

7 levenslessen uit de bergen

TUSSEN

HEMEL

Sofie
Lenaerts

EN

AARDE



INHOUD

PROLOOG

7

LEVENSLES 1

**IK HEB HET NOG NOOIT GEDAAN,
DUS IK DENK DAT IK HET WEL KAN**

24

LEVENSLES 2

FALEN DOET GROEIEN

55

LEVENSLES 3

**WAT JE OVERKOMT KUN JE NIET KIEZEN,
WEL HOE JE ERMEE OMGAAT**

78

LEVENSLES 4

FOCUS + RITME = FLOW

105

LEVENSLES 5

DE MEEST AANGEPASTE OVERLEEFT

137

LEVENSLES 6

EEN GOEDE LEIDER PLAATST MENSEN IN HUN KRACHT

167

LEVENSLES 7

SUCCES IS EEN COLLECTIEVE VERDIENSTE

191

EPILOOG

225

SLOTWOORD

237

PROLOG

14 NOVEMBER 2023
KAMP 1 KYAJO RI
NEPAL
27°52'13.0"N 86°41'08.5"E

'We voelen ons goed en gaan door naar de top!' knarst het door de walkietalkie van sherpa Tawa in het eerste hoogtekamp.

Ik voel me opgelucht, want daarnet was de communicatie met klimsherpa Dorje, Daan en mijn man Stef allesbehalve duidelijk. We klommen te ver uit elkaar in een te groot Nepalees berglandschap. Je kunt dan naar elkaar zwaaien of schreeuwen, maar je weet nooit zeker of je boodschap aankomt. Laat staan hoe de ontvanger die interpreteert.

We waren vanmorgen samen om drie uur vertrokken. Met haast, want het weerbericht voorspelde de komende dagen slecht weer. Daarom hadden we beslist geen tweede hoogtekamp op de col te installeren, maar in één keer door te stoten naar de Kyajo Ri, een spitse top van 6186 meter. Een haalbare kaart, want we hadden net een hogere berg achter de kiezen. We waren goed geacclimatiseerd en een expeditieleider van een ander team had ons die kers op de taart getipt.

'De route ligt er behoorlijk droog bij, maar moeilijk gaat ook,' vervolgt Stef via de radio, in het gezelschap van Dorje en Daan.

Boven de col start de berggraat richting de top. Hoe minder sneeuw of ijs er ligt, hoe technischer een klim wordt. Hoe hard je ook trapt, je kunt die stijgieters nu eenmaal niet als houvast in de rotsen rammen. In plaats daarvan moet je puzzelen op welk stukje rots je de stalen tippen plaatst om jezelf omhoog te duwen.

Ik probeer me de omstandigheden voor te stellen, want ik bereikte niet eens de col. Samen met Wouter en Maarten maakte ik na drie uur klimmen rechtsomkeer. Fysiek konden we het aan, maar we beseften alle drie dat we onderweg in het pikdonker te veel tijd verloren hadden. De route tot de col laat zich immers het best omschrijven als een waterval vol immense rotsblokken en doodlopende geulen. Je daarin oriënteren met het weinige licht van onze hoofdlampjes bleek geen sinecure. Althans niet voor ons, want Dorje was er met Stef en Daan in zijn zog als een speer vandoor gegaan.

Benoit maakte er kort na het vertrek uit het kamp 1 een kruis over en Dirk had na de aanloop genoeg aan het eerste hoogtekamp als eindhalte. Ook ik vond het gisteren meer dan pittig. Een tocht van meer dan zeven uur op hoogte, met elk 25 kilogram aan materiaal op de rug. Onze lichamen hadden de vorige berg Cholatse (6440 meter) duidelijk nog niet verteerd.

10 Met zijn vijven blijven we rond de walkietalkie in Tawa's hand zwermen, terwijl
* we af en toe naar boven kijken op zoek naar de drie kleine stipjes, die verstoppertje lijken te spelen met de berggraat. Ik probeer de tijd te doden door iets te eten en een ommetje te maken in het kamp om mijn zenuwen te bedaren. Op een gegeven moment verwacht je die drie toch op de top?

