

Antwort von X - Das Experiment -

Ein Langzeitaufenthalt in der Wendelsteinhöhle

3. September 2007, 15.17 Uhr

Manchmal haben Mails ungeahnte Folgen. Diese Mail war eine solche.

Sie stammte von Urs Wendel aus Nürnberg und begann mit den Worten:

„Vor einiger Zeit stieß ich beim Suchbegriff Höhlenmeditation auf Frau Astrid Bergemann und sprach auch telefonisch mit ihr. Sie wurden mir für mein wohl eher seltenes Anliegen empfohlen.“

Was folgte, war dann so ungewöhnlich zunächst nicht. Er beschäftigte sich seit Jahren mit Meditation und suche ganz einfach eine geeignete Höhle, um so etwas einmal in einer Höhle auszuprobieren. Ich überlege – na, ja, warum eigentlich nicht. Mein Fachgebiet Mensch & Höhle betrifft es auch. Ich werde ihn mal anrufen.

Einige Tage später

Wir telefonieren. Ich erzähle Urs, dass es vielleicht gar nicht so einfach ist, denn er wird jetzt etwas präziser. Ein paar Tage sollen es sein und er möchte ungestört sein. Nun ja, dann muss es eine Höhle sein, in der man sich auch entsprechend einrichten kann – ein paar Quadratmeter ebene Fläche sollten schon vorhanden sein, und die vielleicht abschließbar oder entsprechend überwacht ist. Eine Schauhöhle außerhalb des Betriebes vielleicht ?? Das Schulerloch fällt mir ein. Oder – die Wendelsteinhöhle. Ich lade ihn ein.

Oktober 2007

Wir haben uns getroffen. Auf der Terrasse des Wendelsteinhauses haben wir Pläne geschmiedet. Er ist ein Mensch mit positiver Ausstrahlung, ist verheiratet, seine ebenfalls sympathische Frau war dabei. Die Besichtigung der Wendelsteinhöhle hat ihm gefallen.

Er ist sicher kein esoterischer Spinner, aber er meint es ernst. Beschäftigt sich sehr lange mit Meditationstechniken, ein Buch darüber liegt in den Endzügen, er sucht einfach eine besonders intensive Erfahrung. Höhle ist der Ort der maximalen Reduktion äußerer Einflüsse. Nun, das ist nicht neu, Rückzug in Höhlen (wie auch in die Wüste) gab es schon immer, in vielen Kulturen, in vielen Religionen (mehrmals auch in der Bibel) warum nicht? Ich finde den Gedanken gut. Ein paar Telefonate folgen.

8. November 2007

Eine weitere Mail offenbart Konkretes. Und Überraschendes.

Urs möchte vom 25. Januar 2008 bis 2. Februar 2008, dem Lichtmesstag (keltisch: Imbolc) in der Höhle verweilen. Das sind 8 Tage – 192 Stunden. Das ist natürlich schon heftig. Viele derartige Aufenthalte hat es vermutlich noch nicht gegeben.

Andererseits ist Urs vernünftig. Er wird sich gut ausrüsten, lässt sich beraten, wie Kälte und Dunkelheit gemeistert werden können, hat konkrete Vorstellungen.

Und was er in der Höhle zu treiben gedenkt, klingt auch nicht so abwegig.

„Wie sieht die Art der Meditation aus?

Sie besteht aus drei Teilen:

Zum einen ist es das Hören in die Stille. Das „Rauschen“ zwischen den Geräuschen wahrnehmen, also das nicht wahrnehmbare hören.

Ein weiteres Paradoxon ist das nicht Sichtbare zu sehen, indem das nicht Vorhandene ohne Erwartung etwas zu sehen beobachtet wird.

