

#3 | avgust, 2012

Beta

Magazine



📷 Štefan Wraber

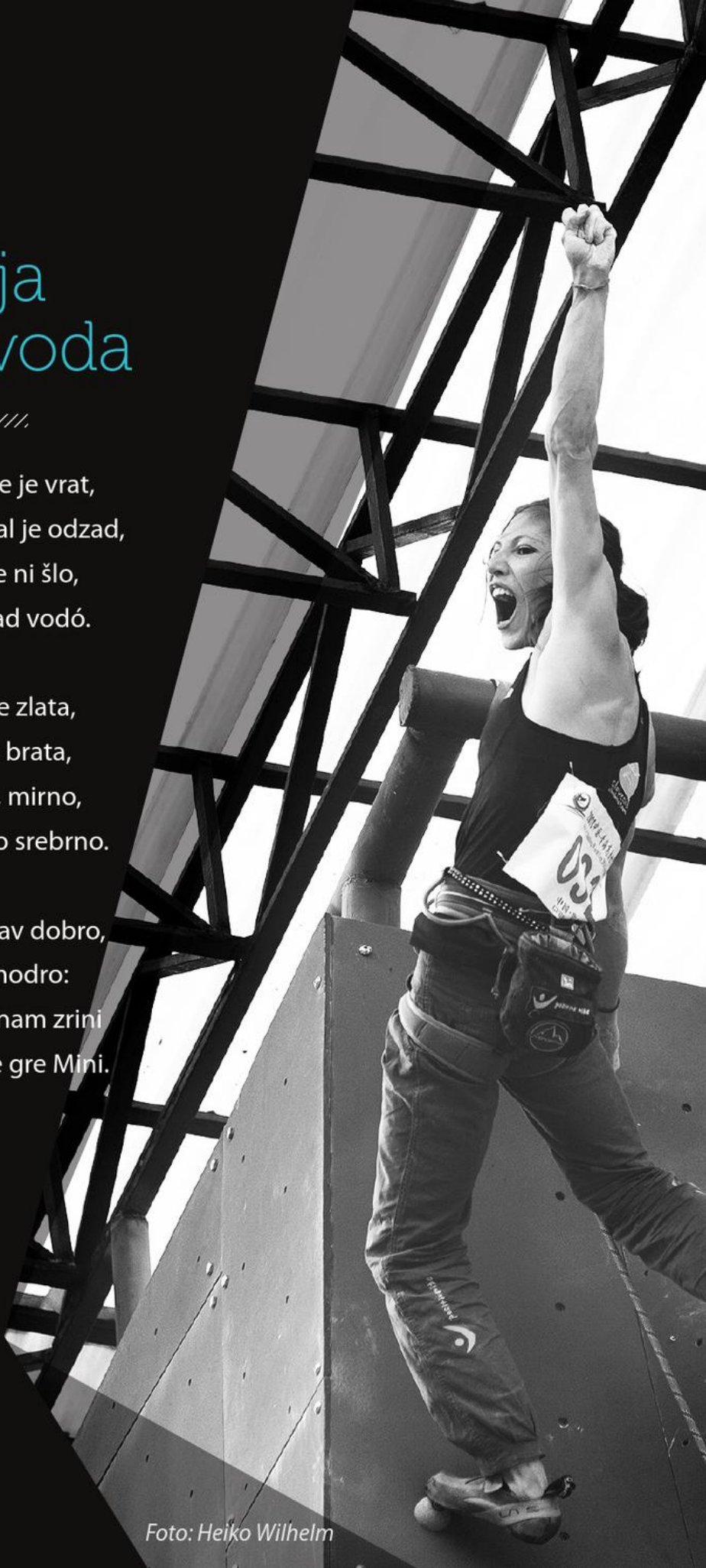
Beta vizija namesto uvoda



Je Petru ušla, ko dotaknil se je vrat,
malce treme in Benjamin ostal je odzad,
je Damir odplaval in bolje ni šlo,
Vasiliju preveč je pihalo nad vodó.

A ipon na ipon in Urška je zlata,
sta Luka in Iztok v bronu brata,
z njima Rajmond s puško, mirno,
pa še Primož je vrgel kladivo srebrno.

Janez Kocjančič poslušaj prav dobro,
idejo imamo, zelo zelo modro:
plezanje na igre naslednje nam zri
in še ena gotovo okoli glave gre Mini.





BETA magazine — Št.3, Letnik 2012
Slovenska spletna plezalna revija
betamagazine2011@gmail.com

Uredništvo: Helena Škrl, Andrej Čotar, Maja Šuštar

Sodelavci: Martina Čufar Potard, Marko Šturm, Urban Golob, Luka Fonda, Štefan Wraber, Rok Klančnik, Rok Roškar, Molly Roškar, Dejan Koren, Mitja Šorn, Silvo Blaško, Silvij Černilogar, Marko Prezelj, Suzana Uršič - Liquid Sky, Marko Stubelj, Nada Rotovnik Kozjek, Janez Levec, Marko Bratina, Gašper Bratina, Peter Mikša, David Tončič, Ana Štefe, Miha Grgič Jelen

Oblikovanje: Miha Jarm – www.mihajarm.si

Oblikovna izvedba: Miha Jarm

Lektorirala: Mojca Lipicer Stantič



Foto: David Tončič

Sintra	6
Perfekcionistka na vseh področjih – Intervju: Liv Sansoz	12
Beta Mag... .. Aljaž Anderle!	22
Climb with the flow ...ali kako v steni vzpostaviti optimalno nastopno stanje	24
Balvaniranje na prelazu neodvisnosti	32
Zgodba o Boki	38
Peščena avantura	52
Na Facebooku težko zares kaj splezaš – Intervju: Marko Prezelj	62
Fotograf se predstavi: Urban Golob	84





Sintra



Sintra

edina Portugalska balvanska oaza

////////////////////////////////////

NAPISAL: **ROK KLANČNIK**

FOTO: **ROK KLANČNIK**

Kdo bi si mislil, da ima lahko država samo eno balvansko področje. In to ne kar tako eno! Primerjam namreč s plezališči v Sloveniji. Imamo jih dosti, a večina ni nič posebnega. Edino Sintra na Portugalskem pa ponuja vse dragulje balvaniranja.

KJE naj začnem? – Sintra leži cca. 30 km zahodno od glavnega mesta Lizbone. Če torej potujete z letalom, je dostop do mesta enostaven, do plezališč pa se lahko pride le z lastnim prevozom.

Z ženo Nino sva Sintro obiskala aprila. Čudovit letni čas tako za ogled mesta in njegove okolice, kot tudi za vrhunsko plezanje. Ugodno bi bilo tudi že mesec prej ali jeseni, pa tudi pozimi. Okolica Sintre je prečudovita. Če se poleg plezanja zanimate tudi za kakšen ogled ali razgled, naj omenim nekaj znamenitosti, ki sva jih z Nino obiskala: fascinantno kičasta palača Pena, v vseh pogledih eksotičen vrt Monserrate, odbit samostan Conventos dos capuchos, ostanki gradu Castelos dos Mouros z mogočnim obzidjem itd. Naj na hitro omenim še, da je Sintra znana tudi po čudoviti morski obali z možnostjo surfanja.

Dosti turizma, gremo na plezarijo! Granit! Oranžen, siv, temno zelen... Barve vseh odtenkov. Je res, da je skala nekoliko groba, je pa zato »frikšn« dober tudi, ko je temperatura nekoliko višja. Skala se razlikuje tudi od sektorja do sektorja (vseh glavnih sektorjev je 7), balvani pa so bolj kot ne jajčaste oblike. Oblika skale



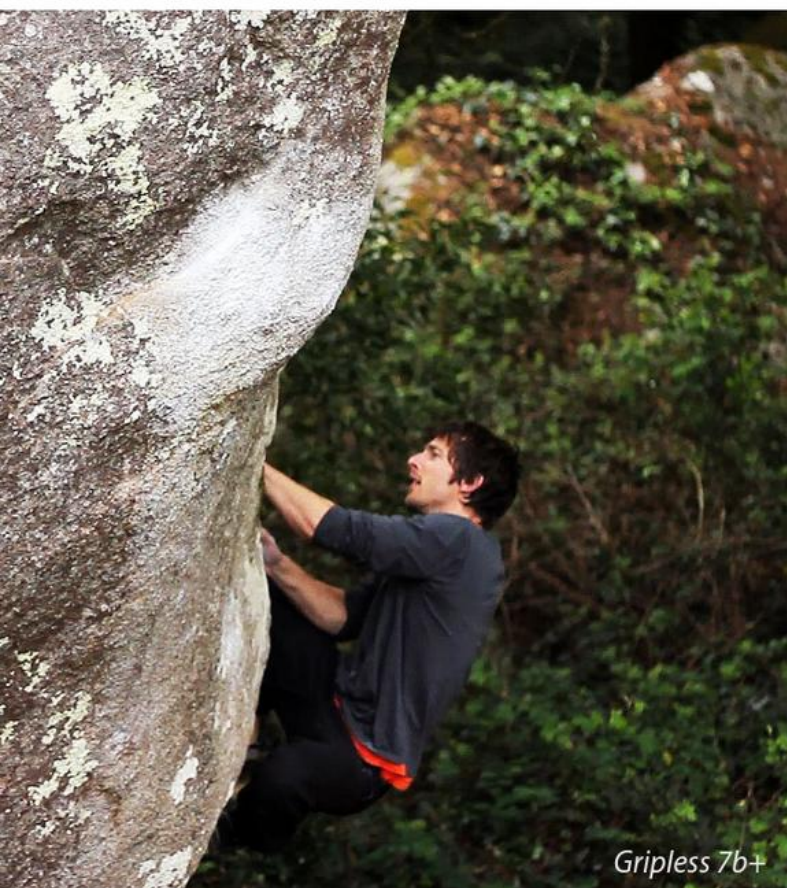


je torej skoraj taka kot v Fontainebleauju, tip skale pa malo spominja na Ožbalt, mogoče celo na skalo v Prilepu (Makedonija). Skale je ogromno, ne toliko kot v Makedoniji sicer,

a vseeno veliko. Če bi kaj takšnega imeli mi v Sloveniji, bi bilo število preplezanih balvanov vsaj 2x višje – potencialnih problemov je še veliko.



Solaris 7c+



Gripless 7b+

Omenil sem že, da je vseh sektorjev 7. Meni je najbolj povšeči Peninha, ki ga krasi zeleno zelen gozd, posut z velikimi zelenimi drevesi ter fluorescentno zelenim mahom. Sam sektor je razdeljen na še več majhnih, a do skrajnih balvanov ni v nobeno smer več kot 10 minut hoje. V tem sektorju je tudi največ poznanih in prekrasnih balvanov. Naj jih omenim nekaj, ki jih je vredno poskusiti: *Kalashnikov 7c*, *Kaslope 7c+*, *Kachalote 7c+/8a*, *Karma de Serra 7b*, *Massa expansiva 7c*, *Gripless 7b+*, *Boomerang 7b* ... Seveda pa je tam še veliko lažjih problemov.

