

Komplett
überarbeitete
und ergänzte
Neuausgabe

Alexander Huber

DIE
ANGST

Dein bester Freund

 NATIONAL
GEOGRAPHIC

MALIK

Alexander Huber

DIE ANGST
DEIN BESTER FREUND

Alexander Huber

DIE ANGST

DEIN BESTER FREUND

Mit neuen Beiträgen des Bergführers
und Psychologen Jan Mersch

Mit 35 farbigen Abbildungen
und vier Grafiken

Mehr über unsere Autoren und Bücher:

www.malik.de

Von Alexander Huber liegen im Malik Verlag vor:

- Der Berg in mir
- Free Solo
- Drei Zinnen



Inhalte fremder Webseiten, auf die in diesem Buch (etwa durch Links) hingewiesen wird, macht sich der Verlag nicht zu eigen. Eine Haftung dafür übernimmt der Verlag nicht.

Erstmals im Taschenbuch

ISBN 978-3-492-40650-5

April 2021

© Piper Verlag GmbH, München 2021

© Bergwelten Verlag bei Benevento Publishing Salzburg-München 2020,
eine Marke der Redbull Media House GmbH, Wals bei Salzburg

Redaktion: Arnold Klaffenböck

Umschlaggestaltung: Petra Dorkenwald nach einem Entwurf von b3K design,
Andrea Schneider, diceindustries

Umschlagabbildung: Heinz Zak

Autorenfotos: Jan Vincent Kleine (Alexander Huber), Mariya Nesterovska (Heinz Zak), Daniel Bartsch (Jan Mersch)

Alle Fotos im Innenteil: Heinz Zak, außer: Dani Arnold (S. 12-13), Fabian Buhl (S. 22, 23), Franz Hinterbrandner (S. 24), Huberbuam (S. 3, 10-11), Thomas Huber sen. (S. 2), Michael Meisl (S. 7 oben, 15 rechts), Max Reichel (S. 6 unten);

Cartoons: Georg Sojer ((S. 142, 150)

Satz: Kösel Medie GmbH, Krugzell

Gesetzt aus der Palatino

Litho: Lorenz & Zeller, Inning am Ammersee

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

Printed in the EU

Inhalt

Ein Plädoyer für die Angst	7
Analogie von Berg und Beruf	17
Die Feuertaufe	21
Klettern als Berufung	33
Der Weg in die Welt	41
Yosemite Valley - the Center of the Universe	45
Raus aus der Komfortzone	51
Die Ängste der Profis	55
Vom Umgang mit der Angst beim Bergsteigen	63
8000 Meter und mehr	71
Pioniere und Grenzgänger	75
Neue Horizonte	87
Alpinismus - eine Herausforderung für den gesunden Menschenverstand	91

Risiko - Ansichtssache	101
Selbstvertrauen - das Vertrauen in mich selbst, dass ich es kann	113
Die Angst ist kein Feind, mache sie dir zum Freund!	131
Intuition und Demut - Garanten für das Überleben in der Wildnis und beim extremen Bergsteigen	135
Der richtige Moment oder die hohe Kunst, Nein zu sagen	157
Über Umwege zum Ziel	161
Speed - ein vertikales Rennen ohne Heimvorteil	169
The Nose	175
Nose Speed - der Sturz	179
Am Limit	189
Der Rekord - dranbleiben, nicht aufgeben!	193
Von Geistern gejagt	197
Lebe das Leben	207
Der Weg ist das Ziel	213
Bergsteigen ist nicht Golfspielen	217

Ein Plädoyer für die Angst

Die Angst hat ein Lob verdient, ein besseres Bild als jenes, das nur allzu oft von ihr gezeichnet wird. Die Angst hat mich immer wieder bewegt, mich weitergebracht. Sie hat viel für mich getan und wird es hoffentlich auch in Zukunft tun. Deswegen sind diese Zeilen auch ein kleiner Dank an die Angst. Die Angst gehört zu meinem Beruf, denn beim Bergsteigen ist sie mein täglicher Begleiter, der mich antreibt, bremst, schützt und leitet. Die Angst sagt mir, wo es langgeht, zeigt mir den gesunden, richtigen und sicheren Weg. Die Angst als Richtungsgeber. Genauso wie sie mich vorsichtig macht und mich vor mir selbst schützt. Die Angst ist eine intensive Erfahrung, die mein Leben reicher macht.

