

## **Krise, geschenkt**

*Eine Geschichte aus dem wahren Leben. Sie spielt in den Zillertaler Alpen, einem wilden Stück Natur:* Zwei Tage und drei Nächte haben wir in der Berliner Hütte abgewartet. Es regnete ununterbrochen. Aber wir hatten genug Zeit und wollten nichts riskieren. Aus dem Alter sind wir raus, haben wir uns gesagt. Das Wetter war schon die Tage vorher durchwachsen gewesen. Wir hatten Wanderer getroffen, die vom Gewitter überrascht worden waren, während sie in der Schönbichler Scharte hingen. Es waren ganz und gar keine Greenhorns gewesen, technisch viel besser als wir, konditionell wahrscheinlich auch. Als sie uns am nächsten Morgen beim Frühstück davon erzählten, wie sie bei Blitz und Donner in 3.200 Metern Höhe völlig ungeschützt in den Seilen gehangen hatten, zitterten ihnen immer noch die Knie und uns gleich mit. So wollten wir es nicht haben! Also hieß es warten, bis Wetterbericht und Hüttenwart gutes Wetter versprochen. Am dritten Tag war es soweit: Morgens sollte es noch etwas Niederschlag geben, dann zunehmend schön werden. Also früh aufgestanden und fröhlich losgezogen, die nächste Scharte - die Mörchenscharte - samt einem Stück Kletterei wartete auf uns.

Es nieselt, als wir losgehen, also Jacken an, Schirm aufgespannt und los. Wir steigen langsam höher, die Wolken umfassen uns. Eine eigenartige, zauberhafte Stimmung liegt über allem, es ist nicht kalt, kein Wind weht, nur leichter Regen. Nach einer Stunde hat er immer noch nicht aufgehört, wir sind sicher schon auf 2.900 Metern. Ich bin guter Dinge und denke so vor mich hin: 'Es könnte ja viel schlimmer kommen als das bisschen Regen! Bin ich aus Zucker? Schneien könnte es, stürmen, gewittern. Gleich wird der Regen sowieso aufhören...'

Aber er hört nicht auf. Kaum sind die Gedanken über das Schlimme, was sein könnte, ausgedacht, beginnt der Regen sich in Schnee zu verwandeln, der immer dichter wird. Schlagartig setzt Wind ein. Plötzlich ist es auch empfindlich kalt. Aber jetzt sind wir schon zwei Stunden aufgestiegen, die Scharte - der schwerste Teil der Tour - muss direkt vor uns liegen. Also weiter. Der Schnee wird immer dichter und ich muss immer schneller gehen, um nicht zu frieren. Der Fleecepullover liegt mitten im Rucksack, die Handschuhe, die ich vorsorglich mitgebracht habe, liegen ganz unten. Ich habe sie bisher nicht gebraucht. Sie waren nur eine Art ideeller Reserve. Jetzt sehne ich mich nach ihnen. Aber stehen bleiben, Rucksack auspacken, in der Nässe und Kälte? Unvorstellbar. Also weiter, wird schon nicht so schlimm werden. Endlich sind wir an der Scharte, das heißt: wir erahnen sie ein Stück über uns. Der Weg hinauf ist nicht gut zu erkennen, die Markierungen sind verweht. Seitlich vor uns ein ungefähr 35 Meter langes und 40 Grad steiles Firnfeld, in dem man Spuren erkennen kann. Das also scheint der Weg zu sein. Ich setze einen Fuß in die erste Trittspur und ziehe ihn sofort wieder zurück: unmöglich, viel zu steil, zu rutschig, der Firn darunter zu hart. Wir haben keine Steigeisen. Panik, wie sollen wir da hoch kommen? Ich versuche es noch einmal, wild entschlossen, die Stöcke benutze ich als Pickel, mit den Schuhspitzen hacke ich die Tritte tiefer. Lothar brülle ich zu, er soll erst mal unten warten. Nach ein paar Schritten hänge ich mitten im Firnfeld und kann nicht mehr weiter. In der Panik rutscht mir ein Stock weg und rast runter. Lothar rettet ihn unter Lebensgefahr, kommt vorsichtig nach und reicht ihn mir schließlich. Also weiter, nicht mehr nachdenken, nur noch arbeiten, mit Händen und Füßen durch den Firn hacken. Gleich sterben mir die Hände vor Kälte ab. Zwischendurch immer wieder der Gedanke: Genau das wollten wir vermeiden!

Endlich sind wir raus aus dem Firnfeld, aber längst noch nicht in Sicherheit. Es geht an Seilen steil hinauf. Die Seile sind vereist und geben kaum Halt, die nackten Finger klammern sich an Eis-Seilen fest. Lothar drängt, ich soll den Rucksack auspacken. Ich will nicht, denke, ich bin erfroren, wenn ich ihn schließlich wieder eingepackt habe. Außerdem werden dabei alle Sachen nass. Ich bin störrisch. Dann fällt mir ein, dass ich meine Schlafsocken ganz oben im Rucksack habe, also ziehe ich

die als Handschuhe an. Besser als gar nichts. Nur weiter, es ist entsetzlich kalt. Also rauf, rauf, bis wir schließlich verdreht auf der Scharte stehen, im tödlich steinigen Nichts. Dann auf der anderen Seite senkrecht wieder runter, an ebenso vereisten Seilen. Klettern ist nicht meine Sache. In den letzten Tagen war ich an den entsprechenden Stellen immer sehr langsam und vorsichtig gewesen. Jetzt ist mir so kalt, dass ich mich geradezu in den Abgrund stürze und in Windeseile an den Seilen herunterlasse.

