



37

BADEKLEID-TYOLOGIE

Ein rundum gebräuntes Partygirl, das zur Cocktail-Hour seinen Stimmungshöhepunkt hat, was es mit hochgerissenen Armen und vielen ekstatischen «Wohooo»-Rufen kundtut, beäugt von lauter schockverliebten Männern und deren naserümpfenden Ehefrauen: Das vermutet unsere Autorin in der Trägerin eines solchen Leder-Bikinis (Modell von Julia Diehl). Acht weitere Badekleider-Typologien auf der Seite Lebensart.

43

SCHLAFMÜTZCHEN

Diesen schönen Übernamen hat unser Kraut des Monats August. Daraus lässt sich ableiten, welches die wichtigste Wirkungsweise des Goldmohn ist.

36

CAIPI-ANLEITUNG



Der passende Drink zu den Olympischen Spielen in Brasilien ist natürlich der Caipirinha. Wir fragten Profis, wie man ihn richtig zubereitet.

«Ich verkleide mich nicht mehr»

INSTALLATION Die ehemalige Schwyzer Nationalrätin Maya Lalive d'Epinay (59) ist heute Künstlerin und Kletter-sportlerin. Aktuell macht sie mit einem riesigen Kunstprojekt von sich reden: dem Bild an einer Staumauer.

INTERVIEW SUSANNE HOLZ
susanne.holz@luzernerzeitung.ch

Maya Lalive d'Epinay, von Ihnen stammt der Satz, man fühle sich zu Hause, wenn man bei sich selbst ist. Befinden Sie sich momentan in diesem Zustand?

Maya Lalive d'Epinay: Ja, heute bin ich als Künstlerin bei mir zu Hause. Es passt.

Und wo fühlen Sie sich rein ortsmässig daheim? Sie leben ja sowohl in Graubünden als auch im Kanton Glarus, wo Sie Ihr Atelier haben, und dann noch am Zürichsee.

Lalive: Am wohlsten ist mir in den Bergen, am und im Fels. Als ich mit 50 das Klettern für mich entdeckte, war es Liebe auf den ersten Blick.

Wie sind Sie zum Klettern gekommen?

Lalive: Ich wollte mit Freunden mit in die Berge. Um nicht ganz ahnungslos zu sein, bat ich zuvor einen Bergführer, mir die wichtigsten Knoten zu zeigen. Der Bergführer kam, gab mir die Kletterschuhe seiner Tochter, seilte mich an und sagte: Wenn ich rufe, kommst du nach. Auf Fotos strahle ich – oben angekommen – wie ein Maikäfer.

Sie machen insgesamt einen sehr durchtrainierten Eindruck. Welche Sportarten betreiben Sie noch neben dem Klettern?

Lalive: Joggen, Gymnastik, Rudern, Schwimmen, Skitouren, je nach Jahreszeit.

Hatten Sie nie Höhenangst?

Lalive: Doch, aber man lernt, in die Tiefe zu schauen. Man lernt, die Angst zu überwinden, nicht in Panik zu verfallen, nicht zu zittern, vorwärts zu klettern, Schritt um Schritt. Es ist Trainingssache. Klettern ist eine enorme Lebensschule. Man lernt, sich zu bewegen – am Berg und im Leben.

Von 1999 bis 2003 waren Sie Nationalrätin. Vermissen Sie die Politik?

Lalive: Nein, überhaupt nicht. Ich beneide keinen Politiker. Meine Kernkompetenzen sind für die Politik weniger geeignet – ich bin zu zielstrebig. Ich möchte Dinge nach meinen Vorstellungen realisieren. In der Politik muss ich mich nach links, nach rechts, nach oben einfügen. Das erfordert enorme Kompromissfähigkeit. In der Kunst kann ich geradlinig und konsequent mein Ziel anpeilen.

Fielen Sie in ein Loch, als Ihre Zeit als Nationalrätin zu Ende war?

