

## Region

# Yogis auf vier Beinen

Selzach Yoga mit Alpakas? Was steckt hinter diesem Trend? Und wie geht das überhaupt? Unsere Autorin hat es ausprobiert und ihre Matte mitten auf einer Weide in Selzach ausgelegt.

Theresia Mühlemann

Sie sind gerade überall zu sehen, Lamas und Alpakas. Mit Sonnenbrille und bunten Halftorn geschmückt, zieren sie Postkarten und Alltagsgegenstände. Als Symbol für Coolness und Entspannung haben sie die Faultiere längst abgelöst. Mit ihrem Südamerika-Flair verbreiten sie gute Laune und

### Sommerserie Tiergeschichten

mahnen zu «No Drama». Auch ich konnte mich diesem Trend nicht länger erwehren. Als ich dann in den Sozialen Medien über eine Anzeige für Alpaka-Yoga gestolpert bin, war meine Neugierde geweckt. Einerseits war ich als Yogalehrerin, die sich in ihrer Unterrichtstätigkeit auch der Philosophie und nicht nur dem sportlichen Aspekt verschrieben hat, sehr skeptisch, ob eine Yogastunde auf der Wiese mit Alpakas noch dem traditionellen Yoga gerecht werden würde, doch andererseits stellte ich mir diese Konstellation, drussen und umrahmt von Tieren Yoga zu praktizieren, einfach sehr schön und lustig vor. Kurzum meldete ich mich für einen Yogaabend an.

Gespannt traf ich gemeinsam mit einer Freundin am frühen Sonntagabend auf der Funrange in Selzach ein. Die Sonne stand bereits tief über dem Jura und der Abend versprach trocken zu bleiben. Bereits hatten sich einige Teilnehmer auf der Wiese gemütlich eingerichtet. Die «Alpaka-Hirtin» Jasmin Besançon bat uns, zwischen den Matten etwas Abstand zu lassen, damit die Alpakas sich dazwischen frei bewegen konnten. «Und legt euch nicht zu nahe an die gelben Steckpfähle, dort ist das Klo der Alpakas», gab sie den Teil-

nehmenden mit auf den Weg. Bei der Anmeldung vor der Stunde wurden wir von Yogalehrerin Alison McCaskey herzlich begrüsst. Ihre Vorfreude war spürbar gross. Auch für sie, die vor einem Jahr zur Alpaka-Yoga-Familie gestossen sei, sei es immer wieder etwas Besonderes, in diesem Rahmen Yoga zu unterrichten, wie sie erzählte. Das kurze, persönliche Kennenlerngespräch diente der Yogalehrerin auch dazu, zu erfahren, wie viel Yogaerfahrung und welche körperlichen Bedingungen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mitbringen, damit sie ihr Programm da und dort an die Gruppe anpassen konnte.

Kaum hatten wir uns auf der Matte niedergelassen, wurden wir umringt von sieben Alpakaburschen, die uns neugierig betrachteten. Der Mutigste von allen, Broadway, genoss es, auch einmal am Kopf gekraut oder gestreichelt zu werden, während seine Artgenossen vor allem des saftigen Grases wegen auf die Weide gekommen zu sein schienen.

Schon zu Beginn der Yogastunde, als es darum ging, bei sich anzukommen und die Atmung zu vertiefen, fiel mir auf, wie wohlthuend es doch ist, mit geschlossenen Augen in der Natur zu sitzen, den Geräuschen in der Umgebung zu lauschen, den Geruch von Wiese in der Nase, das leise Schmatzen der grasenden und gemächlich umher-schlendernden Alpakas und das Rascheln des Windes in den Baumkronen im Ohr. Wann nimmt man sich schon noch die Zeit, sich einfach im Freien hinzusetzen und die Welt mit wachen Sinnen zu erleben? Alleine dafür, dass ich auf diese Weise daran erinnert wurde, hatte sich die Anmeldung zu dieser Stunde schon gelohnt.

