

# Wie fühlt sich Zeit an?

*Wie fühlt es sich an, wenn sich die Zeit am Berg verdichtet oder dehnt, wenn sie verfliegt, nur zäh wie Lava dahinfließt oder scheinbar gar nicht mehr vergehen mag?*



*Endlich sind die Sonnenstrahlen da. Die ersehnte Wärme nach einem 16-stündigen Gipfelbiwak bei  $-12^{\circ}\text{C}$ .*

Text: Gaby Funk

Die Autobiographie der bekannten französischen Bergsteigerin Catherine Destivelle beginnt mit einem Sturz in die Tiefe: Nach der Erstbesteigung eines Viertausenders in den Ellsworth Mountains in der Antarktis, 500 Kilometer von der nächsten menschlichen Siedlung entfernt, stürzt sie beim Schritt zurück für ein Gipfel-foto über die steile Eisflanke ab und hängt mit multiplen Verletzungen, darunter einem offenen Beinbruch und einer Schulterverletzung, in der zuvor durchstiegenen, 1600 Meter hohen Eis- und Felswand kopfüber im Seil. Nach dem achtstündigen Aufstieg zum Gipfel und dem Sturz folgt ein unvorstellbar schmerzhafter achtstündiger Rückzug aus der Wand, bei dem ihr Seilgefährte Erik Decamp sie meist ablässt. Sie schreibt dazu: „Die folgenden acht Stunden erschienen mir unendlich lang. Die Warterei an den Standplätzen

**„Eigentlich ist alles nur ein Sehnen auf die letzten Meter ... Diese letzten Schritte, ja, die tun richtig gut. Und dann oben. Zeit zum Atmen, Zeit zum Sehen, Zeit zum Staunen.“**

Reinhard Karl

war dabei am schlimmsten. Während ich dort bewegungslos ausharren musste, machten sich die Müdigkeit, die Kälte und der Schmerz viel stärker bemerkbar. (...) Dabei versuchte ich, nicht daran zu denken, wie die Zeit verstrich.“ Sie beschreibt, wie sie sich immer auf das nächste Ziel fokussiert und alles andere, auch die Schmerzen, ausblendet. Nach Erreichen des Wandfußes setzt sie sich als nächstes Etappen-Ziel, den „nicht enden wollenden“ Kampf bei  $-20^{\circ}$  bis  $-30^{\circ}$  C, allein, gegen die Ohnmacht, die Erschöpfung und das drohende Einschlafen und Hinüberdämmern in den Kälte-tod zu überleben, während ihr Kletterpartner den Transportschlitten holt, um sie ins Basis-lager zu transportieren. Doch auch dort ist sie noch lange nicht gerettet: Wegen eines heftigen Schneesturms, der zwei Gestänge ihres Zeltens zerbricht und die Zeltplane fast zerfetzt, kann das Rettungsteam in der 500 km entfernten

Station Patriot Hills nicht starten. Erst 24 Stunden nach dem Erreichen des Zelts wird sie von ihrem Martyrium erlöst. „Sie kommt zurück aus der Hölle“, meinen die Retter; es sei ein Wunder, dass sie überlebt habe.

Ähnlich dramatisch verlief die Geschichte der britischen Spitzenbergsteiger Doug Scott und Chris Bonington nach ihrer Erstbesteigung des 7285 m hohen Ogre im Jahre 1977. Beim nächtlichen Abseilen brach sich Scott beide Beine, wurde von Bonington abgelassen und kroch hinab. Fünf Tage lang wütete ein Sturm, in dem sich dann Chris Bonington noch Rippen brach und eine schwere Lungenentzündung bekam. Sie arbeiteten sich, immer nur von Tag zu Tag denkend, bergab und erreichten schließlich nach acht unendlich lang wirkenden Tagen dank der Unterstützung ihrer Teammitglieder das Basislager.

