

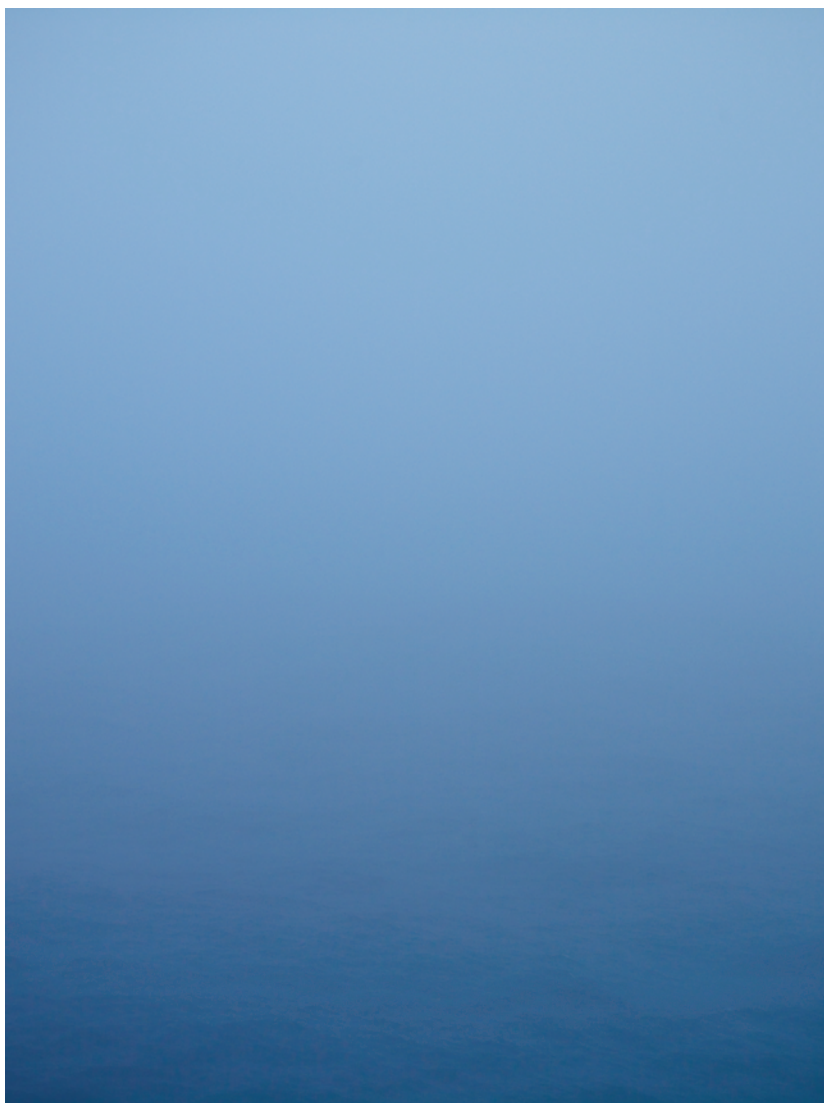
ERLING KAGGE

STILLE

---

EIN WEGWEISER

INSEL



Catherine Opie  
*Sunrise*, 2009

ERLING KAGGE  
STILLE  
EIN WEGWEISER

---

AUS DEM NORWEGISCHEN  
VON ULRICH SONNENBERG

INSEL VERLAG

Titel der Originalausgabe:  
*Stillhet i støyens tid. Gleden ved å stenge verden ute*  
First published by Kagge Forlag AS, Oslo, 2016

Erste Auflage 2017  
© der deutschen Ausgabe Insel Verlag Berlin 2017  
© 2016 Kagge Forlag AS  
Alle Rechte vorbehalten, insbesondere das  
des öffentlichen Vortrags sowie der Übertragung  
durch Rundfunk und Fernsehen, auch einzelner Teile.  
Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form  
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)  
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert  
oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet,  
vervielfältigt oder verbreitet werden.  
Druck: CPI – Ebner & Spiegel, Ulm  
Umschlagfoto: Ambar Servin, Los Angeles  
Printed in Germany  
ISBN 978-3-458-17724-1

Kann ich der Welt nicht durch Gehen, Klettern oder Segeln entkommen, habe ich gelernt, sie auszusperren.

