

Für die Schriftstellerin Sabine Reber sind die Landschaften des Berner Oberlandes «Kraftorte», etwa das Lauterbrunnental.

«Ausgesuchte MAGISCHE Plätze»

Die Schriftstellerin Sabine Reber eroberte mit ihren zahlreichen Büchern die Gartenszene und legt nun mit Pascal Stern einen besonderen Wanderführer für das Berner Oberland vor. DAS INTERVIEW FÜHRTE URS HEINZ AERNI

HOI: Sabine Reber, nach Lebensstationen in Irland und Biel scheinen Sie im Berner Oberland irgendwie angekommen zu sein. Täuscht der Eindruck?

SABINE REBER: Das Saanenland ist zumindest emotional zu meiner Heimat geworden. Ich lebe jetzt seit fünf Jahren in dieser wunderschönen, offenen Landschaft. Aber es ist halt schwierig, eine günstige Wohnung zu finden, und so muss ich immer wieder umziehen. Das ist es aber wert – Hauptsache, ich sehe das Spitzhorn, und da wo ich jetzt bin, habe ich auch noch das Wildhorn als Zugabe direkt vor dem Fenster. Im Herbst den ersten Schnee zu sehen, das wiegt alle Mühsal auf. Und es ist mir

auch egal, wenn mein Schlafzimmer direkt neben den Kühen liegt. Das hatte ich am letzten provisorischen Wohnort, das war schön, für zwei Saisons ganz nah neben den Tieren zu leben. Ich habe im Oberland die Kühe liebgewonnen, und die Menschen natürlich auch. Und den feinen Hobelkäse. Ich bin nicht nur wegen des Bergpanoramas hier.

Zusammen mit dem Geografen und Wanderleiter Pascal Stern veröffentlichen Sie ein Wanderbuch «für die Seele». Sie sind bekannt als Pflanzenexpertin, war das Wandern immer schon ein Thema für Sie?

Als Kind, da habe ich es gehasst, da mussten mein Bruder und ich ja immer Wandern mit den Eltern. Erst später in Irland habe ich Freude bekommen am Laufen, am mich Bewegen in schönen Landschaften. Und seit ich vor bald 20 Jahren zurückgekommen bin, wandere ich eigentlich regelmässig. Wobei sich der Fokus in den letzten Jahren stark Richtung Ski- und Hochtouren verschoben hat. Mich faszinieren die Aurikeln ...

... eine Pflanzenart die zur Gattung der Primeln gehört?

Genau, und die Edelweiss, die weit oben zwischen den Felsen gedeihen. Ich bewege mich gern am morgen früh zwischen Birkhähnen und Schneehühnern. Mit den Blumen war ich ja schon gut bekannt,

und nun sind im Oberland auch die Tiere zu meinen Freunden geworden.

In Ihrem bunten Buch bezeichnen Sie das ganze Berner Oberland als «ein Kraftort». Was braucht es alles für so einen Ort?

Ich habe meine persönlichen Kraftorte, den Geltenschuss zum Beispiel, die Burgfälle oder den Lauenensee. Natürlich ist der sehr bekannt – aber an einem lauen Sommerabend im Lauenensee schwimmen, wenn all die Touristen heimgegangen sind, also dieser Ort hat eine Ruhe und eine Kraft, das ist ganz was anderes als zum Beispiel der Bielersee. Es gibt ja auch Leute, die die Kraft an Kraftorten messen. Das kann man machen. Aber man spürt es auch, wenn man gar nichts darüber weiss. Manche Orte haben einfach eine spezielle Ausstrahlung, zum Beispiel das Hintere Lauterbrunnental, oder die Blaue Glunte oberhalb von Grindelwald. Und natürlich haben wir unsere Wanderungen so

ausgesucht, dass wir einige dieser magischen Plätze mit unseren Lesern teilen können.

