

Mit
Yoga-
DVD

www.vital.de

März 2013
2,60€
Österreich 2,80 €
Schweiz 5,00 sfr
BeNeLux 3,10 €
Frankreich 3,60 €
Griechenland 4,50 €
Italien 3,60 €
Spanien 3,60 €
Portugal (cont) 3,70 €
Slowenien 3,60 €
Slowakei 3,80 €

vital

Lust auf Neues

Veränderung als
Chance – so klappt's

SOS-Hilfe bei
Haut-Burnout

Glücks- Yoga

vital

Mehr Ruhe
+ innere Stärke
mit Atem-Meditation



DVD
VIDEO
mit
30 Minuten
Spielzeit

FSK
ab
0
freigegeben

W
m



Frauenherzen

Wieso sie
anders schlagen

Vegane Küche

Trend: Kochen ohne Tiere

Internet-Apotheke

Darauf müssen Sie beim
Online-Kauf achten

Neue große Serie
**Selbst-
heilung**

Wie unser Körper lernt,
uns gesund zu machen



Hinter den Eisbergen

Grüne Wiesen, rote Häuschen, schnee-weiße Berge und irgendwo trottet ein Polarbär – in **Südgrönland** ist definitiv alles anders. Und so still und schön, dass jeder Tag in die Seele sickert

Text und Fotos Christiane Bloch

Können Eisbären Türen öffnen? Und wenn ja, bin ich als Futter interessanter als ein Schaf oben in den Bergen? Und wie schafft es ein Polarbär auf einer Eisscholle bis hier herunter in den Süden Grönlands, wo er auf den grünen Wiesen eigentlich nichts verloren hat? Nachtgedanken in einer kleinen Gästehütte auf der größten Insel der Welt, die ziemlich menschenleer ist. Hier jedenfalls steht nur die Schaffarm von Lars und Makka Nielsen, und dann kommt erst mal gar nichts. Nichts außer Blumenwiesen, Bergen und Fjordwasser. Eine Bootsstunde entfernt liegt Qaqortoq,

die Metropole des Südens mit 3300 Einwohnern. Weiter im Norden Nuuk, die Hauptstadt mit 16000 Einwohnern. Und drum herum das ewige Eis. Bis zu dreieinhalb Kilometer dick bedeckt es die Insel, die ein selbst verwalteter und autonomer Bestandteil des Königreichs Dänemark ist. Das Eis wiegt so schwer, dass, wäre es verschwunden, sich Grönland 600 Meter in die Höhe heben würde. Aber das ist Theorie, und beim Frühstück in der Farmküche ist die Welt in Ordnung. Im Ofen schmort Moschusochse, Mutter Makka hisst draußen vor dem hübschen Holzhaus am Fjord die grönländische Flagge,

und Tochter Marie, 26, schnippelt auf der Terrasse Rettich für die Suppe. Vorbereitungen fürs 40-jährige Farmjubiläum. Vater Lars, 61, beruhigt mich derweil: „Der gemeldete Eisbär ist ein armer Kerl, den es auf einer abgesprengten Scholle in den Süden getrieben hat.“ „Wahrscheinlich liegt's am Klimawandel“, bemerkt Marie, die sich ebenso wie ihr Bruder Pilu, 36, Hubschrauberpilot, zu uns gesellt. „Früher hatten wir keine verrirren Eisbären. Und der Fjord froh im Winter regelmäßig zu. Dann konnten wir mit dem Schneemobil übers Eis zu den Nachbarn brausen.“ Pilu fällt beim Stichwort Schneemobil die ▶