Ko smo že pri tem, tukaj je moj seznam »must try« problemov v Sintri:

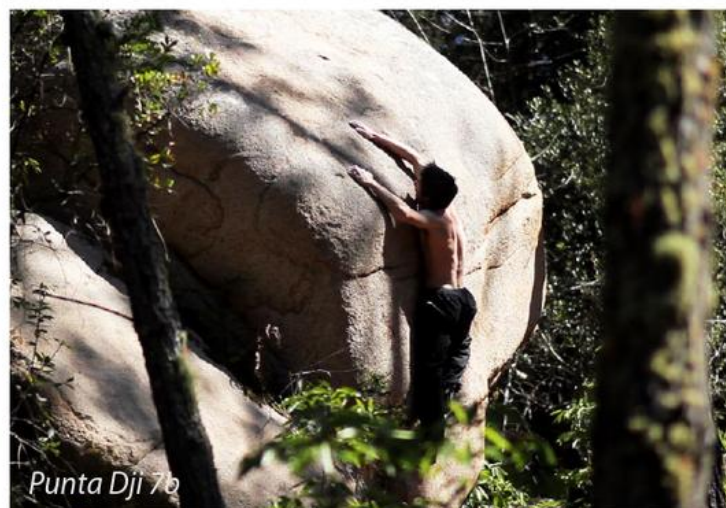
Supa Hiro 7c+/8a, *Solaris 7c+*, *Kachalote 7c+/8a*, *Kalashnikov 7c*, *Kaslope 7c+*, *Karma de Serra 7b*, *Massa expansiva 7c*, *Gripless 7b+*, *Dinosauros 7c+*, *Punta Dji 7b*, *Tecto recto 7a+* ...



Massa expansiva 7c



Kalashnikov 7c



Punta Dji 7b

Brez vodnička smo tu, kot tudi vsepovsod drugod, izgubljeni. Vodnička pa, čudno, ne prodajajo v nobeni knjigarni, športni trgovini ali lokalnem kafiču. Najdemo ga na spletni strani www.bouldersintra.wordpress.com. Lahko ga snamete v PDF obliki za 9,99€; tiskane verzije ni. Seveda se vodnika ne prenavlja konstantno, zato manjkajo vnosi no-

vejših vzponov. To sem ugotovil, ko sem želel najti balvan Kachalot, ki ga v balvanskem videu prepleza Francos Loic Gaidioz. Nisem ga našel v vodniku, a sem na srečo naletel na takrat edinega plezalca v Sintri, ki mi je povedal še za nekaj ostalih biserov Sintre.

Skratka, Sintra je zakon! Z Nino sva uživala in upam, da boste tudi vi.

Liv Sansoz



Foto: P.Royer

Perfekcionistka na vseh področjih

NAPISALA: MARTINA ČUFAR

FOTO: ARHIV LIV SANSOZ

Liv Sansoz poznam že od leta 1993. Takrat sva obe začeli s tekmovalni v svetovnem pokalu. Če sem jaz začela svojo tekmovalno pot postopoma, iz ozadja, je ona že takoj pristala med deseterico in že na svoji četrti tekmi stopila na stopničke za zmagovalke. Neverjetno! Do leta 2000 je bila stalno v vrhu, tako v težavnostnem kot tudi v balvanskem plezanju. Dvakratna svetovna prvakinja in trikratna skupna zmagovalka svetovnega pokala je slovenskemu občinstvu verjetno najbolj ostala v spominu kot štirikratna zaporedna zmagovalka tekme v Kranju. Leta 2000 je s smerjo Hasta la Vista v Mt. Charlstone (ZDA) postala druga ženska na svetu s preplezano smerjo 8c in več. Močna je tudi v balvanskem plezanju. V Hueco Tanks (ZDA) je preplezala Chablanke V12 (8a+). Njeno zelo uspešno kariero je ustavila poškodba hrbtenice kot posledica padca, ko jo je varovalo dekle, ki ni znalo uporabljati gri grija. To je le ena v vrsti poškodb, ki so se zvrstile v naslednjih letih. A te punce nič ne ustavi! Decembra 2009 si je pri nerodnem padcu pri nočnem snemanju reklame za čelne svetilke Tikka zlomila medenico. Vanjo so morali namestiti dva dolga vijaka. Tri mesece je bila prisiljena ležati! Aprila, ko še ni dobro shodila, je že plezala na Sardiniji. Pravi, da je bilo plezati lažje kot hoditi. Rada verjamem.

Poleg plezanja je njena velika strast smučanje.

Rojena je v Bourg Saint Mauricu v Savojskih Alpah in že kot dveletno dekle je stala na smučeh. Letos se je preselila v Les Houches pri Chamonixu z namenom biti blizu plezanju (po kopnih ali zasneženih in ledenelih stenah), smučanju, jadralnemu padalstvu, BASE jumpu in ljudem, ki to počnej(m)o. A nekako nima sreče. Kot bi jo usoda vedno, ko dobi zalet, spet pride v formo, hotela ustaviti. Najprej si je pred banko na pločniku zlomila gleženj, potem je na Petzl roc tripu na Kitajskem padla po stopnicah ter počila vretence. Zdaj, ko je končno lahko spet začela uživati v turni smuki, za katero so letos v Chamonixu izredni pogoji, jo je brutalno ustavil napihan trd sneg, da je poletela po zraku in si med pristankom zlomila desno roko...

Zdaj sva v njenem prijetnem stanovanju, ki ga je sama do popolnosti preuredila, ob Yogi čaju in čokoladnem kolaču, ki ga je uspela speči z levo roko. Pred tem sva izkoristili sončen dan in se s kožami na smučeh povzpeli na vrh smukaške proge v Les Houches (čeprav imava obe letno karto). Navzdol sva sicer naredili kak ovinek več kot Didier Couche.

Tekme so že preteklost, a vseeno, kajni so tvoji spomini na to obdobje?

Na leta tekmovalnj hranim lepe spomine. To so bila res intenzivna leta, polna ekstre-

mnih občutkov. Nekako jih ločim na tri obdobja:

Na začetku, ko sem bila novinka, ko me nihče ni poznal, sem prišla na tekmo popolnoma sproščena in sem želela le odplezati najbolje, kot sem lahko.

In takoj si bila v finalu!

Prav imaš. Zelo hitro sem bila med najboljšo deseterico na svetu in zame je bilo to veliko presenečenje! Tekme so zato kmalu postale »težje«, saj sem postala znana in s tem je prišel pritisk pričakovanj drugih in sebe. Na psihičnem nivoju sem k tekmam morala začeti pristopati drugače. Ko si enkrat na tem nivoju, si še »ranljiv«. Veš, da ne moreš vsakič zmagati, a da si sposoben zelo dobro odplezati, če te pritisk pričakovanj ne pokoplje. Da sem se lahko soočila s tem, sem se pred tekmo zaprla vase in se nisem pustila zmotiti z dogajanjem v okolici.

Spomnim se, da si bila vedno zelo resna ...

Imaš prav. A ko toliko vložiš v tekmovanja, ure in ure naporno treniraš in narediš vse za to, da uspeš, je resnost nujna. Nekateri tekmovalci pred tekmo radi zbijajo šale in se pogovarjajo z drugimi, a to ni v skladu z mojim značajem. Zavedam se, da sem se zaprla v svoj svet, bila zelo resna in močno skoncentrirana na to, kar me je tisti dan čakalo.

No, potem je tu še tretje obdobje tekmovanj, med leti 1998-2000. Dobila sem toliko samozavesti, da sem šla na tekmo z namenom ne le preplezati finalne smeri, temveč tudi superfinalno. To so bila najbolj nora leta tekmovanja, z množico superfinal z Muriel (Sarkany), Stephanie (Bodet), s tabo. Super je bilo!

Še nekaj besed o Kranju, kjer si zmagala štirikrat zapored!

Zame je bila tekma v Kranju vedno najpomembnejša, najbolj napeta! Omeniti moram tudi dobro organizacijo ter zelo lepe smeri. Ker je bila vedno zadnja tekma v letu, se je pogosto vse odločalo prav tam. Psihično je bilo zato zelo zanimivo, saj je bilo treba biti zelo skoncentriran in se ne zlomiti pod pritiskom. To mi zelo odgovarja. Večji je izziv, več kot je v igri, bolj se lahko skoncentriram in bolje odplezam. Verjetno sem zato v Kranju tolikokrat zmagala.

Nesreča pri varovanju z gri grijem leta 2001 je prekinila tvojo zmagovalno tekmovalno pot. Leta 2003 si se udeležila nekaj tekem, a na stopničke se nisi več uspela povzpeti. Kakšni so spomini na tvoj »come back«?

Poskušala sem spet trenirati, a okoliščine niso bile več enake. Po eni strani nisem bila več toliko motivirana, po drugi pa sem zaradi študija psihologije imela tudi precej manj časa. Premalo za trening, ki bi bil potreben, da bi zapolnila »prepad«, ki je nastal med mojo slabo formo po več kot letu »neplezanja« in nivojem tekmic, ki so zelo napredovale. Težko je bilo, saj sem v glavi imela predstave in občutke izpred treh let, fizično pa sem bila v precej slabši formi.

Ko si zaključila s tekmovalno kariero, si se posvetila drugim športom; smučanju, freerideu, lednemu plezanju, jadralnemu padalstvu, skokom s padalom in celo BASE skokom! Na tekmah sem imela občutek, da te je strah padcev, a sem se zgleda motila. Kako to, da si se odločila za BASE skoke?

S skoki s padalom sem začela že leta 2002, že z mislijo na BASE skoke. A takrat BASE še ni bil tako razvit kot danes, poleg tega nisem našla



Foto: A. Aimard

nikogar, ki bi me spremljal, zato sem misel na BASE opustila in tudi prenehala skakati. Kasneje, ko sem srečala Matta in še druge Američane, se je želja ponovno porodila. Ponovno sem začela s padalstvom. Naredila sem 250 skokov, ki so bili izrecno priprava na BASE, se pravi trening »track-anja«. Prvi BASE skok sem opravila na mostu Perrine's bridge v Idahu, kjer začne večina Američanov. Prve skoke s sten pa sem naredila na Norveškem, ki se mi je zdela idealen kraj za začetek. Visoke, previsne stene omogočajo varne skoke v lepem okolju. In res se je vse enkratno izteklo.

Kakšni pa so občutki, ko stojiš na vrhu stene in odskočiš z nje?

BASE skakanje je nekaj, kar je v nasprotju s človekovo naravo, lahko rečem, da so občutki kar »nasilni«. Pred vsakim skokom me je strah, imam kepo v želodcu in zdi se mi, da je to dobro, da se popolnoma skoncentriram in se potrudim narediti vse idealno.

Po drugi strani pa je izkušnja zelo, zelo močna. Človek že od nekdaj sanja, da bi lahko letel in ko se po nekaj metrih opreš na zrak, res malo letiš. Z wingsuitom še bolj, a tega še nisem poskusila.

Poleg samega skoka je meni zelo pomembno tudi okolje, v katerem skočim. Obožujem skoke z »Gobe« v Eigerju. Ko skočiš, je na tvoji desni ogromna stena, v kateri se je pisala zgodovina alpinizma, res lep skok!

A omenila bi, da so občutki pri BASE-u sicer zelo intenzivni, a čustva ob zmagah na tekmovanjih ali ko sem preplezala Hasto la visto 8c/c+ so bili še močnejši. Pri plezalnih dosežkih je šlo za uresničitev tednov, mesecev in let trdega treninga. Ko se je moralo vse poklopiti na točno določen dan, v točno določenem trenutku, ki ga je določal tek-

Foto: J. Maupoint



movalni koledar (ali letalska karta). Medtem ko BASE skoke, če živiš v bližini sten, lahko ponavljaš vsak dan.

Si želiš, ko si popolnoma zaceliš rane, ponovno skakati?

