

# NIE HOCH GENUG

**ALPNER NARZISSMUS** Ein Extrembergsteiger kann vieles sein: Held, Opfer oder Verrückter. Wer grosse Risiken bewusst in Kauf nimmt, hadert oft mit einem psychologischen Problem. Vor allem, wenn jedem Kick noch ein heftigerer folgen muss.

Es gab einmal eine Zeit, in der nur die Stärksten überlebten. Das ist lange her, zumindest in unseren Breitengraden. Dennoch riskieren regelmässig Alpinisten ihr Leben, in einem archaischen Kampf Mann gegen Berg und dabei auch irgendwie gegen den gesunden Menschenverstand. Der Allgäuer Psychologe und Bergsteiger Manfred Ruoss hat das Verhalten Dutzender Extrembergsteiger analysiert und seine eigenen Erfahrungen aus über 30 aktiven Jahren einfließen lassen. In seinem soeben erschienenen Buch «Zwischen Flow und Narzissmus – Die Psychologie des Bergsteigens» kommt er schon im Titel auf den Punkt: Wer systematisch Grenzen überschreitet, hat vielleicht gar keine oder spürt sie nicht.

Der Zwang, um jeden Preis Spitzenleistungen zu erbringen, zieht sich wie ein roter Faden durch die vorgestellten Lebensgeschichten. Doch das erreichte Ziel verblasst bald. Nach einem Aichtausender ist ein Siebentausender nicht mehr interessant. Inne Leere und Unzufriedenheit stellen sich beim geradezu Getriebenen wieder ein. Eine grössere Herausforderung muss her.

## Sich nicht liebenswert fühlen

Narzissmus ist ein wachsendes Gesellschaftsphänomen, insbesondere in der westlichen Hemisphäre, wie Psychologen aus Forschung und Praxis aufzeigen. Dieses besondere Persönlichkeitsprofil wird für individuelles egozentrisches Handeln, bis hin zur globalen Finanzkrise, verant-



wortlich gemacht. So führt es zum Beispiel auch Manfred Ruoss in seinem Buch an. Die meist frühkindliche Erfahrung, nicht zu genügen, nicht liebenswert zu sein, wird durch grossartiges Handeln

überkompensiert, lautet ein gängiger Erklärungsansatz. Leider hält das Gefühl von Grösse nicht lange an, und die negativen Selbstkonzepte kehren zurück. Bergsteigen, sagt Ruoss, eigne sich hervor-

ragend, um Leistungen zu erbringen, welche andere bewundern. Am eigenen Körper spürt man dabei ganz besonders die Entbehrungen, die es brauchte, um diesen Sieg zu erringen – sogar unter todesmuti-

gem Einsatz des Lebens. Manfred Ruoss erbringt die Beweisführung für seine Theorie exemplarisch an den Biografien von zwölf Extrembergsteigern und einer Bergsteigerin. Auch Frauen haben der Gefahr

auf den höchsten Gipfeln und ohne Sauerstoff getrotzt. In der heroischen Männerwelt haben sie jedoch meist einen schweren Stand, denn sie entwerfen die bewiesene «Manneskraft» bedenklich. Frauen sind weiterhin die Ausnahme unter den Extrembergsteigern, jedoch eher, weil sie ein sensiblerer Umgang mit ihrem Körper auszeichnet.

## Improvisiertes Blutdoping

Wozu sogar ein Arzt fähig ist, zeigt sich beispielsweise am Extrembergsteiger Oswald Oelz aus Wald ZH, der 1978 mit einer Expedition den Mount Everest bestieg: «Ich wollte meine Gipfelchancen aufmöbeln und liess einen Liter meines Blutes aus einer grossen Vene in eine Whiskeyflasche tropfen», wird er zitiert. Nach diesem improvisierten Blutdoping unter den primitiven Bedingungen eines hochalpinen Basislagers folgen weitere Beschreibungen, wie Oelz lebensbedrohliche Symptome von Höhenkrankheit übergeht und der Öffentlichkeit am Ende seine erfrorenen Zehen wie Trophäen präsentiert.