Traumhaus in Igaliku, Grönlands hübschestem Ort. Die Wikinger waren auch hier

In Grönland ist die Natur der Boss, sie bestimmt den Rhythmus des Lebens

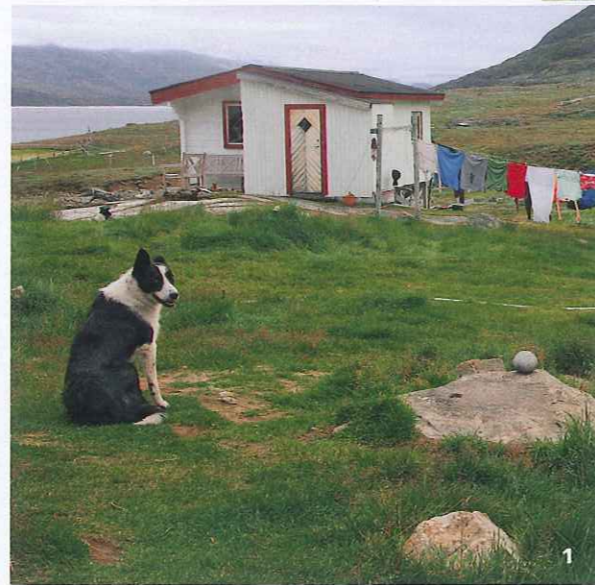
Geschichte von den Touristen ein, die ein Auto mieten möchten – und erfahren, dass es gar keine Landstraßen gibt: „Keine 2 der insgesamt 18 Städte und 68 Orte des Landes sind miteinander verbunden. Zu viele Fjorde, zu viele Berge, zu viel Eis.“

Blaue und weiße Eisberge

Schwierig für die grönländische Wirtschaft, die eigentlich nur den Fischfang hat. Für Besucher aber ein Paradies. Unberührt und still. Das Grün der Landschaft in der gleißenden Sommersonne, das türkisfarbene Fjordwasser, die darauf schwimmenden Eisberge. Die sind weiß oder blau. „Je nachdem, ob viel Luft oder Wasser darin enthalten ist“, erklärt mir die südfranzösische Architektin Agathe Devisme, 39, die nie nach Grönland wollte. Ihre Schwester arbeitete vor Jahren hier an einem landwirtschaftlichen Versuchs- und Ausbildungszentrum und überredete sie zu einem Urlaub. Am Institut traf sie den Inuk Kalista Poulsen, 39. Jetzt will sie nie wieder weg. Aus lauter Liebe und weil ihre Farm der schönste Platz der Welt ist.

Die „Iqutaq Guest Farm“ liegt an einem anderen Fjord, und man erreicht sie ebenso wie die von Lars und Makka nur per Motorboot. Agathes Spezialität: feine französisch-grönländische Küche. Walhaut mit Engelwurz-Rosmarin-Pickles; Rentier mit wildem Sauerampfer und französischen Mini-Clafoutis, Eierteig-Küchlein; Bouillabaisse mit arktischem Saibling... „Übers Kochen lässt sich Liebe ausdrücken“, lacht die schlanke Französin. „Am Anfang hatten Kalista und ich nur rudimentäres Englisch für die Kommunikation. Grönländisch ist eine Inuit-Sprache, die von

1. Gästehütte auf der Farm der Nielsons 2. Marie Nielson studiert in Dänemark Ernährungswissenschaft



den Völkern rund um den Nordpol gesprochen wird. Für Europäer ist sie eigentlich nicht erlernbar. Dänisch, die zweite Sprache, konnte ich natürlich auch nicht.“ Tochter Ina, 5, lernt alles nebenbei. Und geht nach dem Sommer offiziell bei ihren Eltern in die Schule. „Einen Lehrer gibt's erst ab drei Schülern“, erklärt Agathe. „Ansonsten bekommen die Eltern Lehrbücher und unterrichten selber.“ Bis zur siebten Klasse, dann gehen die Kinder die Woche über in der Stadt, in Qaqortoq, zur Schule. „Aber Ina kann schon lesen. Weil sie allein ist, braucht sie viel Anregung.“