Lalive: Das ist lange her. Ja, ich bin damals in ein Loch gefallen – man ist als Politikerin ja mit seiner ganzen Person präsent. Der Anspruch der Öffentlichkeit ist umfassend. Die plötzliche Leere war aber auch befreiend. Ich habe mehr Sport gemacht, war viel in der Natur und habe mir die Frage nach dem Sinn des Daseins neu gestellt.

Wie hat Ihr Umfeld auf den Wechsel damals reagiert – den Wechsel von der Politikerin zur Künstlerin?

Lalive: Manche haben mich beneidet. Und gesagt: So einen Wechsel möchte ich auch. Andere meinten: Jetzt ist sie verrückt geworden. Jetzt hebt sie ab. Es war eine wertvolle Erfahrung: Man lernt, welche Menschen einen verstehen und für wen man nur Mittel zum Zweck war. Da erlebt man durchaus seine Wunder.

Wie haben Sie die Kunst für sich entdeckt?

Lalive: Ich habe schon immer gemalt, war



«Die plötzliche Leere war auch befreiend»: Maya Lalive, hier mit einem ihrer Kunstwerke, hat sich nach der Abwahl als Nationalrätin völlig neu orientiert.

Bild Roger Gruetter

Sportlerin und Staumauer-Kunst

ZUR PERSON sh. Maya Lalive d'Epinay kam am 17. Juni 1957 in Zürich auf die Welt und wuchs in Langnau am Albis auf. Ihre Matura machte sie in Zürich, anschliessend studierte sie Germanistik, englische Literatur und Kunstgeschichte. Schon als Kind entdeckte Maya Lalive ihre Liebe zur Musik und zur Kunst, spielte Theater und verdiente sich während des Studiums mit Klavierstunden etwas dazu. Bekannt wurde sie als Schwyzer FDP-Nationalrätin von 1999 bis 2003. Als es mit der Wiederwahl nicht klapperte, orientierte sie sich nach einer persönlichen Krise neu – sie entschloss sich, ihre künstlerischen Talente aus-

zuleben, und entdeckte mit 50 Jahren das Klettern für sich. Lalive lebt und arbeitet im Bergell (Graubünden), in Linthal (Glarus) und am Zürichsee. Sie ist verheiratet mit Thierry Lalive d'Epinay.

Maya Lalives aktuelles Kunstprojekt an der Albigna-Staumauer im Bergell in Graubünden vereint die Kunst und das Klettern. Die 1300 Quadratmeter grosse Kunstinstallation RockArt2016, «Der Riss/La Fessura», zum Thema Vergänglichkeit und Veränderung wurde am letzten Donnerstag montiert und soll bis mindestens zum 28. August zu sehen sein. Mehr zum Projekt unter www.rockart2016.ch

künstlerisch aktiv und wollte einen künstlerischen Beruf erlernen. Es kam dann anders. Parallel zum Klettern brach meine künstlerische Leidenschaft neu auf. 2010 stellte ich erstmals im eigenen Atelier aus; 2011 in einer Galerie. Ich hatte mich lange gescheut, mit meiner Kunst an die Öffentlichkeit zu gehen. Mich erneut zu exponieren, war ein grosser Schritt für mich. Seither

aber setze ich beruflich auf die Kunst und in der Freizeit aufs Bergsteigen.

Was sind die Motive in Ihrer Kunst?
Lalive: Zu 90 Prozent ist es der Fels mit seinen Strukturen und Mikrokosmen, das Unscheinbare, das Unsichtbare, das man nur sieht, wenn man hinter die vordergründige Fassade schaut. Alles hat seine

eigene Schönheit. Dann die Kraft der Natur, die uns Bescheidenheit lehrt und dem Menschen immer wieder seinen Platz im Makrokosmos zuweist.

Was verbindet Klettern und Kunst?