Ein weiteres berühmtes Epos dieser Art ist die als Buch und Film unter dem Titel „Sturz ins Leere“ bekannte Geschichte von Joe Simpson, dem im Juni 1985 zusammen mit seinem Seilgefährten Simon Yates die Erstbegehung der Siula-Grande-Westwand in den peruanischen Anden gelang. Beim Abstieg vom Gipfel verunglückte Simpson im Schneesturm, wobei er mehrere Brüche im rechten Bein erlitt. Yates versuchte, seinen Freund durch Ablassen über die Wand zu retten, musste jedoch in einer verzweifelten Lage das Seil zum unter ihm hängenden Simpson durchschneiden. Dieser fiel in eine tiefe Gletscherspalte, und Yates war sicher, dass sein Freund tot sei. Wie durch ein Wunder konnte Simpson jedoch schwerverletzt aus der Spalte kriechen und robbte tagelang im Zeitlupentempo in Richtung Lager. Als ihm dabei einmal

die Erinnerung an die Gipfelbesteigung in den Sinn kam, stellte er fest: „Wie lange war das jetzt her? (...) Vier Tage! Es hatte keine Bedeutung für mich. Vier Tage, sechs – es war egal.“ Er schaffte es mit letzter Kraft zurück zum Lager und überlebte.

Robert Steiner schließlich beschreibt in seinem Buch „Selig, wer in Träumen stirbt“ die Kette von Ereignissen, die sich im Januar 1997 in der 1200 m hohen Nordwand der Grandes

**1** Nachdem beim Aufstieg schon ein Pickel verloren- und ein Steigeisen kaputtgegangen war, stehen die Bergsteiger nun am Gipfel der Aiguille Verte (4122 m) und sehen einer eisigen Biwaknacht entgegen. Wie fühlen sich diese abendlichen Minuten an?

**2** Die Westwand des Siula Grande (6344 m) in Peru, wo für Joe Simpson nach der Erstdurchsteigung eine tagelange Odyssee begann