De radio kraakt opnieuw. Ik herken de stem van Stef meteen:

'De top gehaald, Muisje, maar erg moe. Die finale klim was veel steiler dan gedacht!'

'Goed gedaan, Sweetie!' antwoord ik.

'We beginnen nu aan de afdaling.'

'Voorzichtig, hé!'

Natuurlijk zeg ik dat ze hun focus moeten bewaren, want op de top ben je – vermoeid of niet – maar halfweg. Ik klink net als mijn moeder, besef ik plots, die me ook altijd aanmaande voorzichtig te zijn wanneer ik op expeditie vertrok. Zo voelt het dus om aan de andere kant te staan. Een voor mij eerder ongewone positie, want als kind was ik al een kwajongen. Barbiepoppen interesseerden me geen moer. Met de jongens uit de buurt ravotten in het bos achter ons huis, dat vond ik dan wel weer leuk. Net als kampen bouwen, aan onze fietsen sleutelen, dingen in elkaar flansen en repareren. Als je veel en graag prutst, doe je al eens iets verkeerd. Zo heb ik thuis de zekeringen meermaals laten springen door met een schroevendraaier ergens in te peuteren waar ik beter niet in zat. Als puber volstond een fiets niet langer om rond te crossen in de bossen, een Honda Camino was veel interessanter. Ik herinner me hoe ik ooit met zo'n brommer tegen een boom ben geknald. Op de rommelmarkt had ik een motorcrosshelm gekocht, maar die was veel te groot voor mij. Hierdoor had ik een soort tunnelzicht, waarbij ik amper links of rechts kon kijken. Dan staat een boom al eens snel in de weg. Desondanks kon het voorval niet verhinderen dat ik uiteindelijk mijn loopbaan startte als zwaantje bij de toenmalige Rijkswacht.

Ik klink net als mijn moeder, besef ik plots, die me ook altijd aanmaande voorzichtig te zijn wanneer ik op expeditie vertrok.

Het lijkt alsof ik van kindsbeen af het leven ten volle wil consumeren.

Het boeit me niet om nodeloos risico's op te zoeken, maar het lijkt alsof ik van kindsbeen af het leven ten volle wil consumeren. Ik wil dingen proberen om te weten hoe ze voelen, zonder me per se met anderen te hoeven vergelijken.

Mijn drijfveer is nieuwsgierigheid. Let op: ik begin wel niet zomaar aan iets. Risico's kun je per definitie nooit volledig uitsluiten – al zeker niet bij een expeditie op alpien terrein. Ik probeer eventuele gevaren wel steeds goed in te schatten en waar mogelijk te beperken.

Doordat ik als kind veel met jongens optrok, kwam ik als meisje automatisch eerder met waaghalzerij in contact. Als je mee wilde doen met de jongens, dan moest je ook écht meedoen. Hierdoor leerde ik al vroeg hoe ik met angst moest omgaan. Een berekend risico is voor mij geen onbezonnen risico. Om het leven te beleven, moet je vol in dat leven gaan staan. Is er een andere manier?

Ik heb allerlei sporten gedaan. Van parachutespringen en kickboksen tot diepzeeduiken, maar de bergen blijven een aantrekkingskracht hebben die ik moeilijk kan verklaren. Het is gewoon enorm verslavend. Elke keer wanneer je een top bereikt, wil je er nog één beklimmen. Eens op een andere manier, wat hoger of wat moeilijker. Het is een eeuwige speeltuin.

Ik kijk opnieuw naar boven. De drie afdalende stipjes verdwijnen achter de berggraat, om kort erna meters lager weer op te duiken. Amai, wat gaan ze snel! Ik zeg het bijna luidop, want echt geruststellend vind ik hun vlugge tempo niet. Akkoord, het zijn sterke kerels met genoeg technische klimvaardigheden en ze ruiken hun stal. Maar toch...

Maak geen fouten. Doe het rustig aan, Sweetie, want je bent zo moe van de klim.