Ich bin Bergsteiger. Ein gutes halbes Jahr verbringe ich in den Bergen. Nicht nur in den senkrechten Wänden. Nein, auch durchaus zu Fuß oder mit dem Bike auf dem Weg zu einer der vielen Almen. Das sind für mich schöne Momente, die mir einen Ausgleich geben und die Zeit zum Atmen schenken. Den besonderen Reiz aber stellt für mich nicht das Wandern, Mountainbiken oder Skitourengehen dar. Ich bin Sportler und suche die Herausforderung. Wie weit kann ich

gehen? Und am besten wird das Bergsteigen genau dann, wenn ich eben nicht mehr genau weiß, wie es weitergeht. Wenn ich Neuland betrete. Wenn ich gezwungen bin, diese imaginäre Linie zwischen dem schon Bekannten und dem noch Unbekannten zu überschreiten. Wenn ich mich auf den Weg zu einem neuen Horizont mache. Da bin ich zu Hause. Da lebe ich in einer Art und Weise, die mich erfüllt. Das ist mein Lebenselixier.

Ich habe Bergsteigen zu meinem Beruf gemacht und bin damit im gewissen Sinne meiner Berufung gefolgt. Meinen Lebensunterhalt verdiene ich dabei eigentlich gar nicht beim Bergsteigen selbst, denn hauptsächlich lebe ich als Referent von meinen Vorträgen. Aber wer würde schon mein Publikum sein, könnte ich nicht diesen besonderen Inhalt zeigen? Ohne die faszinierende, wilde Welt der Berge würde mir wohl keiner zuhören. Dabei kommt mir zugute, dass ich nicht nur Sportkletterer oder bloß Höhenbergsteiger bin – ich bin Allrounder und damit so ziemlich in allen Bereichen unterwegs, die der Alpinismus zu bieten hat. Als Sportkletterer habe ich die Welt der kleinsten Griffe und der größten Schwierigkeiten erlebt, als Speed-Kletterer das kompromisslose Hinaufrennen an einer Riesenwand. Ohne Sicherung in einer großen Wand zu klettern als Kampf gegen die mentale Dimension. Und bei Expeditionen kämpft man gegen alles, die dünne Luft der Höhe, das raue Wetter in den großen Bergen, die unerbittliche Kälte im Himalaja oder in der Antarktis.

Ganz egal, welche Aktionen ich in all diesen Jahren gestartet habe, am Ende ging es mir immer um eines: sich ganz bewusst an die Grenzen des Machbaren zu bringen, um sich dann bewähren zu müssen. Ganz auf sich selbst gestellt. Und das Ganze ist deswegen so reizvoll, weil ich dort alles Menschenmögliche in Bewegung setzen muss, um meine nackte Existenz wieder heil herauszubringen: mein Können, die

Intelligenz, alles an Erfahrung und meine mentale Kraft. Die direkte, unverfälschte Begegnung mit den Elementen der Natur macht das Bergsteigen so faszinierend!

Warum aber muss es immer so extrem sein? Man darf hier sicher die Vermutung anstellen, dass die Erwartung, darüber bekannt oder sogar berühmt zu werden, die Triebfeder sein könnte. Ich will es gar nicht abstreiten, dass dem zu einem kleinen Teil so ist. Es gibt einem tatsächlich ein gutes Gefühl, Anerkennung für die erbrachten Leistungen zu erhalten. Wir bewundern auch heute noch einen Ernest Henry Shackleton, einen Roald Amundsen oder einen Edmund Hillary, weil sie vor vielen Jahrzehnten in damals unbekannte Sphären aufgebrochen sind. Das Bekanntwerden aufgrund erbrachter Leistungen ist durchaus eine willkommene Belohnung für den geleisteten Einsatz. Was aber für diese Pioniere immer noch viel bedeutender war: Die damit verbundenen Erlebnisse machten ihr Leben reich!