Landbesitz gibt es nicht

„Ist diese Einsamkeit nicht generell ein Problem?“ „Nein, ich bin immer beschäftigt“, schüttelt die Französin den Kopf. „Die Schafe, der Kräutergarten, das Gemüse. Im Winter ist das Regenwasser-Reservoir manchmal leer. Dann müssen wir Schneetauen. Außerdem soll das hier eine Ökofarm werden. Wir haben Solarzellen, und jetzt beginnen wir mit der Mülltrennung. Dann kümmern wir uns natürlich um unsere Gäste und das Piano im Wohnzimmer...“

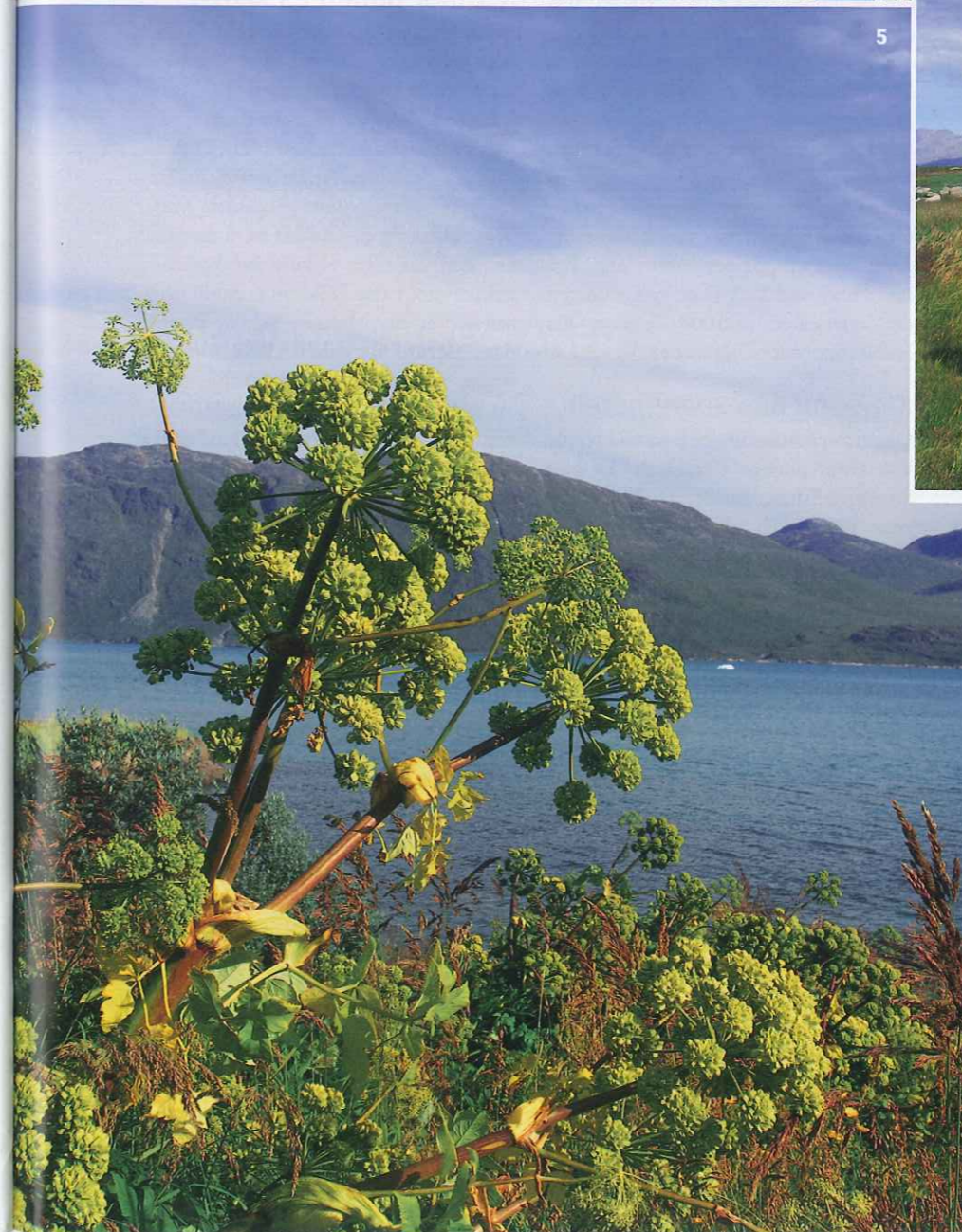
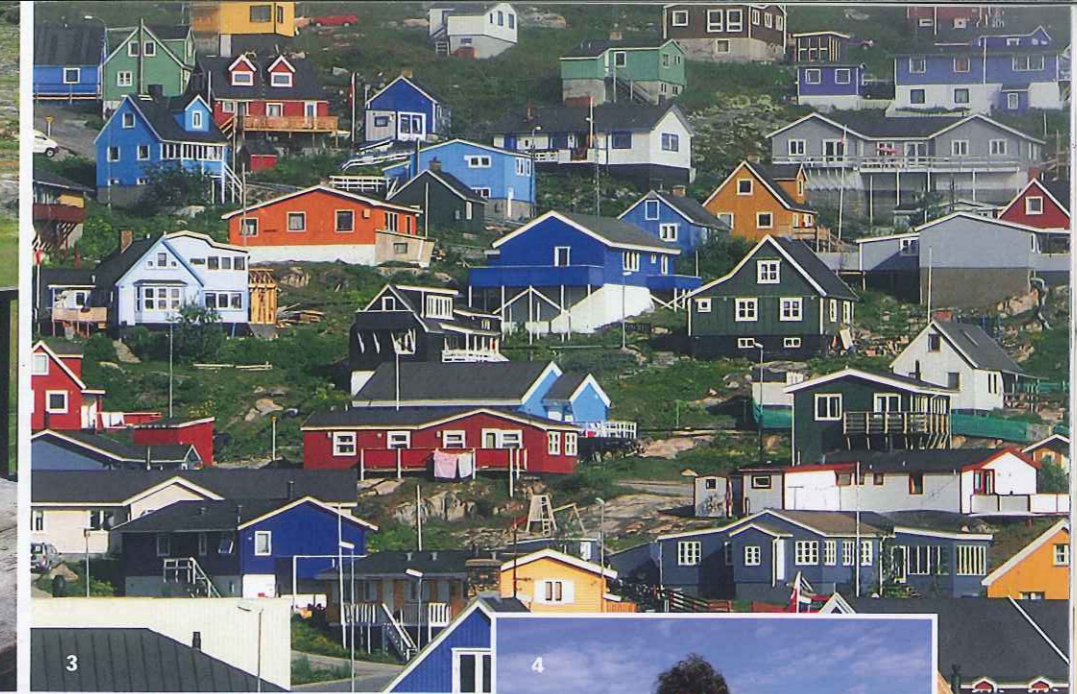
Alles perfekt, bis auf eine Sorge: Gleich hinter dem Hausberg befindet sich ein riesiges Vorkommen an Seltenen Erden, Metallen, die etwa für die