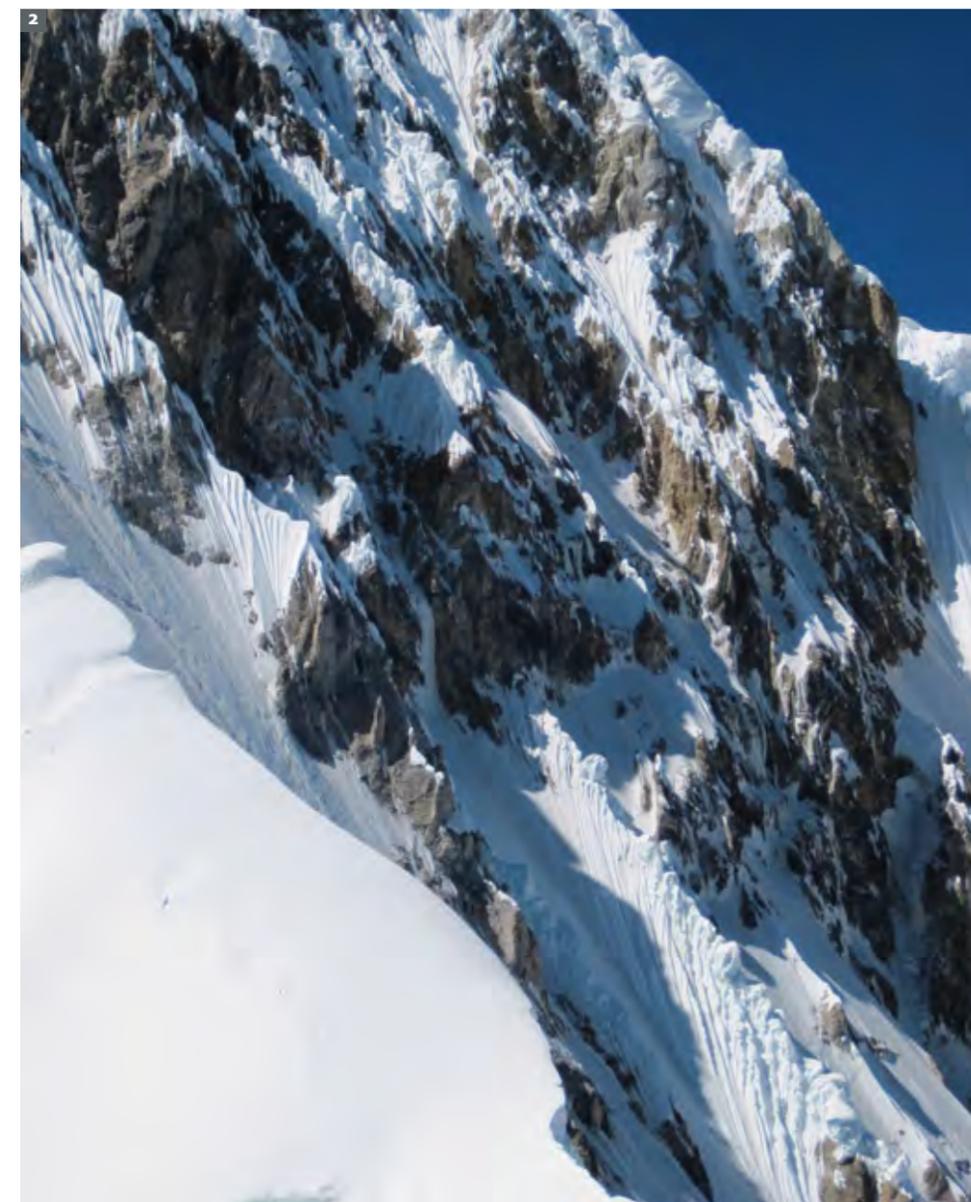


1

Fotos: 1 Gaby Funk 2 Benutzer Jeremyfrimer bei Wikimedia Commons

**„Ein jeder Tag ist wie ein kleines Jahr, und jede Stunde Bergeinsamkeit ist wie ein Hauch der Ewigkeit.“**

fernöstliche Weisheit



2

## Eine Zeitinsel im Meer der Normalität



**Ulrich Grober (66)** aus Marl in Westfalen ist Publizist, Buchautor und Experte für Nachhaltigkeit. Er schrieb das Buch „Vom Wandern: Neue Wege zu einer alten Kunst“, in dem er auch über das Thema „Wandern und Zeit“ reflektiert.

**alpinwelt:** Herr Grober, wie kann es eigentlich sein, dass wir uns heute weniger bewegen, im Bürostuhl oder Auto, und doch rast für uns die Zeit dahin?

**Ulrich Grober:** Soziologen sprechen von Beschleunigung. Der Takt am Arbeitsplatz wird hektischer. Die Informationsübermittlung schneller. Per Mausclick überbrücken wir in Sekunden jede Distanz. Die Zeit rast, der Raum aber schrumpft. Inmitten der rasenden Bewegung herrscht Stillstand. Büromenschen unserer Tage legen im Durchschnitt 0,4 bis 0,8 Kilometer pro Tag zu Fuß zurück. Unsere Vorfahren, die Jäger und Sammlerinnen, gingen 20 bis 40 Kilometer am Tag zu Fuß. Dafür hat die Evolution Körper und Geist programmiert. Wandern ist Einspruch gegen das Diktat der Beschleunigung – ein heilsames Kontrastprogramm.

**Kann man die Zeit beim Wandern anders wahrnehmen?**

Mir fällt ein altes Lagerfeuerlied ein: „Jeden Morgen geht die Sonne auf / in der Wälder wundersamer Runde.“ Das Lied besingt die „Echtzeit“, die naturgegebene Raum-Zeit-Ordnung, von der alles Leben auf diesem blauen Planeten abhängt. Die tickt anders als die lineare Zeit von Stechuhr und Ampelanlage. Regelmäßig und bewusst in diese zyklische Zeit von Sonne, Mond und Sternen, von Tageszeiten und Jahreszeiten einzutauchen, ist für mich ein Lebenselixier.