Es zu lernen, hat eine Weile gedauert. Erst als ich begriff, dass ich ein tiefes Bedürfnis nach Stille habe, begann ich, die Stille zu suchen – und dort, tief unter einer Kakophonie von Verkehrslärm und Gedanken, Musik und Maschinengeräuschen, iPhones und Schneefräsen, lag sie verborgen und wartete auf mich. Die Stille.

Vor nicht allzu langer Zeit versuchte ich meine drei Töchter zu überzeugen, dass die Geheimnisse der Welt sich in der Stille verbergen. Wir saßen am Sonntag beim gemeinsamen Mittagessen am Küchentisch. Es ist der einzige Termin in der Woche, wo wir alle Zeit haben, sitzen bleiben und miteinander reden – von Angesicht zu Angesicht. An den anderen Wochentagen ist es einfach zu hektisch. Die Mädchen sahen mich mit skeptischen Blicken an. Die Stille ist doch nichts? Noch bevor ich ihnen erklären konnte, dass die Stille ein Freund sein kann und ein Luxusgut ist, das mehr wert ist als die Taschen von Marc Jacobs, die sie so gern hätten, stand das Ergebnis für sie fest: Stille ist einfach ein Ausweg, wenn man alles satthat. Darüber hinaus hat sie keinen Wert.

Als wir am Tisch saßen, erinnerte ich mich mit einem Mal daran, wie neugierig sie als Kinder waren. Wie sie wissen wollten, was sich hinter einer Tür verbarg. Der Blick, mit

dem sie einen Lichtschalter ansahen und fragten, ob ich »das Licht aufmachen« könne.

Fragen und Antworten, Fragen und Antworten. Das Staunen ist der eigentliche Motor des Lebens. Meine Kinder sind dreizehn, sechzehn und neunzehn Jahre alt und staunen allmählich immer weniger. Wenn sie über etwas erstaunt sind, ziehen sie einfach ihre Smartphones heraus, um nach einer Antwort zu suchen. Neugierig sind sie noch immer, aber ihr Gesichtsausdruck ist weniger kindlich, sondern erwachsener, und in ihren Köpfen stecken heute mehr Ambitionen als Fragen. Keine zeigte größeres Interesse, noch weiter über die Stille zu sprechen, also entschied ich mich, eine Geschichte zu erzählen, die geeignet ist, Stille zu erzeugen:

Zwei Freunde von mir hatten beschlossen, den Mount Everest zu besteigen. Früh am Morgen verließen sie das Basislager, um über die Südwestwand des Berges zu klettern. Es ging gut. Beide erklommen den Gipfel, doch dann zog ein Sturm auf. Sie erkannten sehr rasch, dass sie den Abstieg nicht überleben würden. Der Erste erreichte über das Satellitentelefon seine schwangere Frau. Gemeinsam einigten sie sich auf einen Namen für das Kind, das sie in sich trug. Dann schlief er direkt unter dem Gipfel friedlich ein. Mein anderer Freund konnte niemand mehr erreichen, bevor er starb. Keiner weiß, was eigentlich an diesem Nachmittag

auf dem Berg passiert ist. Dank des kalten, trockenen Klimas in über achttausend Meter Höhe sind sie gefriergetrocknet. Sie liegen dort in der Stille und sehen ungefähr so aus wie damals vor zweiundzwanzig Jahren, als ich sie das letzte Mal sah.

Ausnahmsweise wurde es still am Tisch. Eines der Mobiltelefone klingelte, als eine Nachricht hereinkam, aber keiner von uns dachte daran, ausgerechnet jetzt sein Telefon zur Hand zu nehmen. Wir füllten die Stille mit uns.

