



MALTE ROEPER

111 GRÜNDE, KLETTERN ZU GEHEN

SCHWARZKOPF & SCHWARZKOPF

MALTE ROEPER

111 GRÜNDE,
KLETTERN
ZU GEHEN

SCHWARZKOPF & SCHWARZKOPF

INHALT



EINSTIEG 7

1. DAS DROLLIGE DUTZEND

Die zwölf schönsten Motive für ein nutzloses Tun 9

Weil es glücklich macht – Weil wir am Fels Freunde finden – Weil es gesund ist – Weil es schön macht – Weil wir uns gegenseitig sichern – Weil es fast keine Regeln gibt – Weil wir dabei draußen sind – Weil Klettern auch drinnen schön ist – Weil es männlich ist – Weil es weiblich ist – Weil wir lernen, mit wenig zufrieden zu sein – Weil Kletterstars keine Bodyguards haben

2. ES GIBT VIEL ZU TUN!

Betätigungsformen des Homo Verticalis 29

Weil es Freiklettern gibt – Weil es Bouldern gibt – Weil es Eisklettern gibt – Weil es Erstbegehungen gibt – Weil es technisches Klettern gibt – Weil es Mixed-Klettern gibt – Weil es Dry-Tooling gibt – Weil es Speedklettern gibt – Weil es Nordwände gibt – Weil es Winteralpinismus gibt – Weil es Expeditionen gibt – Weil es Skitouren gibt – Weil es Trainingskeller gibt – Weil es Wettkämpfe gibt – Weil man beim Klettern biwakiert – Weil es bizarre Jobs gibt – Weil es Slacklinen gibt – Weil es Brückenspringen gibt

3. FELS IST NICHT GLEICH FELS

Die verschiedenen Gesteine 61

Weil Fels etwas Wunderbares ist – Weil es Kalk gibt – Weil es Granit gibt – Weil es Sandstein gibt – Weil es Bruch gibt – Weil es Wandklettereie gibt – Weil es Risse gibt – Weil es Überhänge gibt – Weil es Eidechsen gibt

4. WIR ZIEHEN AUF ABENTEUER, TEIL 1

Magische Orte 71

Weil es den Elbsandstein gibt – Weil es das Frankenjura gibt – Weil es die Pfalz gibt – Weil es die Verdon gibt – Weil es Patagonien gibt – Weil es das Camp 4 gibt – Weil es den Zeltplatz Pierre d’Orthaz gab – Weil es Berghütten gibt – Weil es Biwakschachteln gibt

5. WIR ZIEHEN AUF ABENTEUER, TEIL 2

Legendäre Wände und Routen 85

Weil es Separate Reality gibt – Weil es die Klosterwand gibt – Weil es den Höllenhund-Talweg gibt – Weil es die Dawn Wall gibt – Weil es die Droites-Nordwand gibt – Weil es die Eigernordwand gibt – Weil es die Skiabfahrt durchs Vallee Blanche gibt – Weil es das Matterhorn gibt – Weil es den Cerro Torre gibt – Weil es den Ogre gibt – Weil es die Dru gibt

6. ALPINE KULTUR

Bücher und Filme 135

Weil es Reinhard Karl gab – Weil es den Panico-Verlag gibt – Weil es Bücher von Greg Child gibt – Weil es »First Ascent« gibt – Weil es »Valley Uprising« gibt – Weil es »La Dura Dura« gibt – Weil es Bergfilmfestivals gibt

7. ORGANISIERTE ZUSAMMENROTTUNGEN DES HOMO VERTICALIS

Vereine und so 153

Weil es die IG Klettern gibt – Weil es die Bergwacht gibt – Weil es den Alpenverein gibt – Weil es Bergführer gibt – Weil es die »Berggeister« gibt – Weil es die »Liebesnadle« gibt

8. ALL DAS SCHÖNE SPIELZEUG

Was wir brauchen, um hoch zu kommen 161

Weil es Seile gibt – Weil es Karabiner gibt – Weil es Haken gibt – Weil es Bohrhaken gibt – Weil es Klemmkeile gibt – Weil es Friends gibt – Weil es Eisbeile gibt – Weil es Steigeisen gibt – Weil es Eisschrauben gibt – Weil es Rucksäcke gibt – Weil es Schlafsäcke gibt – Weil es Portaledges gibt – Weil es Cliffhanger gibt