Po zlomu medenice 2009 so mi rekli, da ne bom več mogla skakati in rekla sem si, da

bom padalo prodala. A je še vedno v moji omari. Priznam, da pogosto sanjam o skokih in ja, želim si ponovno skakati.

Vse tvoje poškodbe v zadnjih letih so te gotovo marsičesa naučile. Najbolj tista 2009, ko si bila tri mesece prisiljena ležati. Kako se spominjaš tega obdobja?

To je bilo zame zelo, zelo težko obdobje, v katerem sem se veliko naučila. O sebi in o drugih. Doživela sem spremembo na vseh nivojih, spoznala svoj značaj, svojo moč in nemoč. Po treh mesecih v postelji sem se morala ponovno naučiti hoje. Prvi dan, ko sem se postavila na noge, sem si rekla, da bom šla čez hodnik do okna in nazaj. A ko sem prišla do okna, sem bila tako izmučena, da nisem mogla nazaj. Takrat sem spoznala, da je pred mano res dolga pot. Bilo je tudi dvojno težko, saj me je v tistem obdobju zapustil še Matt, fant, ki sem ga res ljubila.

A vse to me je veliko naučilo. V tistem trenutku je bilo zelo boleče, a zdaj, ko gledam nazaj, je zanimivo spoznati, kako sem se lahko pobrala in odskočila višje! Mislim, da je bila to usoda, da mi je bilo namenjeno. Dogodek me je spremenil in lahko rečem, da sem zdaj bolj srečna, kot sem bila.

Pred kratkim si kupila stanovanje v Les Houchesu in kljub počenemu vretencu, s pomočjo prijateljev, vse prenovila in preuredila. »Chapeau¹«! Zakaj si si izbrala ravno Les Houches za svojo bazo?

Ker ti živiš tukaj.

Večina ljudi me pozna le po dosežkih s tekmovanj ter kot plezalko, ki pleza le na umetnih stenah. To še zdaleč ni res. Rojena sem v gorah in te so bile vedno sestav-

¹ »Chapeau« dobesedno pomeni klobuk, sicer pa je fraza, ki pomeni »kapo dol«

ni del mojega življenja. Že od malega sem bila veliko v naravi, vsa poletja sem preživela na planini z mojim dedkom, ki je pasel koze in s katerim sva iskala kristale. Pozimi sem večino časa preživela na smučeh. Začela sem že pri dveh letih in kasneje veliko turno smučala. V obdobju tekmovanj, ko sem trdo trenirala, sem gore in smuči malo postavila na stran, zdaj pa si spet želim vrniti h goram in Chamonix je idealen kraj za to. Mislim, da na svetu ni drugega kraja s tako lahkim dostopom v visokogorje, kot ga omogočajo gondole v Chamonixu. Možnosti za plezanje v granitu in ledu, za smučanje, za letenje z jadralnim padalom so enkratne. Poleg tega sem zadnja tri leta ogromno potovala, bila stalno na poti, v avtomobilu, na letalih, imela vedno vse svoje stvari v potovalkah in počasi me je to začelo utrujati. Začutila sem, da je čas, da se nekje ustalim. Že prej sem razmišljala o tem, da bi se preselila v dolino Chamonixa, a nisem bila gotova, če mi bo okolje, vzdušje všeč.



Foto: E. Wendenbaum

Poleti sem prišla samo pogledat, najela stanovanje v Les Houches, kjer so cene bolj ugodne kot v samem Chamonixu. V nekaj tednih sem spoznala mnogo super ljudi, zato sem kmalu začela razmišljati o nakupu stanovanja. Izziv je bil velik, dela veliko, a zdaj sem zelo zadovoljna, ko imam svoj dom.

Življenje v Chamonixu je precej drago. Kako zaslužiš potreben denar?

Zaenkrat mi uspeva živeti z denarjem, ki ga dobim od sponzorjev, pisanjem člankov in manjšimi občasnimi deli kot npr. testiranje turnih smučí za neko ameriško internetno stran.

Kot športni psiholog še vedno spremljam neko športnico, alpsko smučarko. To mi je zanimivo, a si ne želim delati le na tem področju.

Verjetno imaš sama še preveč lastnih ambicij. Kakšni so tvoji bodoči projekti?

Vedno imam veliko projektov. Eden je dokončati prenovu stanovanja. Plezalni pa, poleti se s tremi prijatelji odpravljamo v Pakistan, v Trango towers, verjetno v smer Eternal Flame.

Sicer pa imam tule, v masivu Mont Blanca, še ogromno dela. Rada bi spoznala vse plati gora, plezala v ledu, v mešanem svetu, v severnih stenah, v sočnem



Foto: E. Wendenbaum

granitu, odsmučala ali z jadrlnim padalom odletela z vrhov. Rada bi tudi preplezala Divine Providence (najtežja smer, ki vodi na Mont Blanc).

Vrniti si želim tudi v Tessin, kjer sva z Ines Papart lani plezali smer Super Cirill 200m, 7a+, 7a+, 7b+, 7c+/8a, 8a/8a+, 6c+, 6c, 6a+, a naju je ustavil dež. Poč v petem raztežaju je res enkratna, magična! Predlagam, da greva skupaj, Nico pa pazi Tommyja (Ines je smer preplezala, medtem ko je bila Liv v Indian Creeku).

Jaz sem za! Samo ti boš morala bolj paziti, da si spet kaj ne zlomiš! Kaj misliš, da ti je življenje želelo povedati s tremi zlomi v osmih mesecih? Da preveč hitiš?

Mogoče ... Ko se je odlomil del stopnice pred banko in sem si zlomila gleženj, res ni bila moja krivda. Zdrs na stopnišču na Kitajskem je verjetno posledica nepozornosti in utrujenosti, za zadnji zlom roke sem pa res čisto sama kriva. Potem ko je se je vretence zacelilo, sem si želela početi tisoč stvari naenkrat; smučati, leteti z jadrlnim padalom, plezati, prenavljati stanovanje, pisati. Bila



sem hiperaktivna! Že nekaj dni sem si pravila, da bi se bilo dobro spočiti, a vreme je bilo tako lepo, da je bilo nemogoče. Bila sem zelo utrujena, a sem šla vseeno na turno smuko. Šla sem prehitro, nisem videla spremembe snega in že sem poletela po zraku, trdo pristala, izgubila zavest, grdo udarila z roko in pridelala večkratni zlom.

Ne misliš, da so tvoji zlomi tudi posledica tega, da si bila v času tekmovanj tako suha, na meji zdravega?

Ne rečem, da ni možno, saj sem bila res na meji zdravega. A ko sem naredila teste gostote kosti, sem bila v meji normalnega. Mislim, da je bilo za moje kosti bolj kritično, ko sem leta 2009 tri mesece ležala. Ko kosti niso obremenjene, postanejo porozne.

Pojdiva nazaj na plezanje. Kdaj si začela s plezanjem počti? Teh je namreč tule v masivu največ!

Avgusta leta 2008, ko sva se z Mattom začela pripravljati na vzpon čez Nos v El Capitanu. To je bila prava avantura, saj nisva imela pojma o metuljih in zatičih, Matt v osnovi sploh ni bil plezalec! Jaz sem bila bolj navajena na poličke in svedrovce, ne pa na počti in metulje. Nos nama je pomenil velik izziv. Veliko sva »tehničarila«, plezala počasi, postavila »porta legde« okoli štirih popoldne in uživala v razgledu. Tri dni in pol sva rabila za steno. Bila je lepa avantura dveh zaljubljenцев.

V steno El Capitana se nameravaš vrniti drugo leto, z namenom pomagati Vanessa François² pri njenem vzponu čez Zodiak.

Vanessa pred prihodom v Chamonix nisem osebno poznala, a me je njena zgodba zelo ganila, zato sem bila takoj za, ko mi je Marion začela govoriti o projektu. Vanessa

je bila pred nesrečo nora na plezanje in zdi se mi lepo, da ji bomo omogočili, da kljub temu, da je paraplegik, prepleza to magično steno El Capitana!

V zadnjih letih si veliko večraztežajnih smeri plezala v navezi z dekleti. Kaj je bistvena razlika, ko si v steni z moškim?

Ja, veliko sem plezala z Ines Papart, v Wendenstocku, v severni steni Eigerja in v Tessinu. Pa s Stephanie Bodet v Taghiji in s Steph Davis v Indian creeku. Rada plezam v navezi z dekleti. Ko se v steno odpraviš z moškim, se podzavestno malo zanašaš nanj, ponavadi on odloča kako in kaj, komunikacija je težja. Ko se navežeš z žensko, je pristop drugačen. Ne morem reči, da je bolje ali slabše, le drugače je. Računaš nase in vzpon dobi drugo vrednost. Mislim, da je v ženski navezi več izmenjave, več se pogovarjamo, pre-

tehamo situacijo in se skupaj odločimo, kaj bomo storile. Medtem, ko moški samo reče, npr. nevihta se bliža, sestopiti bo treba in se o tem nič več ne razpravlja.

Ko najdeš soplezalko, ki je na isti valovni dolžini kot ti in ki je prerasla fazo dokazovanja in ega, je res super!

V zadnjem času si obkrožena z nosečnicami in mladimi mamicami. Se vidiš vlogi mame?

Ne vem, če se ravno vidim, si pa želim enkrat imeti otroka, ne samo enega. Ampak prej je treba najti zanesljivega fanta, ki me bo ljubil. Kar ni lahko. A ko bom enkrat imela otroke, bom res spremenila svoje življenje, ne bom več toliko plezala.

Zapisano. Bomo videli, če bo res tako.

Za konec še nekaj kratkih vprašanj:

Najljubša jed:

Nimam najljubše jedi. Rada imam vse, kar je sveže, z vrta. Kot prava Francozinja imam rada tudi sire.

Najljubša glasba:

Veliko poslušam neodvisni rock. Napolni me z energijo.

Najljubša knjiga:

Precej filozofska knjiga *Eloge de la fuite* (Hvalnica pobegu), Henri Laborit

Najljubše plezališče:

V Franciji smo res razvajeni z odličnimi plezališči, stenami in balvanskimi področji, tako da se ne morem odločiti, katero mi je najljubše.

Sponzorji:

Petzl, Mountain Hardwear, Beal, LaSportiva, Julbo.