Es gibt in meinem Leben nichts Lohnenswerteres, als ein Wagnis im Gebirge einzugehen, das den Rahmen des bereits Bekannten sprengt. Je weiter weg ich mich vom Bereich der Sicherheit bewege, je größer meine Angst ist, nicht zu bestehen, desto intensiver erlebe ich die Momente, in denen ich nach Überwindung aller Schwierigkeiten schließlich oben auf dem Gipfel ankomme. Für mich ist die Angst zu einem Katalysator für ein erfülltes Kletterleben geworden.

Und deswegen mache ich als Sportler vorzugsweise nur das, was für mich nach Abenteuer und Angst riecht. Nein, ich habe keine Todessehnsucht, ganz im Gegenteil: Ich suche das intensive Leben. Ich stelle mich Herausforderungen, bei denen ich bereits bei den ersten Gedanken daran spüre, wie der Puls steigt, wie die Unruhe in meinem Inneren aufflammt und sich meine ganze Gedankenwelt für gewisse Zeit wie in einem Tunnel auf einen kleinen Raum verdichtet.

Die Angst ist etwas Gewolltes, ich suche sie, ich brauche sie. Sie zeigt mir, welche meiner Ideen langweilig, trivial, hirnrissig oder einfach zu gefährlich beziehungsweise umgekehrt, welche genau die richtigen sind. Warum aber suche ich immer wieder die Angst? Scheinbar gegenläufig zu dem Trend, alle Unsicherheiten und Gefahren in der Welt so zu kontrollieren, dass man keine Angst mehr haben muss! Doch das ist durchaus fatal, denn wir brauchen die Angst als integralen Bestandteil in unserem Leben. Das Leben mit der Angst gehört von Anbeginn zum Menschsein dazu!

Als der Mensch noch in der freien Natur lebte, war es ein existenzieller Kampf, genügend Essen zu beschaffen, einen warmen, trockenen Platz zum Schlafen zu haben. Unsere urzeitlichen Vorfahren lebten mit der Angst vor Überfällen der Nachbarstämme, vor wilden Tieren und vor der Härte des nächsten Winters. Täglich sahen sie sich mit sehr realen Ängsten konfrontiert. Da hatten sie schon genügend Sorgen, als dass sie sich noch über irgendwelche anderen Sachen hätten Gedanken machen können. Sieht man sich dagegen die heute stetig zunehmende Zahl an psychischen Erkrankungen an und überlegt deren Ursachen, darf man schon davon ausgehen, dass der Mensch im Vergleich zu früher oft nicht mehr genügend gefordert und mit realen Bedrohungen konfrontiert wird.

Eines ist klar: Wer täglich körperlich hart arbeiten und sich um ausreichend Essen sorgen muss, bei dem haben negative Gedanken weniger Spielraum. Man hat gar nicht die Möglichkeit, über den Sinn des Lebens nachzudenken. Da kann es gar nicht langweilig und trostlos werden. Denn wer kennt es nicht, wie gut es sich anfühlt, wenn man sich nach körperlich anstrengender Arbeit ausruhen und einfach nur daliegen darf? Nach der Arbeit ist gut ruhen! Wie viel Wahrheit steckt in diesem Satz. Arbeit, und hier vor allem körperliche

Arbeit ist die beste Therapie für unser Wohlbefinden. Wir leben aber gegenwärtig in einer Welt, die immer weniger körperliche Arbeit zwingend verlangt und die darüber hinaus versucht, so wenig wie möglich realen Anstoß für Ängste zu bieten. Je mehr wir dem Bestreben anhängen, ein Leben ohne Angst zu führen, desto mehr laufen wir Gefahr, dass die Ängste uns doch wieder einholen.