**Kann man das mit den eigenen Sinnen „üben“?**

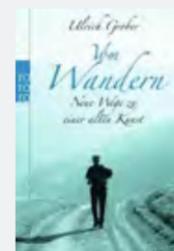
Ja, ich rate zum Experimentieren. Warum nicht mal eine Verschnaufpause unterwegs zu einer „Schaupause“ ausdehnen? Und sich dann einlassen – auf das Wogen der Grashalme ringsum, auf das Rauschen der Blätter, das Sirren der Nadeln in den Baumwipfeln, die Linien der Landschaft, die Bewegung der Wolkenberge. Plötzlich spürst du eine Magie. Und du kommst zur Ruhe.

**Klappt so ein sinnliches Erlebnis auch in der Bewegung?**

Das Geheimnis ist immer, die Pforten der Wahrnehmung möglichst weit zu öffnen: Der Boden unter mei-



**„Plötzlich spürst du eine Magie. Und du kommst zur Ruhe.“ – Wandern nicht nur als Sport, sondern als Auseinandersetzung mit den Rhythmen und den Schönheiten der Natur.**



nen Füßen federt – oder er ist steinig. Aber er trägt mich. Der Weg steigt an. Mein Puls geht schneller. Ich nehme den Raum nicht durch die Windschutzscheibe oder auf dem Flachbildschirm wahr, sondern in allen Dimensionen: oben, unten, links, rechts, vorne, hinten. Blickachsen, Hörräume, Duftfelder wahrnehmen und immer wieder pendeln: zur Innenschau, der Zwiesprache mit sich selbst, dem Hören auf die innere Stimme! Wandern ist auch Einspruch gegen die Entsinlichung des Lebens durch die Allgegenwart der Monitore.

**Und vom schönen Wandertag geht es dann in den grauen Alltag?**

Nein, mir geht es um das Komplementäre, das sich Ergänzende. Wer die Farbenpracht eines herbstlichen Laubwaldes in sich aufgenommen hat, geht mit den Farbskalen der Designer-Software souveräner um. Virtuelle Realitäten werden nur im Gegenlicht von realen Erfahrungen produktiv. Nur wo du zu Fuß warst, warst du wirklich.

**Was empfehlen Sie unseren Lesern?**

Versuchen, jede Wanderung, ob drei Stunden, drei Tage oder drei Wochen, als eine Auszeit anzulegen! Sich aus dem Normalleben herauslösen – räumlich und geistig. Abstand gewinnen. Sich sammeln. Ganz im Augenblick aufgehen. Bewusst eine Zeitinsel im Meer der Normalität anlegen. Eben: Ich bin dann mal weg. Und dann gestärkt und mit neuen Perspektiven in den Alltag zurückkehren. Wer eine Alpenüberquerung zu Fuß geschafft hat, wird sich im Büro nicht mehr jede Zumutung gefallen lassen. Und er wird wohl auch nicht mehr in die Blechkiste steigen, um Semmeln zu holen. Das hat was mit Gelassenheit zu tun – und mit Nachhaltigkeit.

Das Interview führte für die alpinwelt  
Christian Rauch

Jorasses abspielte: Obwohl alle Beteiligten – eine deutsch-französische und eine slowenische Seilschaft – der Route zweifellos gewachsen waren, summierten sich nach und nach verschiedene Faktoren zu einem Unglück. Beim Vorstieg brach die Haue von Roberts Eisgerät ab. Als er eine Sicherung anbringen wollte, konnte er sich nicht mehr halten und stürzte. Das Ergebnis: ein äußerst schmerzhaft zertrümmertes Spunggelenk und eine verrenkte Kniescheibe, mit der er nicht mehr klettern konnte. Nach dem ersten Schock hoffte die Gruppe auf das Eintreffen des Rettungshubschraubers, doch die ersehnte Hilfe blieb wegen des schlechten Wetters aus. Es folgte ein weiteres Biwak voller Qualen in der -30° C kalten Nordwand. Schließlich kletterten die drei anderen weiter zum Gipfel, um Hilfe zu holen; Robert Steiner blieb allein zurück. Die drei benötigten einen ganzen Tag, während Robert in der Wand hing und ein drittes Biwak überstehen musste, bis er schließlich per Helikopter gerettet und unterkühlt ins Krankenhaus eingeliefert wurde. Die Zeit zwischen dem Unfall und seiner Rettung beschrieb er als Zustand im Grenzbereich zwischen Leben und Tod.

