

# Juuz Dich glücklich

## Vom Viehlockruf zur Anti-Stress-Methode

**Musiker Bernhard Betschart bringt markante Klänge seiner Heimat, dem Schweizer Muotatal, zum *Alpenrausch* Festival. Er weiß, dass das Naturjodeln auch in der Stadt seine Wirkung entfalten kann.**

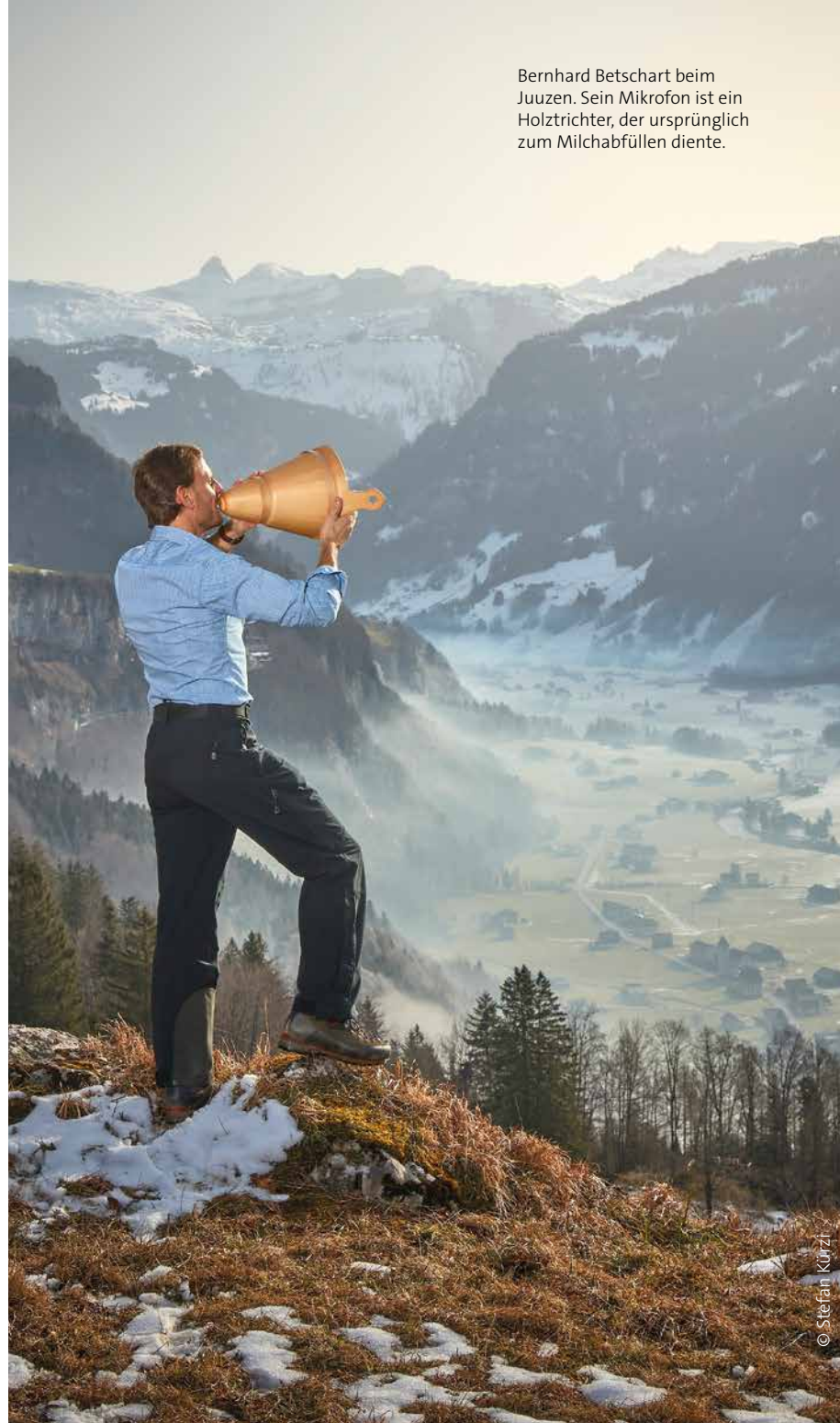
### **Bernhard, wie hast Du das Juuzen entdeckt?**