Endlich stehen wir wieder einigermaßen sicher auf beiden Füßen, aber es schneit und schneit und allmählich verschwinden alle Markierungen. Vor uns sind noch ein paar Tapsen irgendwelcher Vorgänger schemenhaft zu erkennen, also schnell hinterher, nur nichts falsch machen, nicht fehltreten, nicht verirren, nicht ausrutschen. So geht es noch gut zwei Stunden ohne Unterbrechung hinunter. Der Schnee wird wieder zu Regen. Irgendwann hört der Regen für ein oder zwei Minuten auf. Ich schmeiße den Rucksack von mir, kann endlich pinkeln, dann etwas trinken und - im wieder beginnenden Nieselregen unter dem Schirm stehend - ein Brot essen. Jetzt ist mir endlich warm. Und höchstens noch zwei, zweieinhalb Stunden bis zur Hütte. Schön, wenn das Leben zurückkehrt. Ende gut, alles gut!

Wünschen wir uns solche Krisen? Nein! Würden wir auf sie verzichten wollen, wenn sie überstanden sind? Nein! Krisen sind Geschenke. Ungebetene, überraschende, ohne Rückgaberecht. Es nutzt nichts, sie zu verfluchen oder zu verleugnen. Das Leben wirft sie einem vor die Füße. Die Urlaubsgeschichte zeigt exemplarisch, wie wir hineingeraten, mitspielen, uns verwickeln, in Panik geraten und allmählich den Knoten wieder gelöst kriegen.

Es gibt Krisen, die ohne Vorwarnung über uns herein brechen, aber die sind eher die Ausnahme (wie z.B. ein Unfall). Meistens geht es genau so wie in unserem Urlaub: Die Krise schleicht sich an. So lange wie irgend möglich halten wir an unserem Plan fest und ignorieren die ersten Warnungen, 'es wird schon nicht so schlimm werden...'. Dann wird es langsam ungemütlich. Aber aufgeben, zurückgehen, ohne Resultat die Sache beenden? Trotz und Widerstand erwachen: 'Das wäre doch gelacht, ich hab' schon ganz anderes geschafft, soll ich etwa das ganze Stück wieder zurückgehen?' Also weiter. Und plötzlich ist es kein Abenteuer mehr, ich geraten *wirklich* in Panik, je nach Situation sogar in Todesangst. Jetzt ergreift mich Reue, dass ich mich so unbedacht dieser Situation ausgesetzt haben. Ich schwöre heilige Eide, falls ich lebend rauskomme, nie, nie wieder Ähnliches zu machen.

Es gibt nun wirklich kein Zurück mehr, auch keine Gedanken an Vorher und Nachher, jetzt geht's ans Leben. Alles andere wird ausgeblendet. Die Zeit steht still, ich bin Gefangene der Krise. Nichts ist mehr wichtig, außer sie zu bewältigen. Zwischendurch gibt es vielleicht ein Erstaunen, dass ich immer noch durchhalten, wie viel Kraft im Notfall da ist oder dass ich Dinge kann, von denen ich gar nicht wusste, dass ich sie kann. Dann ist irgendwann das Schlimmste überstanden, ich bin aber lange noch nicht aus der Gefahrenzone heraus. Also mache ich immer weiter, halte den Spannungsbogen, bis ich tatsächlich sicher bin, es geschafft zu haben.

*Übermenschliche Anstrengung* nennen wir den Kraftakt am Ende. Und tatsächlich sind wir über uns hinaus gewachsen, wenn wir eine Krise durchlebt und bestanden haben. Der heilige Eid, in Zukunft alles, aber auch alles zu vermeiden, was einer Krise Vorschub leisten kann, wir schnell ein merkwürdig blasser Geselle. Denn wir fühlen Stärke, Lebendigkeit, Lebenslust, Glück so intensiv in uns, wie wir es im Alltag selten spüren. Die Konfrontation mit der Natur, dem Tod, der scheinbaren Ausweglosigkeit, den physischen und psychischen Grenzen hat uns die Kostbarkeit des Lebens wieder neu ins Bewusstsein geholt.

Das ist das Geschenk der bestandenen Krise. Ich wünsche mir dieses Geschenk nicht. Es gefällt mir niemals, wenn es mir präsentiert wird. Erst im Nachhinein, wenn der Schrecken verblasst, entdecke ich den Gewinn. Inzwischen - das ist das Beste am Älterwerden - denke ich manchmal sogar schon in einer Krise ein oder zwei Sekunden: 'Was wird wohl diesmal am Ende Gutes übrigbleiben?' Ja, auch Narben und Beulen sind geblieben, immer aber auch Gewinn.

Jede durchlebte Krise kann eine Spur der Hoffnung, des Selbstvertrauens, des Lebensmutes hinterlassen und mich allmählich den Achterbahnfahrten des Lebens gegenüber gelassener machen. Eine Karriere als Krisenprofi steht immer offen. Bewerben Sie sich, jetzt!