Der dritte Teil ist die Atmung. Es wird mit dem Herzen geatmet. Das ist der Schlüssel zur Aufrechterhaltung der Konzentration.“

Ich beschließe, die Aktion zu unterstützen und nenne sie ab sofort „Das Experiment“

Sonntag, 6. Januar 2008 (Heilige drei Könige)

Urs und seine Frau sind wieder weg, zwei Tage haben wir noch mal miteinander verbracht. Gestern haben wir die Wendelsteinhöhle befahren und nochmals vor Ort „Das Experiment“ geplant.

Die extreme Abgeschiedenheit des Platzes wird uns noch mal bewusst. Die Höhle liegt auf über 1700 m Höhe. Von der Zahnradbahn sind es nur 50 m zum Eingang, aber der Schnee liegt hoch. Wir schaufeln eine Stunde, um überhaupt die Türe öffnen zu können. Der vordere Teil der Höhle ist vollkommen vereist. Mit Steigeisen geht es mühsam voran, ganz ungefährlich ist die Begehung auch nicht.

Im Dom der Wendelsteinhöhle ist gerade Platz, das Zelt aufzustellen. Drei Stufen führen auf einen etwas kleineren Platz, dort könnte er sich für die Meditationspraxis aufhalten. Die Temperatur beträgt 4,2 Grad. Es ist nicht zugig und eigentlich trocken. Mit Ausrüstung wird es gelingen. Urs möchte ein paar Tage vorher kommen und zu fasten beginnen. Allerdings wird er konzentrierte Flüssignahrung zu sich nehmen. Wir haben Ausrüstungsdetails besprochen, eine Liste gemacht.

Erstaunlich, dass viele das Experiment unterstützen. Die Verantwortlichen der Wendelsteinbahn lassen sich darauf ein.

Wir diskutieren Sicherheitsmaßnahmen. Ich werde ihn am Tag nach dem Beginn noch einmal besuchen, nach der ersten Übernachtung. Dann aber möchte er ungestört sein. Er wird keine Uhr mitnehmen und die Zeit „vergessen“. Sicherungsmaßnahmen wie eine Telefonleitung haben keinen großen Sinn. Er wird 7 Tage völlig isoliert sein und allein zurechtkommen müssen.

Dienstag, 22. Januar 2008

Urs ist heute angekommen, hat ein Zimmer bezogen, um sich noch drei Tage vorbereiten zu können. Sein Buch über Meditationstechniken ist auch fertig, er bringt mir ein Exemplar. Der Einstieg scheint mir leicht, ich denke aber, da werde ich mich noch intensiv beschäftigen müssen – viele gedankliche Anregungen!. Der Titel „108 ... Antwort von X“ hilft lässt vieles offen. Sein Autoren pseudonym ist „Kleiner Bär“. Das finde ich nett.

Wir haben im Vorfeld Stillschweigen über das Experiment vereinbart, keine Pressemitteilung, nicht allzu viele Eingeweihte. Er möchte keinen Sensationsrummel, er macht die Erfahrungen für sich selbst. Macht das Ganze sympathisch. Er möchte auch seine Person nicht in den Mittelpunkt stellen.

Mittwoch, 23. Januar 2008

Noch mal nette Gespräche am Abend. Ich verstehe seine Beweggründe irgendwie. Manchem kann ich wieder nicht so folgen. Aber er weiß offensichtlich, was er tut.

Donnerstag, 24. Januar 2008

Gerade ist er wieder gegangen, die letzten Vorbereitungen sind getroffen, die Ausrüstung gecheckt, alle Batterien aufgeladen, und ein Schild geschrieben: „Betreten der Höhle verboten!“

Freitag, 24. Januar 2008

Das Experiment hat begonnen. Wir haben ca. 40 kg Ausrüstung mit der Bahn auf den Berg geschafft und dann in zwei Gängen in die Höhle. Gar nicht so einfach, das Tauwetter setzt dem Eis zu. Die Verhältnisse sind nicht so günstig. Wie versuchen, an größere Eisgebilde nicht dranzustoßen, damit sie uns nicht auf den Kopf fallen.