Liv Sansoz

Foto: J. Visser

Foto: E. Wendenbaum

Foto: E. Wendenbaum

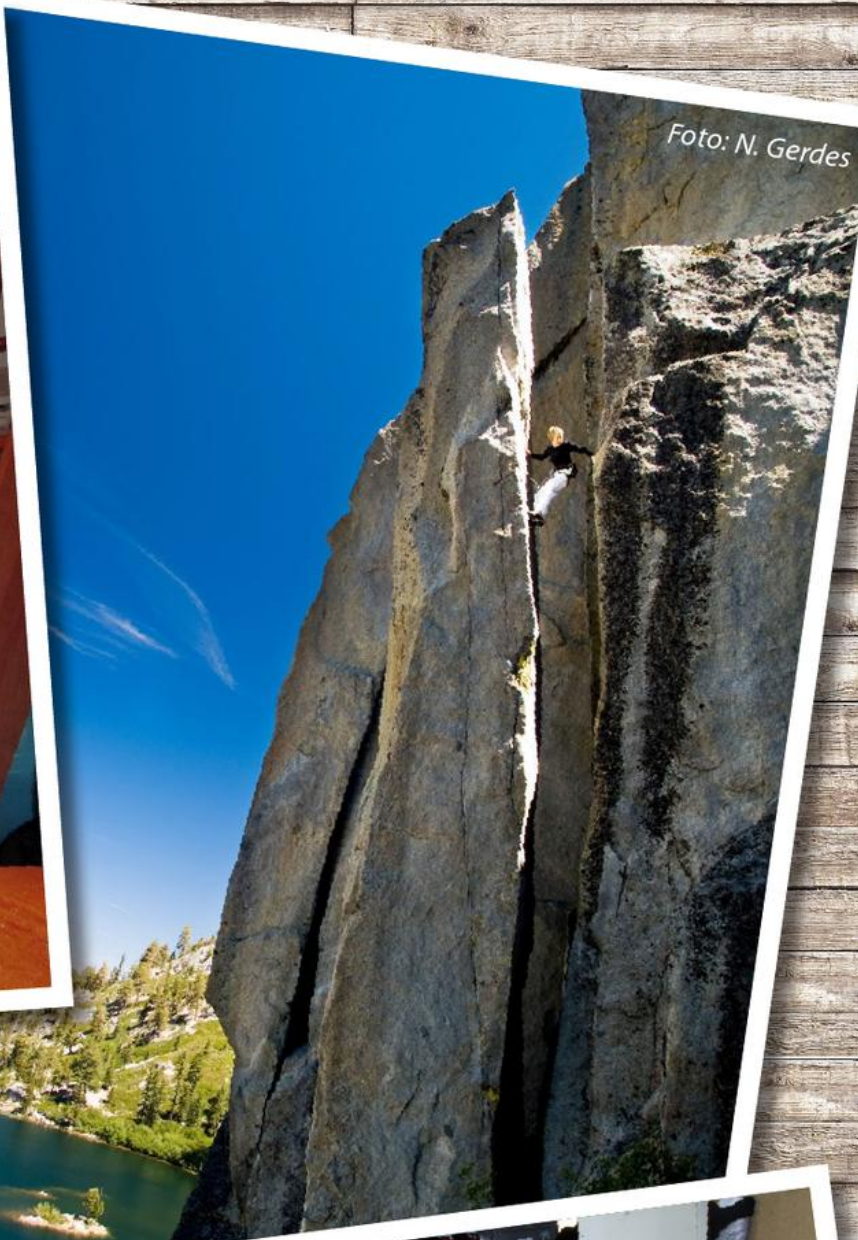
Foto: E. Wendenbaum

Archiv Liv Sansoz

Foto: I. Čufar



Foto: N. Gerdes



anzos

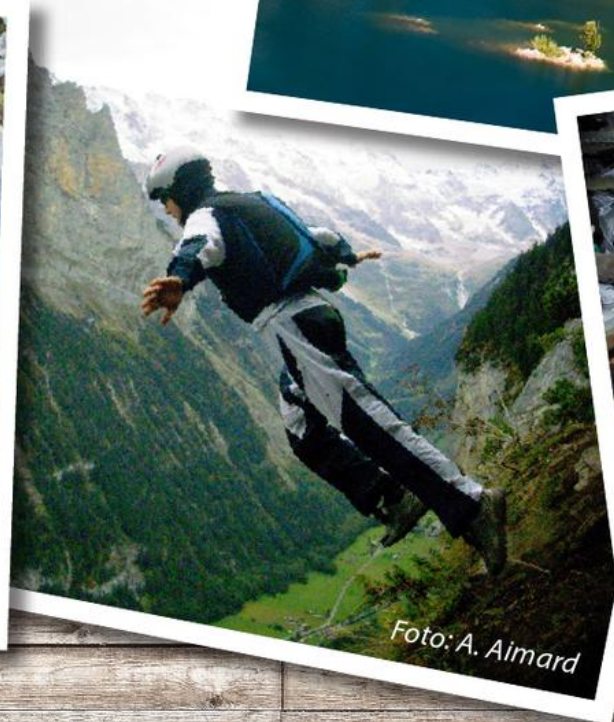


Foto: A. Aimard



Foto: J. Regnier



Plezanje je gibanje,
pri katerem ...

... vsa moja siceršnja nerodnost in štoravost ter omahljivost ne pridejo tako do izraza, ker se pač matere zemlje držim z vsemi štirimi. Pa še zobmi, če je potrebno. Vse to se zlasti lepo poklopi pozimi, ko plezamo po snegu in ledu ter travi, in imam na voljo še razne pripomočke, ki mi omogočijo še trdnější stik s podlago in celo preoblikovanje le-te po mojem okusu. S cepinom naredim večji oprimek iz manjšega, očistim kako razpoko ledu ali zemlje, z derezami pa lahko plezam in praskam povsod, ne da bi se stalno bal, da mi bo spodrsnilo.

Skratka: Plezanje je zame najvarnejša oblika gibanja po materi zemlji.

Beta Mag...

Aljaž Anderle

FOTO: ARHIV ALJAŽA ANDERLETA



Sreča je ...

... ko si si sposoben z zmagovitim listkom loterije obrisati rit.

Da soliraš 500 m ledene vertikale moraš imeti ...

... srečo, da jo najdeš. Zaenkrat sem na Norveškem našel samo 300 metrov vertikale. Od daljših slapov pa noben ni bil navpičen od dna do vrha. In ko imaš enkrat srečo, da najdeš tak slap, rabiš samo še trenutek navdiha in odsotnega soplezalca, pa greš solirat. Kar je isto, kot če bi plezal v navezi – v nobenem primeru ni dobro, da padeš.



Plezalke smrdijo, ker ...

A plezalke smrdijo?



Naj mi naslednje leto prinese...

Vseh 12 mesecev. Približno v pravem vrstnem redu.



"Climb with the flow"

... ali kako v steni
vzpostaviti optimalno
nastopno stanje

//////////

NAPISALA: **MAJA ŠUŠTAR**

FOTO: **LUKA FONDA**

Se vam je že kdaj pripetilo, da ste preplezali ekstremno težko smer nad mejo vaših sposobnosti, ob tem pa imeli občutek, da česa lažjega še živi dan niste plezali? Ali pa brez navitih podlahti in tresočih nog preplezali tekmovalno smer, ter sprva pomislili, da se je postavljavec uštel glede zahtevnosti postavljene smeri, šele ob neuspehlih poskusih sotekmovalk pa ocenili realno vrednost vašega uspeha? Ali pa, da se vam je po poprejšnjih 50 neuspehlih poskusih dinamičnega skoka na balvanu posrečil polet, v katerem ste v delčku sekunde skontrolirali najsubtilnejšo spremembo pozicije vsake posamezne mišice, ko pa je roka pristala na dotičnem oprimku, se je telo v letu ustavilo, kot da bi se izognilo zakonu gravitacije? Na koncu tega izjemnega dne ste si rekli: "Noro, danes se mi je pa res vse poklopilo!" Ampak, ste se morda vprašali zakaj, zakaj se je vse poklopilo ravno tisti dan?





*Popoln fokus Klemna Bečana ob izvedbi sledečega giba
(foto: Luka Fonda)*

Stanje, ki ga opisujejo športniki, ko dosežajo vrhunske rezultate v različnih športnih disciplinah, ima na prvi pogled značilnost transcendentne izkušnje – spremenjena percepcija časa in prostora, avtomatizacija gibanja in stopljenost z nalogom, občutek nadčloveške moči, kot posledica pa vedno vrhunski rezultat. V športni psihologiji je tovrstno stanje opisano pod različnimi imeni: optimalno nastopno stanje, cona ("the zone") ali stanje stopljenosti s situacijo ("the flow experience"). Športniki to stanje po navadi dosežejo slučajno, pogosto prav takrat, ko ga najmanj pričakujejo, ali pa takrat, ko je njihova telesna pripravljenost na tako visokem nivoju, da lahko nastopajo popolnoma sproščeno. Opisujejo pa ga tudi plezalci, tako tekmovalci, ekstremni alpinisti, najkvalitetnejši balvanski plezalci, kot tudi vsi tisti, ki se borijo za premik meje svojih lastnih sposobnosti. In ker pri plezanju ni potrebno drugega kot v vodniku zgolj izbrati oceno smeri, za katero posameznik meni, da jo trenutno še zmore, je doseganje optimalnega nastopnega stanja dostopno prav vsakemu plezalcu. Doug Robinson v svojem eseju *Plezalec kot vizionar ("The Climber as Visionary")* poleg svoje osebne "flow" izkušnje razlaga tudi fiziološke dejavnike, zaradi katerih je plezanje v primerjavi z ostalimi športnimi panogami privilegirano ob doseganju tovrstnega stanja. Eden izmed glavnih dejavnikov je adrenalin, ki je pri plezanju vsekakor prisoten, bodisi ob izvedbi nevarnega giba, kot strah pred padcem ali pa zgolj kot posledica splošne vzbujenosti in pričakovanja ob vstopanju v ekstremno težko smer. Drugi pomemben dejavnik, ki ga omenja, pa je še mlečna kislina in njeni metabolni produkti. Skupek teh notranjih dejavnikov pa naj bi v centralnem živčnem

sistemu povzročil učinek, podoben delovanju psihogenih drog. Pri plezanju torej lahko "flow" izkušnja nastopi popolnoma slučajno, kot posledica spleta dejavnikov zunanjega in notranjega okolja. V tem primeru nikakor ne moremo vedeti, ali je današnji dan "the day" za preseganje samega sebe. Kaj pa naš zavesten vpliv; ali je doseganje tovrstnega stanja možno tudi preko ustrezne mentalne priprave in priučenega miselnega vzorca?

Mentalna priprava športnikov je pomemben aspekt vsake športne panoge, tudi plezanja. Večina trenerjev posveča mentalni športni pripravi posebno pozornost, zlasti kadar gre za tekmovalne plezalne discipline. Vendar pa je o direktni izkušnji optimalnega nastopnega stanja govora manj, morda zato, ker se tovrstnega stanja drži nekakšen lažni vtis mističnosti, ki lahko za nekoga pomeni tudi poseganje v zelo intimno področje lastne osebnosti. Športni psihiater dr. Michael Lardon pa preko lastne izkušnje doseganja optimalne nastopne cone, ter preko dolgotrajnega študija mentalnih vzorcev vrhunskih športnikov, predvsem profesionalnih igralcev golfa, prišel do sledečih dveh zaključkov. Prvič, tisti športniki, katerih nastopno stanje je vselej optimalno, so si po svojih osebnostnih in miselnih vzorcih na las podobni. In drugič, doseganje optimalnega nastopnega stanja oz. "flow" izkušnje je mogoče na vseh področjih lastnega življenja ob načrtnem ozaveščanju miselnih vzorcev, ki so značilni za vrhunske športnike. V svoji knjigi **"Finding your zone"** je izpostavil 10 ključnih osebnostnih vzorcev vrhunskih performerjev. V nadaljevanju pa sledi kratka priredba, kako iz povprečno nezadovoljnega plezalca postati plezalec, ki ves čas premika meje svojih lastnih sposobnosti.