Bedenklich wird es, wenn Extrembergsteiger ihre gefährlichen Touren auf Kosten von Seilpartnern, Rettungskräften und Angehörigen durchziehen, was für eine narzisstische Persönlichkeit typisch ist. Erklimmen sie den Gipfel, sind sie Helden. Scheitern sie, umgibt sie ebenso die mystische Aura des Bergtods. Solange individuelle Risiken zu Lasten der Allgemeinheit gesellschaftlich getragen und medial unterstützt werden, dürften sich Extremalpinisten weiterhin bestätigt fühlen. *Gabriele Spiller*

## Zwischen Flow und Narzissmus – Die Psychologie des Bergsteigens.

Manfred Ruoss, Verlag Hans Huber. 282 Seiten, 35.40 Franken.



**BERGTOD** Der ehemalige SAC-Tourenleiter Tobias Humm (Foto) aus Wädenswil spricht über seine Erfahrungen mit alpinen Extremsituationen. Lawinenunglücke, Abstürze und Todesnähe hat er selbst miterlebt. Er hat sich in seiner publizistischen Masterarbeit damit befasst und bloggt über den Bergtod.

**Der Extrembergsteiger Reinhold Messner nannte seine Zunft «Eroberer des Nutzlosen». Was treibt Sie in die Berge?**

*Tobias Humm:* Ich habe spät angefangen, mit 26, und leitete Skitouren beim SAC und für Freunde, die dafür für meine Spesen aufkamen. Ich war wochenlang weg vom Alltag. In den Bergen herrscht eine unbeschreibliche Freiheit. Ich habe euphorische Momente erlebt, vor allem unter der Woche, wenn ich ganz allein war mit dem Fels. Stets arbeitete

## «WER DIE TODESGEFAHR NICHT IN KAUF NIMMT, WIRD NICHT ERNST GENOMMEN»

ich freiberuflich, ging dreimal die Woche oft schon um 2 Uhr nachts los, und konnte um 14 Uhr in meinem Laden stehen. Als ich meine spätere Frau kennen lernte und sie bald schwanger wurde, wusste ich, dass sich diese Lebensphase dem Ende zuneigte.

### War es damals eine Sucht?

Der Begriff Sucht hat immer etwas Abwertendes. Es ist etwas Faszinierendes, ein Gefühl von Glückseligkeit und hat mir auch Sicherheit im Leben gegeben. Die Summe der einschneidenden Erfahrungen hat mich aber nach und nach gebremst. Auch das extreme Leistungsdenken vieler Kollegen war mir zuwider. Ich habe mich mit einem Freund beim Jungfrau-Aufstieg auseinandergeliebt. Ich hatte mein zweites Lungenödem und dachte, jetzt sterbe ich. Aber er nahm mich nicht ernst und drängte immer weiter. Über 20 Jahre später habe ich ihn bei einer Lesung meiner Bergtexte in Amden wieder getroffen. Da erst erkannte er, wie schlecht es mir gegangen war und was er riskiert hatte. Unter den Bergsteigern wurde so ein Machodiskurs geführt, den ich nie geteilt habe. Ich bin auch erst 1978 in den SAC eingetreten, als sie Frauen zugelassen haben. Dann hat sich die militärisch geprägte Sprache langsam geändert.

### Sie schreiben in Ihren Arbeiten vom alpinen Heldenmythos, den der Bergsteiger anstrebt. Wie ist er Ihnen begegnet?

Schon Schiller betrieb in «Wilhelm Tell» eine erste Mystifizierung der Berge. Er lässt den Walthi fragen: «Vater, gibt es ein Land ohne Berge?» Und dieser antwortet sinngemäss: «Ja, mein Sohn, aber auch ohne Freiheit.»

In der Jung'schen Psychologie wird der Heldenmythos durch den Krieger symbolisiert. Das ist eine Phase, die man in der Adoleszenz durchleben sollte, so wie es Naturvölker noch zelebrieren. Aber Extrembergsteiger finden nicht aus dieser Phase heraus. Früher waren extreme Bergsteiger oft Soldaten. So wurde der französische Alpenclub 1874 explizit gegründet, um nach dem verlorenen Krieg die Revanche gegen Deutschland vorzubereiten. Ranghohe Offiziere hatten die Expeditionen, zum Beispiel in den Himalaja, vorzubereiten und bestimmten, wer wann eine Chance zum «Gipfelsturm» bekam. Die Nazis stilisierten ihre missglückten Aufstiegsversuche am Nanga Parbat zum Sinnbild für deutsches Heldentum und Opferbereitschaft. Erst in den 1970er-Jahren formierte sich eine junge Bergsteigergeneration um Reinhold Messner, die sich der

militärischen Vereinnahmung entzog. Sie gingen in kleinen Gruppen gleichberechtigter Bergsteiger, ohne Hochträger voranzuschicken, die kilometerweise Fixseile anbringen mussten.