9. EINE HEERSCHAR COOLER CHARAKTERE

Unsere Idole 177

Weil es Anderl Heckmair gab – Weil es Patrick Berhault gab – Weil es Jean-Marc Boivin gab – Weil es Patrick Edlinger gab – Weil es Wolfgang Güllich gab – Weil es Kurt Albert gab – Weil es Bernd Arnold gibt – Weil es Dean Potter gab – Weil es Lynn Hill gibt – Weil es Steph Davis gibt – Weil es Pit Schubert gibt – Weil es Gerlinde Kaltenbrunner gibt – Weil es Alix von Melle gibt – Weil es Heinz Mariacher gibt – Weil es Robert Jasper gibt – Weil es die Huberbuam gibt – Weil es Chris Sharma gibt – Weil es Adam Ondra gibt – Weil es Dörte Pietron gibt – Weil es Yvon Chouinard gibt – Weil es Chongo Chuck gibt

10. HÖHEN UND UNTIEFEN

Philosophisches zum Thema Klettern 225

Weil wir lernen, was Freiheit ist – Weil wir Kletterer die Alten noch ehren – Weil Klettern die »Reise des Helden« abbildet – Weil der wahre Gipfel immer die Kneipe ist – Weil es ein schöner Tod sein kann

AUSSTIEG 237

EINSTIEG

»Ein Abenteuer ist es erst, wenn etwas schiefgeht.«

Yvon Chouinard

Der Einstieg einer Klettertour ist, na gut, das kann jetzt nicht überraschen, der Punkt, an dem sie losgeht. Du (alle duzen sich am Fels oder in der Halle) legst die Hände an den Fels, setzt den Fuß auf den ersten Tritt – und sobald du den zweiten Fuß vom Boden weg hast, hebst du ab. Mental. Emotional. Überhaupt. *Vom Ding her*, wie man in Tirol sagt, wenn man keine Lust hat, genau zu werden. Du wechselst augenblicklich in einen Zustand von Konzentration und Körperbewusstsein, Anspannung im Sinne von totaler Fokussierung, Entspannung im Sinne von Hier und Jetzt, dass es schwer fällt, es in Worte zu fassen, auch wenn man das beruflich macht. Nicht klettern, sondern Dinge in Worte fassen – das ist das, was ich beruflich mache. Und präzise in Worte fassen, beschreiben, was klettern mit einem macht, hm, das geht nicht.

Es ist ein Flowzustand, der wie eine Droge ist, so *vom Ding her*. In den Siebzigern nannte man das auch *Natural High*. Hat seine Nebenwirkungen, ist aber sehr gesund. Klettern macht glücklich, Klettern verändert einen. Als man mir vorschlug, ein Buch mit 111 Gründen fürs Klettern zu schreiben, lehnte ich zunächst entgeistert ab. So sehr ich Klettern liebe, aber *111* Gründe??? So viele würden mir nun auch wieder nicht einfallen. Jetzt, wo ich fertig bin, wüsste ich sogar noch ein paar mehr. Im Grunde ist jeder Tag, den du am Fels verbringst oder in der Halle, in der Wand oder in einem Boulderkeller ein Grund mehr, dass man es macht und dass man nie damit aufhört.

Ist aber wurscht jetzt. Du hast das Vorwort gelesen, jetzt bist du eingestiegen. Am Ausstieg ist dann Schluss, klar. Nein, Quatsch. Nach dem Ausstieg kommt die nächste Tour! Oder wie Sepp Herberger sagte: Nach dem Spiel ist vor dem Spiel.

Viel Spaß am Fels!

Malte Roeper

1. KAPITEL

DAS DROLLIGE DUTZEND

DIE ZWÖLF SCHÖNSTEN MOTIVE
FÜR EIN NUTZLOSES TUN



1. GRUND



Weil es glücklich macht

Klettern bringt dich in Kontakt mit großartigen Menschen. Klingt bescheuert und nach Eigenlob: Ich rede schließlich über meinesgleichen.