Catherine Destivelle hat sicher Recht mit ihrer Bemerkung, dass solche schier endlos dauernenden Martyrien meist nur dann überlebt werden können, wenn mentale Stärke und Durchhaltevermögen über die Jahre hinweg immer wieder unter Beweis gestellt und trainiert werden konnten. Das tagelange Ausharren mit Fokussieren auf die nächste Etappe des langen Wegs zum ungewissen Ziel der Bergung und Rettung ist das Ergebnis langer Erfahrung beim alpinen Bergsteigen.

Aber auch auf vermeintlich einfachen Touren und bei geplanten Biwaks kann sich die Zeit ganz schön in die Länge ziehen. Einmal machte ich mit Jürgen, einem Konstanzer Bergfreund, eine abendliche Biwak-Skitour auf den Piz Tambo. Alles lief bestens, es war ein traumhaft schöner nächtlicher Aufstieg. Auch die von uns hoch oben gebaute Schneehöhle wäre eigentlich komfortabel gewesen. Allerdings hatte meine Isomatte ein Loch, sodass ich auf dem Hüftknochen liegen musste und trotz heißem Tee am Morgen zu durchgefroren war, um die nächste Tour mit Spaß anzugehen. Diese Nacht erschien mir elend lang ...

Ein anderes Mal war ich mit Richard Matthews rund um die Maighelshütte am Oberalppass unterwegs, es war unsere erste gemeinsame Skitour. Auf dem Gipfel hatten uns zwei Skitourengeher von einer alternativen Abfahrt vorgeschwärmt, die technisch einfach sein sollte. Wir entschlossen uns dafür, obwohl ausgerechnet das Gebiet mit dieser Route von unserer Karte nicht mehr abgedeckt war, und waren zunächst begeistert vom tiefen Pulverschnee. Doch dann standen wir plötzlich an einem hohen Felsriegel, der offenbar die ganze Steilflanke querte. Wir suchten nach einem Durchschlupf. Da war aber nichts. Der Wiederaufstieg zum Gipfel war keine gute Option, wir kramten daher in unseren Rucksäcken nach einsetzbarem Material. Richard zog eine Reepschnur, einen Karabiner und – breit grinsend – sogar einen Haken hervor; ich hatte ein Spaltenbergungssset dabei mit Eisschraube, Karabiner, Kurzprusik und Reepschnur, obwohl wir eigentlich nur normale Skitouren geplant hatten. Die Zeit verging wie im Fluge, sie raste dahin: Mittels eines vergrabenen Skis im Tiefschnee und zwei von mir im Abstieg angebrachter Zwischensicherungen sicherten wir uns gegenseitig bei der Überwindung des Felsabbruchs. Während ich unten im hüfttiefen Schnee stand und bibbernd Richard beim Abklettern sicherte, dämmerte es bereits. „Wish you were here“, brüllte ich hinauf. Ich froh erbärmlich in meiner zu dünnen Hose, die Zeit verging nun sehr, sehr langsam. Im Nachhinein betrachtet war es zweifellos riskant, diese Abfahrt vom Gipfel ohne den passenden Kartenausschnitt zu machen, es wurde eisig kalt und abenteuerlich – aber gerade deshalb war es eine wunderschöne Tour, die ich in meinem Gedächtnis szenisch abgespeichert habe.

