin» auf 2289 Meter, geschützt vor dem Wind, nach gut 2,5 Stunden Mittagsrast machen. Zurück geht es dann auf der gegenüberliegenden Talseite. Der Weg führt über ein Moorgebiet und lichte Föhrenwälder. Der leichte Pulverschnee stiebt, als Isidor einzelne kurze, steilere Passagen hinunter springt, aber nicht bevor er den Anfängern Tipps gibt: «Achtet darauf, dass der Schwerpunkt der Knie über den Krallen der Schneeschuhe bleibt. So können die Krallen erst richtig greifen.» Und wenn doch einmal jemand bei dieser als WT1 (= leichte Schneeschuhwanderung) eingestuften Tour fällt, passiert nichts. Zu weich und sanft ist der Neuschnee. Ein kurzes Abschütteln der Flocken und weiter geht es. Schneepolster hängen in den Föhren- und Arvenadeln. Ein Baumstamm wölbt sich ein paar Meter über unseren Weg wie eine Brücke. «Hört ihr den Bach plätschern?» Tatsächlich hören wir das Wasser, der Bach aber liegt unter der Schneedecke. Nach gut fünf Stunden sind wir zurück am Ausgangspunkt. Die Wangen sind vom Wind und Wetter leicht gerötet, die Gesichter strahlen: «Traumhaft, durch eine solche verträumte, verschneite und einsame Landschaft zu gehen. Dieses Erlebnis wird

INFOBOX

Auskünfte

Gäste-Information Val Müstair, Plaun Grond 24J, 7532 Tschiers, und Gäste-Information Müstair, Klosterladen, 7537 Müstair. www.val-muestair.ch. Die Gäste-Information Val Müstair organisiert u. a. als Ferientipps mit activPass pro Woche 2 Schneeschuhtouren, Vollmond-Schneeschuhwanderung «Cler Glüna», Lamatrekking und Wildbeobachtung, Schlittel-express...

Unterkunft

U. a.: Hotel Helvetia, Müstair, www.helvetia-hotel.ch. Das Hotel wurde 2015 renoviert. Freundliches Familienunternehmen mit guter Küche.

Essen

Meier-Beck in Sta. Maria. Das Familienunternehmen legt Wert darauf, lokale (Bio-)Produkte zu verarbeiten. www.meierbeck.ch

Besichtigungen

- Kloster St. Johann in Müstair, Unesco-Kulturgut seit 1983 
- Manufactura Tessanda Val Müstair, Sta. Maria, www.tessanda.ch. Die Handweberei verkauft Produkte aus handgewebenen Stoffen, die vor Ort hergestellt werden. 
- Das alpine Astrovillage schloss Ende März 2018 in Lü die Tore. www.alpineastrovillage.net

uns im Unterland wieder über manche Nebeltage helfen.»

Monika Neidhart