

„MÄNNER KÖNNEN ALLES“

COACH

REPORTAGE

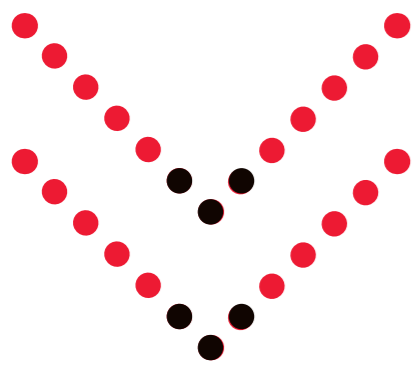
DEM HIMMEL SO NAH

Wir haben Mount-
Everest-Bezwinger direkt
nach ihrer Rückkehr ins
Basislager fotografiert –
und erfahren, was man
von Gipfelstürmern
für das eigene Leben
lernen kann

TEXT:
OLE ZIMMER
FOTOS:
BRASCHLER/FISCHER

+

DAS BASECAMP
5 364 Meter
über dem
Meeresspiegel
 Ein Stück Normalität ganz oben. Im Basislager bereiten sich die Bergsteiger über Wochen auf den Gipfelsturm vor: Akklimatisation, Klettertraining und Trekkingtouren. Allein der Anbieter Himalayan Experience verteilt rund 300 Zelte auf dem Weg zum Ziel – insgesamt neun Tonnen Material. Der anfallende Müll wird Stück für Stück wieder ins Tal getragen.



DER MOUNT EVEREST ist auch 63 Jahre nach der Erstbesteigung ein Mythos. Sehnsuchtsort und Schicksalsberg zugleich, fasziniert er Abenteurer aus der ganzen Welt. Was macht der höchste Gipfel der Welt mit den Menschen, die sich ihm stellen? Was lassen sie zurück – und was nehmen sie mit? Eine Spurensuche im Basislager auf 5 364 Meter Höhe.

Andere Expeditionen

Andere Expeditionen

Hubschrauberlandeplatz

Headquarter, Expedition Leader Tent

Toilette

Schlafquartier

Dusche

Wasserreservoir



NIMA TSHERING SHERPA

- 47 Jahre
- Phortse/Nepal
- Everest-Gipfel: 5
- War am 11. Mai 2016 der erste Mensch, der den Gipfel erreichte

Nima Tshering Sherpa hat einen der härtesten Jobs am Berg. Er verlegt die Fixseile für die Expeditionsteilnehmer. Dabei kämpft er sich in der Todeszone durch teils brusthohen Schnee. Sein Heimatdorf ist Phortse, der Ort mit der höchsten Dichte an Everest-Bewertern weltweit.



GREG PAUL

- 61 Jahre
- Salt Lake City/USA
- Everest-Gipfel: 1
- Nach drei Versuchen in fünf Jahren stand Greg 2016 zum ersten Mal auf dem Gipfel

Eigentlich hatten die Ärzte gesagt, Paul solle mit seinen kaputten Knien lieber Mini-golf spielen. Doch der Unternehmer aus Utah hatte andere Pläne. 2008 bekam er das erste künstliche Kniegelenk, 2012 das zweite. Vier Jahre später stand er auf dem höchsten Punkt der Erde. Geht doch.


ANDREAS FRIEDRICH

- 54 Jahre
- München/Deutschland
- Everest-Gipfel: 1
- Der Flugkapitän baut mit seinem Verein mountainprojects.de im Dorf Kagate eine Schule

Der Everest ist der zweite 8000er in der Bergsteiger-Vita von Andreas Friedrich. Weil er auf dem Gipfel für seine Tochter ein Foto schießen wollte, zog er den rechten Handschuh aus. Wenige Sekunden später waren alle Finger erfroren.


1/RICHIE HUNTER

- 31 Jahre
- Queenstown/Neuseeland
- Everest-Gipfel: 1
- Bergführer der Expedition 2016

Hunter ist jung und trotzdem extrem erfahren. Er kümmerte sich um die Akklimatisierung und checkte, ob alle Teilnehmer fit genug sind. Dem Everest fühlte sich der Neuseeländer schon immer nah: „Die Geschichte von Sir Hillary lernen wir in der Schule.“

2/TRACEE METCALFE

- 42 Jahre
- Vail/USA
- Everest-Gipfel: 1
- Die Expeditionsärztin war Anlaufstelle bei allen Erkrankungen und Blessuren

Wer krank wird, erholt sich in der Höhe nur schwer. „Eine kleine Erkältung kann dich fertig machen“, weiß Metcalfe. Die irrwitzige Kälte hat sie, nun ja, kalt erwischt. Auf dem Weg zum Gipfel froren ihre Wasserflaschen ein – unter ihrer Daunenjacke.