Aber: Ich klettere seit über vierzig Jahren – es gab Phasen, da bedeutete es mir alles, es gab Phasen, als ich dachte, ich gebe es auf: weil ich keine Zeit fand, weil ich unzufrieden damit war, dass ich nicht mehr so stark bin wie früher. Und es gab Phasen, da war es mir wurscht, da bedeutete es mir nicht mehr viel. Aber der wichtigste, beste und schönste Grund, warum ich letztendlich immer wieder zurück an die Felsen ging und gehe, das sind die Menschen, die man dort trifft. Kletterer sind bereit, Energie und Ehrgeiz auf ein Ziel zu verwenden, für das sich oft kein Schwein interessiert und für das sie keine Medaille bekommen. So etwas verbindet enorm. Klettern erlebt zwar einen Zulauf, den man sich nie hätte träumen lassen, aber am Ende des Tages ist es eine Minderheitensportart. Das wird sich nicht wirklich ändern und das ist gut so: Wir sind eine kleine vertikale Minderheit. Kletterer gehören zusammen. So ziemlich der wichtigste Faktor zum Glücklichein sind unsere sozialen Beziehungen, und Vollidioten trifft man am Fels einfach nur wenige. Das gilt genau wie die allermeisten Punkte in diesem Buch auch fürs Bergsteigen. Die Grenzen zwischen Klettern und Bergsteigen sind fließend, was für das eine gilt, gilt oft auch für das andere. Und glücklich macht beides.

Nächster ganz wichtiger Punkt: Klettern bringt dich an wunderschöne Orte, die du sonst nie kennenlernen würdest. Orte wie die Verdonschlucht in Südfrankreich (siehe Grund 43) oder das

Bärenbrunnertal in der Pfalz lernst du sonst einfach nicht kennen. Und dann bist du dort und sagst nicht nur, hach, hier ist die Aussicht aber wirklich *ganz* toll. Sondern du setzt dich mit der Natur, mit den Elementen auseinander – mit allem, was du hast, was du bist, was dich ausmacht: mit deiner Kraft, Geschicklichkeit, Mut, Ausdauer, Vorsicht, Verantwortungsbewusstsein. Du hast etwas mit diesen Plätzen zu tun, du entwickelst deine Geschichte mit ihnen. Gewinnst ein Stückchen Heimat an jedem Felsen, den du regelmäßig besuchst.

Sport ist eigentlich immer eine Form von Spiel. Und es gibt die ziemlich einleuchtende Theorie, nach der der Mensch erst im Spiel zum Menschen wird. Spielen ist Lebensfreude, im Spiel werden wir wieder zum Kind oder halten das in uns lebendig, was noch Kind ist. Ein Aspekt, den all die armseligen Deppen nicht auf dem Zettel haben, die Sport nur deswegen treiben, weil sie abnehmen wollen. Einem Ball hinterher rennen, das ist ein Impuls. Irgendwo hinauf klettern ist ein genauso grundlegender, natürlicher, spielerischer Impuls. Als Kinder sind wir auf Bäume geklettert, um unsere Geschicklichkeit zu testen, unseren Mut und die drängende Frage zu beantworten: Was sieht man, wen man oben ist? Beim Klettern wie bei anderen Sportarten sind wir also wieder ein bisschen Kind, allein das wäre schön genug. Aber wir müssen gleichzeitig verdammt erwachsen sein: Wir müssen einander ja sichern, sonst kann der Spaß tödlich enden. Die Verantwortung für einander schweißt zusammen, lässt ein begründetes Gefühl von Gemeinschaft entstehen, die wir heute überall so sehr vermissen.

Klettern ist vom subjektiven Erleben her intensiver als alle anderen Sportarten, die ich probiert habe – und das sind nicht wenige. Wenn wir vor einer schwierigen Stelle erst grübeln, wie in aller Welt sie gehen könnte, vergessen wir alles um uns herum. Wenn wir dann probieren, den nächsten Griff zu erreichen, sind wir so versunken, so sehr in einer Einheit von Körper und Geist, dass wir in diesem Moment an diesem Meter Fels sind, HIER und verflucht

noch mal JETZT und nirgendwo anders. Und das ist etwas Wunderbares. Du kennst das Gefühl völliger Versunkenheit, wenn du etwas bastelst, ein gutes Buch liest, im Garten werkelst, einem Baby die Flasche gibst? Genauso wirst du in den Kletterzügen versinken, du wirst es mit großartigen Menschen an wunderschönen Orten tun und von jedem Tag draußen am Fels wirst du mit derselben Erfahrung heimkehren: Das Leben ist wunderschön.