1. SANJAJ

Sanje so most med zavednim in nezavednim umom, zaradi česar lahko zrcalijo naš skriti oz. neuresničen potencial. Med drugim lahko v sanjah doživljamo dogodke in pripetljaje, ki se še niso zgodili. Če so ti dogodki povezani z aktivnostjo naslednjega dne, pa nam prav intenzivnost sanjske izkušnje lahko omogoči vstop v optimalno nastopno stanje. Iz lastnih izkušenj poznam zgodbo mlade plezalke, ki je dan pred svojim najpomembnejšim mednarodnim tekmovalnim nastopom sanjala, da je z lahkoto preplezala smer in zasedla sedmo mesto. Te sanje so bile nekaj, česar si v svojem zavednem umu ni dovolila niti predstavljati, saj je samo sebe videla zgolj kot povprečno plezalko. Naslednji dan pa je, na svoje veliko presenečenje, z lahkoto premagala polfinalno smer in se uvrstila v večerni finale, skupaj z največjimi plezalnimi zvezdami takratne plezalne scene. Tudi v finalnem nastopu je plezala lahkotno, sproščeno, vendar je zaradi zdrsa nepričakovano padla in zasedla – sedmo mesto, prav tako kot noč poprej v sanjah. Niso pa le nočne sanje tiste, ki bi jim morali prisluhniti. Dnevne bežne misli in sanjarije imajo še večji pomen. Prisluhnite jim in usmerite jih v svojo korist. Kot primer naj navedem dva različna plezalca z enako stopnjo fizične pripravljenosti in enakimi ambicijami. Eden med vožnjo proti plezališču razmišlja, kako zelo ga je strah padca pri tretjem kompletu, ker mora tam z nogo stopiti celih 20 cm nad višino zadnjega vpetega kompleta. Drugi plezalec pa medtem sanjari, kako čudoviti so gibi v dotični smeri, jih v mislih ponavlja in se veseli trenutka, ko bo ponovno vstopil v smer... Najbrž ni potrebno zaključiti,

kakšna sporočila in ukaze daje um vsakega posameznika svojemu telesu in kateri izmed plezalcev bo tisti dan v smeri uspešen.

2. BODI PRIPRAVLJEN NA VSE SITUACIJE

Ker doseganje optimalnega nastopnega stanja pomeni avtomatizacijo gibanja, je zanj nujen pogoj tudi optimalna telesna pripravljenost. Vprašajte se – ali ste dovolj pripravljeni za zastavljeni cilj? Če je vaš odgovor nedvoumen "da", potem je kriteriju te točke zadoščeno. Če pa se pojavijo že subtilni pomisleki, kot na primer "močan sem, kot še nikoli, vendar je moja tehnika v ploščah pomanjkljiva", potem bo potrebno še graditi na pripravljenosti. Seveda pa je poleg telesne pripravljenosti potrebno pred nastopom pomisliti tudi na druge dejavnike, ki lahko zmotijo plezanje in po nepotrebnem trošijo dragoceno mentalno energijo. Eden izmed najbolj razširjenih, potencialno motečih dejavnikov, je nastop pred množico. Mnogi plezalci kažejo na treningu izredno pripravljenost, na tekmovanju pa enostavno podležejo, ker se namesto na plezanje popolnoma osredotočijo na moteče dejavnike okolja. Kako celostno rešiti tovrstne zaviralce vstopanja v "flow" izkušnjo, je izven domene tega odstavka, za začetek pa koristi že obrniti miselnost v svoj prid in namesto besed, kot je "na tekmah nikoli ne pokažem vseh svojih sposobnosti" raje začeti razmišljati v stilu *"plezanje pred množico me napolnjuje z energijo, zato lahko pokažem še več, kot sem sposoben"*.

3. PRETVORI ŽELJO V VOLJO

Prav vsako željo, ki se rodi v vašem zavednem ali nezavednem umu, je mogoče

uresničiti. Vsekakor pa je potrebno kaj storiti za to, da se uresniči. Vprašajte se, kaj vse je potrebno storiti, da se cilj realizira. Za koliko in na kakšen način bi bilo potrebno zvišati intenziteto treninga, ter ali je dovolj časa, sredstev in motivacije za pripravo na ta cilj. Še pomembneje pa je, ali bo priprava prinašala prav toliko užitka, kot sama uresničitev tega cilja. Če je odgovor da, potem ni razloga, da se želja ne bi uresničila. Če je odgovor ne, potem čas še ni pravi za tovrstne želje. Naj navedem hipotetičen primer očeta dveh otrok s polnim 40 urnim tedenskim delavnikom, pri katerem se pri 43 letih prebudi želja, da bi ponovno plezal smeri stopnje 8a, kot mu je to že uspevalo v mlajših letih. Njegovo telesno pripravo trenutno predstavlja vikend plezarija v družinski zasedbi, dobro pa ve, da bi za dosego svojega cilja moral vključiti tedensko vsaj še dva intenzivna treninga na umetni steni. O svoji veliki želji ves čas razpravlja s svojimi prijatelji ob pivu, ko pa je čas za akcijo, najde 1000 in en izgovor v stilu "le kdo bo plezal na plastiki ob tako lepem vremenu," ali pa "saj sem vendar oče dveh otrok in po naporni službi res ne morem še trenirati" in "v primerjavi s tem pivom bi bil trening zdajle pravi mazohizem". Popolnoma jasno je, da se s tako miselnostjo ne bo mogoče približati zastavljenemu cilju, mnogo lažje pa bi bilo, če bi te misli nadomestil s sledečimi *"plezanje po napornem delu me sprošča, zadovoljuje in bolj napolni z energij kot karkoli drugega."*

4. POENOSTAVI SVOJE MISLI

Naši možgani so sposobni procesiranja zelo kompleksnih miselnih vzorcev, kadar pa gre za izvajanje določene naloge v športni akciji, je odveč vsaka zavestna mi-

sel, ki ni v direktni povezavi z reševanjem naše naloge. Vsak miselni proces je namreč energetsko potraten, hkrati pa prekomerna zavestna kontrola onemogoči našemu telesu in možganom avtomatsko prilagoditev na situacijo. Če torej želimo delovati v coni optimalnega nastopnega stanja, je potrebno naše misli poenostaviti in omejiti zgolj na nalogo, ki jo lahko kontroliramo in ki jo moramo neposredno izvajati. Primer – v plezališču si plezalec zastavi, da bo ta dan na pogled splezal smer z oceno 7c+. Ob vstopu v smer, za katero je slišal od prijatelja, da je dovolj logična za vzpon na pogled, pa se plezalčeve misli vrtijo le okrog tega, kako pomembno bi bilo preplezati tako težko smer, saj do sedaj kaj več od 7b tako ali tako ni zmogel. Seveda se pridruži temu nefokusiranemu razmišljanju še določena stopnja anksioznosti, saj je težko najti lepo in plezljivo smer te težavnostne stopnje. In jasno je, da s tako raztresenim umom ne bo mogoče splezati prav daleč. Za "flow" izkušnjo plezanja je potrebno zgolj zaupati svoji telesni pripravljenosti, instinktu in naravni kreativnosti, zato je najboljša zavestna misel tista, ki je ni, ostane naj zgolj vizija realizacije posameznega giba. Ker pa je po navadi težko prepričati naš um, da bi docela potihnil, lahko plezalec poskusi s fokusiranjem v pravo smer, npr. z mislijo "moj edini cilj je lahkotna in avtomatska izvedba sledečega giba".

5. OSREDOTOČI SE NA PROCES, TUKAJ IN ZDAJ

Vsesplošna miselnosti sodobne zahodnjaške kulture pozablja na dejstvo, da je edini realni trenutek tisti, ki ga živimo prav zdaj. Večina ljudi hodi po tem svetu ujeta v iluzije

preteklih dogodkov in sanje o prihodnosti, medtem ko se vrednost in lepota sedanjega trenutka izgublja med vso mentalno navlaško. Le otroci se po principu prirojene modrosti še znajo poistovetiti s sedanjim trenutkom in nalogo, ki jo rešujejo. Skrivnost njihove stopljenosti z akcijo ni želja ob doseganju nekega cilja, temveč užitek ob procesu doseganja cilja. In prav otroci so tisti, od katerih bi se moral učiti plezalec, kadar želi vstopiti v optimalno nastopno stanje. In sicer, osredotočati se na proces in ne na cilj, ter vso mentalno energijo usmerjati zgolj na dejavnike, ki jih je mogoče kontrolirati. Če za primer zopet vzamemo plezalca iz prejšnjega odstavka. Kadar se osredotoča na željo, da bi rad preplezal smer z oceno 7c+, pri tem pa ustvarja nepotrebno mentalno dramo v smislu osebne in družbene vrednosti njegovega vzpona, je to miselnost, usmerjena k cilju. Če pa je njegovo razmišljanje pred vstopom v smer usmerjeno v željo po tem, da bi v lepi liniji, ki jo vidi pred seboj, lahko avtomatsko in z najmanjšo možno izgubo energije ubral najboljšo kombinacijo gibov, je to miselnost, usmerjena k procesu. V največjo past svojega lastnega uma pa lahko plezalec pade med samim izvajanjem procesa, zlasti tik pod vrhom, ko ga zopet premami vonj po dosegi cilja. Ta fenomen je znan kot sindrom padca pod vrhom in ni potrebna razlaga, da je zanj krivo zgolj osredotočanje na napačen cilj. Zato naj si plezalec zapiše globoko v podzavest, da je edini oprimek, na katerega sme misliti, le tisti tik pred njim.

6. UPRAVLJAJ S SVOJIMI MISLIMI IN ČUSTVI

Za delovanje v optimalni nastopni coni je ključna poteza separacija svoje zavesti od

miselnih in čustvenih reakcij v svojem telesu. Plezalec mora najprej postati tihi opazovalec svojih lastnih miselnih procesov, šele tedaj lahko z njimi začne upravljati in jih usmerjati na način, da najbolje služijo zastavljeni plezalni nalogi. Za to obstaja mnogo različnih tehnik, od joge, meditacije, avtogenega treninga ipd. Kadar se torej plezalec v steni znajde v spletu okoliščin, ki začnejo rušiti njegovo optimalno nastopno stanje, je ključno, da se svojih negativnih misli in čustev sploh zave. Nato lahko pomen negativne misli obrne sebi v prid, negativno čustvo pa opusti s pomočjo vizualizacijskih ali relaksacijskih tehnik. Važno je, da to stori, še preden pride do prekomerne porabe energije zaradi zakrčenosti ali zaradi koncentracije na napačen dejavnik. Primer – plezalca v smeri zdrsne noga prav v trenutku, ko želi vpeti naslednji komplet, ampak na srečo se uspe z drugo roko zadržati na oprimku. Ob tem lahko plezalec dopusti, da um interpretira situacijo kot posledico slabe kvalitete skale in drsečih stopov, hkrati pa mu na dan privrejo vsi mogoči strahovi glede tega, kako zelo bi se lahko poškodoval. Lahko pa z izdihom odstrani čustveno reakcijo zaradi skorajšnjega padca, dogodek pa interpretira kot opomin, da je do tega trenutka premalo pozornosti posvetil natančnemu postavljanju noge. Še pozitivna afirmacija "plezam natančno in noga vedno ostane na zelenem mestu" in sledi nadaljevanje lahkotne plezarije proti vrhu.