3/JACO OTTINK

- 42 Jahre
- Niederländer, lebt in Sydney
- Everest-Gipfel: 1
- Der Everest bescherte ihm den längsten Tag seines Lebens. 18 Stunden von Lager 3 auf den Gipfel und zurück

Für Ottink war der Gipfelsieg ein Wechselbad der Gefühle. „Allein mit meinem Sherpa auf dem höchsten Punkt der Erde! Stolz war ich und aufgeregt. Ich habe an meine Familie gedacht – und war dankbar. Doch der Wind war so stark, das hat mir Angst gemacht.“



D

DAS ERSTE, WAS MAN auf dem Khumbu-Gletscher von einer Lawine hört, ist ein lautes Wummern. So, als schläge jemand mit aller Kraft auf eine riesige Pauke. Wumms. Es folgt ein Dröhnen, das einem in die Glieder fährt. Die Natur zeigt ihre Urgewalt. Wer jetzt im Khumbu-Eisfall unterwegs ist, reißt den Kopf nach oben. Und wenn er Pech hat, sieht er eine Wand aus Eis und Schnee auf sich zurasen. Es bleibt keine Zeit, irgendwas zu unternehmen. Man kann nur rennen. Und hoffen, dass man hinter einem der hausgroßen Eisblöcke Schutz findet. Doch selbst dann helfen oft nur noch die Götter.

Im April 2014 gab es für 16 Sherpas kein Entkommen. Sie starben in den Eismassen. Die sogenannten Ice-Doctors waren unterwegs, um die gefährliche Passage durch den etwa 600 Meter langen Eisfall mit Leitern, Seilen und Stegen für die Expeditionen zu sichern. Sie bereiteten den Weg über tiefe Spalten und vorbei an massiven Eistürmen. Durch die Sektionen, die Namen tragen wie Ballroom of Death. Wenige Tage nach dem Unglück, als die Toten geborgen waren, verließ auch die letzte Expedition das Basislager. Zum ersten Mal seit Jahrzehnten stand kein Mensch auf dem Gipfel.

Auch ein Jahr später wurden alle Everest-Expeditionen abgesagt, nachdem ein Erdbeben der Stärke 7,8 große Teile Nepals und auch das Basislager des Mount Everest verwüstet hatte. Tausende Einheimische und 19 Ausländer kamen damals ums Leben. Die Saison war zu Ende, bevor der erste Bergsteiger den Gipfel erreicht hatte.

Wer den höchsten Berg der Erde bezwingen möchte, begibt sich in Lebensgefahr. Sagarmatha heißt der Felsriese in Nepal – „Stirn des Himmels“. Es ist eine unwirtliche Welt aus Eis, Wind und Kälte. Schon im Basislager auf 5364 Meter Höhe hat der Mensch nur noch halb so viel Luft zum Atmen wie auf Seehöhe. Jeder Schritt kostet Überwindung, selbst alltägliche Verrichtungen jagen den Puls nach oben. Die Saison ist kurz: von April, wenn der Jetstream schwächer wird, bis zum Beginn des Monsuns Ende Mai. Das Thermometer im Basislager fällt nachts auf bis zu 20 Grad unter null. Der Wind tobt in Orkanstärke, rührt wie ein startender Jet. Auf dem Gipfel herrschen

Temperaturen, die sich im Sturm anfühlen wie -70°C .

Warum tut man sich das an, warum möchte man überhaupt auf diesen Berg? Die einzig mögliche Antwort darauf gab schon George Mallory, der in den 1920er-Jahren als erster Mensch versuchte, das Dach der Welt zu erreichen: „Weil er da ist.“ Wie viele nach ihm bezahlte Mallory den Versuch mit seinem Leben. Erst 1953 schafften es der Neuseeländer Edmund Hillary und Tenzing Norgay Sherpa bis ganz nach oben. Der sogenannte Hillary Step erinnert an den Pionier – eine zwölf Meter hohe und 70 Grad steile Felsstufe auf dem Südgrat in 8760 Meter Höhe.

Seitdem hat sich nicht nur der Mount Everest verändert. Mit dem Erfolg von Hillary und Norgay wurde der „dritte Pol“ zum Sehnsuchtsziel. Zunächst für Berufsbergsteiger wie Reinhold Messner und Peter Habeler, die den Everest im Mai 1978 als Erste ohne künstlichen Sauerstoff erreichten. Später zunehmend mehr auch für ambitionierte Hobby-Alpinisten.