Urs ist in guter Verfassung. Er hat seit drei Tagen keine feste Nahrung mehr zu sich genommen, aber die Flüssignahrung hat die entsprechenden Kalorien.

Im Dom ist aber alles ok, verhältnismäßig trocken. Wir stellen das Biwackzelt auf und richten alles wohnlich her. Urs hat einen Thermoanzug, der ausreichend warm ist. Mit Jacke drunter sieht er aus wie ein überdimensionaler Teddybär. Wir lachen ziemlich.

Die Zeit verrinnt. Ich verabschiede mich schließlich nach etlichen Dokumentarfotos. Ich werde ja morgen noch einmal kommen. Komisches Gefühl, als ich bei der Talfahrt seine Fahrkarte in der Tasche finde. Na, ja, er braucht sie ja heute nicht.



Samstag, 25. Januar 2008

Heute bin ich nochmals mit der Bahn auf den Berg gegangen und in die Höhle. Eigenartiges Gefühl, mir fällt ein, dass ich schon lange nicht mehr ganz allein in einer Höhle war. Das Eis schmilzt im Zusehen. Es ist zu warm für die Jahreszeit.

Wir haben vereinbart, dass ich mich, wenn ich näherkomme, mit einer Glocke bemerkbar mache. Sollte er schlafen oder sich in einer Meditations Sitzung befinden, wäre dies eine Art Rückführungssignal, das ihm helfen würde. Am vereinbarten Ort lasse ich wie vereinbart 22 Glockenschläge mit einer kleinen Handglocke erklingen. (Wenn wir ihn endgültig wieder abholen, werden es 108 Schläge sein!)

Ich finde einen „Höhlenmenschen“ in bester Verfassung. Die erste Nacht war prächtig, die Ausrüstung warm genug, das Zelt trocken und dem Empfinden nach erstaunlich angenehm erwärmt, wovon ich mich selbst überzeugen kann. Er hatte von einem Jäger einen genialen Tipp bekommen: Eine lang brennende Kerze unter einen umgestülpten Blumentopf stellen. Der Topf ist angenehm warm und heizt das Zelt richtiggehend, aus dem Loch in der Mitte des Topfbodens strömt ein heißer Strahl Luft – ideal zum Händewärmen. Wieso heizt eine kleine Kerze so stark? Keine Ahnung.

Wir sind guter Dinge, machen nochmals einige Fotos. Urs hat eine blaue Glaslampe aufgehängt, die mit einem magisch angenehmen Licht den Raum diffus erhellt. Ich versuche mit Stativ, die Lichtstimmung fotografisch einzufangen. Die Stimmung steckt irgendwie an. Ich habe meine Aquarellmal-sachen mitgebracht und versuche auch damit etwas von der Atmosphäre festzuhalten. Irgendwie be-neide ich ihn fast etwas.

Ich habe nochmals Wasser mitgebracht, er ist jetzt optimal versorgt. Seine Ausrüstung ist perfekt. Die einzige Ecke des Zeltens, auf die es etwas tropft, decken wir nochmals mit einer Plane zusätzlich ab. Ich bin sehr zufrieden! Wenn er nicht gerade hinfliegt und sich ein Bein bricht, kann eigentlich nichts passieren.

Dann irgendwann doch ein „letzter“ Händedruck, noch mal gute Wünsche, ein herzliches „Glück tief“, und ich lasse ihn allein. Wieder ein sonderbares Gefühl. Ich verweile noch über eine Stunde im vorde-ren Teil der Höhle, fotografiere Eisfiguren... Bei der Talfahrt fotografiere ich spontan den Felsen, der ihn die nächsten 7 Tage „beschützt“ – Gibt es Orte auf der Welt, die mit diesem vergleichbar sind? Herausgehoben 1.700 m über dem Meer, aber doch im Inneren von tausenden von Tonnen Gestein – irgendwie eigenartig. Ich hoffe, er wird uns viel erzählen können nach 7 Tagen Isolation, vielleicht mehr als nach 7 Tagen Abenteuerurlaub? Wo ist der Unterschied?