Nicht lange danach wurde ich eingeladen, an der St. Andrews-Universität in Schottland einen Vortrag zu halten. Ich durfte mir das Thema selbst aussuchen. Normalerweise erzähle ich von meinen Extremtouren an die Enden der Welt, doch diesmal dachte ich an zu Hause, an das sonntägliche Mittagessen mit der Familie. Ich wählte als Thema die Stille. Ich bereitete mich sorgfältig vor, war aber nervös, wie so oft. Vielleicht gehörten unzusammenhängende Gedanken über die Stille zu einem Essen am Sonntagmittag, und nicht in ein studentisches Forum? Es war nicht so, dass ich erwartete, in den achtzehn Minuten, die mir für meine Rede zur Verfügung standen, ausgebuht zu werden, dennoch war es mein Ziel, bei den Studenten Interesse für das Anliegen zu wecken, das mir am Herzen lag.

Ich begann die Vorlesung damit, dass ich eine Minu-

te der Stille vorschlug. Es wurde absolut still, man hätte eine Stecknadel fallen hören. In den folgenden siebzehn Minuten redete ich über die *Stille um uns herum*, aber ich erzählte auch von etwas noch Wichtigerem, von der *Stille, die wir in uns haben*. Die Studenten blieben still. Sie hörten zu. Es schien, als hätten sie die Stille vermisst.

Am Abend ging ich mit einigen der Studenten in einen Pub. Als wir, jeder mit einem Glas in der Hand, hinter der zugigen Eingangstür standen, war es genauso, wie ich es aus meiner Studienzeit in Großbritannien in Erinnerung hatte. Nette, neugierige Leute, gute Stimmung, interessante Gespräche. *Was ist Stille? Wo ist sie? Warum ist sie heute wichtiger denn je?*, waren die drei Fragen, auf die sie eine Antwort wollten.

Mir war dieser Abend sehr wichtig, nicht allein wegen der angenehmen Gesellschaft, sondern weil ich dank der Studenten begriff, wie wenig ich selbst wusste. Zu Hause musste ich wieder und wieder an diese drei Fragen denken. Es wurde zur Manie.

*Was ist Stille? Wo ist sie? Warum ist sie heute wichtiger denn je?*

Ich begann zu schreiben, nachzudenken und zu lesen, allerdings eher für mich selbst. Abend für Abend beschäftigte ich mich mit den drei Fragen.



Schließlich hatte ich dreiunddreißig Versuche einer  
Antwort:

Es gibt eine Menge Dinge im Leben, über die sich *staunen* lässt. Es ist eine der reinsten Freuden, die ich mir vorstellen kann. Ich mag dieses Gefühl. Ich staune oft, ja, ich staune nahezu überall: Auf Reisen, wenn ich lese, wenn ich Menschen begegne, wenn ich schreibe, wenn ich spüre, wie mein Herz schlägt, oder sehe, wie die Sonne aufgeht. Das Staunen gehört zu den stärksten Kräften, die uns in die Wiege gelegt wurden. Und gleichzeitig ist es eine der schönsten Fähigkeiten, die es gibt. Und ich staune nicht nur als Abenteurer. Ebenso oft als Vater oder als Verleger. Am liebsten, ohne dabei gestört zu werden.

Wissenschaftler können Wahrheiten finden. Ich hätte es auch gern getan, aber es ist meine Sache nicht. Im Grunde habe ich im Laufe meines Lebens sämtliche Ansichten einmal geändert. Ich staune am allermeisten um des Staunens willen. Es ist ein Ziel an sich. Eine kleine Entdeckungsreise. Obwohl es bisweilen auch der Same ist, der zu mehr Wissen führt.

Manchmal geschieht das Staunen ganz unvermittelt, ich entscheide mich nicht dafür, sondern staune, weil ich es nicht lassen kann. Etwas Unangenehmes aus meiner Vergangenheit taucht auf. Ein Gedanke oder ein Erlebnis. Es nagt in meinem Bauch, und ich muss einfach darüber nachdenken, was es sein könnte.