Die Faszination ist ungebrochen. Es heißt, den Everest verlasse man nie ganz, denn der Berg behalte ein Stück von einem bei sich. Nicht wenige westliche Bergsteiger entdecken am Hang ihre spirituelle Seite. Andreas Friedrich ist so einer. Während er Höhenmeter um Höhenmeter zurücklegt, denkt der deutsche Flugkapitän über die letzten Dinge nach, forscht nach dem Sinn des Lebens. „Man kann hier oben nur reagieren, nichts kontrollieren – dieser

Raum ist so dominant, dass er dich akzeptiert; ich darf sein, mehr aber auch nicht“, sagt Friedrich. Für so eine Erkenntnis müsse man nicht unbedingt auf den höchsten Berg der Welt steigen. Aber ein Ziel sollte man sich setzen. „Jeder muss seinen persönlichen Everest finden.“

2009 wurde Friedrich im Himalaja von einer Lawine erfasst und kam knapp mit dem Leben davon. 2012 stand er auf dem 8156 Meter hohen Manaslu. Drei Jahre lang hat er für den Everest trainiert, alles dem großen Ziel untergeordnet, seinen Körper gestählt und an seiner mentalen Stärke gearbeitet. „Du musst eine Haltung entwickeln“, sagt er. Das gilt immer im Leben, vor allem aber am Berg. Was das konkret bedeutet? „Trotz aller Vorbereitung kannst du irgendwann nur noch hoffen, dass dir der Berg den Aufstieg erlaubt.“ Irgendwann sei alles nur noch Schmerz und Müdigkeit. „Dann musst du im Kopf stark sein, um die letzten Kräfte zu mobilisieren.“ Selbst in Extremsituationen ganz bewusst genau dort sein zu wollen, wo man ist: *Be here now* – vielleicht ist das der Trick. Keine leichte Übung.

Für die Einheimischen ist der Expeditionsboom Fluch und Segen zugleich. In Nepal liegt das durchschnittliche Jahreseinkommen bei rund 750 US-Dollar. Ein Sherpa kann allein während der Gipfelsaison 4000 bis 7000 Dollar verdienen, je nach Anbieter. Entsprechend begehrt sind die gefährlichen Jobs.

PHURBA TASHI SHERPA

- 45 Jahre
- Phortse/Nepal
- Everest-Gipfel: 21
- Der Sirdar der Expedition, also der Chef-Sherpa

Das Schicksal meint es gut mit Phurba Tashi. Der erfahrene Sherpa stand so oft auf dem auf Mount Everest wie kein anderer Mensch – 21-mal. Die Gipfel des Himalaja sind für ihn Arbeitsplatz und Tempel zugleich. Er sagt: „Hier in den Bergen sind wir den Göttern nahe.“

KOSTENVORANSCHLAG

DER WEG NACH OBEN KOSTET KRAFT UND ZEIT – UND VIEL GELD. AUF DIESE AUSGABEN MÜSSEN SICH GIPFELSTÜRMER EINSTELLEN

DIE EXPEDITION Geht günstiger, aber dann ist es auch gefährlicher. Ein guter Anbieter kümmert sich um Material und alle Genehmigungen.	DER FLUG Das erste Abenteuer. Von Kathmandu weiter zum Flughafen von Lukla. Die kurze Landebahn hat eine Steigung von 15 Prozent.	DER ANZUG Sehr aufwendig gemacht und daher nicht ganz billig. Aber die Kleidung muss ja auch extremen Temperaturen standhalten.	DIE HANDSCHUHE Wahrscheinlich das wichtigste Utensil überhaupt. Verlierst du den Handschuh, verlierst du die Hand.	DER SCHLAFSACK Muss auch nach Wochen bei Temperaturen bis zu -40°C noch wärmen. Daunen bevorzugt!	DER SCHUH Sollte wärmen, Halt geben, Schnee abhalten und sich leicht an- und ausziehen lassen. Da wird viel verlangt.	DIE STEIGEISEN Ohne perfekt angepasste Teile ist der Gipfelsturm nicht zu schaffen. Können bezwingen damit sogar Eiswände.
62 000 €	1 500 €	1 500 €	350 €	1 000 €	750 €	200 €

Die erhabene Schönheit der Bergwelt: Der Blick von Kala Patthar in 5 644 Meter Höhe – man sieht das Basislager auf dem Ausläufer des Khumbu-Gletschers, die Westflanke und dahinter den Mount Everest



Seit den Tagen von Hillary und Norgay sind rund 400 Menschen am Everest tödlich verunglückt. Die meisten von ihnen Sherpas.