Es ist jetzt 23 Uhr 54, gerade noch heute habe ich diesen Tagebucheintrag beendet, das Experiment hat gerade erst begonnen ...



Sonntag, 26. Januar 2008

Natürlich haben wir beim Frühstück an ihn gedacht, geht ja gar nicht anders. Am Tag die Bilder von gestern betrachtet. Die Nachrichten berichten von Sturmereignissen in Deutschland und Österreich.

Die höchste Windstärke Deutschlands mit 137 km/h wurde auf dem Wendelstein gemessen. Komischer Zufall. Die Bahnen sind heute nicht gefahren – wegen Sturm. Heute befindet sich Urs am vielleicht isoliertesten Punkt Deutschlands. Ich denke, das wird ihm gefallen.

Habe seine Frau angerufen, ihr Grüße übermittelt und bissl berichtet. Ich denke, sie vertraut ihm und macht sich keine unnötigen Sorgen.

Montag 27. Januar 2008

Bei der Fahrt zur Arbeit der Blick hinauf zum Wendelstein, wie oft – heute hat er eine besondere Bedeutung. Heute ist wieder schönes Wetter, die Bahnen fahren wieder – Skibetrieb ist aber eingestellt wegen zu vereister Pisten. Das erzählt Frau Steimle von der Wendelsteinbahn in einem kurzen Telefonat. Also wieder ein Tag Ruhe am Berg ...

Ein voller Tag im Büro lässt dann keine Zeit zum langen Nachdenken. Erstaunlich, wie man die Prioritäten setzen und verändern kann.

Gestern habe ich das Buch von Urs begonnen zu lesen. An den Anfang hat er seine Version einer alten Legende gesetzt, wie der Kleine Bär (oder Kleine Wagen) ans Firmament kam:

Die Legende vom kleinen Bären am Himmel und den Menschen

*Es gibt viele Erzählungen, wie der Bär ans Himmelszelt gelangte.
Eine Geschichte der Ostyaks sagt, dass der Bär ohne
Mühe zwischen Himmel und Erde reisen könne, er sei einst
durch die Vermählung von Sonne und Mond hervorgegangen.
Und so begann sein Dasein als Himmelsmacht.
Als sich der Vater des kleinen Bären auf der Jagd befand,
schlich sich der kleine Bär aus dem Haus und erkundete
seine Umgebung. Dabei passierte es. Nachdem er versehentlich
einen Fuß durch den Himmelsboden gesteckt hatte, sah
er für kurze Zeit die dort unten lebenden Menschen. Dieser
Anblick weckte seine Neugier so sehr, dass er seinen Vater
Numi-Torum überredete, ihm zu erlauben, die Menschen zu
besuchen. Daraufhin hob sein Vater den kleinen Bären in
eine goldene Wiege und setzte ihn vorsichtig mithilfe einer
silbernen Kette auf einer Honigblüte ab, die auf der Erde
wuchs. Numi-Torum gab ihm genaue Verhaltensmaßregeln.
Er müsse die Bösen bestrafen, die Guten belohnen und jedermann
in der heiligen Bärenzeremonie unterweisen. Als die
erste große Zeremonie vollbracht war, füllte der kleine Bär
sein Traggestell mit Silber, und sein Vater zog ihn wieder in
den Himmel hinauf, wo er seither wohnt.*

Aha, daher die Bärenvorliebe und das Pseudonym des Buches. Im ersten Kapitel geht es um eine Wanderung in der Einsamkeit Sibiriens und eine mehrmalige Übernachtung in einer Höhle!

Dienstag, 28. Januar 2008

Was war heute besonders? Eigentlich passiert nicht viel. Der Wendelstein lässt sich nicht anmerken, was in ihm geschieht. Immerhin Halbzeit schon.