7. MOTIVACIJA NAJ PRIHAJA IZ SRCA

Plezalca lahko k njegovi dejavnosti motivirajo različni zunanji in notranji dejavniki. Kadar želja po plezanju izhaja iz motivov, kot

je uspeh na tekmovanji, zahteve sponzorjev, pohvale plezalnih kolegov in ponos ob preplezani ekstremno težki smeri, govorimo o zunanji motivaciji. Tovrstna motivacija lahko v določenem obdobju plezalcu prinaša velik zanos, vendar pa je njen učinek kratkotrajen in energetske zaloge za nadaljno izvajanje aktivnosti omejene. Druga vrsta motivacije pa je tista, ki prihaja iz nas samih. To je želja po samorealizaciji, po piljenju telesnih sposobnosti in premikanju lasnih meja, ter želja po užitku, ki ga prinaša plezalna dejavnost. V takem primeru govorimo o notranji motivaciji. Ni potrebno poudariti, da je ravno notranja motivacija tista, ki omogoča trajno vzpostavljanje "flow" izkušnje med plezanjem, hkrati pa pomeni neomejen rezervoar energije in zanos za izvajanje plezalne aktivnosti. Potreben pa je skrben nadzor lastnih misli, saj lahko um kaj hitro zdrsne iz stanja notranje motiviranosti proti naravnosti na zunanje motivatorje, zlasti po določenem osebnem uspehu. Tak prehod pa pomeni tudi blokado optimalnega nastopnega stanja. Ko plezalec prepozna tovrstno tranzicijo, se lahko z lahkoto vrne v stanje notranje motiviranosti s pomočjo preprostega vprašanja – "zakaj pravzaprav plezam?"

8. PREMAGAJ STRAH, OHRANI VERO

Strah je eden izmed glavnih blokad vstopa v cono optimalnega nastopnega stanja. Strah je univerzalna podzavestna čustvena reakcija, vtisnjena globoko v človeško psiho, ki se je v evoluciji pojavila z namenom ohranjanja življenja v smrtno nevarnih situacijah, in sicer ga usmerja bodisi boj, ali v beg, v varno zavetje ("fight or flight" reakcija). Če pa se strah pojavi pri športniku med izjava-

njem zastavljene naloge, mu začne diktirati misli in čustva ter povzroča slabo mišično koordinacijo, mišično zakrčenost itd. Tovrstno stanje se pri plezalcu lahko pojavlja kot strah pred tekmovanji, kot anksioznost pri napadanju težjih skalnih smeri ali pa tudi kot strah pred padcem v kočljivih situacijah v steni. Plezalec se s strahom lahko spopade na več različnih načinov. Kadar gre za strah pred nastopi, si lahko svojo situacijo ogleda v širši perspektivi in si zastavi ključno vprašanje, zaradi česar se je strah evolucijsko tudi ohranil – "če ne splezam smeri, ali bo zaradi tega morda kdo umrl?" Realno gledano, sedmim milijardam ljudem na tem svetu je prav vseeno, če plezalec vpne vrh v zastavljeni smeri ali ne. Premagovanje straha je možno tudi preko desenzitivizacije, torej povečane izpostavljanja stresni situaciji, ki nato počasi privede do zmanjšanja občutljivosti na stres. Nekoliko drugače od nastopnega strahu pa ima lahko strah pred padcem tudi realno osnovo ohranitve plezalčevega življenja, zlasti kadar je govora o izpostavljenih alpinističnih vzponih. Nasprotno pa strah pred padcem v plezališču po navadi nima življenjsko ogrožajoče osnove, saj je hujši scenarij kot nekajmetrski nihaj prej izjema kot pravilo, seveda, če plezalec poprej izpolni vsa pravila varnega plezanja. Če se torej v steni pojavi strah pred padcem, ki nima realne osnove, koristi pozitiven samogovor, kot je "sem popolnoma varen, zaupam svoji opremi in varovalcu" ipd. ali pa vadba padca z namenom desenzitivizacije.

9. ZGRADI TRDNO SAMOPODOBO

Vstop v optimalno nastopno cono je možen zgolj ob dovolj trdni samozavesti ter pozitivni samopodobi, ki dovoljuje možnost

uspešne rešitve zastavljene naloge. Posameznikova samozavest in samopodoba pa se skozi proces osebnostne rasti zgradi na podlagi štirih komponent. Prva komponenta so pretekle izkušnje. Na primer plezalec, ki pleza dobro in sproščeno na svojih prvih tekmovanjih ter dosega zastavljene cilje, si ustvari samopodobo uspešnega tekmovalca. Druga komponenta je opazovanje in poosebljanje pozitivne akcije drugega posameznika. Lep primer za to so slovenske plezalke, ki so sledile vzoru Martine Čufar in že dolga leta zasedajo svetovni vrh. Tretja komponenta je poosebljanje akcij ali sloganov, ki posameznika inspirirajo. Olimpijski tek Petre Majdič, v katerem je z zlomljenimi rebri in predrto popljučnico pritekla bronasto medaljo in pokazala, česa vse je zmožno človeško telo, je zagotovo utrdil to komponento samozavesti pri marsikaterem športnem navdušencu. Četrta komponenta gradnje samozavesti pa so pozitivne vzpodbude s strani trenerjev, družinskih članov in navijačev. Utrjevanje samozavesti je proces, ki traja skozi celotno življenje. Plezalec naj jo torej utrjuje skozi pozitivne izkušnje (pri čemur mora biti cilj vedno le realizacija trenutnega potenciala), uči naj se od izkušenejših plezalcev ter naj se obda s pozitivnimi ljudmi, ki ga bodo vzpodbujali in inspirirali.

10. SMEJ SE POD PRITISKOM

Bistvo "flow" izkušnje je, da jo posameznik uspe vzpostaviti v najbolj stresnih situacijah, bodisi so to velika tekmovanja, javni nastopi pred množico ljudi, razgovor za pomembno službeno pozicijo ipd. Bistvo vseh velikih performerjev je, da se uspejo dvigniti nad psihološke, emocionalne in fizične stresne dejavnike ter svojo nalogo opraviti lahko.

kot otrok, ki se zatopi in uživa v svoji igri. In plezanje navsezadnje, bodisi tekmovanje ali skalni vzpon na meji lastnih zmožnosti, ni nič drugega kot igra, v kateri se je potrebno imeti lepo. Najlažji način, kako stresno vznemirjenost preoblikovati v plodno podlago za vstop v optimalno nastopno cono, je smeh, humor in pozitiven način razmišljanja. Prekrasen primer za to je slovenska mladinska plezalna reprezentanca, kjer se pred nastopi izolacijska cona skorajda trese od smeha in vseh burk, ki jih zganjajo tekmovalci, njihovi rezultati pa vselej odsevajo optimalno nastopno stanje.

Sledenje navedenim 10 korakom vsekakor ne bo iz plezalnega pripravnice naredilo Mine Markovič. Za doseganje svetovnega vrha so potrebna leta treninga in osvajanja ustreznih motoričnih zapisov ter njihovega utrjevanja v spletu kočljivih in manj kočljivih situacij. Vendar pa prav narava plezalnega športa omogoča, da si lahko vsakdo najde izziv na meji lastnih sposobnosti, pa naj bo to prva smer z oceno 7a, prvi preplezani slap v vodstvu ali pa en sam gib v ekstremno težkem balvanskem problemu. Zato je optimalno nastopno stanje zaželeno prav za vsakega plezalca, ne glede na njegovo trenutno stopnjo pripravljenosti. Kajti užitek ob preseganju samega sebe je vreden mnogo več, kot dosega zastavljenega cilja. Zato naj mentalna priprava plezalca postane del vsakodnevne vadbe, plezalci pa se lahko o njej natančno podučijo v izvrstni publikaciji Aleša Jensterla, Martine Čufar in Natalije Gros – *Z glavo in srcem do vrha*.

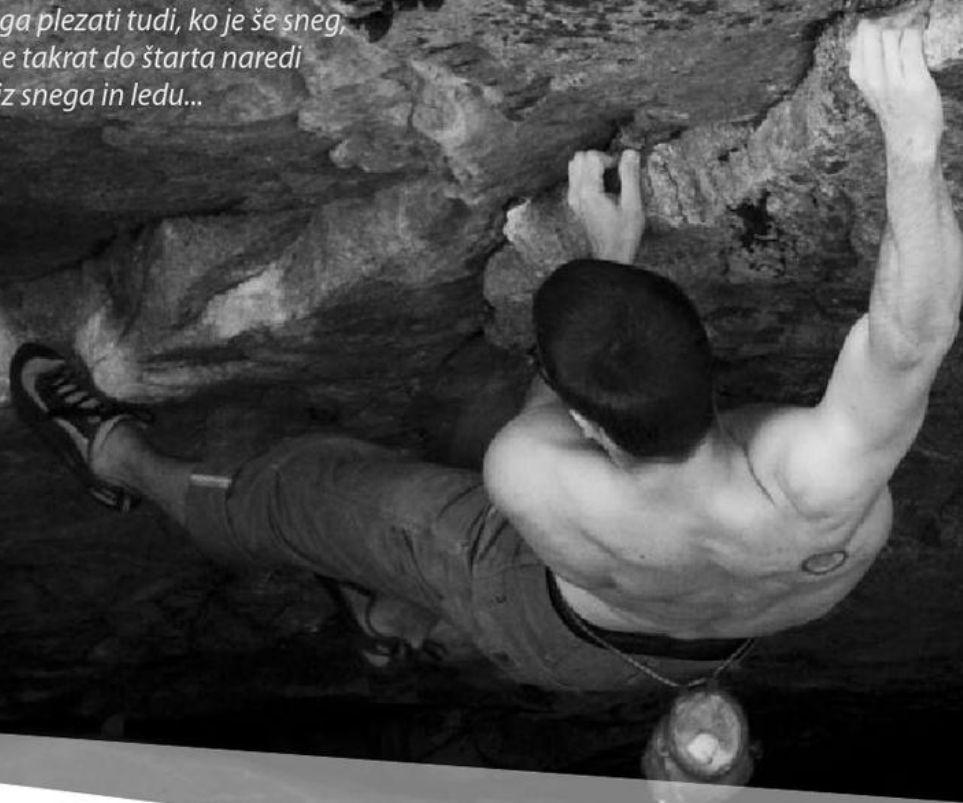
Balvaniranje na prelazu neodvisnosti





»Dependency« na Upper Boulderfield,
enem od višje ležečih področij.

