

Luzerner Zeitung

abo+ GISWIL

Eine aussergewöhnliche Yoga-Stunde: So lässt es sich zwischen Alpakas entspannen

Das Kollektiv Alpaka-Erlebnisse mit Gründerin Aline losca bietet seit Sommer 2020 in der ganzen Deutschschweiz verschiedene Erlebnisse auf Alpaka-Höfen an. Unsere Reporterin wagte sich an das Alpaka-Yoga in Giswil.

Valentina Blaser

09.08.2023, 17.00 Uhr

abo+ **Exklusiv für Abonnenten**

Wir blicken uns für einen Moment lang tief in die Augen. Die schwarzen kugelrunden Augen des weissen Alpakas ziehen mich in dessen Bann. Das Alpaka steht gebückt vor mir auf der Wiese, frisst Gras, schaut immer wieder auf und beobachtet mich. Ich halte die Yoga-Position, weil ich das Alpaka nicht erschrecken möchte, atme normal weiter und geniesse den Moment. Auf dem Hof von Beat Abächerli in Giswil spüre ich, welche Entspannung eine Yoga-Stunde inmitten einer Alpaka-Herde mit sich bringen kann – trotz der Ablenkung.



Die Alpakas beobachten die Yoga-Gruppe eindringlich.

Bild: Nicole Caola (Giswil, 28. 7. 2023)

«Hör auf dein Herz und spüre, wie es dir geht», leitet uns Yogalehrerin Sheilina Janis Durrer zu Beginn an, während die Alpakas auf der Wiese zu unserer Yoga-Gruppe stossen. «Vielleicht bist auch du ein bisschen aufgeregt.» Unsere Yogalehrerin ist Teil des Kollektivs Alpaka-Erlebnisse, das seit Sommer 2020 verschiedene Angebote in der ganzen Deutschschweiz organisiert. Nicht nur Yoga, sondern auch malen oder Fondue mit Alpakas gehören zu den Erlebnissen.



Auch Yogalehrerin Sheilina Janis Durrer (vorne links) genießt die Anwesenheit der Alpakas.

Bild: Nicole Caola (Giswil, 28. 7. 2023)

Ich sitze im Schneidersitz und merke, dass ich zu Beginn eher abgelenkt und nicht aufgeregt bin. Denn eine kleine Spinne krabbelt schon zum zweiten Mal über meine Füße und das kitzelt. Ich bin es gewohnt, drinnen in einem Raum Yoga zu machen, wo meine Konzentration immer ganz bei mir und meiner Matte liegt.

Yoga mit Ausblick

Doch das ist die Welt der Alpakas, ihre Weide und ihr Zuhause – mit Spinnen. Mit meiner Konzentration hier angekommen, bestaune ich die schöne Kulisse über die steile Wiese und den Stall am unteren Ende, bis hin zum Sarnersee. Fast wäre das Alpaka-Yoga wetterbedingt ins Wasser gefallen. Glücklicherweise blieben wir aber vom Regen verschont.

Die Tiere kommen immer näher, sie wirken interessiert und doch sind sie vorsichtig unterwegs. Die Alpakas

laufen zwischen den Matten hindurch und wollen sehen, was auf ihrer Wiese abgeht. Für uns ist dadurch automatisch Langsamkeit angesagt, denn bei raschen Bewegungen schrecken sie schnell auf. Und das ist für mich gar nicht so einfach. Eigentlich versuche ich mich auf die Yoga-Übungen zu konzentrieren, so wie ich es kenne, doch das fällt mir schwer. Ich sehe mich vor jeder neuen Position zuerst um. Steht irgendwo in meiner Nähe ein Alpaka? Ich möchte keines mit einem hebenden Bein oder kreisenden Armen erschrecken.



Beim Alpaka-Yoga ist Vorsicht geboten wenn man zum Beispiel ein Bein in die Luft heben will.

Bild: Nicole Caola (Giswil, 28. 7. 2023)

Alpakas können spucken

Trotzdem kann ich es nicht immer verhindern. Denn nur ein kleiner Richtungswechsel meines Kopfs und schon hüpfert ein kleines schwarzes Alpaka davon. Ich verstehe jetzt, wieso Hof-Besitzer Beat Abächerli vor dem Yoga von Flucht- und Herdentieren sprach: Hüpfert ein Alpaka erschrocken davon, folgen ihm die anderen sofort. Das

bringt mich zum Lächeln, es sieht herzig aus. Sie grasen jetzt ein paar Meter weiter weg.