Interessant: Von Astrid Bergemann erreicht mich eine Mail, die zu einer Höhlenmeditation einlädt. Über Nacht sogar. Wird doch nicht Mode werden?.

Mittwoch, 29. Januar 2008

Das angekündigte schlechte Wetter ist am frühen Abend tatsächlich gekommen, seither schüttet es im Tal bei Temperaturen von knapp über 0 Grad, kein Zweifel, dass es am Berg ganz kräftig schneit. Wenn Urs heute Nach abbrechen wollte, könnte es Schwierigkeiten geben. Die Vorhersage für morgen ist wieder besser. Für Samstag wieder ganz schlecht. Aber zu dritt werden wir ihn schon abholen. Irgendwie steigt die Spannung langsam etwas.

Im Verein für Höhlenkunde war heute Vortragsabend. Natürlich war das Experiment am Wendelstein ein Gesprächsthema! Erstaunlich, wie viele davon wissen ...

Donnerstag, 30. Januar 2008

Man kann sich täuschen. Der Schneefall brachte am Berg nur wenige Zentimeter. Unglaublich, offensichtlich war es wärmer als erwartet. Keine Täuschung dagegen die stündliche Meldung auf Bayern 1 Lokalnachrichten über den Höhlenmenschen im Wendelstein. (?)

Auch dafür gibt es allerdings eine Erklärung, die ohne Parapsychologie auskommt. Frau Steimle von der Wendelsteinbahn hat eine Mail verwechselt und eine vorbereitete Presseerklärung zu früh an den Presseverteiler geschickt. Kein Wunder, dass jetzt schon drei Journalisten ein Interview angemeldet haben ...

Andererseits bin ich mir nicht mehr so sicher, ob es nicht doch möglich ist, dass Ereignisse andere Ereignisse anziehen? Wie ist eine Mail von gestern zu erklären, in der ein Schriftsteller mit mir Kontakt aufnimmt, der für einen neuen Roman recherchiert ... Er schreibt mir unter anderem: „1995 passierte es, dass ein Mann in eine Doline des Toten Gebirges stürzte. Vier Tage und drei Nächte verbrachte er in diesem Loch, halb tot schaffte er dann den Ausbruch aus seinem Gefängnis. Diese Begebenheit ist eine der Grundlagen meiner Romanhandlung.“

Sonderbare Dinge geschehen manchmal. Der Verunglückte heißt Herbert Bruckmüller und hat ein Buch über seine Erfahrungen geschrieben. Muss ich besorgen.

Ich muss aber jetzt beginnen, die Utensilien für die Abholaktion am Samstag vorzubereiten.

Freitag, 01. Februar 2008

Im Oberbayerischen Volksblatt, der meistgelesenen Tageszeitung der Region, hat es das Experiment auf Anhieb auf die Titelseite geschafft – mit einem malerischen Eisfoto, es zeigt Hänsel Lehmann bei einer Tour, die wir vor 2 Jahren mal gemacht haben ... Wird Zeit, dass es zu Ende geht. Der Rucksack ist gepackt.

Samstag, 02. Februar 2008 (Lichtmesstag)

Zur Bahn um 10.00 treffen wir uns, um ihn wieder abzuholen: Claudia Steimle von der Wendelsteinbahn, Hänsel Lehmann und Dr. Klaus Matthias sind mit von der Partie – letzterer mit Blutdruckmessgerät, Kreislaufspritze und ähnlichem ausgerüstet, was man dabei hat, braucht man meist ja nicht ...

Es schneit leicht am Berg, die Steigeisen werden angelegt, dann fahren wir in die Höhle ein. Zunächst zum vorderen Teil, die Vereisungen bewundern – das Eis hat gegenüber letzter Woche wieder leicht zugenommen. Einige schöne Fotos gibt es.