Ich bin der Überzeugung, dass sich genau aus diesem Grund unser Geist andere, neue Ängste sucht. Wir sind eine ängstliche Gesellschaft geworden, weil uns die körperlichen Anforderungen und die natürlichen Bedrohungen abhandengekommen sind. Der Mensch aber muss gefordert werden. Nehmen wir also durch Sicherungsmaßnahmen dem Menschen die Ängste in einem Bereich, so werden neue Ängste in einem anderen provoziert.

In der menschlichen Entwicklungsgeschichte hatte die Angst ja stets die wichtige Funktion als ein die Sinne schärfender Schutzmechanismus. Durch ihn wird in Gefahrensituationen das entsprechend richtige Verhalten generiert. Es ist eben zum Überleben sinnvoll, dass man früh genug kritischen Situationen richtig begegnet. Eine rechtzeitig eingeleitete Flucht ist mit überschaubarem Aufwand verbunden, während das Risiko einer missachteten oder verkannten Bedrohung fatal sein kann. Daher ist das Angstepfinden beim Menschen auch sehr empfindlich eingestellt und reagiert recht sensitiv auf Störungen des natürlichen Gleichgewichts. Angststörungen kann man tatsächlich ganz einfach als einen wegen der hohen Sensitivität verursachten Fehllalarm ansehen. Eines der grundlegenden Phänomene unserer Zeit ist auch die Stigmatisierung der Angst. Angst wird als etwas absolut Negatives angesehen. Keiner gibt gern zu, Angst zu haben. Viele würden sich dafür schämen, die eigene Angst mitzuteilen und sich damit einem Urteil preiszugeben, weil

die Angst beziehungsweise die Funktion der Angst von den wenigsten verstanden wird. Daher ist Angsthaben kein sozial erwünschtes Verhaltensmuster. Oder anders gesagt: Feiglinge gelten als schwach. Angst zu haben ist ein Tabu. Es ist ein Gefühl, das man mit allen Mitteln abzustellen versucht. Gelingt es nicht, wird die Angst zumindest kaschiert, so gut es eben geht. Das ist Unsinn. Dieses Image hat die Angst nicht verdient, sie wird zu Unrecht der Seite der Verlierer zugeordnet. Tatsächlich verhält es sich genau umgekehrt.

Mut zu haben setzt nämlich voraus, dass man Angst hat. Ohne Angst kein Mut. Genauso wie es kein Leben ohne den Tod gibt. Die Angst kann die Triebfeder, der Katalysator, die Energiequelle der Gewinner sein. Zwar ist es anfangs sicher nicht der leichte Weg, sich mit der Angst auseinanderzusetzen. Oft genug komme ich dabei an meine Grenzen, sodass ich mir zwangsläufig denke: Muss ich mir das antun? Doch wenn ich es geschafft habe, mich mit der Angst zu konfrontieren, sie ernst zu nehmen und sie durchzustehen, habe ich meist auch mehr daraus gewonnen, als ich hineinvestiert habe. Dann fühle ich, durch die Überwindung meiner Angst in meinem Leben einen Schritt nach vorne zu machen.

Ich begreife die Angst heute als meine ganz persönliche Entwicklungshilfe. Schaffe ich es, die Angst zu überwinden, erhalte ich dafür die schönste Belohnung, die ich mir vorstellen kann – unvergessliche Momente. Und ja, im Wesentlichen kann ich mich noch an alles Bedeutende erinnern. Von dem Tag, an dem ich als Elfjähriger auf dem Gipfel meines ersten Viertausenders stand, bis heute. 40 Jahre Berge – an alle diese Erlebnisse kann ich mich noch minutiös erinnern. Und tatsächlich schlüsselt sich mein Leben über das Klettern auf. Bilder, Stimmungen, Gefühle und Begegnungen sind

mit den Tagen in den Bergen abgespeichert. Jahr für Jahr, was, wann, wo und wie. Tief in meinem Gedächtnis sind Tausende solcher Erinnerungen abrufbar. Nicht nur Erlebnisse am Berg, aber sie machen doch einen großen Teil davon aus. Ich bin mir sicher, der Grund dafür findet sich ganz wesentlich auch in der Angst, der man sich bei diesen Unternehmungen ausliefern muss. Die Angst verstärkt mein Empfinden und gestaltet die Seiten im Buch meiner Erinnerungen bedeutend mit.