Eines Abends kam meine Kusine zum Essen und schenkte mir einen Gedichtband des norwegischen Schriftstellers und Dramatikers Jon Fosse. Als sie gegangen war, blätterte ich im Bett in dem Buch. Kurz bevor ich das Licht löschen wollte, tauchten diese Worte auf: *es gibt eine liebe an die sich niemand erinnert*. Was meinte er damit? Eine unsichtbare Liebe in einem Dämmer Schlaf? Schrieb er möglicherweise über die Stille? Ich legte den Gedichtband beiseite und dachte darüber nach. Gute Dichter erinnern mich an große Entdecker. Indem sie die richtigen Worte wählen, setzen sie Gedanken in meinem Kopf in Gang, ein bisschen wie die Berichte der Entdecker, die ich als kleiner Junge las. Bevor ich einschlief, entschloss ich mich, Jon Fosse am nächsten Morgen zu schreiben, um ihn nach diesen neun Worten zu fragen und mehr von ihm zu erfahren.

»In gewisser Weise ist es die Stille, die hier spricht«, antwortete Fosse, sechs Minuten nachdem ich ihm eine E-Mail geschrieben hatte. Es sah beinahe so aus, als hätte er diese Anfrage erwartet, aber so war es natürlich nicht; er hatte seit Jahr und Tag nichts mehr von mir gehört.

Ja, reden, genau das soll die Stille tun. Sie soll reden, und du sollst mit ihr reden und das Potential nutzen, das darin liegt. »Vielleicht deshalb, weil die Stille mit dem Staunen einhergeht, aber sie trägt auch eine Art Macht in sich, ja, wie ein Meer oder eine endlose Schneelandschaft. Und derjenige, der nicht über diese Macht staunt, fürchtet sich vor ihr. Und

das ist wohl der Grund, warum so viele vor der Stille Angst haben (deshalb gibt es auch überall, wirklich überall diese Muzak).«

Ich erkenne die Angst wieder, über die Fosse schreibt. Eine vage Angst vor etwas, von dem ich im Grunde nicht weiß, was es ist. Eine Angst, die bewirkt, dass ich allzu schnell meinem eigenen Leben aus dem Weg gehe. Stattdessen beschäftige ich mich irgendwie, vermeide die Stille und tue das Naheliegende. Ich schreibe Textnachrichten, lege Musik auf, höre Radio oder lasse einfach den Gedanken freien Lauf, statt innezuhalten und die Welt vielleicht einen Augenblick auszusperren.

Ich glaube, die Angst, die Fosse nicht benennt, ist die Furcht, sich besser kennenzulernen. Ich komme mir ein bisschen feige vor, wenn ich mich davor drücke.

Die Antarktis ist der stillste Ort, an dem ich gewesen bin. Ich bin allein zum Südpol gegangen, und in dieser monoton sich erstreckenden Landschaft gab es keine von Menschen erzeugten Geräusche außer denen, die ich selbst produzierte. Allein auf dem Eis, tief in dem großen weißen Nichts, konnte ich die Stille hören und fühlen. (Ich war von der Gesellschaft, der das Flugzeug gehörte, das mich zur nördlichen Grenze der Antarktis fliegen sollte, gezwungen worden, ein Funkgerät mitzunehmen. An Bord der Maschine warf ich als letzte Tat die Batterien in den Abfalleimer.)

Wenn du durch den kältesten Kontinent der Welt in Richtung Süden gehst, scheint alles weiß zu sein, Kilometer um Kilometer, den ganzen Weg bis zum Horizont. Unter dir befinden sich dreißig Millionen Kubikkilometer Eis, die die Erdoberfläche herunterdrücken.

Irgendwann bemerkte ich in meiner kompletten Isolation, dass dennoch nichts ganz flach war. Das Eis und der Schnee hatten sich in kleinen und etwas größeren abstrakten Formationen abgelagert. Das eintönige Weiß veränderte sich in unzählige Nuancen von Weiß. Ein Hauch von Blau tauchte im Schnee auf, etwas Rotes, Grünes und sogar Rosafarbenes. Ich hatte das Gefühl, dass die Natur sich unterwegs veränderte, aber ich irrte mich. Die Umgebung blieb dieselbe, ich veränderte mich. »Zu Hause genie-

ße ich nur die ›großen Happen‹. Hier unten lerne ich, die kleinen Freuden zu schätzen. Die Farbnuancen im Schnee. Den abnehmenden Wind. Die Wolkenformationen. Die Stille«, schrieb ich am zweiundzwanzigsten Tag in mein Tagebuch.