2. GRUND



Weil wir am Fels Freunde finden

*»Ein Freund, ein guter Freund,
das ist das Beste, was es gibt auf der Welt.«
Binsenweisheit*

Seine Verwandtschaft kann man sich bekanntlich nicht aussuchen, und ob man sich seine Leidenschaften aussuchen, über seine Ziele wirklich frei verfügen kann, das ist eine tiefschürfende Frage, über sie sich die Hirnforscher, Psychologen und Philosophen die gelehrten Köpfe zerbrechen. Ist auch eine interessante Frage, allein sie gehört nicht hierher, also: Zurück zum Sport. Am Fels werden Freundschaften geschlossen, oft fürs ganze Leben. Seine Freunde kann man sich aussuchen, Freundschaft ist freiwillig und das macht sie so wertvoll. Je ungewöhnlicher das ist, was dich mit deinem/r Freund/Freundin verbindet, desto stärker schweißt es euch zusammen. Du wohnst in München und bist Fan des FC Bayern? Das verbindet dich theoretisch mit jedem zweiten, praktisch mit niemandem – dafür seid ihr einfach zu viele. Du wohnst in München

und bist Fan von, sagen wir, Werder Bremen – dann verbindet dich das mit wenigen, aber dafür ein bisschen doller. Und da Klettern sich oft zu einer Leidenschaft ausweitet, die einen mit Haut und Haaren auffrisst, verbindet es natürlich noch stärker.

Freundschaft hat auch viel mit Geschmack zu tun. Wer Heavy Metal hört, will keine Freunde, die Helene Fischer auf dem iPod haben. Wer Grün wählt, hat normalerweise keine Freunde aus der AfD. Am Fels und erst recht in den großen Wänden, also: am Berg herrscht ein Miteinander, bei dem Geschmack unwichtig ist. Oft werdet ihr eher Kameraden sein als Freunde. *Kameradschaft*, das verbindet in Deutschland fatalerweise viele mit dem rechten Gesocks, das diesen edlen Begriff für sich reklamiert. Hat mit rechts jedoch nichts, aber auch gar nichts zu tun. Das englische Wort für Kamerad ist *comrade*, das spanische *compañero* – beide bezeichnen den sozialistischen Begriff *Genosse*. Kameradschaft ist etwas großartiges, und wir tun diesem Land keinen Gefallen, indem wir vor dem Nazipack zurückweichen, weil wir ihnen solche wertvollen Begriffe überlassen. Bei Kameradschaft geht es nicht um Geschmack (einer meiner besten Bergkameraden hatte einen Lady-Diana-Gedenkteller an der Wand hängen, unwichtig – wir waren einfach Kameraden und sind es noch immer), es geht darum, ob man bereit ist, dem anderen beim Hüttenaufstieg ohne viele Worte Gewicht abzunehmen, weil er sich nicht gut fühlt, es geht darum, mit dem anderen den letzten *Powerbar* zu teilen – oder dem anderen den Vorstieg in der schönsten Seillänge der Tour zu überlassen – weil man sich selbst gerade nicht topfit fühlt und weiß, dass der andere das jetzt einfach schneller kann. Kameradschaft heißt, dass du auch dann mit deinem Kumpel in die Kletterhalle gehst, wenn du selber verletzt bist. Denn sonst hat er niemanden, der ihn sichert. Kameradschaft ist einfach Brüderlichkeit. Es gab ein paar wundervolle Fälle von Kameradschaft, als die innerdeutsche Grenze sich schloss. Ostkletterer zog es in den Westen, zum Teil aus völlig unpolitischen Motiven: sie wollten in die Dolomiten, die

Politik war größtenteils völlig wurscht. In vielen Fällen half man einander bei der gefährlichen Flucht, fuhr mit speziell präparierten Fahrzeugen in die Tschechoslowakei, baute den Mann oder die Frau ins Versteck ein und riskierte an der Grenze eine Zuchthausstrafe. Klingt kitschig, war aber wirklich so.