Leseraktion

2-mal 1 Gutschein à 50 Franken für die Alpaka-Erlebnisse

Für unsere Abonentinnen und Abonnenten verlosen wir 2-mal 1 Wertgutschein à 50 Franken für ein Alpaka-Erlebnis nach Ihrer Wahl.

sekretariat@nidwaldnerzeitung.ch

Schreiben Sie uns bis Freitagmittag, 11. August um 12 Uhr ein E-Mail mit Ihrer Adresse und Telefonnummer. Wenn Sie gewonnen haben, werden Sie benachrichtigt.

Gleichzeitig bin ich nervös, denn im Hinterkopf habe ich eine weitere Information von Beat Abächerli: «Die Tiere können ihrem Gegenüber Mageninhalt ins Gesicht spucken, wenn sie sich bedroht fühlen.» Das schlimme daran sei «nur» der Geruch, der mit einmal gut duschen weggehe. Ich möchte trotzdem lieber nichts riskieren.

Obwohl ich das Gefühl habe, dass die Tiere keine Aufmerksamkeit wollen, suchen sie den Blick zu meinem Gesicht. Auch das kleine, schwarze Alpaka kommt wieder und beobachtet mich zum zweiten Mal. «Was denkst du wohl gerade?», frage ich mich still. Jedes Mal, wenn mich

die Alpakas beobachten, habe ich das Gefühl, sie sehen in mich hinein und spüren meine Gefühlslage.



Auch die Alpakas werden beim Fressen beobachtet.

Bild: Nicole Caola (Giswil, 28. 7. 2023)

Später wird mir klar, wieso. Denn Aline Iosca, Gründerin der Alpaka-Erlebnisse, erklärt mir: «Das Spezielle ist, dass sie wirklich Augenkontakt suchen. Sie erinnern sich an Personen und begreifen soziale Situationen.» Deshalb werden die Alpakas laut Aline Iosca auch in der tiergestützten Therapie eingesetzt.

Die Natur hilft, achtsam zu sein

Ich beobachte die Alpakas zwischendurch ganz bewusst und bin erstaunt, dass sie immer noch am Fressen sind. Die Kaugeräusche und ihr Summen lassen mich schmunzeln. Doch meine Aufmerksamkeit wandert von den Tieren auch zur Umgebung. Denn ich höre einen Bach rauschen, Grillen zirpen und Kuhglocken – ohne irgendwas davon zu sehen. «Natur pur», denke ich, schliesse die Augen und genieße diesen Moment.



Beim Alpaka-Yoga richtet sich die Aufmerksamkeit auf die Umgebung.

Bild: Nicole Caola (Giswil, 28. 7. 2023)


Trotz der vielen Ablenkungen vom Yoga selbst, bin ich am Ende dieser Lektion völlig entspannt. Es ist eine andere Art von Yoga und Entspannung: Die Achtsamkeit richtet sich vollkommen auf die Alpakas und die Umgebung. Ich merke, dass das Yoga mit den Alpakas nicht meine Yoga-Stunde im Studio ersetzen kann. Denn dieses besondere Erlebnis widmet sich voll und ganz der Natur und den Tieren.

Steckbrief Alpakas

- **Familie:** Kamele
- **Nahrung:** Pflanzenfresser
- **Herkunft:** südamerikanische Anden
- **In der Schweiz:** seit bald 25 Jahren
- **Grösse** (ausgewachsen): 80 bis 100 Zentimetern
- **Gewicht** (ausgewachsen): 60 bis 85 Kilogramm
- **Alter:** 20 bis 25 Jahre

- **Unterschied zu Lamas:** Alpakas sind deutlich kleiner und leichter. Lamas haben bananenförmige Ohren.
- **Sonstige Eigenschaften:** Herden- und Fluchttiere, schonender Rasenmäher, Therapietier

Hinweis

Weitere Informationen zu den Alpaka-Erlebnissen unter www.alpaka-erlebnisse.ch .

Mehr zum Thema

ENGELBERG

Von Alpkäse bis Holzkugelpfad: Diese Themenwege gibt es rund um Engelberg zu entdecken



abo+ OBWALDEN

Hase, Ente und Co. nehmen Kinder mit zu neuen Abenteuern



Für Sie empfohlen

Weitere Artikel >