Um 12.00 hatten wir die Abholung vereinbart – dann sind ziemlich genau 8 Tage um, exakt 192 Stunden. Wir nähern uns dem Dom. Ich hole meine Glocke aus dem Rucksack, 108 Schläge ertönen – irgendwie habe ich das Gefühl, dass das Ritual unsere ganze Gruppe berührt. Dann gehen wir weiter.

Im Zelt rumpelt es etwas, dann kommt ein gut gelaunter, völlig entspannter Höhlenmensch zum Vorschein und meint „Hallo, schön dass Ihr da seid – alles bestens“. Fast schon unspektakulär.

Allseitige Begrüßung, es scheint ihm wirklich prächtig zu gehen. Die Ausrüstung war wohl fast perfekt, das Licht ausreichend, die Getränke allerdings fast aufgebraucht.

Und mit einer Aussage überrascht er uns wirklich: Für ihn sind neun „Tage“ vergangen, er war etwa vor drei Stunden aufgestanden und somit am Vormittag seines neunten „Tages“. Da die Vorräte aufgebraucht waren, hätte er heute nach draußen geschaut ... Wir vermuten später, sein Meditationsprogramm hat ihm vielleicht eine Art eigenen Rhythmus aufgeprägt, denn aus anderen Experimenten weiß man ja, dass die Tage in Isolation von Außenreizen eher langsamer vergehen – das hatten wir alle erwartet..

Natürlich dann erste Fragen: Wie war es insgesamt, was hast Du erlebt, willst Du überhaupt reden mit uns .. ein paar Dokumentationsfotos, ein ganz respektabler Bart ist ihm gewachsen in 8 Tagen, steht ihm nicht schlecht. Und er berichtet bereitwillig: es hat sich in jedem Falle gelohnt, seine Meditationsübungen haben ihm etwas gebracht. Klar, vieles wird eben sein Empfinden bleiben, kann man wirklich einem Dritten erzählen, was man in 8 (oder 9?) Meditationstagen „gesehen“ hat? Vermutlich nicht. Er scheint aber auch froh zu sein, dass es vorbei ist, an seinem 6. Tag hatte er wohl gefühlsmäßig die stärksten Eindrücke erlebt, die letzten 2 Tage, so meint er, wären jetzt eher ein „Warten“ gewesen. Das Zeitgefühl insgesamt sei ziemlich schnell „völlig weg“ gewesen.

Wir packen gemeinsam ein, das Zelt und alle Ausrüstungsgegenstände sind doch ziemlich feucht, der Tropfwaterfall hat insgesamt im Vergleich zum Aufbau-tag deutlich zugenommen.



Dann schließlich der Materialtransport nach draußen. Die Öffnung der Türe ganz nach draußen überlassen wir als symbolischen Akt Urs selbst. Er hat sich vorsichtshalber eine Gletscherbrille aufgesetzt, und tatsächlich, er empfindet das Tageslicht sehr grell – trotz Schutzbrille. Und obwohl es schneit und eher trübe ist.



Wir stapfen zum Bergbahnhof zurück, kleiden uns aus und gehen in die Gaststube des Wendelsteinhauses. Urs schmeckt das erste feste Essen nach 12 Tagen – Reiberdatschi mit Apfelmus.

Und er berichtet weiter. Wir staunen über seine positive Energie, seine kraftvolle Ausstrahlung, er wirkt nicht gerade wie ein ausgemergelter Asket, eher wie ein Sportler nach erfolgreicher Reha. Und so fühlt er sich auch, nach eigener Aussage: ausgeruht, voll positiver Energie, erholt. Wirklich erstaunlich.

Mich interessiert natürlich die „Wirkung der Höhle“ besonders. Ja, die Höhle sei wirklich ein geeigneter Rückzugsort, die totale Ausblendung aller Reize eine Hilfe um Dinge zu erkennen. Der Blick in die Leere, ins totale Dunkel kann offenbaren, was vom Licht nur verdeckt würde. Was zunächst paradox klingt, hat schon eine Logik. Bringt uns die Reizüberflutung unserer täglichen Welt die letzte Erkenntnis? Wohl eher nein. „Man kann die ganze Welt erkennen, ohne einmal aus dem Fenster zu schauen.“ sagt Urs dazu.