*Ice Cream Blowjob (ICBJ) -
dramatična previsna linija iz
luknje na ogromnem balvanu.
Da se ga plezati tudi, ko je še sneg,
le da se takrat do štarta naredi
tunel iz snega in ledu...*

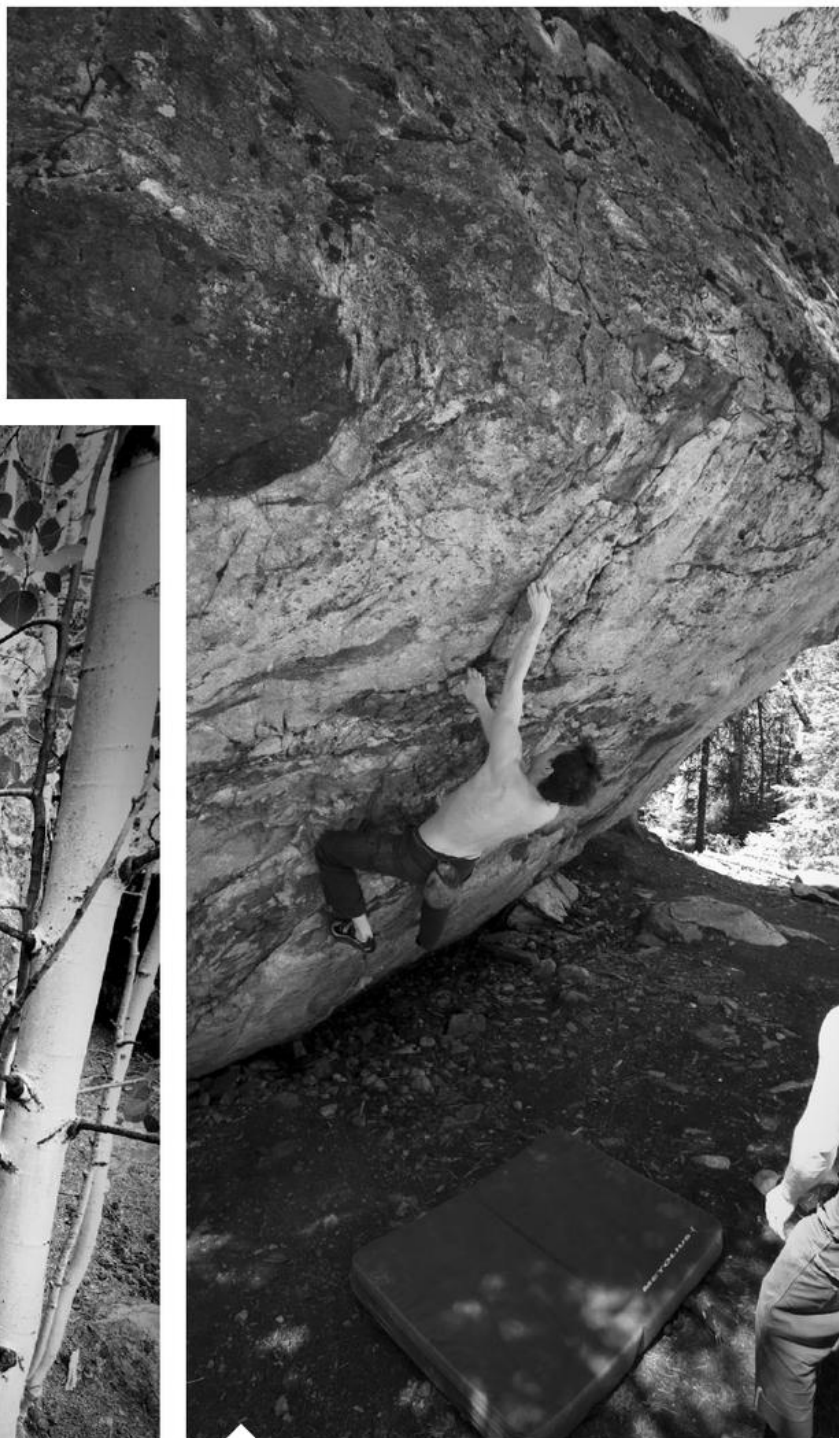


////////////////////////////////////
NAPISAL: **ROK ROŠKAR**

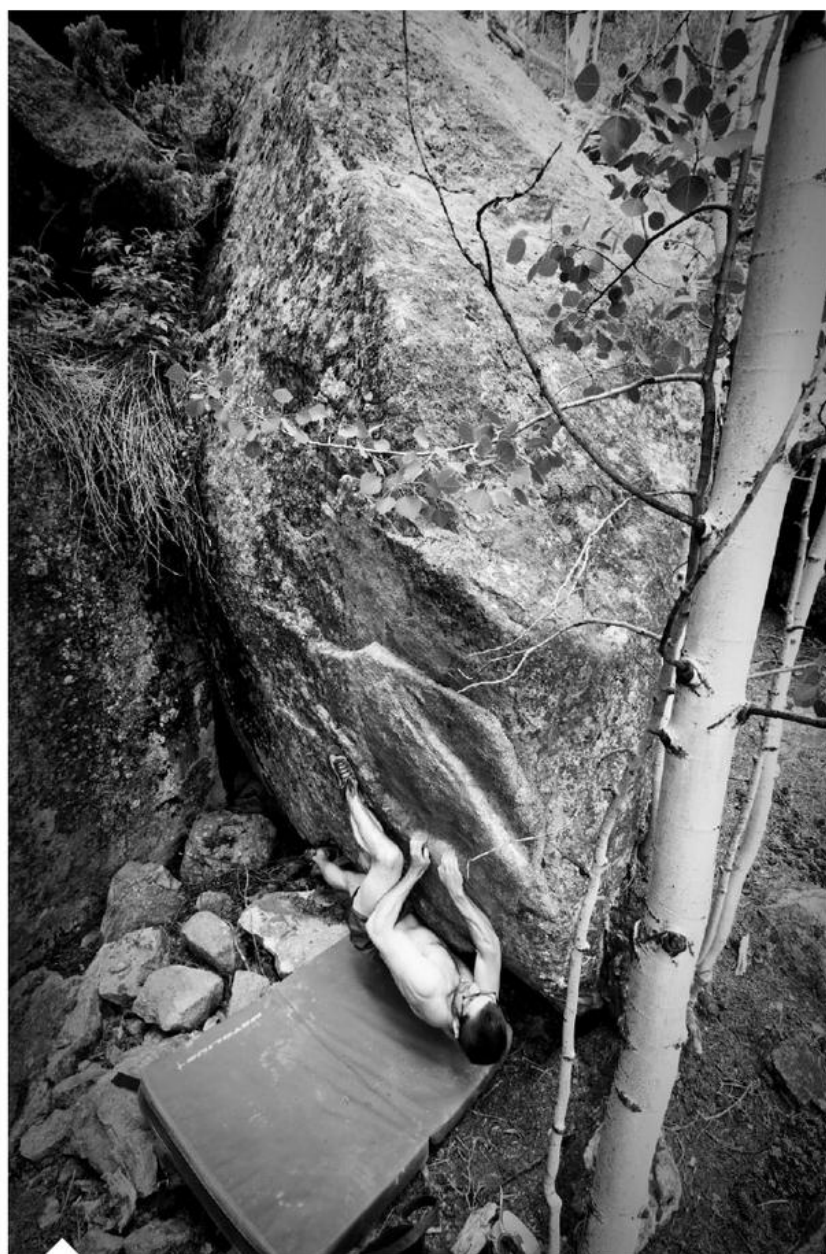
FOTO: **ROK ROŠKAR IN MOLLY ROŠKAR**

Nekoč rudnik srebra, nato skorajda mesto duhov in sedaj mondeno letovišče višjih slojev svetovne elite: majhno mesto Aspen v zvezni državi Colorado, umaknjeno v šarmantnem kotičku doline Roaring Fork v pogorju Rocky Mountains. Širši javnosti je Aspen znan predvsem po smučiščih in kot magnet za estradnike (med drugim je tam doma Antonio Banderas), malo manj pa je morda znan center za fiziko (Aspen Center for Physics), ki že od leta 1962 vsako leto gosti znanstvenike z vsega sveta. Letos poleti sem imel tudi sam, kot astrofizik, to srečo, da sem dva tedna preživel v Aspnu

na ta račun. Namen centra za fiziko je izmenjava idej v sproščenem okolju, daleč od vsakdanjih akademskih skrbi, popestrena z izleti v naravo - celo nezaželeno je, da nekdo ves dan sedi v pisarni, ker baje ljudje dobijo svoje najboljše ideje, ko so najmanj obremenjeni. Prav slednje sva z Nickom, kolegom s študija v Seattlu, vzela zelo resno. Ob zvezni cesti 82, ki pelje od Aspna čez patriotsko imenovani Independence Pass (prelaz neodvisnosti), so namreč slikovita pobočja posuta z granitnimi bloki vseh velikosti in oblik. Popoldneve sva tako preživljala v njihovi družbi, pravzaprav po službeni dolžnosti...



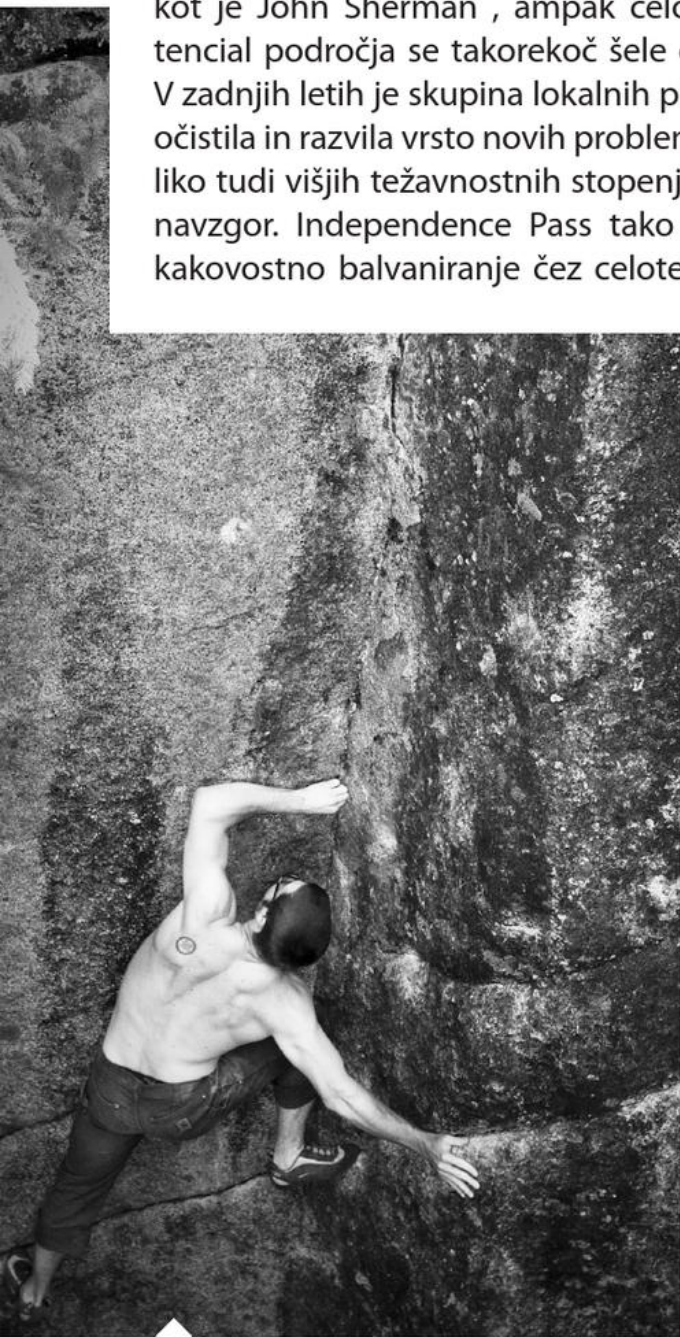
Balvan »Camp 5« - v neposredni bližini se da zastonj kampirat



Ogrevanje

Skala je zelo kvalitetna, kot se za granit spodobi in kar nekaj vrhunskih plezalcev je tukaj pustilo svoj pečat -tudi na mnogih balvanih. Tisti blizu cest z enostavnimi dostopi so bili že pred leti preplezani s strani legend kot je John Sherman , ampak celotni potencial področja se takorekoč šele odkriva. V zadnjih letih je skupina lokalnih plezalcev očistila in razvila vrsto novih problemov, veliko tudi višjih težavnostnih stopenj od V10 navzgor. Independence Pass tako ponuja kakovostno balvaniranje čez celoten spek-

ter težav v idiličnem okolju, idealni klimi (na leto pade v povprečju 600 mm padavin -v Ljubljani, za primerjavo, pa 1300) in odmaknjenosti. V dveh tednih plezanja so bili edini plezalci, ki sva jih srečala, del ekipe Rock&Ice, ki je delala reportažo za eno od jesenskih števil ... Vsekakor vredno obiska malo za spremembo od bolj popularnih destinacij, če se potikate kje po Ameriki. Vredno se je le vnaprej pozanimati, kako je s cesto do prelaza, ker je včasih zaradi snega lahko zaprta vse do poletnih mesecev.