Ik neem mijn fototoestel, zoom in op de berggraat en druk af. Ik vergroot het kiekje maximaal op de display in de hoop iemand te spotten. Even denk ik Stef te herkennen tussen de wazige pixels, maar wanneer ik beter kijk, blijkt hij een rotsblok te zijn.

12 Het is wachten op een radiobericht, want de col belemmert het zicht op het
* onderste gedeelte van de berggraat. Ik voel me ongeduldig worden, want in het
hoge tempo dat ze naar beneden knalden, zou er toch al nieuws moeten zijn? Een knagend gevoel borrelt op. De warme middagzon stuwt wolken vanuit de vallei naar boven. Af en toe ontsnapt er een nevelsliert die met de snelheid van een opstijgende heliumballon over de couloir naar de col schiet. Is dit de voorbode van het aangekondigde slechte weer? De gedachte helpt alleszins niet om mijn onrust te bezweren.

Uit het niks schreeuwt de walkietalkie het plots uit. We veren simultaan recht en gaan rond Tawa staan. Hij houdt het toestel zo dicht mogelijk bij zijn oor om niks te missen van de paniekerige woordenstroom. Hij trekt lijkkleek weg. Ik begrijp geen Nepalees en kan hun gesprek niet volgen, maar ik voel dat er iets ernstig mis is.

Wat is er gebeurd?

Zijn ze veilig beneden geraakt?

‘Stef Dai has fallen!’

Meer zegt Tawa niet. Hij blijft gefocust op wat Dorje te vertellen heeft.

Het normaal zo vertrouwde achtervoegsel *Dai*, dat in het Nepalees ‘respectvolle oudere’ betekent, klinkt ineens als een onnodige ballast. Hoezo gevallen? Leeft hij nog? Of is hij dood? Ik hurk neer uit ongeloof, maar ga meteen in verzet. Mijn brein kiest de weg van de minste weerstand, want iets ontkennen is nu eenmaal gemakkelijker dan iets accepteren. Mijn Stef kan dus niet dood zijn.

Ik vraag aan Tawa: ‘*He’s alive?*’

‘*Yes, he’s alive, but he needs rescue.*’

Ik haal opgelucht adem, ook al weet ik op dat moment nog altijd niet hoe de vork precies in de steel zit. Ik spring recht en loop om de satelliettelefoon. Ik activeer het toestel en geef het aan Tawa. Hij belt zijn chef in Kathmandu om een reddingsactie op poten te zetten. Kort daarna kraakt de walkietalkie opnieuw. Het is Daan, met eindelijk meer nieuws:

‘Stef is door een geknapt oud touw van de berggraat in een gletsjerspleet gevallen. Dorje en ik hebben hem eruit gesleurd. We zien geen bloed, maar hij heeft veel pijn aan zijn rug. Hij heeft ook moeite met ademen.’

Benoit, die in het dagelijkse leven werkt als chirurg, staat naast me. Hij neemt de informatie aandachtig op en zegt dat hij zich zorgen maakt over eventuele inwendige bloedingen. Het is niet omdat er aan de buitenkant niks te zien valt dat er binnen in het lichaam niet van alles kapot kan zijn. Je kunt doodbloeden zonder dat je het ziet, zegt hij. Het bloeddrukverlies doet je ademhaling of je hart er dan mee ophouden. Het kan als een overwinning aanvoelen dat ze Stef uit die gletsjerspleet hebben gekregen, maar het is dus goed mogelijk dat Stef, zonder dat hij het zelf beseft, in levensgevaar is.

Ik hoor hoe Daan de radio doorgeeft aan mijn man.

‘Ik denk dat ik mijn ribben gebroken heb. Ik weet niet hoe het komt, maar ik voel me ook erg misselijk. Het is vechten om niet weg te draaien’, meldt hij.

‘Je moet volhouden, Sweetie! Blijf wakker, denk aan de kids! We doen er alles aan om je daar zo snel mogelijk weg te krijgen.’

Ik geef de radio door aan Tawa, die meldt dat er een reddingshelikopter uit Kathmandu onderweg is. Binnen het uur zou de hulp hier moeten zijn. Er zit niks anders op dan te wachten. De stilte in de groep is oorverdovend.