Herstellung von Akkus und Hybridautos benötigt werden. Die Chinesen sind an der Förderung der Metalle interessiert. Noch gibt es keine Lizenz. „Hoffentlich bleibt das so“, seufzt Agathe. „In Grönland gehört den Bewohnern nur das Haus, niemals das Land. Eine Konzession an die Inuit, in deren Vorstellung Land nicht besitzbar ist. Wenn es zum Abbau kommt, müssen wir weitersehen.“

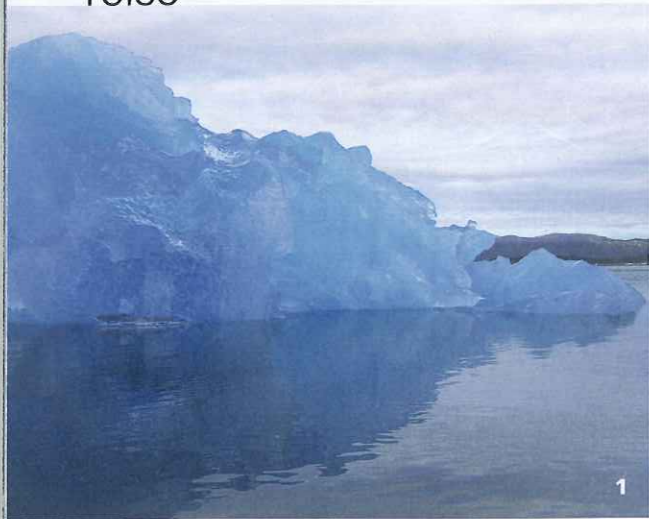
Der schönste Ort von allen

Ich drücke die Daumen und bedauere, nicht länger in dem Gäste-Cottage mit zauberhaftem Blick auf den Fjord bleiben zu können. Aber auf dem Reiseplan steht Igaliku, 20 Bootsminuten entfernt. Laut Reiseführer der hübscheste Ort in Grönland. Die Wikinger landeten hier Ende des zehnten Jahrhunderts. Wahrscheinlich resultiert daraus der englische Name für Grönland: „Greenland“, Grünland.

Fast kitschig schön liegt der Ort mit den vielleicht 40 bunten Holzhäusern in einem weiten, sonnigen Tal an einer Bucht. In der Ferne leuchten schneebedeckte Gipfel, und auf den Wiesen kuscheln Schafe im Schatten großer Findlinge. Jeweils paarweise. Sehr romantisch. Das „Igaliku Country Hotel“ ist genauso klein wie rustikal und sympathisch. Zum Abendbrot warten gebratene Forellen auf hungrige ▶



3. Bunte Holzhäuser wie hier in der Stadt Qaqortoq sind typisch für Grönland 4. Agathe Devisme auf der „Iqutaq Guest Farm“ 5. Dort wächst wilde Engelwurz, die die Exilfranzösin als Gewürz in der Küche nutzt 6. Ein Kreuzfahrtschiff im Hafen von Qaqortoq



1. Manche Eisberge sind tiefblau und sehen aus wie Urzeitwesen 2. Seehundjäger Karl Ottosen und seine Ehefrau Rina

Gäste. „Die können Sie morgen auf dem Weg zum Plateau mit der Hand im See kitzeln“, verspricht der Wirt.

So weit kommt es nicht. Außerdem bietet der spiegelglatte See oberhalb Igalikus am nächsten Tag ein anderes Schauspiel: Eine Möwenmutter attackiert einen Weißschwanzadler, der sich für ihre Jungen auf dem Wasser interessiert. Großes Geschrei und Sieg der Mutter. Je weiter ich die 13 Kilometer zum etwa 1700 Meter hoch gelegenen Plateau hinaufsteige, desto karger wird es. Aber immer noch ist der Weg mit rot gestrichenen Steinen markiert und gut begehbar. Auf dem Plateau angekommen, öffnet sich die Welt neu: Tief unten liegt ein blauer Fjord gesprenkelt mit Eisbergen, und zur anderen Seite hin ist ersichtlich, woher die kommen. Zwischen den Bergen wälzt sich ein mächtiger Gletscher ins Wasser. Atemberaubend!

