

10 FRAGEN AN...

... Helga Hengge, Journalistin, Autorin und Bergsteigerin, die als erste deutsche Frau erfolgreich den Mount Everest bestieg



1. Was hattest du für Gedanken/Gefühle als du auf dem Gipfel angekommen bist?

Im ersten Moment konnte ich es gar nicht glauben, es war ein unbeschreibliches Glücksgefühl auf dem Gipfel dieses Berges zu stehen, zu dem wir so lange hinaufgeschaut hatten. Ich war sehr dankbar und unendlich glücklich.

2. Kanntest du dein Team schon lange?

Ich hatte Russell (unseren Expeditionsleiter), zwei von den Sherpas und Lacchu (unseren Küchenchef) auf einer anderen Expedition kennengelernt. Damals dachte mir, wenn ich jemals auf den Everest steigen würde, dann mit Russell, Lacchu und den Sherpas. Die anderen Teammitglieder habe ich erst auf der Anreise zum Berg kennengelernt.

3. Würdest du die Tour nochmal machen?

Ja. Ich denke aber, dass man die Götter nicht zweimal um ein solches Glück bitten darf. Doch immer, wenn Frühjahr kommt und gefühlt alle zum Mount Everest gehen, wäre ich auch so gerne dabei.

4. Gab es Stellen, an denen du Angst hattest?

Ja, es gab eine steile Eiswand, an der man sich abseilen musste – über 30 Meter. Einmal, gerade als ich den Abseilachter durch das Seil fädeln wollte, kam ein Windstoß und hat mich nach vorne geworfen, da ist mir das Abseilgerät aus der Hand gerutscht und hinabgestürzt. Es gibt einen Knoten, den man in so einer Situation mit dem Seil und seinem Karabiner machen kann, aber wie ich das Seil auch gebunden habe, er ist mir nicht gelungen. Da plötzlich kam Ivan aus Ecuador, ein Bergsteiger aus unserem Nachbarsteam, aus der Eiswand heraufgeklettert. Er hat mir den Knoten erklärt und mich ihn 10mal mit geschlossenen Augen üben lassen, bevor er mich hat gehen lassen. Den Knoten werde ich nie mehr vergessen

5. Wie kamst du auf die Idee die Expedition zu machen?

Meine Großeltern haben mir vom Mount Everest erzählt. Sie waren dort auf einer Trekkingtour und haben uns die Bilder gezeigt. Da war ich sieben Jahre alt. Damals hat meine Großmutter erzählt, dass auf dem Gipfel eine Göttin wohnt und ich dachte mir, wenn ich mal groß bin, dann steige ich da hinauf und schaue nach.

6. Hattest Du emotionale/ physische Grenzgänge?

Ich habe in den ersten Wochen oft mit der Höhe und der dünnen Luft gekämpft, hatte Kopfschmerzen, Übelkeit und auch richtig schlechte Tage am Berg, an denen ich beim Aufstieg weit hinter die anderen in meinem Team zurückgefallen bin. Manchmal habe ich die Kraft gefunden, tief in mir, an anderen Tagen musste ich umdrehen oder mir helfen lassen.

7. Gab es Momente, in denen du überlegt hast aufzuhören?

Ja, da gab es schon einige in den zwei Monaten am Berg – Tage, an denen ich keine Lust mehr hatte auf Abenteuer und harte Arbeit am Berg, Tage, an denen es mir zu kalt und viel zu anstrengend war, Tage auch, an denen ich am liebsten nach Hause gefahren wäre, um in eine heiße Badewanne zu sinken und nicht mehr an den Berg zu denken.

8. Was glaubst du denken die Menschen nach deinen Vorträgen?

Sie merken, dass es nicht nur um den Berg geht, sondern darum sich etwas Großes zuzutrauen und über sich selbst hinauszuwachsen, Schritt für Schritt, mit einem starken Team an ihrer Seite.

9. Glaubst Du an Gott?

Ich glaube an keinen bestimmten Gott, ich glaube an etwas Göttliches in der Natur. Mich zieht vor allem der Buddhismus an, weil die Menschen bei dieser Religion ständig in Verbindung mit ihren Göttern sind.

10. Was war das Wichtigste, das Du gelernt hast als Du auf dem Mount Everest warst

Von den Menschen, die am Fuße des Berges leben, den Sherpas und Tibetern in unserem Team, habe ich viel Demut und Respekt gelernt, vor allem gegenüber der Natur. Sie verehren den höchsten Berg der Welt als Muttergöttin und haben sie jeden Morgen um ihren Segen, weiter aufsteigen zu dürfen, gebeten. Die Sherpas und Tibeter haben eine ganz besondere Verbindung mit dem Göttlichen in der Natur. Sie gibt ihnen Kraft und Gelassenheit, auch wenn draußen ein Sturm tobt. Das habe ich sehr bewundert.

Von Nelly und Resi