Manchmal dehnt sich die Zeit in den Bergen so sehr, dass man nicht mehr weiß, was man noch tun kann, damit sie vergeht: Bei einem tagelangen Wettersturz im Basislager des Ishinca in Peru schrieb ich 1981 aus purer Langeweile ein zehnteiliges Essay: „Über die Nützlichkeit des Klopapiers im Basislager“. Dave Johnston, Autor des Klassikers „Minus 148 Degrees“, dem zusammen mit Ray Genet und Art Davidson 1967 die erste Winterbesteigung des Denali gelang, schrieb während einer Tour am Mount Foraker in Alaska am sechsten Tag im sturmumtosten

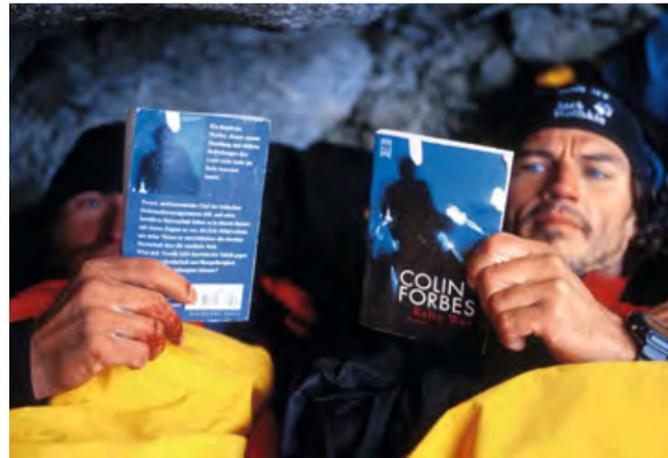


Nach einem traumhaft schönen Aufstieg folgt eine elend lange Nacht: ungemütliches Biwak auf dem Piz Tambo (3279 m)

**„Ich habe begriffen, dass das Bergsteigen die Kraft besitzt, das gesamte Spektrum des Lebens auf eine Spanne von wenigen Tagen oder gar Stunden zu verdichten. ... Ich bin sicher, dass mir das Bergsteigen alles vermitteln kann, was ich als Mensch wissen muss.“**

Steve House

Zelt in sein Tagebuch: „10. März ... o Stunden geklettert. Fünf Seiten an meine Schwiegermutter geschrieben. Bin am Verzweifeln.“ Gerd Heidorn fotografierte Stefan Glowacz und Holger Heuber bei einer Expedition, wie beide im Schlafsack liegend ein zweigeteiltes Buch lesen: Der eine las das Buch von vorn, der andere zuerst die zweite Hälfte des Buches. Dann wurde getauscht.



Wenn die Zeit einfach nicht vergehen will und ein Buch für zwei Leser reichen muss: Stefan Glowacz und Holger Heuber im Expeditionszelt

Foto: Gerd Heidorn

Das Warten am oder auf den Berg kann aber auch wochen- oder sogar monatelang dauern. Jedes Jahr im Herbst warteten wir darauf, endlich zu den ersten Skitouren oder im Frühjahr zu den ersten Eistouren aufbrechen zu können. Jahrzehnte später hat sich das Warten auf die ersten Spuren im unberührten Schnee längst verändert hin zur bängigen Frage, ob wir angesichts der Folgen des Klimawandels den Hochwinter in den Bergen überhaupt noch genießen dürfen oder ob die Skitourensaison erst im Frühjahr beginnt. Es mag auch sein, dass man in seinem Leben inzwischen vielleicht andere Prioritäten gesetzt hat, sodass

das Warten auf eine gute Schneeunterlage nicht mehr so stark von Ungeduld geprägt ist wie früher. Die Zeiten ändern sich und wir uns mit ihnen – da muss jeder durch, der eine früher, der andere später. In den Bergen wird die Zeit zwar durch die Natur mit ihren jahres- und tageszeitlich bedingten Rhythmen vorgegeben, bekommt beim Bergsteigen aber immer eine ganz individuelle Gewichtung, je nachdem, was wir tun und wie erfahren oder trainiert wir sind. Was man früher mit links machte, klappt später vielleicht nur noch mit großer Anstrengung. Man muss wissen, wie es um einen steht und was man sich zutrauen, was man noch „erwarten“ darf oder nicht. Sonst wird die Sehnsucht gefährlich.