«Mach, was immer für dich stimmt», ermutigte uns McCas-



Yoga mit Alpakas funktioniert – und ermöglicht einen Dialog mit der Natur. THERESIA MÜHLEMANN

key, die Yogalehrerin, «wenn du zwischendurch mit den Tieren in Kontakt sein möchtest, mach' ruhig eine kleine Pause.» Eine Pause wollte ich nicht, ich genoss es, mich klar angeleitet auf eine neue Yogareise zu begeben. Viel zu selten komme ich in den Genuss, an einer Yogastunde nicht vorne zu stehen, nicht überlegen zu müssen, nur mitmachen und spüren zu dürfen. Ich gab mir grosse Mühe, die Haltungen korrekt auszuführen und die Balance nicht zu verlieren. Wie hätte das wohl ausgesehen, wenn ich als Yogalehrerin vor versammelter Gesellschaft ins Gras gepurzelt wäre! Doch jedes Mal, wenn wieder ein Alpaka seinen langen Hals auf meine Matte streckte, schien es mir, als wollte es sagen: «Hey, nimm doch nicht al-

les so ernst, ist doch nicht so wichtig.»

«Alpakas sind definitiv im Trend», erzählt Jasmin Besançon, die hier auf dem Hof in Selzach, den sie gemeinsam mit ihrem Vater und ihrem Mann betreibt, unter anderem für die Alpakas und die Erlebnisangebote mit diesen zuständig ist. Dabei sei die Klientel beim Yogaerlebnis mit den flauschigen Neuweltkameliden sehr breit gefächert. Es kämen junge Leute, die etwas Kultiges ausprobieren möchten, das ganze Spektrum vom erfahrenen Yogi bis zur blutigen Anfängerin, aber auch ältere Leute, für die die Begegnung mit den Alpakas im Vordergrund stehe, weil es für sie schlicht neu sei. Bis vor rund 20 Jahren habe es kaum Alpakas oder Lamas in der Schweiz ge-

geben. Wer die Erfahrung von der entschleunigenden Wirkung und der ruhigen Ausstrahlung der Tiere erst einmal schätzen gelernt habe, beispielsweise auf Spaziergängen mit den Tieren, sei schnell verliebt in die kleinen Verwandten des Lamas. Und so manch einer hätte sich dadurch dazu entschieden, selbst Alpakas zu halten.

Ein entspanntes Leben geniesst denn auch die Alpaka-Familie auf der Funrange, mehr als ein Spaziergang oder eine Yogastunde täglich steht nie auf ihrem Kalender.

Der Veranstalter dieser Yogastunde ist die Gruppe Alpaka-Erlebnisse Schweiz. Mittlerweile zählen zwölf Yogalehrende und mehrere Höfe in der ganzen Schweiz zum Kollektiv, das

Angebote wie dieses ins Leben ruft. Alles begann letztes Jahr im Frühling, als Yogalehrerin Aline Losca in Deutschland von einer Farm gehört hatte, die Alpaka-Yoga anbietet. Zurück in der Schweiz wollte sie selbst solche Yogastunden besuchen, fand aber kein entsprechendes Angebot. Kurzerhand beschloss sie, gemeinsam mit einem befreundeten Yogalehrer, solche Stunden selber durchzuführen. Was als privater Event für eine Handvoll Freunde auf einem ersten Hof gestartet hatte, wurde zum Selbstläufer und zog bald Interessierte aus der ganzen Schweiz an. Mittlerweile gibt es bereits fünf Standorte, an denen regelmässig Alpaka-Yoga angeboten wird. Bald stehen auch Yogaevents in Verbindung mit Unplugged-Konzerten oder Alpaka-Mal-Events mitten in der Herde auf dem Plan. Der Hintergrund für diese Erweiterung des Angebots sei, auch den Menschen, die körperlich nicht in der Lage seien, eine Yogastunde zu absolvieren, eine gute Zeit mit den Alpakas zu ermöglichen, erzählt Losca.

Die anderthalb Stunden auf der Matte waren kein Yoga im Sinne eines Rückzugs der Sinne und eines In-sich-Ruhens, doch sehr wohl eine Auszeit vom Alltag. Die Qualität bestand vielmehr gerade in diesem Dialog mit der Natur, in dem Erleben seiner Selbst als Teil der Szenerie. Die Erde unter den Füssen, das Zirpen der Grillen, die flauschige Wolle unter den Fingerspitzen, das Gewahrwerden des eigenen Körpers durch die dynamischen Bewegungsabläufe – all dies vermochte mich in einen Zustand der Gegenwärtigkeit und Erdung zu versetzen. Auch das ist Yoga.