Wir fahren mit der Bahn wieder ins Tal. Urs bedankt sich für unsere Hilfe, aber wir haben ihm viel mehr zu danken für einen Tag, den man so schnell nicht vergisst. Der Abend vergeht mit dem Auspacken der dreckigen und nassen Ausrüstung, die Fotos werden noch gesichtet ... morgen ist ja auch noch ein Tag ...

Sonntag, 3. Februar 2008

Ausruhen war nicht viel. Wir treffen uns gegen 10.00, Fotos für die Presse auszusuchen, dann Telefonate mit Zeitungen. Seine Frau kommt gegen Mittag - große Wiedersehensfreude. Nachmittags besucht uns der Bayerische Rundfunk. Pressearbeit kann ganz schön anstrengend sein.

Urs hat heute Aufzeichnungen mitgebracht, die er zum "technischen" Teil des Aufenthaltes gemacht hat. Über seine Erlebnisse und das Befinden während der Meditationssitzungen wird es eigene Aufzeichnungen geben ...

„Aufzeichnung 1

Schnell wird einem bewusst, wie das Überleben in dunkler Kälte von einem Minimum der Auswahl von einfachen, aber richtig vorbereiteten Gegenständen abhängt.

Aufzeichnung 2

Feuchtigkeit im Zelt gering. In den Schlafsack hat sich leider Feuchtigkeit reingesetzt. Die Kerzen mit umgedreht übergestülpten Blumentöpfen könnten den Schlafsack allmählich trocknen. Das Abwischen der unteren Zeltwand und der Isoliermatten schafft zügig Abhilfe. Den feuchten Lappen außerhalb des

Zeltes lassen ! Gute Stumpenkerzen verwenden. Keine mit äußerer Farbschicht! Wichtig ist eine gerade, nicht brennbare Unterlage. Das Kerzenlicht spart Batteriestrom und sorgt für gute Stimmung im Sinne bescheidener Beghaglichkeit. Kerzen ohne Blumentopf nur unter Aufsicht brennen lassen!

Aufzeichnung 3

Der Schlafsack bleibt jetzt immer offen liegen und die Entscheidung ist gut. Eine Decke im Schlafsack macht viel für gute Wärme aus, wenn der qualitativ nicht so hochwertig ist.

Aufzeichnung 4

Mit den Kerzen komme ich bestimmt gut aus. Für die Einteilung lasse ich immer eine ältere und eine neuere Kerze brennen, dann gehen in der Nacht zumindest nicht beide aus. So bleibt übermäßige Luftfeuchtigkeit außen.

Aufzeichnung 5

Decke und Schlafsack ausschütteln gibt dem kleinen Wohnraum wieder eine ordentliche Atmosphäre. Ich habe den Eindruck, so wieder einen kleinen Teil zur Reduktion der Luftfeuchtigkeit im Zelt beizutragen, wie das Durchlüften zuhause.“

Montag, 4. Februar 2008, Rosenmontag

Heute endlich ein ruhigerer Tag. Für mich hat die Arbeit wieder begonnen. Abends essen wir zusammen Fondue – und reden endlich wieder einmal nicht nur über die Höhle. Der bayerische Rundfunk hat zwei mal einen schönen Beitrag gebracht, flott gemacht und objektiv.

Dienstag, 5. Februar 2008, Faschingsdienstag

Heute sind beide wieder abgereist, das Experiment ist zu Ende. Hat es sich gelohnt? Ich denke schon. Neue Erfahrungen, neue Freundschaften, neue Einblicke haben alle Beteiligten gewonnen.