Das Eis knistert laut

An Deck der „Putut“ ist es vor allem kühl. Das rot gestrichene Holzboot tuckert mit einer Touristengruppe an Bord Richtung Eisfjord, und alle haben nur eins im Sinn: diesen Gletscher von Nahem zu sehen. Das hat eben seinen Preis: ein bisschen frieren. Der Kapitän navigiert auf Sicht, um mit keinem der Eisberge zu kollidieren. „Nur 15 Prozent von ihnen sind über Wasser sichtbar“, erklärt die junge Spanierin Natalia Moreno Christoffersen, die als Guide mit an Bord ist. „Deshalb dauert es auch so

lange, bis sie schmelzen.“ Wir passieren haushohe kristallene Riesen, um die herum es britzelt. Als wäre jeder einzelne von frisch eingeschenktem Mineralwasser mit viel Kohlensäure umgeben. „Das Eis ist durch den hohen Druck im Gletscher komprimiert. Kommt es mit dem Fjordwasser in Kontakt, entweicht der Sauerstoff, und dann britzelt es“, sagt Natalia. Irgendwann stoppt der Motor der „Putut“, und vor uns liegt majestätisch der Gletscher. 200 000 Tonnen Eis entlässt er jeden Tag in den Fjord.

Kleidung aus Seehundfell

Qaqortoq erscheint nach so viel Natur wie eine quirlige Großstadt. Es gibt Straßen, Autos, ein Sterne-Hotel, ein paar Läden, ein Café. Im Museum lassen sich die traditionellen Kajaks der Inuit bewundern. Im „Great Greenland Furhouse“ fertigt und verkauft ein fünfköpfiges Team Kleidung und Accessoires aus Seehundfellen. „Früher waren wir hier 18 Leute“, bedauert Managerin Else Marie Paulsen, 38. „Aber heute will keiner mehr die Felle kaufen. Die Touristen denken, die Jagd ist Tierquälerei. Dabei sind wir die Einzigen, die ganz legal in die EU exportieren dürfen. Weil es unsere Kultur und Tradition darstellt. Fragen Sie mal den Jäger Karl Ottosen.“

Der wohnt mit seiner Frau Rina in einem rosa Holzhaus, dessen Fenster zarte, violette Vorhänge schmücken. Die Wachstischdecke auf dem Küchentisch hat ein Blumenmuster, und

auf einem Schneidebrett liegt, worum es geht: Seehund. Wahrscheinlich eine Flosse, schwarz und getrocknet.

Der 71-Jährige schneidet ein Stück ab und streicht etwas Blubber darauf. Seehundfett. „Ist gut, probieren Sie“, nickt er mir zu. „Sehr nährstoffreich.“ Bestimmt, aber... „Seehund hat die Inuit überleben lassen. Seit jeher steht es auf unserem Speiseplan wie für Sie vielleicht Rindfleisch. Sie finden es hier in jedem Supermarkt.“

Männer haben es schwer

Dann erzählt er, dass es noch etwa 500 Jäger gibt, die auf dem Treibeis im Norden jeweils zu zweit die Tiere schießen. Wie sie das Brüllen eines Killerwales nachmachen und die Seehunde vor lauter Angst auf dem Eis bleiben, wo sie leichte Beute sind. Wie mühselig die Arbeit ist und dass er nicht versteht, warum im Ausland keiner mehr die Felle will. Auch wie schwer es die Männer haben, in andere Berufe zu gehen. Was stimmt, schon angesichts der Tatsache, dass an der kleinen Uni in Nuuk 90 Prozent der Studenten Mädchen sind. „Die Männer verlieren ihre Identität“, seufzt Karl und ist froh, bald in den Ruhestand zu gehen. Eine letzte Frage: „Weiter nördlich gibt es doch auch Eisbären. Können die eigentlich Türen öffnen?“ Das weiß Karl nun wirklich nicht. Auf dem Eis stehen schließlich keine Hütten. ■



VITAL-Mitarbeiterin Christiane Bloch auf der „Putut“. Kalt war die Fjordfahrt



Grönland ist knapp sechsmal so groß wie Deutschland und zu rund 80 Prozent von Eis bedeckt



Blick vom „Plateau“ nahe Igaliku auf Gletscher und Eisfjord

DER VITAL-REISEPLANER

Allgemeine Infos Grönland ist etwa sechsmal so groß wie Deutschland und nur ca. 20 Prozent der Fläche sind eisfrei. Etwa 57 000 Menschen leben dort. 88 Prozent der Bevölkerung sind Grönländer, in der Hauptsache Inuit und Nachfahren der Nordländer (z. B. aus Island). 12 Prozent kommen aus Europa, hauptsächlich Dänemark. Innenpolitisch ist Grönland autark, außenpolitisch wird es von Dänemark vertreten.