### Wie äussert sich der Todestrieb, den Sie bei Bergsteigerkollegen miterlebt haben?

Ich weiss von mehreren Fällen, wo es meiner Einschätzung nach kein Unfall war, sondern Suizid. Der eine war an Parkinson erkrankt und kletterte seilfrei und alleine eine extrem brüchige Route im oberen 4. Grad. Er musste wissen, dass er den beweglichen Untergrund nicht ausgleichen konnte. Auch der andere hat meiner Meinung nach den Tod gesucht. Er hatte schwierige Lebensumstände, beruflich und familiär. An dem Tag herrschte grosse Lawinengefahr, und er kannte das Lawinenbulletin, das ausdrücklich darauf hinwies. Er war ein Zwillingkind, das sein Leben lang darunter gelitten hat, dass die Mutter den Bruder bevorzugt hat, und er nahm einen Freund mit in den Tod.

### Was empfinden Hinterbliebene beim Tod eines Bergsteigers?

Die Familien werden natürlich zurückgelassen, von ihnen spricht niemand. Manchmal zieht sich ein Bergtod als Trauma durch mehrere Generationen. John

Harlin Jr. musste die Absturzroute des Vaters erfolgreich meistern, um zu einem selbstbestimmten Leben zu finden. Andererseits gibt es auch viele Paare, die zusammen gehen. Und es gibt Frauen, die es aufregend finden, einen Abenteurer zum Mann zu haben. Die Freundin von Bruno Manser hatte zuvor schon zwei Partner in den Bergen verloren.

### Warum schreckt das Wissen um einen grauenhaften Tod durch Absturz oder Erfrieren solche Menschen nicht ab?

Auch hier existieren Mythen in Bergsteigerkreisen. Der bekannte Geologe und Glaziologe Albert Heim schrieb schon um 1900, das Absterben sei nicht schlimm. Man höre herrliche Musik, sehe Licht und sei in einem langen, gedehnten Moment von Glück durchflutet. Man nehme beim finalen Aufschlag nur das Knacken des Schädels oder der Knochen wahr und fühle keinen Schmerz. Dies hatte er selbst erlebt und überlebt, und auch andere bestätigten ihm dies. Ihren Aussagen zufolge kann man den Absturz gleichsam als orgiastischen Höhepunkt erfahren, den letztlich jeder Bergsteiger unbewusst anstrebt. Sigmund Freud entwarf in seinen Überlegungen zum Tod die Idee, dass neben dem lebensschöpfenden Trieb Eros ein To-

destrieb Thanatos existieren müsse. Thanatos ist ein Prinzip der Dekonstruktion, eine Rückführung des Lebens in seine organische Vorstufe. Das eine kann ohne das andere nicht bestehen.

### Das Sterben am Berg wird also niemals aufhören, egal welche Fortschritte die Sicherheitstechnik macht?

Es ist nur wenig bekannt, dass im Alpinismus in der Schweiz jährlich fast genauso viele Menschen ums Leben kommen wie im Strassenverkehr; 150 bis 200 im Alpinismus, 270 im Verkehr. Wer seilfrei geht, wird in der Szene noch mehr geachtet. Die Steigerung des gesicherten Kletterns ist ja das Ungesicherte. Wer die Todesgefahr nicht in Kauf nimmt, wird nicht ernst genommen.

Wenn heute ein Unglück geschieht wie 1983, als eine Lawine am Chrüz im Prättigau fünf Tote forderte, dann ist oft unsinniger Männerstolz im Spiel. Das war damals eine Kamikaze-Aktion. Erfahrene Tourenleiter gingen im Nebel ohne Karte alten Spuren nach. Zwar hatten sie sich noch auf dem Parkplatz beraten, doch jeder dachte: Ich bin nicht der Schwächling und sitze im Café.

*Interview: Gabriele Spiller*