Sie beschreiben nicht nur die Wanderwege und die Einkehrmöglichkeiten, sondern geben Tipps zum Innehalten mit Informationen über das, was man sehen kann. Die Auswahl der Wege ist vielfältig, wie dürfen wir uns das Aussuchen dieser Weg vorstellen?

Ja das war recht knifflig. Eigentlich ist es ja praktisch überall schön im Berner Oberland. Wir haben versucht, die Routen möglichst vielfältig zu wählen und unserem Publikum die verschiedenen Täler und Aussichten und all die wunderbaren Orte näherzubringen. Von einfachen Spaziergängen bis zu anspruchsvollen Bergwanderungen reicht das Spektrum. Manche Routen führen an erfrischende Wasserfälle, andere laden zum Einkehren in einer speziellen Bergbeiz ein oder zum Frühstück auf

der Alp, und es gibt sogar einen Barfussweg im Urbachtal, wo man so richtig authentischen Bodenkontakt bekommt.

Das Berner Oberland wurde und wird immer wieder als Kulisse in der Literatur und in Filmen genutzt, denken wir an «James Bond» oder «Sherlock Holmes». Sehen Sie auch Gefahren für Ihr Alpenjuwel?

Die Schönheit des Berner Oberlandes ist für alle, es hat genug davon. Es ist jetzt nicht so, dass wir unsere Lieblingsorte geheim halten würden – sie gehören allen. Dazu kommt, dass die allermeisten Wanderfreunde ja grundständige Menschen sind, die die Sorge tragen für die Natur. Ich denke, auch diesen Geist der Sorgfalt geben wir weiter in unserem Buch. Es ist eine Einladung zum Teilhaben, zum Liebe empfinden für die Landschaft und für alle Lebewesen, mit denen wir die schönen Orte teilen dürfen.



Magische Plätze finden sich im Buch.



Autorin Sabine Reber und Geograf Pascal Stern zeigen den Lesern die Schönheit des Berner Oberlandes.

Nun blättern wir Ihr schönes Buch auf und suchen eine Route aus. Mit welcher wollen wir beginnen?

Also wenn Sie nicht grad schon den ganzen Winter auf Skitouren waren und megafit sind, dann fangen Sie vielleicht mit etwas Kleinerem an. Im Frühling bekommen ja viele Wanderfreunde erst einmal Blasen an den Füßen und Muskelkater. Zur Tällihütte hinauf ist nicht so eine grosse Sache, und man isst dort sehr fein. Oder ich würde vielleicht zuerst mal zu den Giessbachfällen, oder vielleicht zu den Burgfällen – das ist nicht weit, und im Frühling blühen dort unzählige Leberblümchen. Die Wasserfälle sind im Frühling und im Frühsommer eh super, wenn sie riesig und mächtig sind. Das Hintere Lauterbrunnental ist diesbezüglich auch eindrücklich. Aber für die grosse Tour zum Kerzenhotel Obersteinberg muss man dann schon einigermassen fit sein, das würde ich nicht gleich als Erstes machen. Und wenn Sie dann richtig fit sind, ja dann sollten Sie unbedingt aufs Morgenberghorn. Das ist eigentlich meine Lieblingstour, schon nur wegen des frischen Geisskäses in der Brunnihütte und wegen der Paradieslilien, die uns dort überall begegnen ...

Danke, Frau Reber, dann starten wir zuerst einmal zur Tällihütte ...

Sabine Reber

Sabine Reber ist freie Autorin und Pflanzenexpertin. Pascal Stern ist Geograf, Wanderleiter und Hüttenwart. Die beiden pflegen zwei Berggärten im Saanenland oberhalb von Gstaad und schreiben einen Bergblumenblog auf hikesandherbs.ch. Sie führen auch Gäste durch ihre faszinierende Heimat und organisieren kulinarische Events mit essbaren Wildkräutern.

Das Buch: «Berner Oberland. Wandern für die Seele» von Sabine Reber und Pascal Stern, Droste Verlag 2023, 192 Seiten mit vielen Abbildungen und Karten, 978-3-7700-2364-6