In den vielen Jahren mit in der Summe gut 2000 Vorträgen habe ich immer mit Begeisterung von meinen Aktionen in den Bergen gesprochen, vom Freiklettern, Free-Solound Speed-Klettern sowie der Magie der hohen Wände an den großen Bergen der Welt. Und es ist mir aufgefallen, dass die Erfahrungen und der Umgang mit der Angst längst nicht nur für mich als Extremsportler wertvoll sein können. Angst kommt in jedem Leben vor, auch in dem meiner Zuhörer und bei jedem, der dieses Buch liest. Wahrscheinlich in einer anderen Form als bei mir, denn Angst ist wiederum auch etwas sehr Persönliches, Individuelles. Jeder hat seine ganz eigene Angstliste. Wer kennt sie nicht, die Angst, seine Gesundheit zu verlieren, unheilbar krank zu werden? Wer fürchtet sich nicht davor, im Rollstuhl zu landen oder dass ein wichtiger, nahestehender Mensch bei einem Unfall sein Leben verliert? Oder du schaust vom Hochhaus lieber doch nicht vom Balkon runter? Wer hat bei sich die Angst vor wilden Tieren, engen Fahrstühlen, rauschenden Volksfesten oder anderen großen Menschenansammlungen entdeckt? Oder davor, abends allein zu sein? Es gibt Menschen, die ihr ganz eigenes Problem mit Zügen oder Clowns haben. Anderen wird sofort schwindlig, wenn sie nur daran denken, dass sie bald ein Referat an der Universität oder im Beruf halten müssen, vor vielen Leuten sprechen sollen. Ganz egal, wie

jeder selbst die Angst kennengelernt hat, fest steht: Die Angst ist in unserem Leben allgegenwärtig.

Darüber hinaus ist mein Buch auch ein Plädoyer für den Mut, die Courage. Weil eben Mut und Angst untrennbar miteinander verbunden sind. Wir alle reagieren ja erst mal auf die gleiche Art und Weise auf die Angst. Die Angst bringt Anspannung, da kommt keiner aus, in dieser Reaktion sind wir gefangen. Aber danach haben wir die Freiheit. Stelle ich mich der Sache und gehe das Problem an? Oder laufe ich lieber davon? Das ist so, als würde man vor einem mächtigen Berg stehen und vor lauter Angst unten stehen bleiben, anstatt die Tour anzupacken. Lieber wechselt man ins nächste Tal, um schließlich festzustellen, dass der Berg auf der Rückseite noch genauso hoch ist wie auf der Vorderseite.

Gewiss, es macht Sinn, den Berg nicht blind und planlos zu attackieren. Besser, man sondiert die Lage, sucht einen sinnvollen Weg zum Gipfel. Da kann auch eine Querung zweckmäßig sein. Man sollte sich aber stets bewusst sein, dass man irgendwann mit dem Aufsteigen beginnen muss.

Bergsteigen ist hier nichts anderes als eine Metapher für das Leben, denn es ist ja nicht der Berg, den man bezwingt, sondern immer nur das eigene Ich. Jeder für sich sei angesprochen, die Gewohnheiten, die Routinen im Beruf oder in der Familie zu überdenken und zu hinterfragen. Etwas mehr Neugier, das eigene Leben zu erforschen und zu erkunden! Mehr Mut und Bereitschaft, unbekannte Wege zu gehen, andere Menschen zu treffen. Aus Angst im Nichtstun zu verharren bringt dich nicht vorwärts, denn zu Tode gefürchtet ist auch gestorben.