Lalive: Bei mir ergänzen sich Natur, Sport und Kunst optimal und bilden eine Art Symbiose. Das Motiv meiner Kunst ist die Natur – letztlich sind auch wir selbst Natur. Beim Klettern muss ich die Natur lesen können, mit ihr kommunizieren. Bergsteigen und Klettern verlangt totale Fokussierung auf das Wesentliche, auf das Jetzt. Und als Künstlerin sehe ich, wie schön das Unscheinbare ist. Für viele sind Felsen einfach nur Stein. Für mich gestalten sie wunderbare, farbenprächtige Welten, die neue Horizonte eröffnen und ein eigenes Leben haben, das sich laufend verändert. Und dann: Beim Klettern wie bei der künstlerischen Arbeit fühle ich mich frei. Beides erlaubt mir und zwingt mich auch, «out of the box» zu denken. Frei von klassischen gesellschaftlichen Konventionen und Wertvorstellungen.

Frei zu sein ist schon mal gut. Aber wie wird man schwindelfrei – was das Leben betrifft?

Fortsetzung auf Seite 36

Wie der Caipirinha am besten gelingt

DRINK Rio grüsst olympisch – und wir grüssen zurück. Mit einem «Caipi». Barprofis sagen, worauf es beim brasilianischen Kultgetränk ankommt.

CHRISTIAN MEYER
piazza@luzernerzeitung.ch

Jetzt sind sie im Gange, die Olympischen Spiele in Rio de Janeiro. Fans sitzen stundenlang vor dem Fernseher – und kommen dabei vielleicht auf die Idee, zur Nonstop-Show am TV auch mal einen Hauch brasilianischer Atmosphäre herbeizuzaubern.

Nichts leichter als das: Laden Sie Ihre Freunde oder Ihre Familie zu einem Caipirinha ein. Dieser Limetten-Zuckerrohrschnaps-Cocktail hat längst seinen Siegeszug rund um den Erdball angetreten und gilt heute als das brasilianische Nationalgetränk schlechthin.

Limetten: Je frischer, je besser

Wie angedeutet, handelt es sich um ein sehr einfaches Rezept. Dennoch gilt es, einige Dinge zu beachten, damit der Caipi möglichst authentisch schmeckt. Ins Deutsche übersetzt bedeutet Caipirinha übrigens am ehesten Landei oder Unschuld vom Lande.

Der amtierende Cocktail-Weltmeister Andy Walch hat folgende Tipps parat: Limette kurz in warmem Wasser waschen, dann die Zitrusfrucht mit einem Tuch abreiben. Anschliessend die Limette achteln und in einen Whisky-Tumbler oder in ein weites, gedrungenes Wasserglas geben. Walch empfiehlt immer frische, grosse, saftige Limetten. Je frischer, desto besser. Dann die Limette mit einem speziellen Stössel zerdrücken. Dieser Stössel ist im Handel erhältlich, auch in Sets zusammen mit Gläsern. Wer keinen Holzstössel zur Hand hat, kann sich mit einer kleinen Suppenkelle behelfen. Anschliessend zwei Barlöffel weissen Rohrzucker dazugeben.

Zucker muss sich auflösen

Und jetzt kommt das Entscheidende aus dem Munde des Meisters: «Sehr oft bekommen wir hier einen Caipi mit braunem, grobem Rohrzucker serviert – und dieser liegt am Ende immer noch



Ein Caipirinha, gemixt von Ewa in der Churrascaria Do Sul an der Zürichstrasse 66 in Luzern.

Bild Manuela Jans

auf dem Glasboden. Das haben alle Liebhaber dieses Drinks bestimmt schon mal erlebt. Aber so schmeckt er nicht. Denn wenn sich der Zucker nicht auflöst, kann er seine Süsse nicht an den Drink weitergeben.»