Der Tourismus hinterlässt tiefe Spuren. So werden etwa bei den Einheimischen neue Bedürfnisse geweckt. Nach Schokoriegeln, Flaschenwasser und Tütensuppen. Die Folge: überall Plastikschratt. Manche Täler und weite Strecken der Aufstiegsroute gleichen einer Müllkippe. Das meiste Geld, das die Gäste hier lassen, landet in den Taschen korrupter Beamter. Ein großer Teil der Bevölkerung lebt immer noch in schlimmer Armut.

„Das ist sehr frustrierend“, sagt Russell Brice, der seit 1974 regelmäßig nach Nepal kommt. Der Neuseeländer beklagt das „totale Desinteresse“ der Regierung an der Not der Menschen. Seit 1979 veranstaltet Brice Expeditionen auf den Everest. Von den Sherpas, die für seine Agentur Himalayan Experience arbeiten, kennt er einige schon seit ihrer Geburt. Manche Familien sind in der dritten Generation dabei. „Die Sherpas sind niemandes Diener, sondern Partner“, sagt Brice. „Ohne ihr Wissen, ihr Können und ihren Willen geht hier oben gar nichts.“ Denn der Everest ist tückisch. Nur wenige Tage am Stück ist das Wetter so stabil, dass man sich überhaupt an einen Gipfelversuch wagen kann. Ständig drohen Wetterstürze mit starken Schneefällen und Stürmen.

Das Basislager, von dem aus sich die Seilschaften auf den Weg durch den Eisfall und weiter in Richtung Gipfel machen, gleicht einem großen Dorf mit Küchen, Wohnzelten, Sanitätsstationen und warmen Duschen. Es gibt WLAN und Satellitentelefone. Wobei es nicht nur ein einziges, in sich geschlossenes Basislager ist. Fast über die gesamte Fläche des unteren Khumbu-Gletschers verteilen sich die unterschiedlichen Expeditionen. Die Rangordnung ist offensichtlich: je höher das Renommee eines Anbieters, desto besser der Platz.

Was ein guter Platz ist, sieht man am Lager von Himalayan Experience: weit weg von den Lawinenbahnen, mit viel Sonne und nah an einem kleinen See mit Frischwasser. Die Expeditionen von HimEx sind teuer – Gesamtpreis rund 62 000 Euro. Dafür haben Russell und sein Team noch nie einen von ihren Leuten am Everest verloren. Billiganbieter versprechen das Gipfelglück schon für ein Drittel dieser Summe. Allein in der Saison 2016 sind sechs Bergsteiger am Everest gestorben. „Bei uns gibt es keine Gipfelgarantie“, sagt Brice. „Wer nicht fit genug ist, muss absteigen.“

Schon im Basecamp spüren die Expeditionsteilnehmer die Naturgewalten des Everest. Der Gletscher unter dem Camp schiebt sich jedes Jahr gute vier Meter in Richtung Tal, etwas mehr als einen Zentimeter am Tag. Wenn man nachts im Zelt liegt, meint man die Bewegung zu spüren. Und man hört sie. Das Eis knackt, reibt sich am felsigen Untergrund, zermalmt Felsen zu Kieselsteinen.

Bei aller Vorsicht – alles Leben hier oben ist zerbrechlich. Die Lawinen nach dem Erdbeben am 25. April 2015 fegten große Teile des Basislagers hinweg, verschütteten Menschen, zerstörten die Infrastruktur. Richie Hunter war einer von denen, die damals Glück hat-

ten. Der HimEx-Bergführer aus dem neuseeländischen Queentown half bei der Bergung von Toten und Verletzten, rettete, was zu retten war.