Ich bin kein Philosoph und schon gar keiner, der die Weisheit erfunden hat. Ich bin immer noch vor allem anderen ein begeisterter Bergsteiger. Einer, der euch gern motivieren würde: Bringt euch ruhig in Situationen, vor denen ihr Angst

habt. Wenn ihr auf eure Angst hören, wenn ihr sie zulassen könnt, wird sie euer Leben reicher machen. Denn der Weg ist meist dort, wo die Angst ist. Den Weg finden muss aber jeder für sich selbst.

Analogie von Berg und Beruf

Es mag für manche sehr weit hergeholt sein, die Analogien von Berg und Beruf zu suchen und zu benennen, und doch ist es nicht aus der Luft gegriffen, dass hier Parallelen bestehen. Wenn ich mir als Bergsteiger ein Ziel setze, dann ist das Ziel meist ein Gipfel. Aber nicht nur der Gipfel selbst zählt, sondern auch der Weg dorthin. Gerade im Bergsteigen wurde der Begriff »Der Weg ist das Ziel« geprägt. Für mich sind der Gipfel und der Weg dorthin eben jene Herausforderungen, die mir mein Leben in der Berufung als Bergsteiger stellt. Hier findet sich bei mir die Analogie von Berg und Beruf! Und tatsächlich gilt für mich beides: die Herausforderung in meinem Leben als Bergsteiger, genauso aber die Herausforderung in meinem Beruf. Denn nachdem ich meine Berufung, meine Leidenschaft zum Beruf gemacht habe, sind die Analogien für mich ganz offensichtlich.

Jeder, der sich in einem anspruchsvollen beruflichen Umfeld bewegt, weiß, wie wichtig es ist, dass man für die Sache brennt. Nur mit der entsprechenden Leidenschaft lassen sich die Ziele auf den Weg bringen, vor allem auch in Situationen, in denen es mal nicht so gut läuft. Wobei ich vorausschicken

möchte: Immer nur gut laufen kann es nicht. So wie es auch niemanden gibt, bei dem sprichwörtlich alles zu Gold wird. Behauptet jemand von sich, für ihn gäbe es nichts, was nicht geht, so hat er sicher auch noch nie versucht, an seine Grenzen zu gehen. Versucht man dagegen, die Grenzen des Machbaren hinauszuschieben, wird das immer mit einer bestimmten Unsicherheit verbunden sein, die auftaucht, sobald man Neuland betreten will. Oft genug stellt sich dabei heraus, dass der Traum nicht umsetzbar ist. Es wäre also alles andere als produktiv, mit dem Kopf gegen diese Mauer zu laufen. Wichtig ist aber, dass man vor dem Aufgeben die Möglichkeiten sorgfältig sondiert. Ist es tatsächlich utopisch oder eventuell doch möglich? Gibt man nicht vorschnell auf, kann man gewinnen. Und um nach einem Rückschlag nicht aufzugeben, sondern trotz allem dranzubleiben, braucht man eben die Leidenschaft, diese unbedingte Begeisterung für sein Tun. So wie am Berg, wo ein Wettersturz die Hoffnung zunichtemacht, das Ziel unerreichbar wird, die ganze Mühe umsonst war und der Traum zerplatzt.

Ich bin als Bergsteiger ganz sicher nicht der Einzige, der Analogien von Herausforderungen im Alltag und Beruf für sein eigenes Tun aufzeigen kann. Zweifellos ist aber gerade das Bergsteigen mit einer starken Bildsprache verbunden: Der Gipfel als Ziel, das man vor Beginn am besten aus der Ferne analysiert, um den Weg des geringsten Widerstands zu finden.

Vorbereitung und Planung vor dem Aufbruch, damit das Projekt nicht von vornherein zum Scheitern verurteilt ist. Aber irgendwann hat man genug geplant. Das Aufbrechen ist früher oder später unbedingtes Muss, um zum Gipfel zu gelangen – wer immer nur um den Berg herumrennt, wird dem Gipfel nicht näherkommen, wer Problemen stets aus dem Weg geht, wird sie nicht überwinden. Der Einsatz und

die Bereitschaft, auch dann weiterzumachen, wenn es unangenehm und anstrengend wird. Sicher, man braucht im Leben auch das schnelle und einfache Glück, das einem der Alltag bringt, aber letztendlich prägen uns die großen und schwierig zu erreichenden Träume, die viel Einsatz verlangen. Denn sie sind es, die in unserem Gedächtnis hängen bleiben.