Diese Form von Freundschaft hat in unserem Alltag wenig Platz, weil sie damit zusammenhängt, in einer rauen Außenwelt zusammenzuhalten. Auf Dauer sind Freundschaften sicherlich wärmender und wichtiger, und je mehr die traditionellen familiären Strukturen sich auflösen und wir zu einer Wirtschaft von Singlehaushalten werden, desto wertvoller sind die Freunde, die wir gewinnen.

3. GRUND



Weil es gesund ist

Sport ist gesund, was für eine Binsenwahrheit. Stimmt aber natürlich trotzdem. Heute ist er gesünder als je zuvor, weil er Bewegung bedeutet, die uns an den Bildschirmarbeitsplätzen verloren geht. Sport ist gesund für die Seele, weil wir unseren Körper spüren, in ihm zuhause sind und mit allen Sinnen agieren. Entfernungen und Richtungen schnell und korrekt einzuschätzen, fordert zum Beispiel das Gehör. In unserem digitalen Alltag dagegen stehen permanent die Augen im Mittelpunkt, weil wir dauernd auf alle möglichen Screens und Displays starren.

Klettern im Speziellen unterscheidet sich als Bewegung von allen anderen Sportarten. Wenn wir uns in der Senkrechten bewegen, hängt unser Gewicht zum Teil an den Armen, was schon mal eine

wundervolle Entlastung für die Wirbelsäule bedeutet. Normalerweise wird die Wirbelsäule, außer wenn wir liegen, tagein, tagaus vom Eigengewicht des Oberkörpers zusammengesoben. Eine gängige Methode zur Linderung akuter Rückenschmerzen ist es daher, sich mit den Händen an eine Stange oder einen Treppenabsatz zu hängen, so dass das Körpergewicht die Wirbelsäule schonend auseinanderzieht. Beim Klettern hängen wir nun nicht mit voller Last an den Armen – dann ginge uns schnell die Kraft aus, weswegen es als schlechte Technik gilt, zu sehr an den Armen zu hängen. Aber von einem Teil unseres Gewichtes ist die Wirbelsäule entlastet und dafür ist sie dankbar.

Noch wesentlicher ist die langsame, kontrollierte Bewegung des gesamten Körpers von Kopf bis Zeh: wir stehen in der Senkrechten, die Füße auf zwei Tritten, die Händen an zwei Griffen – eine Hand greift höher, das heißt, sie lässt ihren Griff erst mal los. Jetzt muss sich der gesamte Körper sich kurzzeitig ohne diesen Haltepunkt stabilisieren. Schultergürtel, Arme, Brust- und Rückenmuskulatur, Becken, Knie, Knöchel verlagern das Gewicht auf die verbleibenden Haltepunkte. Allein schon, wenn wir etwa den Kopf zur Seite drehen, um dort nach Griffen zu schauen, verlagern wir damit das Gewicht. All das geschieht unbewusst. Die Bewegungen selbst können wir langsam, ruhig und gezielt ausführen – und damit so präzise, dass die Präzision für sich allein schon Freude macht. Ähnlich wie beim Yoga oder beim Schattenboxen (nur dass es mehr Freude macht). In den meisten anderen Sportarten müssen wir auf etwas Dynamisches reagieren, auf einen Ball oder den Gegner, den Mitspieler. Nicht dass das irgendwie blöd wäre, es geht mir darum, den Unterschied herauszuarbeiten. Beim Klettern reagieren wir auf etwas Statisches: den Fels. Griffe und Tritte rühren sich nicht vom Fleck. Wir müssen uns eine Bewegung ausdenken, mit der wir die sich anbietenden Haltepunkte zu einem Kletterzug verbinden. Schnell klettern ist dann essentiell, wenn es sehr schwierig wird und wir Kraft sparen müssen: damit wir uns an den schlechten Griffen

nicht so lange festhalten müssen. In leichteren Routen ist die Geschwindigkeit völlig egal. Das hat den sehr nebensächlichen Vorteil, dass wir – sofern noch irgendjemand Nüchternes zum Sichern dabei ist – leichtere Routen ohne weiteres betrunken klettern können: die verringerte Präzision gleichen wir aus, indem wir uns langsamer bewegen. Betrunken klettern macht aber keinen besonderen Spaß, da in der Präzision der Bewegung gerade eine große Freude liegt.