Ich kann mich erinnern, dass ich als Kind tief beeindruckt war von der Schnecke, die ihr eigenes Haus mit sich tragen konnte, wohin auch immer sie ging. Während der Expedition in die Antarktis wurde meine Faszination für die Schnecke nur noch größer. Alles, was ich für die gesamte Reise benötigte – Lebensmittel, Ausrüstung, Brennstoff –, musste ich auf einem Schlitten hinter mir herziehen, und nie machte ich den Mund auf, um zu sprechen. Ich hielt die Klappe. Ich hatte fünfzig Tage weder Funkkontakt, Internet oder Ähnliches. Ich bewegte mich mit meinen Skiern einfach nur jeden Tag ein Stück weiter in Richtung Süden. Auch wenn ich mich ärgerte, über eine gebrochene Skibindung oder weil ich beinahe in eine Gletscherspalte gefallen wäre, fluchte ich nicht. (Schimpfworte zu brüllen, zieht dich herunter und lässt die schlechte Laune nur noch schlimmer werden. Daher fluche ich nie auf Expeditionen.)

Zu Hause fährt immer ein Auto vorbei, ein Telefon klingelt, pfeift oder brummt, irgendjemand redet, flüstert oder schreit. Insgesamt gibt es so viele Geräusche, dass wir sie kaum noch hören. Hier war es vollkommen anders. Die

Natur sprach zu mir, indem sie sich als Stille präsentierte. Je stiller es wurde, desto mehr hörte ich.

Jedes Mal, wenn ich eine Pause machte und der Wind nicht wehte, erlebte ich eine ohrenbetäubende Stille. Sogar Schnee sieht still aus, wenn es windstill ist. Ich wurde immer aufmerksamer gegenüber dieser Welt, von der ich ein Teil war. Ich war nicht gelangweilt, wurde nicht gestört. Ich war allein mit meinen Vorstellungen und Gedanken. Die Zukunft spielte keine Rolle mehr, die Vergangenheit kümmerte mich nicht, ich war mit einem Mal in meinem eigenen Leben präsent. Die Welt verschwindet, wenn man darin aufgeht, behauptete der Philosoph Martin Heidegger. Und genau das passierte.

Ich wurde zu einer Verlängerung meiner Umgebung. Weil ich niemanden zum Reden hatte, trat ich in einen Dialog mit der Natur ein. Die Gedanken wurden über die Ebene bis zu den Bergen geschickt, und andere Vorstellungen und Ideen kamen zurück.

Auf dem Weg nach Süden notierte ich in meinem Tagebuch, wie leicht der Gedanke fällt, dass ein Kontinent, zu dem wir nicht reisen, den wir nicht sehen und erleben können, wenig Wert hat. Du musst dort gewesen sein, du musst fotografiert und die Fotos geteilt haben, damit es einen Sinn ergibt. »Noch immer ist die Antarktis für die meisten fern und unbekannt. Während ich gehe, hoffe ich, dass es so bleibt. Nicht, weil ich nicht auch anderen dieses Erlebnis

gönne, sondern weil ich spüre, dass die Antarktis als unbekanntes Land eine Mission hat«, notierte ich am siebenundzwanzigsten Tag. Ich glaube, wir brauchen diese Vorstellung, dass es Gebiete gibt, die noch nicht gänzlich erforscht und normiert sind. Dass es einen Kontinent gibt, der mystisch und nahezu unberührt ist, »der ein Zustand unserer Fantasie sein kann« – und das ist zukünftig sicher einer der größten Werte der Antarktis, für meine Töchter, für die Generationen, die auf sie folgen.

Um zum Südpol zu gelangen, muss man einfach ein Bein vors andere setzen, und das immer wieder aufs Neue, darin besteht das ganze Geheimnis. Rein technisch ist es leicht. Sogar eine Maus kann schließlich einen Elefanten auffressen, wenn sie genügend kleine Bissen zu sich nimmt. Die Herausforderung liegt darin, es zu wollen. Die größte Herausforderung besteht darin, morgens bei minus fünfzig Grad aufzustehen. Heute genauso wie zu Zeiten von Roald Amundsen und Robert Scott. Die zweitgrößte? Mit sich im Reinen zu sein.

