

Das Blatt für einen neuen Anfang.

HADERSDORFER

Therapie

DRÜSSENKURIER

Ausgabe 165// 30/01/2019

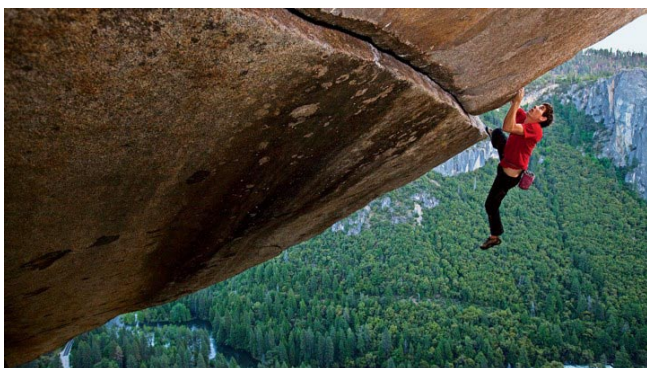
THEMA

Vielleicht das Gegenteil von Höhenangst

// Alex Honnold: der beste Freikletterer der Welt

Unter Freiklettern versteht man das Klettern an Felsen oder Kunstwänden, bei dem nur Hände und Füße zur Fortbewegung verwendet werden und keinerlei Sicherungsmittel benutzt werden, das heißt, dass ohne Seil und Sicherung geklettert wird. Ein falscher Griff bedeutet den sicheren Tod. Der Amerikanische Profibergersteiger Alex Honnold ist zurzeit einer der besten Kletterer auf der Welt und mit seinen 34 Jahren hat er schon mehrere Auszeichnungen gesammelt, z.B. erhielt er im Jahr 2015 den Piolet d'Or für herausragende alpinistische Leistungen. Er ist bekannt dafür, dass er besonders waghalsige Routen als Erster, oft in Rekordzeit, gemeistert hat. Dazu zählen zum Beispiel die „Freerider“ Route, die er 2007 im Yosemite-Nationalpark an

Rekordzeit von 2:23,46 zu bezwingen. 2014 kletterten er und Kollege David Allfrey in sieben Tagen sieben verschiedene Routen am El Capitan, einer der beeindruckendsten Routen im Yosemite-Tal. Nachdem sein Geschwindigkeitsrekord mehrmals unterboten wurde, bestieg er 2018 erneut die „Nose“-Route und hält seitdem den aktuellen Geschwindigkeitsrekord mit einer Stunde und 58 Minuten. Abgesehen von seinem Talent als Profibergersteiger gründete Alex H. seine eigene gemeinnützige Stiftung, die „Honnold Foundation“. Seine Stiftung dient zur Bereitstellung nachhaltiger Energieversorgungen und einer Verbesserung der Lebensstandards von armen Menschen in den Vereinigten Staaten und in Afrika. Schwerpunkt der Stiftungsarbeit sind Solarenergie-Projekte in Kalifornien, Colorado, der Navajo Nation Reservation und an einigen Orten in Afrika. Honnold unterstützt die Stiftung mit einem Drittel seines Einkommens und arbeitet bei den Projekten wie zum Beispiel in Angola vor Ort mit. Alex Honnold wurde seine Risikofreude bis jetzt nur finanziell zum Verhängnis. Im Jahr 2014 verlor Honnold das Unternehmen Cliff Bar & Company als Sponsor, weil das Unternehmen keine Athleten mehr unterstützen wollte, die für Free-Solo-Begehungen bekannt sind, weil sie es nicht länger für verantwortlich hielten, derart risikoreiche Unternehmungen zu unterstützen. In seinem Buch „Alone on the Wall“ erzählt er über sein Leben und wie er überhaupt zum Profibergersteiger geworden ist, er erzählt über seine Erfahrungen und Erlebnisse als FreeClimber. Im Dokumentarfilm über die Kletterwelt „Valley Uprising“ gibt es Szenen, die Honnold und seinen sport-



// „Die Mondlandung des Freikletterns“: Honnold klettert ungesichert die 1000 Meter hohe Granitwand des „El Capitan“ im Yosemite Nationalpark

einem einzigen Tag im Alter von 21 Jahren erkletterte. Er stellte 2012 einen Speedrekord an der Route „The Nose“, einer etwa 1000 Meter langen Kletterroute am El Capitan im Yosemite-Tal in Kalifornien (USA) mit Hans Florine auf. Er schaffte es, die Wand in einer