In een crisissituatie helpen emoties je nu eenmaal niet vooruit, praktische oplossingen wel.

Ik vermoed dat mijn job bij de politie ermee te maken heeft. Als er iets misloopt, kan ik heel rationeel zijn. In een crisissituatie helpen emoties je nu eenmaal niet vooruit, praktische oplossingen wel. Hoe kun je anders verklaren dat ik bedenken dat er maar 20 dollar belwaarde op onze satelliettelefoon staat, terwijl mijn man daarboven misschien zijn laatste adem aan het uitblazen is? Het toestel is onze enige link met Kathmandu. Zonder belwaarde is het toestel gewoon maar een doosje met een display, wat knoppen en een antenne.

14 Ik stuur met de satelliettelefoon een tekstbericht naar Stefs dochter, om extra eenheden belwaarde te kopen. 'Straks!' typt ze, 'Ik heb eerst nog een afspraak.' Ik wil haar niet alarmeren, maar het moet gewoon meteen. Ik doorprik de ballon in een nieuw bericht: 'Papa heeft een ongeluk gehad. Ik moet NU extra belwaarde hebben.' Ze antwoordt dat ze het onmiddellijk zal regelen. Het lijkt alsof ze aanvaardt dat de antwoorden op al haar vragen voor later zullen zijn. Eerst belwaarde, eerst papa.

Het oplossen van dat probleem maakte ruimte voor een tweede. In Nepal vliegen helikopters op zicht. Bij een gesloten hemel blijven toestellen netjes in hun hangar. Ondertussen blokkeren de opklimmende wolken al het zicht op bijna de volledige vallei onder ons. Die helikopter mag dan vertrokken zijn uit de hoofdstad, dat wil nog niet zeggen dat hij tot hier raakt. In het slechtste scenario besluit de piloot onderweg rechtsomkeer te maken. Dan is er helemaal geen sprake meer van een reddingsoperatie. Ik heb geen glazen bol, maar ik vind wachten een te groot risico. Waarom kostbare tijd verspillen?

Stef zei over de radio dat ze over voldoende water en pijnmedicatie beschikken om het uit te zitten tot de aankomst van de reddingswerkers. Maar wat als dat uur langer duurt? Wat als een uur een lange, ijskoude nacht wordt? Ik gok dat ze nog enkele voedingsrepen hebben, maar die kun je niet echt een volwaardige maaltijd noemen. Of toch niet iets wat het lichaam voldoende energie geeft om een noodbivak op die hoogte goed door te komen. Ze hebben geen tent of slaapzakken. Geen brandstof, geen brander of reservebatterijen voor de radio. Dat moet anders, besluit ik.

Ik leg onze tent plat en prop ze in mijn rugzak. Zonder een woord te zeggen sluiten Wouter en Maarten aan. We verdelen onderling de slaapzakken, het eten en de brandstof.

Wat deze morgen met amper gewicht een helletocht was, voelt nu helemaal anders aan. Het lijkt alsof mijn volle rugzak niet eens bestaat. Ik schiet als een raket omhoog, waardoor mijn compagnons al snel niet kunnen volgen.

Adrenaline, zo heet mijn kerosine. Een efficiënt maar ook risicovol beestje.

Adrenaline, zo heet mijn kerosine. Een efficiënt maar ook risicovol beestje. Je kunt jezelf in zo'n opgefokte drive immers niet altijd goed inschatten en dus in gevaar brengen. Ter verdediging: ik ken de route

ondertussen, voel me hersteld van de eerdere klim en heb voldoende gegeten en gedronken. Surplus: uit ervaring weet ik dat ik heel diep kan gaan.

In mijn rugzak zit niet alleen materiaal voor een noodbivak, maar ook alle ervaringen en crisismomenten van de afgelopen twintig jaar. Alle berekende risico's in het bovenste vak, al het gepruts aan de zijkant vastgebonden.

In mijn hoofd bundel ik alles als noodzakelijke levenslessen samen.

Dit gaat lukken.

Ik kom eraan, Sweetie...