Die Stille nistete sich in mir ein. Ohne Kontakt mit der Außenwelt, isoliert und allein mit mir, war ich gezwungen, die Gedanken weiterzudenken, die mir bereits im Kopf herumgingen. Und, schlimmer noch, meinen Gefühlen nachzuhängen. Die Antarktis ist die größte Wüste der Welt, die aus Wasser besteht, sie hat mehr Sonnenstunden als das südliche



Kalifornien. Es gibt keine Möglichkeit, sich zu verstecken. Die täglichen kleinen Lügen und Halbwahrheiten, die wir in der Zivilisation erzählen, erscheinen aus der Distanz total sinnlos.

Es hört sich jetzt vielleicht so an, als hätte ich mich meditierend vorwärts bewegt – so war es nicht. Zeitweise hatten mich Kälte und Wind gepackt wie eine eiskalte Kneifzange. Ich habe gefroren, dass mir die Tränen kamen. Nase, Finger und Zehen wurden allmählich weiß, das Gefühl in ihnen verschwand. Der Schmerz meldet sich, wenn Körperteile erfrieren, dann verschwindet der Schmerz. Er kommt zurück, wenn die Glieder wieder auftauen. Sämtliche Energie, die ich hatte, brauchte ich, um mich wieder aufzuwärmen. Das Auftauen ist schmerzhafter als die Erfrierung selbst. Als die Wärme in meinen Körper zurückkehrte, hatte ich auch wieder die Energie für Tagträume.

Am eigentlichen Südpol haben die Amerikaner eine Basis gebaut. Wissenschaftler und Wartungsfachleute wohnen dort viele Monate lang, isoliert von der Umwelt. In einem Jahr feierten insgesamt neunundneunzig Bewohner dort Weihnachten. Einer von ihnen hatte neunundneunzig Steine in die Basis geschmuggelt, er verteilte sie unter seinen Kollegen als Weihnachtsgeschenk und behielt selbst auch einen Stein. Seit Monaten hatte keiner mehr Steine gesehen. Einige von ihnen seit über einem Jahr nicht mehr. Nur Eis, Schnee und

von Menschen geschaffene Gegenstände. Alle saßen da und betrachteten und befühlten ihren Stein. Stumm hielten sie ihn in der Hand und spürten sein Gewicht.

Auf dem Weg zum Südpol stellte ich mir vor, der Mann im Mond sähe hinunter auf die Erde. Kein Laut von unserem Planeten würde ihn dort in dreihundertneunzigtausend Kilometern Höhe erreichen, aber er konnte unseren Himmelskörper sehen und seinen Blick weit nach Süden wandern lassen. Dort bemerkte er einen Burschen in einem blauen Anorak, der immer weiter übers Eis ging und am Abend irgendwo ein Zelt aufschlug. Am nächsten Tag würde er das Zelt verlassen, und das Ganze ging von vorne los. Er sah den Skiläufer in die immer selbe Richtung gehen, Woche um Woche. Der Mann dort oben musste mich für verrückt halten. Mich deprimierte dieser Gedanke, als ich dort unten allein unterwegs war.

Am späten Nachmittag, kurz bevor ich für diesen Tag meinen Marsch auf Skiern beendete und das Zelt aufschlug, blickte ich zum Himmel auf und sah vor mir, wie derselbe Mann seinen Blick nach Norden richtete. Dort sah er Tausende, um nicht zu sagen Millionen von Menschen, die ihre kleinen Häuser am frühen Morgen verließen, nur um einige Minuten oder eine Stunde im Stau zu stehen. Wie in einem Stummfilm. Dann kamen sie zu einem großen Haus. Darin saßen sie acht, zehn oder zwölf Stunden vor ihren Bildschirmen, bevor sie im gleichen Stau wieder zu ihren kleinen Häusern zurückkehrten. Das Abendessen und die Nachrichten im Fernsehen gab es jeden Abend zur gleichen Zeit. Jahr für Jahr.