Und das ist auch der Wert meines Lebens als Bergsteiger. Wenn ich am Limit unterwegs war, wenn ich alles gegeben habe, dann ist das gerade Erlebte derart intensiv, dass ich mich auch in vielen Jahren noch minutiös daran erinnern kann. Und diese besondere Erinnerung bleibt im Gegensatz zu so vielem anderen, das mit der Zeit im Nebel der Vergangenheit verschwindet. Das sind die Highlights, für die wir alles geben. Als Sportler werde ich oft gefragt, was denn mein bestes Erlebnis war. Die perfekte Antwort gibt es dabei aber nicht. Denn nur selten gibt es den einen Moment, diese eine Leistung, die alles andere um Längen übertrifft. Und oft lassen sich die einzelnen Highlights auch schwer miteinander vergleichen. Wie will man eine äußerst schwierige Sportkletterroute im Klettergarten mit einem Achttausender vergleichen? Für mich existiert daher dieses Ranking nicht, vielmehr zählt in meinen Augen die Summe der Erfahrungen. Und die haben oft nicht einmal mit dem Berg selbst zu tun, denn Bergsteigen ist in meinem Fall eben nicht nur Berufung, sondern auch Beruf.

Tatsächlich gehört bei uns zum Beruf nicht nur die Aktivität des Bergsteigens selbst. Wer würde sich für unser Tun interessieren, bekäme man nichts zu sehen? Anders als im Fußball oder Tennis wird unser Tun nicht automatisch live in alle Medien übertragen. Wir sind zu einem großen Teil selbst dafür verantwortlich, dass wir wahrgenommen werden. Ob auf der Bühne, vor der Kamera oder beim Schreiben – man

folgt einem langen Weg, der aus vielen kleineren und größeren Schritten besteht.

An den einen, ganz großen Schritt glaube ich nicht! Eines ist aber sicher: Man muss diesen Weg konsequent verfolgen, sonst verliert man sich. Sorgfältig sollte jede Entscheidung gefällt werden, denn am Ende zählt die Qualität eines jeden einzelnen Schrittes. Und wer glaubt, am Ziel zu sein, der wird merken, dass mit jedem erreichten Gipfel sich wieder eine neue Welt öffnet. Der Weg wird weitergehen, und das Ende des Weges wirst du nicht erreichen. Aber das ist ja auch egal, denn der Weg ist das Ziel!

Die Feuertaufe

Bergsteigen ist meine Leidenschaft und mein ganz persönlicher Weg zu einem intensiven Leben. Ein Weg, den ich genau genommen nicht selbst gefunden habe, sondern der mir, wie man so schön sagt, in die Wiege gelegt wurde. Thomas und ich haben bergbegeisterte Eltern, und vor allem unser Vater hat den Alpinismus auch in seiner extremeren Form für sich entdeckt. Auch wir Kinder mussten da immer wieder mit. Die Berge wurden uns ja schon fast aufgedrängt, aber wir haben es den Eltern nicht wirklich schwer gemacht, uns für die Berge zu gewinnen. Doch selbst mit solchen Voraussetzungen dauert es, bis man zum Alpinisten reift und seine endgültige Begeisterung gefunden hat. Es ist ein weiter Weg, nicht nur im übertragenen Sinn, sondern bei uns auch ganz real. Denn unser Heimatort Palling liegt zwar im Chiemgau, die Berge sind aber immer noch gut 50 Kilometer entfernt.

Palling mit seinen damals gut tausend Einwohnern ist ein ganz normales Dorf in Oberbayern. Da gibt es alles, was man so braucht. Ganz in der Mitte und weithin sichtbar die Kirche, ein neugotischer Bau aus Nagelfluh, der für die Größe des Dorfes schon fast kathedralenhafte Dimensionen besitzt.