Nun gibt es Leute, die auf den Geschmack des braunen Rohrzuckers nicht verzichten möchten, obschon in Brasilien meist weisser Rohrzucker verwendet wird. Walch empfiehlt in diesem Fall, den groben, braunen Rohrzucker in

einem Mixer zu mahlen und eins zu eins mit weissem, feinem Zucker zu mischen. So löse sich das Gemisch im Nu auf.

Eiswürfel statt Crushed Ice

Ein weiterer wichtiger Punkt bei der Zubereitung: «Wir in Europa kennen den Caipi meist mit zerstoßenem Eis, sogenanntem Crushed Ice. In Brasilien dagegen verwenden die Leute normale Eiswürfel. Auch ich persönlich bevorzuge ganze Eiswürfel», sagt der 27-jährige gelernte Hotelier aus dem Vorarlberg, der vor der Weltmeisterschaft zweimal den Titel des Schweizer Cocktailmeisters erkämpft hat. Doch auch das sei Geschmackssache. «Ich überlasse es Ihnen, wie Sie Ihren Caipirinha zubereiten möchten.» Jedenfalls giesst man danach 5 cl Cachaça über das Eis. «Dann kurz umrühren, damit sich alle Zutaten vermischen und der Zucker sich auflöst. Mit einer Limettenscheibe dekorieren – und fertig ist Ihr Caipi.»

Billiger Fusel: Hände weg

Welchen Cachaça (ausgesprochen «Kaschassa») empfiehlt der Barkeeper? Er hält sich an die in der Schweiz verbreiteten Premium-Marken wie Ypióca Cachaça, Capucana, Leblon, Sagatiba Pura und Germana Brazil Cachaça. Und worin besteht der wichtigste Unterschied zu Rum, dessen Rohmaterial ebenfalls Zuckerrohr ist? Während Cachaça ausschliesslich aus Zuckerrohrsaft beziehungsweise -sirup hergestellt wird, brennt die grosse Mehrheit der Rum-Produzenten ihr Destillat aus Melasse, einem «Abfallprodukt» der Zuckerproduktion.

Patricia Demartin, Chefin des Restaurants Little Brasil in Zürich, empfiehlt für die Caipi-Herstellung die Cachaça-Marke Ypióca, eventuell 51 oder auch Pitu. Wie Walch hält sie gar nichts von Crushed Ice und empfiehlt Eiswürfel, wie man sie in jedem Tiefkühlfach eines Kühlschranks herstellen kann.

Bei der Zubereitung des Caipirinhas wendet sie ausserdem einen kleinen Kniff an. «Damit der Limettensaft den Zucker gründlich auflöst, lassen Sie die Zubereitung vor dem Auffüllen ein paar Minuten stehen und rühren anschliessend nochmals durch. So entsteht das typisch fruchtig-frische, süss-saure Geschmackserlebnis», sagt die gebürtige Brasilianerin. Na dann, Prost auf Rio!

Zutaten für den Caipirinha

- 1 frische, saftige, reife Limette (nach Möglichkeit Bio)
- 2 bis 3 (je nach Geschmack) Barlöffel weisser, gemahlener Rohrzucker
- 5 cl Cachaça (brasilianischer Zuckerrohrschnaps)
- Eiswürfel nach Belieben
- Dekoration: Limettenschnitt oder Frucht/Beere nach Belieben, zwei Trinkhalm.
- Zubereitung siehe Text