Ich bin auf einem sehr steilen Bergbauernhof aufgewachsen, wo im Sommer jeden Abend die Kühe mit Vieh-Lockrufen in den Stall geholt wurden. Diese Rufe, die Chuäreihäli, sind gewissermaßen der Ursprung für das Juuzen. Mein Vater hat bei der Stallarbeit immer gejuuzt oder wenn wir eine Bergwiese bis zuoberst gemäht hatten. Zum Abschluss gabs dann ein Jüüzli. Wir Kinder haben das Juuzen so aufgeschnappt.

### **Mitunter tönt Juuzen ganz schön schräg. Was fasziniert Dich an dieser Form des Jodelns?**

Meine Mutter hatte ein altes Tonbandgerät mit vielen Aufnahmen von jodelnden Tanten und Onkeln, das Band habe ich heute immer noch. Damals diese Klänge zu hören, war wie eine Zeitreise für mich und seither wollte ich immer mehr vom Naturjuuz aufsaugen. Insgesamt gibt es im Muotatal 40 verschiedene traditionelle Jüüzli-Melodien, alle sind im Schnitt ca. eine bis eineinhalb Minuten lang und bestehen aus zwei Teilen, die wiederholt werden. Wir juuzen alle im Dialekt, aber ohne Noten und Texte. Ein Juuz ist sehr einfach gehalten, archaisch, ungeschliffen, reduziert – ein besonderer Gesang, der Gefühle ausdrücken kann.

Bernhard Betschart beim Juuzen. Sein Mikrofon ist ein Holztrichter, der ursprünglich zum Milchabfüllen diente.



### **Du gibst die Tradition des Naturjuuzens in Workshops weiter. Warum kommt das Juuzen auch bei Stadtmenschen gut an?**

Ich glaube, Juuzen ist eine Form der Befreiung in der schnelllebigen Welt, in der man ja irgendwann kollabiert, wenn man ständig noch mehr produzieren, wachsen oder leisten soll. Die Leute sagen mir nach den Kursen oft, sie fühlen sich zufrieden und erfüllt. Durch das Juuzen befreit man sich vom Stress, ist im Moment und mehrstimmig miteinander verbunden. So kommt man zurück zur Natur, in der auch alles miteinander verbunden ist. Beim Juuzen geht es ausschließlich um diese Einheit: Wir verbinden uns miteinander und kommen dazu aus uns selbst heraus – Ängste, die niemandem was bringen, lösen sich bestenfalls auf.

### **Was erwartet die Teilnehmer\*innen bei Deinem Juuz-Workshop im Gasteig?**

Jede\*r kann Juuzen lernen. Wir werden uns erst einsingen, Stimme und Körper aufwärmen und dann Melodien nach Gehör wiederholen. Je nach Gruppe werden wir uns in bis zu drei Jüüzli-Stimmen aufteilen. Es gibt keinen Anspruch auf Konzertreife und muss auch nicht so klingen wie bei meinem Vater. Mir geht es einzig um den Ausdruck und, dass ich die Energie und die Freude der Menschen am Juuzen spüre. In der Regel gehen die Leute glücklich und entspannt nach Hause.

Bernhard Betschart bietet beim *Alpenrausch* einen Naturjodel-Workshop an und spielt mit »Schrägers und Gräders us äm Muotatal«. Alle Infos zum Festivalprogramm auf den Seiten 52–53

Juuz-Hörbeispiele und mehr zu Bernhard Betschart, der nicht nur jodelt, sondern auch als Rockmusiker und Schauspieler unterwegs ist unter [bernhardbetschart.com](http://bernhardbetschart.com)

Interview: Maria Zimmerer