Worum ging es? Ach ja – warum klettern so gesund ist. Klettern fördert Beweglichkeit und Muskelaufbau des gesamten Oberkörpers: Bauch-, Brust- und Rückenmuskulatur, Schultergürtel, Arme und vor allem: die Unterarme. An den Unterarmen erkennen wir Kletterer einander wie an einer geheimen Tätowierung. Besonders viel Kraft entwickeln wir Kletterer in den Fingern, mit denen wir uns festhalten. Die entsprechenden Muskeln, die Fingerbeuger sitzen am Unterarm, und wenn du sehr viel kletterst, sehen deine Unterarme bald so schön keulenförmig aus wie bei Popeye.

Die Beine trainiert man auch – allerdings weniger, wenn man ausschließlich in der Halle klettert. Sobald man draußen ist, trainiert man auch ordentlich die Beine: denn sie tragen den Rucksack zum Einstieg – und den schick trainierten Oberkörper noch dazu.

4. GRUND



Weil es schön macht

Jeder Laie erkennt intuitiv den Unterschied zwischen den massiven Körpern von Bodybuildern und Schwergewichtsboxern. Der Körper eines Bodybuilders ist zu nichts gut, er ist nur eine durch und durch dysfunktionale Masse Fleisch. Weil er nicht beweglich ist und

nichts kann außer Gewichte stemmen. Aber ein Sportler ist zuallererst beweglich, er übt die Bewegungen aus, die für seine Disziplin typisch sind. Aus der Wiederholung dieser Bewegungen resultiert ein entsprechender Muskelaufbau. Der klassische Fußballer hatte so übertrainierte Oberschenkel, dass er O-Beine bekam – bestes Beispiel war Gerd Müller, genannt der Bomber der Nation. Heute ist das ein bisschen anders: dank moderner Trainingslehre und dem zeitgenössischen Narzissmus haben heutige Fußballer gleichmäßig austrainierte Körper. Wer einen Sport betreibt, der den Oberkörper so vielseitig fordert wie Klettern, der bekommt einen schöneren Körper. Auch hier spielt die moderne Trainingslehre eine wichtige Rolle. Grundsätzlich wird die Rückenmuskulatur deutlich stärker trainiert als die Vorderseite, und früher kam es häufig vor, dass die wirklich starken Kletterer mit einem ziemlichen Rundrücken á la Gorilla daherkamen, weil der natürliche Muskeltonus den Rücken zusammenzog und vorn wenig Muskeln waren. Das ist passé, weil man heute darauf achtet, zu jedem Muskel den Gegenspieler zu trainieren – so wird der Muskel nämlich stärker. Und überhaupt steht heute beim Krafttraining fürs Klettern der ausbalancierte Körper im Vordergrund, Körperspannung und intramuskuläre Koordination bringen einfach mehr als nur ein dicker Bizeps. Grundsätzlich braucht man eine gute Portion Kraft, aber es ist keine absolute Kraft, wie sie etwa beim Kugelstoßen erforderlich ist, um ein bestimmtes Gewicht möglichst weit zu stoßen. Sondern relative Kraft, also Kraft in Relation zum Körpergewicht, ähnlich einem Hochspringer.

Wenn du extrem schwer kletterst und für eine Route an deinem absoluten Limit ein Kilo runterhungerst, bringt dir das kurzfristig einen solchen Schub, dass du ihn mit Training kaum erreichen kannst. Und es gab Zeiten, da haben Kletterer sich so weit runtergehungert, dass man für die Wettkämpfe einen Body-Mass-Index einführte, weil da Athleten und Athletinnen an den Start gingen, die waren eindeutig magersüchtig. Das ist aber vorbei, und wenn man sich auf einem Weltcup die Topleute anschaut, dann haben

die natürlich auch kein Gramm zuviel. Aber kein Starter und keine Starterin wirkt ungesund mager. Die Hungerexzesse der Topleute waren eine Mode, die nach wenigen Jahren vorüber ging. Freiklettern als Hochleistungssport ist eben noch relativ jung. Für normales und auch einigermaßen engagiertes Klettern braucht niemand zu hungern.