//Der „El Capitan“

lichen Leistungen gewidmet sind. Ende letztes Jahr kam eine Doku über Honnold namens „Free Solo“ raus. Sie begleitet Honnold bei der Vorbereitung zur Besteigung des „El Cap“ ohne Sicherungen. Für die meisten Menschen kaum vorstellbar, klettert Honnold auf den 1000 Meter hohen Granitfelsen El Capitan im Yosemite National Park innerhalb von knappen vier Stunden. Auf Youtube sind zahlreiche Videos davon zu sehen. Sein Freund Jimmy Chin, der die Dokumentation gedreht hat, hat an den besonders riskanten Stellen mit fest montierten Kameras gedreht, weil er Angst hatte, dass Alex vor einem Kameramann in die Tiefe fällt und stirbt. Die Doku zeigt auch die Vorbereitungen auf die Besteigung, Alex hat Monate damit verbracht, jeden einzelnen Griff der Route in seinem Kopf und seinen Händen abzuspeichern und zu studieren. Alex Honnold selbst sagt: „Ich will immer die schwierigsten Berge besteigen, weil meine Konzentration da am meisten angeregt ist, bei den einfacheren Bergen bin ich nicht so gefordert und die Wahrscheinlichkeit, dass mir ein Unglück passieren könnte steigt, auch wenn sich das unlogisch anhört.“

//Jeton

THERAPIE

Der Tag, an dem ich mich in einer Telefonzelle verlaufen habe

// Unsere dezentralen Patienten waren bei „Dialog im Dunkeln“

Letztens hatte ich mit der dezentralen-Gruppe einen wirklich schönen und interessanten Ausflug. Wir hatten einstimmig dieses Ziel gewählt und waren am Vormittag schon alle recht gespannt und voller Vorfreude. Unser Weg führte uns zu „Dialog im Dunkeln“, dort tauschen Sehende mit Blinden für ein paar Stunden die Rollen und erleben Alltagssituationen so, wie ein Blinder sie

erlebt. Geführt wird man dabei von blinden Guides. Wir fuhren in zwei Gruppen zur Freijung, wo sich gleich im Innenhof der Eingang befindet. Wir wurden dann in zwei Gruppen aufgeteilt und unser Scout gab jedem von uns einen Blindenstock und dann ging es schon ab in die absolute Dunkelheit. Mit „dunkel“ meine ich auch „richtig dunkel“. Ich versuchte irgendwie, einen kleinen Lichtschimmer zu erkennen. Aber nichts! Unser Guide hieß Harald und auf Grund eines Unfalles erblindete er. Da man den Sehnerv nicht transplantieren kann, wartet Harry jetzt auf die Wunder der Zukunft, da die Mediziner gerade auf der Suche nach einer Lösung sind. Und das würde bedeuten, dass Harry wieder sehen kann. Zurück ins Dunkle und zu unserer Gruppe also: wir liefen hintereinander. Er zeigte uns einige Sachen. Wer hätte gedacht, dass sogar drei originale Autos dort herumstehen. Postkästen, Telefonzellen usw. waren auch mit von der Partie. Wir sollten mit bloßen Berührungen erkennen, was wir in den Händen hielten. Ich schaffte es sogar, mich in der Telefonzelle zu verirren. Ein paar Sekunden später half mir Harry wieder hinaus. Ein ganz besonderes Spektakel war eine Fahrt mit einem Boot. Es war sehr gut gemacht. Und auch kleinere Wassertropfen machten die Illusion perfekt. Mit dem täuschend echten Boot angekommen, stiegen wir aus und gingen dann nach ein paar Metern in eine Bar, wo wir auf den Cent genau unser Rückgeld zurück bekamen. Das machte mich fast sprachlos. Unser Guide Harry war ein sehr Netter und erklärte uns alles und gab uns auf jede Frage eine gute Antwort. Es war wirklich sehr aufregend und ich kann nur Jedem empfehlen, die Veranstaltung zu besuchen. Man taucht komplett in die Welt eines Blinden ein. Es war wirklich sehr interessant und eine ganz besondere Erfahrung. Nachdem beide Gruppen unter großem Gelächter durchgeführt waren, waren wir erleichtert als wir wieder Licht sahen. Danach gingen einige Leute der Gruppe noch auf einen Kaffee, was den Ausflug perfekt abschloss. Ich möchte mich auf diesem Weg herzlichst bei Fr. Eichinger für den schönen Tag bedanken.

//Helmuth