Was bleibt? Schwer zu sagen. Bedrucktes Papier, einige Fotos, einige Beschreibungen, die Urs noch über seine meditativen Erfahrungen nachreichen wird. Und etliches, das er uns nicht mitteilen kann, Wirkungen der Höhle, die ihm allein gehören, ein letzter Rest Geheimnis ... und das ist der Höhle ja wieder würdig.

Sonntag, 10. Februar 2008 – Nachtrag

Urs hat einen Bericht aus seiner Sicht geschickt, eine perfekte Abrundung des Experimentes.

Das Buch von Herbert Bruckmüller ist gestern eingetroffen. Der begeisterte Bergsteiger ist im Oktober 1995 im Toten Gebirge in eine Doline gestürzt. In 4 Tagen unfreiwilligen Aufenthaltes hat er es geschafft, eine Steinpyramide zu errichten und seinem Gefängnis schließlich zu entfliehen. Wahnsinn.

Ein anderer Aufenthalt war freiwillig: Heuer, am 29. November, jährt es sich zum zwanzigsten Mal, dass Veronique Le Guen den Versuch begann, länger als jeder Mensch vor ihr, nämlich 110 Tage, in völliger Isolation in einer Höhle in Südfrankreich zu verbringen. Ihr Tagebuch ist ein erschütterndes Zeugnis menschlicher Grenzerfahrung – ich habe es endlich einmal zu lesen begonnen – schwere Kost als Begleitlektüre des „Experimentes“. Denn die 33-jährige Französin ist an dem Erlebnis zerbrochen. Ein Jahr nach dem Aufenthalt hat sie sich das Leben genommen. Im Abschiedsbrief an Ihren Mann schreibt sie: „*Unter der Erde sind mir Dämonen begegnet. (...) Ich habe hier nichts mehr verloren, und so verlasse ich diese Welt. (...) Ich habe zwar Angst vor dem Tod, aber noch mehr Angst habe ich vor dem Leben.*“

Literaturhinweis:

Bär, Kleiner

108 ... Antwort von X

BOD-Verlag, Norderstedt, 2007, ISBN: 978-3-8334-8361-5

Das Buch von Urs Wendel ist unter dem Pseudonym Kleiner Bär erschienen:

Bruckmüller, Herbert

Warum kannst Du nicht fliegen? Eine Odyssee im Toten Gebirge

Verlag Denkmayr, Linz, 1998, ISBN 3-901838-24-4

Le Guen Véronique

Allein mit der Angst – Eine Frau im Grenzbereich menschlicher Erfahrung: 110 Tage in totaler Isolation

Heyne-Sachbuch, München, 1992, ISBN 3-453-05816X

Hofmann, Peter (1998)

Die Wirkungen des Phänomens Höhle

In: Hofmann, Gabi und Peter (Hrsg): Arbeitskreis HöRePsy, Tagungsmappe 1998: Reise nach Innen, Selbstverlag, München, 1998, Seite 5 - 13

Lindenmayr, Franz (1995)

Träume und Höhle

In: Hofmann, Gabi und Peter (Hrsg): Arbeitskreis HöRePsy, Tagungsmappe 1995, Selbstverlag, München, 1995, Seite 18 -31

Lindenmayr, Franz (1995)

Höhlen: Schulen der Sinne: Die zeitliche Orientierung

In: Hofmann, Gabi und Peter (Hrsg): Arbeitskreis HöRePsy, Tagungsmappe 1995, Selbstverlag, München, 1995, Seite 50 -61

Lindenmayr, Franz (1998)

Meditation und Höhle

In: Hofmann, Gabi und Peter (Hrsg): Arbeitskreis HöRePsy, Tagungsmappe 1998: Reise nach Innen, Selbstverlag, München, 1998, Seite 69 -79

Dieser Artikel wurde veröffentlicht auf der Homepage des Autors:

www.tropfstein.de

Weitere Informationen und Link-Hinweise siehe dort.