Die komplexe muskuläre Belastung, die fast sämtliche Muskelgruppen oberhalb der Hüfte trainiert, bildet einen beweglichen, schlanken und gleichzeitig kräftigen Körper aus. Kletterer und die meisten anderen Leute, die viel draußen sind, haben ein bestimmtes Leuchten, ein Glänzen in den Augen. Das kommt einfach vom draußen sein, basta. Und außerdem wird man braun, wenn man viel draußen ist. Ein paar Falten können allerdings frühzeitig dazukommen – Lachfalten.

5. GRUND



Weil wir uns gegenseitig sichern

Klettern funktioniert im Wesentlichen nur zu zweit. Einer klettert und ist durch das Seil mit dem anderen verbunden, dem Sichernden. Der Sichernde führt das Seil durch eine Art Bremse, wobei viele verschiedene Arten dieser Bremsen und Techniken existieren. Falls der Kletternde stürzt, muss der Sichernde das Seil mittels dieser Bremse blockieren – grundsätzlich ist das sehr unkompliziert; um wirklich gut zu sichern, braucht man aber Jahre. Dann weißt du nicht nur, wann du hart sichern musst (kein Seil durchlassen) und wann weich (einige Meter durchrutschen lassen), sondern du kannst es auch. Beim Sichern übernehmen wir die ultimative Ver-

antwortung für einen anderen Menschen. Wenn wir Mist bauen, kann der andere sich schwer verletzen oder sterben. Wir legen unser Leben in die Hand eines anderen – und dort ist es gut aufgehoben. Es ist völlig alltäglich, einander zu sichern. Es ist sogar alltäglich, von Kollegen gesichert zu werden, die man überhaupt nicht kennt. Dieses gegenseitige Vertrauen ist etwas ganz Besonderes, und das wirst du in dieser Form kaum woanders finden. Du musst bereit sein, diese Verantwortung zu übernehmen – und du musst genauso bereit sein, dich dem anderen anzuvertrauen. Sonst bleibst du am Boden. Beim Bouldern benutzt man kein Seil, denn man klettert in so geringer Höhe, dass man auf den Boden fallen kann, ohne sich zu verletzen. Dabei jedoch ist es verdammt hilfreich, wenn jemand unter dir steht und dich mit den Händen etwas bremst, sodass du nicht auf den Rücken fällst. Spotten nennt man das (kommt aus dem Englischen), und es ist oft genauso wichtig wie das Sichern beim richtigen Klettern. Auch hier kommt der Faktor dazu, sich einander anzuvertrauen. Man ist beim Klettern in gewisser Weise immer von seinem Partner abhängig – und das ist großartig. Die Werbung will uns beibringen, unser größtes Glück liege darin, von allen anderen Menschen unabhängig zu sein. Das ist Bullshit. Nur wenn wir uns auf eine gewisse Abhängigkeit von anderen einlassen, leben wir in einer sozialen Beziehung zu ihnen.

Vertrauen geben auf der einen, Verantwortung übernehmen auf der anderen Seite, das sind ganz elementare soziale Kompetenzen. Schulabbrechern, Fußballprofis, Managern und anderen Problemgruppen versucht man so etwas in Teamtrainings beizubringen. Beim Klettern lernt man es nebenher.



Weil es fast keine Regeln gibt

Wenn du Deutscher Meister im, sagen wir, 800-Meter-Lauf werden willst, musst du dich über Kreis- und Landesebene erst einmal qualifizieren und die Vorläufe überstehen. Wenn du eine Erstbegehung an der Eigernordwand machen willst, gehst du mit deiner Ausrüstung zum Wandfuß und steigst ein. Fertig. Es gibt keinen Trainer, es gibt keine Startberechtigung, es gibt keine Dopingkontrolle, wenn du den Gipfel erreichst, es gibt nichts Offizielles, gar nichts. Die real existierenden Gefahren sind offensichtlich genug, dass es nur wenige probieren. Du kannst auch als Neuling eine Freikletterroute von Alexander Huber technisch klettern, da hat niemand was dagegen. Und wenn doch jemand mault, ist es auch egal.