Einen wichtigen Aspekt des Wartens beim Klettern erklärt Achim Pasold, Gründer und Chef des Panico-Verlags: „Typisch fürs Klettern ist das Warten beim Sichern am Standplatz. Und bei einer Erstbegehung im eigenen Grenzbereich das Warten darauf, bis man weit genug ist – nicht nur klettertechnisch, sondern vor allem mental.“

In unserer schnelllebigen Welt geht es meist um rasche Bedürfnisbefriedigung, alles muss rasch gehen, man will sofort etwas haben, man trainiert heute in der Halle und klettert bald hohe Schwierigkeitsgrade, für deren Erreichen man früher in den kurzen Sommermonaten oft jahrelang brauchte, weil man in jedem Frühjahr erneut ganz von vorn begann. Warten wirkt heute fast schon antiquiert. Dabei zählt die Kunst des Wartens zweifelsohne zu den größten Tugenden des Bergsteigers.

Im Gespräch mit dem Bergführer Gerd Kohl aus Konstanz brachte dieser das Thema rasch auf den Punkt: „Warten gehört zum alpinen

Bergsteigen dazu wie Rucksack, Seil und Pickel. Wir warten auf gute Verhältnisse, auf das richtige Wetter, auf den Sonnenaufgang im Biwak, auf den Nachsteiger am Standplatz. Wenn die Tour zum beglückenden und erfüllten Erlebnis wurde, dann hat sich das oft ungeduldige Warten gelohnt und spielt danach in der Erinnerung kaum noch eine Rolle. Es gibt aber auch das andere, das quälende und angstvolle Warten, das man manchmal ein Leben lang nicht vergisst. Dazu gehört das Warten im Gewitter kurz unter dem Gipfel, wenn man an den exponierten Standplatz gefesselt ist, jeden Blitz als Stromschlag zu spüren bekommt und man das aushalten muss, weil es keine Fluchtmöglichkeit gibt. Schier unendlich wirkt auch das Warten im Biwak, wenn in der Nacht überraschend ein Wettersturz kommt und der Schneesturm ein Weiterkommen unmöglich macht. Übersteht man solche Situationen, dann ist man nur noch dankbar und hat gelernt, dass Geduld und Demut die Wesenselemente des Wartens sind. Diese Erkenntnis kann – über das Bergsteigen hinaus – zu einer Schule fürs Leben werden.“



**Gaby Funk** (59) ist seit ihrem 16. Lebensjahr begeisterte Allround-Bergsteigerin, war weltweit unterwegs und arbeitet als freie Berg- und Reisejournalistin, Autorin und Übersetzerin. Sie lebt in Oy-Mittelberg im Allgäu.

**„Wenn man jung ist, zieht man die Handlung der Betrachtung vor, und so schön eine Landschaft sein mag, man schaut sie vor allem der Kletterei wegen an, die sie bietet. Im Lauf der Jahre ändert man sich, dann rastet man auch gern und nimmt Dinge wirklich wahr, die man davor hastig überflogen hat.“**

Riccardo Cassin

# ENTDECKE EIN NEUES DRAUSSEN.



**FRILUFTS**  
TAKE THE LONG WAY



MIT DER NEUEN MARKE FRILUFTS JETZT IN DIE SAISON STARTEN. EXKLUSIV IN DER GLOBETROTTER FILIALE MÜNCHEN!

Globetrotter Ausrüstung GmbH  
Isartorplatz 8-10 . 80331 München

## Globetrotter

Träume leben.