Mir wurde klar, dass im Laufe der Zeit der einzige Unterschied darin bestand, dass die Eifrigsten ein etwas größeres Haus hatten, in dem sie die Nacht verbrachten. Als ich am Abend meine Ski abschnallte, um mein Lager aufzuschlagen, fühlte ich mich ruhiger und zufriedener.

Auf der Schule lernte ich etwas über Schallwellen. Dass Laute physisch sind und in Dezibel gemessen werden können, ist wahr, aber ich finde es nur mäßig sinnvoll, Geräusche anhand einer Tabelle in Zahlen zu messen. Die Stille ist eher eine Idee. Ein Gefühl. Eine Vorstellung. Die Stille um dich herum kann viel enthalten, aber für mich ist die interessanteste Stille diejenige, die in mir ist. Eine Stille, die ich in gewisser Weise selbst schaffe. Daher suche ich nicht mehr nach der absoluten Stille um mich herum. Die Stille, auf die ich aus bin, ist die Stille in mir.

Ich habe einen Fußballstar gefragt, welche Geräusche ein vollbesetztes Fußballstadion von sich gibt, wenn er den Ball trifft und der Ball aufs Tor zufliegt. Wenn er den Ball abschlägt, hört er keinen Ton, obwohl der Geräuschpegel enorm ist. Dann beginnt er zu jubeln. Er weiß als Erster, dass es ein Tor wird. Einen Augenblick später scheint es im Stadion wieder komplett ruhig zu sein. Als Nächstes begreifen die Teamkollegen, dass der Ball die Torlinie passiert hat, er hört sie jubeln. Kurz darauf realisieren es auch die Fans, und dann jubeln alle. Das Ganze dauert eine Sekunde oder zwei.

Selbstverständlich lag das Lärmniveau unten im Stadion die ganze Zeit über bei beachtlichen Dezibel-Zahlen.

Ich glaube, alle können die Stille in sich finden. Sie ist immer da, auch wenn es viele Geräusche um uns herum gibt. Tief unten im Meer, unter Wogen und Wellen scheint es still zu sein. Unter der Dusche zu stehen und sich das Wasser über den Kopf rinnen zu lassen, vor einem knisternden Lagerfeuer zu sitzen, durch einen Waldsee zu schwimmen oder eine Wanderung über eine Hochebene zu unternehmen, kann als perfekte Stille erlebt werden. Ich liebe es.

In Oslo ist es schwieriger. Ich arbeite in der Stadt, und dort muss ich mir hin und wieder meine eigene Stille schaffen. Manchmal gibt es so viel Lärm, dass ich die Musik, die ich höre, aufdrehe, nicht um noch mehr gestört zu werden, sondern um andere Geräusche auszublenden. Das funktioniert, wenn es sich um Musik handelt, die ich schon kenne, so dass es keine Überraschungen gibt. Streng genommen glaube ich, dass man sogar Stille erleben kann, wenn man sich an die Rollbahn des Osloer Flughafens Gardermoen setzt – wenn man es will. Ein Freund hat mir erzählt, dass er Stille nur dann mit Sicherheit erlebt, wenn er im Auto sitzt. Wichtig ist nicht, *wie es dir geht, sondern wie du die Dinge angehst*, heißt es in einem alten norwegischen Sprichwort, allerdings hat die Stille in der Natur für mich den größten Wert. Dort fühle ich mich am ehesten daheim. Würde ich es nicht schaffen, die Erfahrung von Stille auf das Stadtleben zu übertragen, würde die Sehnsucht so groß werden, dass ich viel öfter zurück in die Natur gehen müsste.

Draußen auf dem Eis der Arktis, auf dem Weg nach Norden, gibt es ständig Geräusche. Die Arktis ist ein Meer, das von Kontinenten begrenzt wird, im Gegensatz zur Antarktis, das ist ein Kontinent, der vom Meer begrenzt wird. Das Polarmeer ist dreitausend Meter tief und von Eis bedeckt. Das Eis bewegt sich mit dem Wind und den Meeresströmungen. Es rumpelt in der enormen weißen Masse, wenn sie mit den Naturelementen treibt. Dort, wo das Eis dünn ist, vielleicht nur ein paar Zentimeter, schaukelt es und knackt, wenn man darübergeht.