Es gibt Ansichten, was guter Stil und was nicht. Es gilt als völlig okay, wenn du dich im Klettergarten erst einmal von oben über die geplante Linie abseilst und die Haken setzt, bevor du es probierst. Gibt auch Leute, die regen sich drüber auf, aber: sollen sie. Im Gebirge dagegen gilt nur als okay, eine Erstbegehung ohne vorherige Inspektion von oben anzugehen. Manche machen es trotzdem. In Südeuropa gilt es als nicht weiter schlimm, bei einer Erstbegehung im Klettergarten einen Griff mit dem Meißel zu vergrößern, damit er besser und die Tour einfacher wird. Wenn du das im deutschen Sprachraum machst, kannst du damit Reaktionen auslösen, die erinnern an die Folgen der Mohammed-Karikaturen. Aber natürlich nur verbal, keiner wird erschossen, und es nimmt dir auch keiner die Startberechtigung für die nächste Erstbegehung weg.

Es gibt natürlich Regeln im Sinne einer sportlichen Definition. Wenn du sagst, du hast etwas frei geklettert, dann musst du es so ge-

klettert haben, wie es die Definition besagt, sonst bist du ein Lügner. Aber auch hier gibt es keine Kommission, es gibt keine Zeitlupe, keine Dopingprobe, nichts. In den Bergen und an den Felsen leben wir frei von Herrschaft. Das einzige Gesetz, das wirklich gilt – ist das der Schwerkraft.

7. GRUND



Weil wir dabei draußen sind

Draußen sein wird heute oft missverstanden als angenehme Abwechslung. Das ist ein LÄCHERLICH falscher Gedanke: Draußen sein ist ein Grundbedürfnis wie Essen und Trinken. Der Mensch war seine ganze Existenz hindurch eigentlich immer draußen, und wem das zu hart war, der brach nicht den Urlaub ab, sondern starb. Ein »Drinnen« steht erst seit wenigen tausend Jahren überhaupt zur Verfügung. Wir sind grundsätzlich alle draußen zu Hause und nicht in der Stadt, auch wenn wir es anders gewohnt sind. Nehmen wir nur das Beispiel, wie viel Geborgenheit und Wohlgefühl wir an einem offenen Feuer empfinden. Saßen unsere Vorfahren am Feuer, hatten sie für eine Weile Feierabend vom Vollzeit-Survival. Feuer besaß für sie, die kein Schuhwerk und keine wetterfeste Kleidung hatten, einen Stellenwert, den wir heute schlicht nicht mehr ermes- sen können. Die Sippe saß zusammen am Feuer, denn wir können davon ausgehen, dass alle etwas haben wollten, wenn gegrillt oder gekocht wurde oder man Knollen in der Glut liegen hatte. Somit bedeutete Feuer außer Wärme und Sicherheit auch Gemeinschaft und Essen. Das alles hatte man, wenn man am Feuer saß. Anders ausgedrückt: Alles prima. Und dass wir intuitiv eben doch viel en-

ger mit den Elementen verbunden sind, dass merken wir an diesem in seinem Ausmaß scheinbar unbegründeten Hochgefühl, wenn wir uns an einem Feuer wärmen.

Für genau so ein Leben ist ein Neugeborenes ausgestattet, das ist, was sein Körper, seine Sinne und Instinkte erwarten. Aber die Dinge haben sich geändert, und zwar verdammt schnell. Linke und rechte Schuhe zum Beispiel gibt's erst seit dem Mittelalter. Vorher hielt das niemand für notwendig. Die Französische Revolution und die Formulierung der Menschenrechte, ohne die wir uns weder unsere westlichen Demokratien noch unser Weltbild an sich vorzustellen vermögen, liegt rund 220 Jahre zurück, das sind lächerliche acht Generationen.

Die Geschwindigkeit, in welcher der Mensch seinen Alltag verändert, überfordert sein Anpassungsvermögen bei Weitem. Unsere moderne hochtechnisierte Welt hat freilich einen Haufen Vorteile – Penicillin zum Beispiel, iPods oder dass die Menschenrechte, von denen schon die Rede war, mittlerweile für alle Hautfarben gelten. Aber zu Hause sind wir nicht in ihr, zu Hause sind wir im Grunde alle in der Steinzeit, also draußen.

Und Klettern bringt uns raus. Raus aus den Städten, Häusern, Autos.