Ein Jahr später, am 13. Mai 2016, ist Hunter einer der Ersten, der nach den zwei Unglücksjahren wieder den Gipfel erreicht. Für ein paar Minuten steht er mit seinem Sherpa stauend da oben. Über allen Dingen. Wer höher hinaus will, muss fliegen. Für beide ist es der erste Gipfelsieg am Everest. „Das ist

ein unfassbar schönes Moment“, sagt Hunter. „Glücklich bin ich aber erst, wenn alle aus unserem Team sicher wieder unten sind.“

Viel Zeit, um den Erfolg zu genießen, bleibt ohnehin nicht. Der Sturm tobt mit mehr als hundert Stundenkilometern über das schmale Gipfelplateau. Nach dem langen zehrenden Aufstieg müssen sie gleich weiter. Zurück ins höchste der vier Hochlager auf dem 7 900 Meter hohen Südsattel – der nächste erreichbare Punkt, der wenigstens etwas Si-

cherheit verspricht. Einen Tag hat man für diese letzte Etappe Zeit. Danach steigt mit jeder Stunde die Wahrscheinlichkeit, in der Todeszone über 8 000 Metern umzukommen.

Nun hat auch Andreas Friedrich, der Sinnsucher, den höchsten Punkt erreicht. Fast zwei Monate ist es her, dass der Münchner daheim aufgebrochen ist. Jetzt, am Ziel seiner Träume, will er für seine Tochter ein Foto schießen. Doch der Verschluss der Kamera klemmt. Friedrich zieht den rechten Handschuh aus. Es vergehen wenige Sekunden – und seine Hand ist erfroren. Monate wird es dauern, bis das Gefühl zurückkehrt. Bis an sein Lebensende werden die Finger besonders empfindlich sein. „Dort oben spürst du den Berg als lebendes Wesen, erfährst seine Macht“, sagt Friedrich später im Basislager.

Gemessen an dem, was ihn der Berg gelehrt habe, sei das mit der Hand rein gar nichts. Ein kleiner Tribut an den Everest. Man verlässt ihn halt nie so ganz. Der Berg behält ein Stück von einem bei sich. ●



Nachtschicht: der Blick vom Basecamp auf die Milchstraße über dem Khumbu-Gletscher

Fünf Lehren für das Leben

FERTIGKEITEN, DIE AM MOUNT EVEREST ÜBER LEBEN UND TOD ENTSCHEIDEN, KÖNNEN AUCH IM ALLTAG HELFEN – SOGAR AM ARBEITSPLATZ

Sprechen Sie miteinander

Simpel, aber essenziell. Mit den Kollegen sollte es funktionieren wie in einer Seilschaft. Es geht nicht zwingend um Freundschaft und Zuneigung, sondern um Kommunikation und Respekt.

Planen Sie genau – und bleiben Sie trotzdem flexibel

Ein detaillierter Plan ist wichtig, aber kein Naturgesetz. Bedingungen, Situationen oder Befindlichkeiten können sich ändern – dann müssen Sie schnell neu entscheiden können.

Hören Sie auf die Köpfer

Umgeben Sie sich mit Profis. Nutzen Sie die Erfahrung von Kollegen, die schon ähnliche Probleme gelöst haben. Auch wenn Sie sich dann doch ganz anders entscheiden – jede Information hilft.

Trauen Sie sich was

Die vollkommene Sicherheit gibt es nicht. Wer vorankommen will, muss Wagnisse eingehen – und das Risiko kalkulieren.

Respektieren Sie Grenzen

Es gibt Momente, da geht es nicht weiter. Umkehren ist keine Niederlage! Suchen Sie stattdessen alternative Routen. Und: Überprüfen Sie, ob Ihr Ziel sinnvoll ist.

DER EISPICKEL

Weit mehr als ein Spazierstock für Bergsteiger. Gibt im Eis Halt und Sicherheit. Eine wichtige Stütze.

150 €

DAS LAWINEN-VERSCHÜTTETENSUCHGERÄT

Hilft bei der Bergung von verschütteten Kameraden – wenn nicht eh schon alles zu spät ist.

300 €

DER RUCKSACK

Sollte anatomisch perfekt passen und gute 50 Liter Volumen haben. Wichtig: Schlaufen und Taschen für Seile und Pickel.

200 €

MULTIFUNKTIONSUHR

Die Infozentrale am Handgelenk gibt Orientierung. Unter anderem mit GPS, Höhenmesser, Kompass.

600 €

GLETSCHERBRILLE

Am besten ein Modell, das getönt und winddicht ist. Und nicht beschlägt, klar. Es sollte unter den Helm passen und stabil sitzen.

200 €

VERDIENSTAUSFALL

Zwei Monate sind Sie bestimmt unterwegs. Wir haben mal großzügig ein Jahresgehalt von 100 000 Euro angesetzt.

16 500 €

TRAINING

Nur wer topfit ist, kommt durch. Schon drei Jahre vor der Expedition sollte man sich einen Coach suchen und intensiv vorbereiten.

2 500 €

GESAMT:

87 750 €