Alle Teile der Serie unter [www.bielertagblatt.ch/tiergeschichten](http://www.bielertagblatt.ch/tiergeschichten)

Reklame



## Entdecken Sie das neue Swisscom Erlebnis.

Der **Swisscom Shop** an der **Nidaugasse 48 in Biel** hat jetzt für Sie geöffnet.



### RHABILLAGES

## Bandwürmer und Spartöpfe



Gegenwärtig kommt die Meldung aus dem Stadthaus, Grenchen heissester Wunsch sei es, dass die Stadt in den Kreis der helvetischen Agglomeration aufgenommen werde. Mit Grenchen wollen die beiden Nachbargemeinden Bettlach und Lengnau ins Agglo-Abenteuer steigen. Die Zuschreibung Agglomeration ist in erster Linie deshalb im ganzen Land begehrt, weil die Träger dieser Bezeichnung auf Unterstützung aus dem eidgenössischen Spartopf hoffen können. Zu einer Agglo gehört unter anderem auch eine ausreichende und vielseitige medizinische Versorgung der Bevölkerung.

Etwas ums Jahr 1900 existierte eine Apotheke, die der Post gegenüber stand. Diese Feststellung ist insofern wichtig, als es sich bei der Apotheke in erster Linie um eine Versandapotheke handelte. Deshalb wohl auch die geografische Nähe zur

Post, der man nicht nur unter der Woche bis 20 Uhr, sondern sogar sonntags Pakete und Briefe zum Versand anvertrauen konnte. Hier muss nun beigefügt werden, dass das damalige Postgebäude einem alten Ritterschloss mit dazugehörigem Turm glich. Neben Post und Telegraph befand sich in diesem Gebäude auch die Gemeindeverwaltung. Die Post war mit ihrem grossen Vorplatz das Zentrum Grenchens.

Die Apotheke in Grenchen versandte ihren Kunden und Interessierten eine recht umfangreiche Werbebroschüre mit dem Titel «Der Mutter und des Landwirts Hausschatz». Der Titel verrät uns zwei Dinge: Man stellt fest, dass die Grenchner Apotheke nicht nur an kranke Menschen dachte, sondern auch an gesunde Nutztiere. Die Bezeichnung Hausschatz war deshalb richtig, weil der Apotheker seine Leserinnen und Leser ermunterte, sich eine kleine Hausapotheke zu erstellen. Er betonte, dass in einem Krankheitsfall jeweils der zuständige Arzt orientiert werden müsse. Dieser sei sicher sehr froh, wenn er bei einem Hausbesuch eine ausgewogene Hausapotheke vorfände. Weiter befasste sich die Schrift mit den verschiedenen Krankheiten, die

zu jener Zeit auftreten konnten. Eine besondere Vorliebe zeigte der Apotheker für den Bandwurm und dessen Tätigkeiten im menschlichen Körper. Er ging einen unerwarteten Schritt weiter und bat seine Kundsträger, diese möchte ihm, natürlich per Post, abgehende Bandwurmtteile zusenden. An Bandwurmträgerinnen und -träger erklärte er, dass sein Medikament gegen Bandwurm garantiere, dass auch der Kopf des Untiers abgehen werde. Dieses Mittel kostete 3 Franken pro Schachtel. Wenden wir uns jetzt den medizinischen Mitteln zu, mit denen kranke Tiere versorgt wurden. Da wäre einmal im Werbeprospekt folgendes zu lesen: «In allen zweifelhaften Fällen ist das Tierschutz-Universalsalvopulver zu gebrauchen, welches bis zur Ankunft des Tierarztes allen misslichen Zwischenfällen vorzubeugen im Stande ist. Auch bei Seuchengefahr wird das Vieh widerstandsfähiger durch den Gebrauch des Tierschutz-Universalsalvopulvers und kann dessen Gebrauch den Landwirt vor grossem Schaden bewahren.»

Die alte Post steht nicht mehr, doch die Versandapotheke hat bis heute immer leistungsfähigere Nachfolger gefunden.

Rhabilleur