



Dezember 2019

Erste Deutsche auf Mount Everest

Von der Moderedakteurin zur Bergsteigerin

Von Franziska Türk



Heute kann es voll werden auf dem Gipfel des Everest. Helga Hengge hatte ihn 1999 ganz für sich alleine.

Es ist absolut still, als Helga Hengge die ersten Schritte auf dem Gipfel des Mount Everest macht. Über ihr die Sonne und der strahlend blaue Himmel, unter ihr die von den Gipfeln des Himalaya durchbrochene Wolkendecke. "Ein unglaubliches Gefühl", sagt sie n-tv.de. "Wenn man dort oben steht und hinausschaut, begreift man, warum die Menschen diesen Berg so sehr verehren." Es ist der 27. Mai 1999 und Helga Hengge hat als erste Deutsche erfolgreich den höchsten Berg der Welt erklommen. Fast eine Stunde haben sie und ihr Sherpa Loppsang den Gipfel ganz für sich allein. Das Dach der Welt, 8848 Meter hoch und kaum größer als die Oberfläche von zwei Küchentischen.

Zwei Monate ist Hengge an jenem 27. Mai bereits unterwegs. Sie ist mit ihrer Expedition auf 5200 Meter hinaufgefahren und hat dort das Basecamp errichtet. Sie hat Ausflüge auf die umliegenden 6000er gemacht, um sich zu akklimatisieren, Klöster besichtigt, mit den Sherpas gekocht. Sie ist auf- und wieder abgestiegen, um die verschiedenen Höencamps auf dem Weg zum Gipfel zu errichten. Sie hat tagelang auf die Nordwand geschaut, die wie eine unüberwindbare Mauer über ihr thronte.



Bei ihrer Tour auf den Mount Everest ist Hengge die einzige Frau im Team. (Foto: helgahengge.com)

Kurz nach Mitternacht machen sich Hengge und Lopsang an diesem 27. Mai auf den Weg zum Gipfel. Um vier Uhr morgens erreichen sie den Nordostgrat - just in dem Moment, als der Mond unter den Wolken verschwindet und sich eine absolute Stille ausbreitet. Zum ersten Mal kann Hengge auf die andere Seite des Bergs sehen. "Ich hatte das Gefühl, die ganze Welt schläft unter den tiefliegenden Wolken und wir sind die einzigen, die über sie wachen", sagt sie. Jetzt, 20 Jahre später, bestimmt diese Faszination noch immer ihr Leben. Nach dem Himalaya besteigt sie auch als erste Deutsche die Seven Summits - die höchsten Gipfel auf jedem der sieben Kontinente. Und gibt mit ihren Büchern und Vorträgen ihre Begeisterung fürs Bergsteigen weiter.

Von New York in den Himalaya

Dabei trägt Hengge nur drei Jahre vor ihrem Aufstieg auf den Mount Everest noch High Heels statt Steigeisen. Statt der Stille des Himalayas umgibt sie der New Yorker Großstadtlärm. Und statt mit Wanderkarten hat sie als Moderedakteurin mit Fashionmagazinen zu tun. Doch dann fällt ihr irgendwann ein Buch in die Hände, das ihr Leben verändert. Ein Buch über die Seven Summits. "Ich war total fasziniert von der Idee, auf jedem Kontinent zum höchsten Punkt hinaufzusteigen, über das weite Land zu schauen und dem Himmel so nah zu sein", erzählt sie. Also fängt sie an zu laufen, jeden Morgen eine Stunde lang. Sie steigt im Fitnessstudio mit einem Rucksack voller Gewichte auf den Stepper. Erklimmt nach Feierabend die Kletterwand.

"Komm erst Mal nach Hause und steig auf die Zugspitze", kommentiert Hengges Mutter die plötzliche Bergbegeisterung ihrer Tochter. Aber Hengge will nicht auf die Zugspitze. Hengge will auf den Aconcagua. 6962 Meter hoch und der höchste Berg Südamerikas. Nicht zu weit weg von der Heimat New York, technisch eher einfach. "Wie schwer kann das schon sein?", denkt sie sich, schließlich hat sie hart trainiert. Bis sie auf über 5000 Metern gegen eine Wand läuft, die die sauerstoffarme Höhenluft ihr entgegenschmettert. Sie schafft es

trotzdem auf den Gipfel. Es folgen der Elbrus in Russland, der Denali in Alaska, die Carstensz-Pyramide in Indonesien - und eben der Mount Everest. "Auf den ersten Blick scheint es bizarr, dass man von der Modewelt in die Bergsteigerwelt wechselt, vom Weiblichen ins Männliche, vom Lauten ins Leise", sagt die heute 53-Jährige. "Aber das hat sehr gut gepasst. Ich war ein eher hobbyloser Mensch, zu sehr mit Beruf und Karriere beschäftigt, und habe einen Ausgleich zur schnelllebigen New Yorker Modewelt gebraucht."