Ein paar Tipps für die Hausbar

- Profis servieren ihre Drinks perfekt gekühlt – deshalb ist es wichtig, die Eiswürfel etwa 15 Minuten vor der Zubereitung aus dem Tiefkühlfach zu holen und kurz mit Wasser abzuspülen, damit sie bereits ein wenig angetaut sind. Wässriges Eis sorgt dafür, dass sich die verschiedenen Aromen im Mixgetränk besser verbinden und entfalten können.
- Will man mehrere Drinks anbieten, stellt man gekühltes Mineralwasser, die benötigten Alkoholika, Zuckersirup, Früchte, Champagner- und Whiskygläser bereit. Einen Barlöffel (mit langem Stiel), eine Eiszange und einen Shaker aus Chromstahl braucht es nicht unbedingt, wer jedoch öfter Getränke mixen möchte, ist damit gut bedient.
- Notfalls kann man Drinks mit Eiswürfeln auch in einem grossen Glas kräftig mit einem umgedrehten Suppenlöffel rühren.
- Wenn Sie unsicher sind, ob der zubereitete Drink perfekt ist: So probiert man ihn vor Gästen hygienisch und unauffällig. Man greift zu einem Trinkhalm, den man kurz in das Getränk taucht. Mit dem Finger verschliesst man die obere Öffnung – erzeugt also kurz einen Unterdruck im Röhrchen – und kann dem Glas auf diese Weise eine kleine Dosis entnehmen, um zu kosten.

Fortsetzung von Seite 35

«Ich verkleide mich nicht mehr»

Lalive: (überlegt, lacht) Indem man lebt, mit allen Sinnen. Ich war schon immer direkt und spontan. Ich schlage mir zwar immer noch den Kopf an – nehme das heute aber gelassener. Beim Klettern habe ich viel über mich selbst gelernt. Auch, wie ich mit extremen Situationen umgehe.

Sie möchten – nach eigener Aussage – die Menschen mit Ihrer Kunst zum Nachdenken bringen. Wieso?

Lalive: Kunst hat ihren Zweck erfüllt, wenn sie Leute motiviert, über Dinge nachzudenken, über die sie bislang nicht nachgedacht haben. Reflexion kommt in unserer schnelllebigen Zeit viel zu kurz. Wir haben keine Musse mehr, unsere Gedanken fließen zu lassen. Es ist das Privileg des Künstlers, das machen zu dürfen, vielleicht sogar machen zu müssen. Im Denken steckt eine grosse Freiheit – Gedanken sind frei.

Nun waren Sie letzten Donnerstag so frei, an der Albigna-Staumauer im Bergell in Graubünden ein 1300 Quadratmeter grosses Kunstwerk anzubringen. Mögen Sie das Abenteuer?

Lalive: Im Sinne von was Neues ausprobieren, unmöglich Scheinendes möglich zu machen, ausgetretene Pfade zu verlassen, ja, das macht mir Freude.

Die Installation ist riesig. Fühlen Sie sich angezogen vom Superlativ?

Lalive: Superlative mag ich eigentlich nicht. Die Grösse des Bilds hat sich lediglich aus der Grösse der Staumauer ergeben. Es war ein Austarieren.

Die Albigna-Staumauer als Ausstellungsfläche – wie kamen Sie auf diese Idee?

Lalive: Diese Staumauer fasziniert mich seit langem. Und sie hat mich inspiriert. Weil ich sie seit Jahrzehnten von unserem Feriendorf aus sehe – und ich sie auch umklettern habe. Kommt hinzu, dass sich «Vergänglichkeit und Veränderung» (das Thema der Intervention, Anm. der Red.) nirgends so einfach und so klar zeigen lässt wie in dieser Gebirgswelt und an dieser Staumauer. Das Gebirge wurde einst aus flüssigem Plasma aus den Tiefen der Erde aufgeworfen, es erodierte über die Jahrtausende hinweg und wurde später als Sediment oder Kies zu Baustoffen und neuen irdischen Werken – wie beispielsweise Staumauern – verarbeitet. Ich bin Bergsteigerin, ich erlebe diesen Prozess in den letzten Jahren hautnah mit. Stichwort Permafrost. Wir müssen mit der Veränderung umgehen. Und wir sollten sie nicht nur als Gefahr wahrnehmen, sondern auch als Chance, Neues zu schaffen und zu sehen.

Ihre Kunstintervention trägt den Namen «Der Riss/La Fessura» und stellt als Bild einen riesengrossen fast geradlinigen Felsriss dar. Wieso ein Riss?