Als Børge Ousland und ich im Mai 1990 den Nordpol erreichten, flog zufälligerweise am Tag unserer Ankunft ein amerikanisches Spionageflugzeug über uns hinweg. Die Piloten, die aus dem Fenster schauten, um einmal den Nordpol gesehen zu haben, waren ebenso überrascht wie wir, dass sich dort noch andere Lebewesen aufhielten. Aus Freundlichkeit gegenüber zwei ausgehungerten Polarforschern warfen sie eine Kiste mit Lebensmitteln ab, bevor sie weiterflogen. Nach achtundfünfzig Tagen mit Temperaturen von minus vierundfünfzig Grad war der größte Teil unseres Körperfetts verbrannt, ebenso wie die Muskelmasse. Um unser Ziel zu erreichen, hatten wir die Tage von vierundzwanzig auf dreißig Stunden verlängert, so dass wir siebzehnstündige Tagesetappen gehen konnten. Kälte und Hunger hatten Schlaf zeitweilig unmöglich werden lassen. Wir öffneten die Kiste

aus dem Spionageflugzeug – es war das Mittagessen der Piloten, Sandwiches, Saft, geräucherter Hering –, legten die Lebensmittel auf unsere Schlafmatten und teilten sie auf. Ich wollte alles auf einmal verschlingen, aber Børge schlug vor, noch ein bisschen damit zu warten. Und das Essen erst still zu betrachten. Leise bis zehn zu zählen und dann zu essen. Kollektives Maßhalten zu zeigen. Uns daran erinnern, dass Wohlbefinden auch damit zu tun hat, etwas zu opfern. Ich habe mich selten so reich gefühlt wie damals. Es fiel mir nicht leicht, die Lebensmittel anzusehen und zu warten, aber das Essen schmeckte hinterher noch besser.

Ich stricke nicht, aber wenn ich jemanden stricken sehe, denke ich, dass diese Person die gleiche innere Ruhe erlangt, wie ich sie bei meinen Expeditionen erlebt habe, obwohl es um sie herum nicht so still ist. Es ist dasselbe, wenn ich lese, Musik höre, meditiere, Sex habe, Ski laufe, Yoga praktiziere oder einfach nur dasitze und nichts tue. Als Verleger weiß ich, dass man Bücher übers Stricken, Bierbrauen und Holzstapeln hunderttausendfach verkaufen kann. Es sieht so aus, als wollten wir alle, oder zumindest sehr viele von uns, gerne zu etwas Ursprünglichem und Authentischem zurückkehren – um Ruhe zu finden. Um eine kleine und ruhige Alternative zur Hektik zu erfahren. Diese Beschäftigungen bergen etwas Geruhiges und Beständiges, etwas Meditatives. Die Chance, dass man unterbrochen wird, wenn man im Keller steht



und Bier braut oder im Sessel sitzt und strickt, ist hoffentlich gering, man kann also in Ruhe seiner Tätigkeit nachgehen. Allein das Wissen, dass man hier nicht gestört wird und dass man ausnahmsweise einmal keine Erklärung abgeben muss, warum man bei seiner Tätigkeit allein sein möchte, ist ein Luxus.

All dies ist kein Trend oder eine neue Mode, sondern spiegelt ein tiefes menschliches Bedürfnis wider, davon bin ich überzeugt. Stricken, Bier brauen oder Holz hacken ähneln sich in ihren Aktivitäten. Man setzt sich ein Ziel und führt es durch, nicht sofort, sondern über einen gewissen Zeitraum hinweg. Man benutzt seine Hände oder den Körper und schafft etwas. Indem du dich bewegst, bewegst du dein Gemüt. Ich genieße es, wenn das Gefühl der Zufriedenheit vom Körper in den Kopf überspringt und nicht umgekehrt. Die Ergebnisse, die man erzielt – Holz, das wärmt, ein Pullover, in den man seine Seele gelegt hat –, lassen sich nicht einfach aus dem Drucker ziehen. Bei deiner Betätigung kommt buchstäblich etwas Handfestes heraus. Ein Resultat, an dem du dich eine Weile erfreuen kannst. Oder an dem sich andere erfreuen.