Die größte Gefahr am Berg: die Überschätzung der eigenen Kraft. (Foto: helgahengge.com)

Dass sie in den 90er-Jahren meist noch die einzige Frau im Team ist, hat Hengge nie gestört. Klar, den schwersten Rucksack trägt in der Regel ein anderer. Dafür hat Hengge andere Stärken. "Ich glaube, ich bin schon immer eine gute Teamplayerin gewesen. Und ich bringe viel Enthusiasmus mit", sagt sie. Das Team zusammenführen und zusammenhalten, motivieren, wenn das Wetter mal schlecht und die Stimmung am Boden ist, das entscheidet nicht nur am Berg, sondern auch in der Modewelt über Erfolg und Misserfolg.

Tiefgefrorene Leichen als Wegweiser

Motivation ist gut - zu viel Ehrgeiz aber nicht selten tödlich. Hengges Weg auf den Mount Everest führt an den tiefgefrorenen Leichen anderer Bergsteiger vorbei. Manche dienen nach all den Jahren am Wegesrand gar als Wegweiser auf dem Weg zum Gipfel. Denn nicht jeder der auf den Berg steigt, schafft es auch wieder ins Tal. 20 Jahre vor Hengge stand schon einmal eine Deutsche auf dem Gipfel des Everest. Doch sie kehrte nicht lebend zurück: Hannelore Schmatz starb 1979 beim Abstieg.

"Die meisten Menschen, die am Mount Everest sterben, sterben, nachdem sie den Gipfel erreicht haben, weil sie den Abstieg nicht mehr schaffen", sagt Hengge. So war es in den vergangenen Jahren, so war es auch in diesem Jahr. Zehn von elf Bergsteigern, die dort in dieser Saison ihr Leben ließen, starben auf dem Rückweg. Sie schafften es vom Gipfel nicht mehr zurück zum letzten Camp. "Das Wetter war gut", sagt die 53-Jährige. "Sie haben eigentlich nur einen Fehler gemacht: Sie haben ihre Kraft überschätzt. Das ist die größte Gefahr am Berg." Nicht die Kälte, nicht die dünne Luft, nicht die enorme Anstrengung.

Denn so groß der Ehrgeiz auch ist - manchmal muss man einfach umkehren. Auch wenn man nur noch wenige Meter vom Gipfel entfernt ist, auch wenn man sich monatelang auf eben diesen Gipfel vorbereitet hat. "Der Gipfel ist immer nur die Hälfte des Weges. Je näher man ihm kommt, desto intensiver muss ich in mich hineinhorchen und mich fragen: Habe ich noch genügend Kraft, nicht nur für den Aufstieg, sondern vor allem für den Rückweg hinunter ins Leben?" Denn einen Helikopter oder eine Bergwacht, die einen aus der brenzligen Situation retten, gibt es über 8000 Metern nicht. "Da kommt niemand", sagt Hengge. "Manchmal denkt man vielleicht, der liebe Gott wird seine schützende Hand über mich halten. Aber das tut er nicht."

Nicht nur der Gipfel zählt

Auch Hengge fällt es immer wieder schwer, sich zurückzunehmen, sich nicht selbst zu überschätzen, langsam zu gehen, die Geduld, die die enorme Höhe verlangt, mitzubringen. Und eben umzudrehen, wenn die Lawinengefahr zu groß ist, Eisblöcke abzustürzen drohen, die Kraft weg ist. Bei etwa der Hälfte ihrer Expeditionen kommt Hengge nicht bis zum Gipfel. Zurückgekehrt an einen Berg ist sie trotzdem noch nie. "Am Anfang ist der Berg für mich immer voller Wunder", sagt sie. "Ich fürchte, wenn ich zum zweiten Mal hingehen würde, hätte ich eine andere Erwartungshaltung."

So wichtig wie der Berg selbst ist ihr, dass die Region für sie landschaftlich und kulturell interessant ist. Denn: "Der Gipfel ist nur ein Tag einer langen Reise." Oft dauern Aufstieg und Akklimatisierung Wochen. Wochen, in denen Hengge viel Zeit mit den Menschen verbringt, die am Berg zu Hause sind. "Mich fasziniert, wie die Menschen in dieser rauen Natur leben, an was sie glauben, wie sie sich die Welt vorstellen", sagt Hengge. "Je mehr Zeit wir mit den Einheimischen verbringen konnten, desto leichter habe ich mich immer am Berg getan." Und desto glücklicher ist sie nach Hause gefahren, auch ohne Gipfel.

Denn die Gipfel rufen sie noch immer. Auch wenn da inzwischen Familie und Kinder sind, die bislang wenig Interesse am Bergsteigen zeigen. Auch wenn Hengge viel Zeit mit Vorträgen und Schreiben verbringt. Aber eine große Expedition oder zwei bis drei kleinere im Jahr müssen sein. Ihre neue Mission: die heiligen Berge der Welt. Der Ararat etwa, auf dem die Arche Noah gestrandet sein soll, der Olymp in Griechenland, der Shivling im indischen Himalaya oder der Fuji in Japan. Und langweilig wird es damit bestimmt nicht. Wie viele heilige Berge es gibt? Hengge lacht. "Wenn man genau hinschaut, gibt es unendlich viele."

Quelle: n-tv.de