Lalive: Der Riss in der Felswand sprengt Dimensionen und ist gleichzeitig Quelle neuen Lebens. Der Riss zeigt die Urkraft der Natur. Er steht für Vergänglichkeit, aber auch für Veränderungen, aus denen immer etwas Neues entsteht.

Weshalb thematisieren Sie Veränderung und Vergänglichkeit?

Lalive: Damit wir die Veränderung nicht nur akzeptieren, sondern proaktiv und positiv mit ihr umgehen. Damit wir in der Veränderung eine Chance sehen, Neues zu ermöglichen, Neues zu gestalten. Damit wir uns nicht so wahnsinnig wichtig nehmen, nicht als Mensch, auch



Am Donnerstag wurde das 750 Kilo schwere Riesenbild «Der Riss» von Maya Lalive über die 130 Meter tiefe Albigna-Staumauer im Bergell geworfen.

Bild Andre Springer/Keystone

nicht als künstlerisch tätiger Mensch, der meint, etwas für die Ewigkeit zu schaffen, das auf keinen Fall verändert werden darf, da es sonst an Wert verlieren könnte. Meine Intervention beugt sich diesem Anspruch ebenfalls. Sie wird nach dem Abbau zerteilt, es entstehen neue eigenständige Werke, die wiederum einen eigenen Lebenszyklus haben.

Ihre Kunst soll «demokratisiert» wer-

den. Was meinen Sie damit?

Lalive: Dass nicht ein Einzelner das Werk auf Lebenszeit besitzt und es als Ganzes kaufen oder wieder verkaufen kann. Das Werk in seiner Originalform wird es nicht mehr geben. Hingegen können viele – gemessen an ihren Möglichkeiten – ein Teilbild vom Ganzen kaufen. Beispielsweise zum Preis eines Abendessens für zwei. Es ist mir wichtig, dass das Kunstwerk unter die Leute gebracht wird. Die

Teilstücke sollen ihre eigene Reise antreten, bewusst ohne meine Kontrolle.

Das hört sich schön an. Sind Sie auch ein poetischer Mensch?

Lalive: Durchaus. Ich lese jeden Abend, auch Gedichte. Literatur ist mir wichtig.

Mit Ihrer Kunst und Ihrer Biografie, Ihrer relativ späten Liebe zum Klettern auch, lassen Sie sich in keine Schublade stecken. Inwieweit sind Sie noch unkonventionell?

Lalive: In dem Sinn, dass mich nicht interessiert, was wer macht oder hat, sondern wie er sein Leben lebt. Meine Welt ist der Sport, die Kunst, die Natur. Unverfälscht. Ich verkleide mich nicht mehr. Zu Businessmeetings gehe ich in Jeans und Turnschuhen, ich sage, was ich denke. Und: Ich habe mir erlaubt, das zu machen, was ich wirklich will.

Sie hatten aber auch das nötige Geld dazu, das Sie in den Jahren zuvor als Kommunikations- und Unternehmensberaterin verdient hatten.

Lalive: Kunst zu machen, hängt nicht von den Finanzen ab. Es ist keine Frage des Geldes. Jeder Weg hat Stolpersteine, Felsbrocken gar. Die Frage ist doch vielmehr, bin ich bereit, für meine Leidenschaft zu leiden oder nicht. Nicht alle Künstler leben von Ihrer Kunst, die Mehrheit hat mindestens einen Nebenerwerb.

Sie haben einst während Ihres Studiums anderen Klavierunterricht erteilt. Wäre auch eine zweite Karriere als Pianistin möglich gewesen?

Lalive: (überlegt und lächelt) Ich bin ein visueller Mensch. Und eine grosse Pianistin kann man mit 50 nicht mehr werden. Allein schon die Akrobatik mit den Fingern – das bekommt man nicht mehr hin. Klettern und Malen geht in diesem Alter besser.