Zum Nachlesen im Netz: www.greenland.com; www.groenlandinfo.de; www.greenland-guide.gl/de
Reisezeit Mitte Juni bis Mitte September. Temperaturen 15 bis 20 °C, nachts 10 bis 15 °C.
Sprache Grönländisch und Dänisch.
Währung Dänische Kronen. 1 Euro = ca. 7,5 DKK

Kleidung/Ausrüstung Das Wetter kann schnell zwischen Sonne, Nebel oder Regen wechseln. Eine warme Fleecejacke und eine Regenjacke einpacken. Außerdem feste Wanderschuhe. Für eine Eisfjord-Fahrt Mütze und Handschuhe. In manchen Jahren gibt es viele Mücken, deshalb an Mückenschutz denken. Wichtig: Sonnencreme. Wenn die Sonne scheint, ist die Strahlung intensiv.

Reiseführer DuMont Reise-Taschenbuch von Sabine Barth, 276 Seiten, 16,99 Euro.
Anreise Mit Greenland Air von Kopenhagen nach Narsarsuaq (5 Std.), ab ca. 695 Euro.
Organisation vor Ort Blue Ice Explorer ist ein Reiseveranstalter in Narsarsuaq, der Rundreisen individuell organisiert, aber auch einige feste Touren im Programm hat. Beispiel: 6 Tage Narsarsuaq – Qaqortoq

– Igaliku – Qassarsuk, inkl. Qooroq-Eisfjord-Fahrt, mit Übernachtung in Hotels/Gasthäusern und Boot-Transfers 694 Euro. 8 Tage Wandern mit Gepäcktransport und Übernachtungen in einfachen Unterkünften/Farm 448 Euro. www.blueice.gl. Ein anderer Veranstalter in Qaqortoq ist Greenland Sagaland. Infos und Touren www.sagalands.com. Tipp: In Qaqortoq besteht die Möglichkeit, ein Abendessen bei Einheimischen zu buchen, ca. 33 Euro.

Hotels Sehr komfortabel ist es im 4-Sterne-„Hotel Qaqortoq“ in Qaqortoq – ein guter Ausgangspunkt für Exkursionen im Süden. Ü/DZ ca. 100 Euro p. P., www.hotel-qaqortoq.gl; Das 2-Sterne-„Hotel Narsarsuaq“ in Narsarsuaq hat 93 einfache Zimmer, ab ca. 67 Euro p. P., www.hotelnarsarsuaq.gl; Rustikal: das 8-Zimmer-Haus

mit Gemeinschaftsbad und gutem Essen „Igaliku Country Hotel“ in Igaliku, ca. 67 Euro p. P., über www.blueice.gl oder www.sagalands.com buchbar. **Farmen** „Iqutaq Guest Farm“ von Agathe Devisme und Kalista Poulsen, Cottage mit 4 Betten ca. 52 Euro p. P., www.ipiutaq.gl; Guest Farm von Makka und Lars Nielsen, einfache Hütte mit 4 Betten ca. 34 Euro p. P., Tel. 0 02 99/19 92 07, kang27@greenet.gl. Beide (und andere) Farmen sind inkl. Transfer auch über www.sagalands.com oder www.blueice.gl buchbar. **Reiseveranstalter** Grönland-Reisen haben zum Beispiel im Programm: www.greenlandica.de; www.ikarus.com; www.kria-tours.de; www.nordlandtouristik.com; www.set-geo-aktiv.de; www.dertour.de; www.nordwindreisen.de