»Black Beard« na balvanu »Treasure Chest« ob Lincoln creek road. Zanimiv balvan tik ob tolmunu za kopanje in hlajenje prstov...



Estetski balvan »Felix« v bližini popularnega Grotto Wall.



Balvan »Felix« -- enostaven dostop!

Za tiskane informacije je zaenkrat na razpolago le »Independence Pass Rock Climbing« vodniček, ki ga lahko kupite v trgovini Ute Mountaineer v centru Aspena. V knjigi so opisani predvsem »klasični« problemi, večinoma nekje do V8. Za informacije o novejših balvanih se obrnite na lokalne plezalce na naslovu [\[passbouldering.com\]\(http://passbouldering.com\), kjer se najde tudi skice vseh področij z bolj ali manj izčrpnimi opisi balvanov. V bližnji prihodnosti obljublajo tudi tiskan vodniček. Dodatne informacije o najnovejših in najtežjih linijah se najdejo na strani \[mountainproject.com\]\(http://mountainproject.com\). Video z enega od novih področij, Ice caves: <http://vimeo.com/43867547#at=0>](http://www.independence-</p></div><div data-bbox=)



Zgodba o **Boki**

»Start uspel, noro nevarno.

Fotkam z vrha, ne vem, če ju opaziš spodaj,« je pisalo na mojem telefonu pod slikico nečesa belega.

7. februar, ura je kazala 9:22. Malce sem zajela sapo. Dva dni pred tem so po kanonadi z vrha komaj ušli. Danes naj bi bili bolj zgodnji, preden sonce doseže led.

»Uspelo vam bo, srčni ljudje!« napišem nazaj Silvotu, a me je strah.

Za Dejana, ki je močan in v življenjski formi. Za Mitjo, ki ga poznam zgolj po elektronski pošti. Za Silvota, ki je odšel nad slap, da ju fotografira. Team so. Nekomu moram povedat o njih, ki si drznejo. Povem sodelavki, edini, ki lahko zasluti moje notranje trepetanje.

Sredi kosila zvok SMS-ja ob katerem mi začne noro biti srce, roke se tresejo, ko odložim žlico, pobrskam po torbici in ...

»YES, USPELO NAM JE!«



Boka 2012

Boka, Nora Burja, II, WI6, X, 130m, 2.5h, Prv. –Dejan Koren in Mitja Šorn (7.2.2012)

////////////////////////////////////
NAPISALI: **DEJAN KOREN, MITJA ŠORN, SILVO BLAŠKO, HELENA ŠKRL,**
FOTOGRAFIJE: **ARHIV DEJANA KORENA, ARHIV SILVIJA ČERNOLOGARJA**

Dejan Koren

Precej vode je že preteklo v slapu Boka, odkar sem se to zimo skupaj z Mitjo (op. p. Mitja Šorn AO - Jesenice) »sprehodil« preko njega. Bilo je tako, kot bi nekoč sanjal in potem tako verjel v te sanje, da bi se te enostavno morale uresničiti.

Sedaj ko to pišem, sedim v brunarici v kanadskem Skalnem Gorovju in gledam skozi okno, kako ga na debelo sipa iz neba. Kdaj se bo končalo? Da bomo lahko odšli plezat! Včeraj ga je padlo vsaj trideset centimetrov skozi cel dan, vedno znova nas je zasipalo od zgoraj, ko smo plezali. Bilo je res noro, prava zimska idila.

Vedno so me privlačile take stvari: težje, neobičajne, posebne in prav take stvari imam najraje tudi pri alpinizmu. Najraje plezam tam, kjer ni še nihče, kjer se je potrebno bolj potruditi, hoditi po svojih mejah, dati kanček svoje intuicije, da prideš varno preko, da se stvar izide. Bila so leta, tam okrog dvajset sem jih imel, ko sem šel prvič plezat led, z Mihačem (op. p. Miha Stopar AO - Vipava) pod Predel. Bilo je sicer zanimivo, ampak nisem imel občutka, nisem zaupal cepinu, ali drži ali ne. Potem so tekla leta, led mi je postajal vse ljubši, počasi sva si prišla na Ti in postal je moj najljubši prijatelj alpinizma. Ko sem »notri«, se čutim najbolj suveren od vseh



oblik plezanja. Res je, ni lepšega kot zasaditi cepin visoko nad seboj in potem še drugega skoraj poleg, pa odhiteti z nogama kvišku in to ponavljati vse do vrha, vmes pa še toliko vsega, da se včasih izpod čelade kar kadi. Res ne najdem stvari na tem svetu, ki bi me prisilila, da se bi tako skoncentriral nanjo. Te tako prevzame, da še misli, ki se ti včasih zdijo samoumevne, kot so lakota, žeja in utrujenost, enostavno izpuhtijo, kot da jih ni. Kot da nič ne obstaja, si samo ti in dober meter ledu nad teboj, ki služi tudi temu, da nasloniš nanj svoje vročično čelo.

Tudi v Boki se mi je to zgodilo, da enostavno nisem vedel, kako bom prišel čez, iz izkušenj pa sem tako dobro vedel, da se bo enostavno razpletlo, da se bo že nekaj pojavilo, da se bo

ta uganka končala tako, da bom prišel preko. In res se je, po devetnajstih letih sva bila prva plezalca, ki sva za legendarnim Slavcem Svetičičem in njegovim soplezalcem Černilogarjem stala na vrhu zmrznjenega mogočnega slapu, ki vre izpod Kaninskih podov. Ja, bilo je res dobro, toliko stvari se pri takem slapu, ki ima 103 metre prostega pada, mora poklapati, da kot prvo nastane, zmrzne dovolj in nato, da še ujameš trenutek, da se nekako pregoljufaš preko njega na vrh.

Ideja splezati slap Boka je dolgo rasla v meni, natančno od leta 2003, ko sem Boko prvič videl vkovano v led in sem potem tekel v knjižnico po prvi Kresalov vodniček lednih slapov in kombiniranih smeri, da se prepričam, če je kdo oz. kdaj to že stvar plezal. In

potem dvakrat preberem, ne da bi skoraj zajel sapo, vse o legendarnem vzponu enega največjih alpinistov takratnega časa. Ja, Slavc je bil res klasa, ki je imel prekleto malo sebi enakih alpinistov. Res škoda je tako izjemnih ljudi. Zakaj jih alpinizem toliko vzame, verjetno bi bilo res že vse preplezano, če jih ne bi toliko odmanjkalo.

Potem je Boka spet pokazala svoj ledeni oklep leta 2005, a jaz takrat nisem še bil dovolj zrel za tako stvar. Sledile so mile zime, no vsaj za Boko, da bi jo vkovala v leden oklep. Veliko dejavnikov se mora poklapati, da nastane taka stvar kot je zmrznjena Boka. Predvsem dolgo obdobje mraza z burjo, ki naneša vodne kaplje na steno poleg slapu in tam, če je dovolj mraza, obstanejo in nastajati začne ena mojih najboljših lednih linij sploh. Tudi zato, ker je na Primorskem in ker jo tolikokrat gledam iz kajaka, ko veslam mimo po brzicah krasne Soče. Je pa potem za plezanje tudi potreben mraz in dan brez sonca, saj le to omogoča dokaj varen vzpon.

In res. V nedeljo, ko smo bili pod slapom, smo vsi zrli le v njega in sonce je delalo svoje in nas takoj opozorilo, zakaj je dobro, da ni sonca, če se podaš v ta slap. Zato je bil dan, na katerega sem stavil vse žetone, torej. Obetalo se je oblačno in precej hladno vreme, natančno tako, kot bi moralo biti. A že zjutraj je bilo slutiti, da mraza ne bo toliko, kot so vremenarji napovedovali. Zato zjutraj ob sedmih, ko stojiva z Mitjo pod slapom, takoj ugotoviva, da bo treba biti hiter. To bo dobra varovalka za varnost pri vsej zadevi. In res Mitja odhiti prvi raztežaj, potem pa jaz enega dolgega, ki poteka po krasnih gobah in gobicah, za katere ti ni povsem jasno, kako stojijo tam gor, še manj pa, kako zdržijo še

tvojo težo, ko se skobacaš na njih. Res pravi biser od dolgega cuga.

Potem pa sledi še malo bolj delikaten zadnji raztežaj, ki reši uganko prve ponovitve slapu Boka in nove smeri, ki sva jo z Mitjo poimenovala Nora Burja, saj je le-ta pripomogla, da je taka res noro dobra linija sploh nastala. Pa še tiste dni je imela res mlade tudi na našem koncu. Super je, jaz jo zares obožujem.

Po najinem vzponu je Boka zelo kmalu odvrгла svoj ledeni oklep. Za koliko časa? Za devetnajst let?

Mitja Šorn

Z Dejanom sva se spoznala leta 2009, ko smo bili skupaj na odpravi v Patagoniji. Bilo nas je sedem in vsi smo se zelo dobro razumeli, tako da je čas tam mineval v sproščenem vzdušju. V slabem vremenu smo vsak dan plezali krajše smeri nad Chaltenom, v nekaj luknjah pa smo splezali še par smeri v hribih nad Chaltenom.

Ker so mi druge oblike plezanja ljubše od ledu, na Boko niti nisem resno mislil. Vedel sem, da je to slap v bližini Bovca, dostikrat sem se peljal mimo in vedel, da je nekaj naj, najbolj vodnat. Po letošnjem daljšem obdobju mraza se je začelo govoriti, da bi bil mogoče preplezljiv in tako sem pogledal v vodniček in si prebral o vzponu čezenj.

Že dan po branju vodnička pa dobim SMS od Dejana: A bi šel jutri plezat led? Ker se mi ni ravno dalo, ga pokličem in začnem razlagat, kako me je včeraj zeblo. Vprašam, kaj je mislil in ko omeni Boko, takoj zorganiziram stvari.

Sledi vstajanje ob 4h zjutraj in vožnja skozi pravo zimo proti Bovcu. V Logu ni več sledu snega in ob 6h zjutraj je pod Boko 0 stopinj. Dostop mine hitro, saj so nahrbtni-



ki lahki. Dejan ima vso robo pod slapom že od nedelje, ko ga je pregnalo sonce. Piha topel veter in po pogovoru se odločiva za taktiko čim hitrejšega plezanja. Izbereva linijo na skrajni desni strani, čim bolj stran od curka vode. Posolirava podstavek, nato jaz odbrzim čez prvi raztežaj. Dejan pohiti za mano in začne plezati drugega. Ta je že malo težji, plezava iz gobe na gobo in raztežaj zaključiva pod vršno zaveso. Tudi zadnji raztežaj v vodstvu spleza Dejan, ta je najdelikatnejši, saj je zavesa precej slaba in zato na pol plezava po skali, na pol po ledu. Po dveh urah in pol plezanja vesela stojiva na vrhu slapu. Dejanu sem hvaležen za povabilo. Odločiva se za sestop po poti, saj piha veter in ob plezanju je bil občutek na čase isti, kot bi deževalo.

Ker delam kot gorski vodnik, sem po navadi jaz tisti, ki vse naštudira in spleza, tokrat sem bil bolj v vlogi gosta, srečnega gosta. Vem, da nama je uspel dober vzpon in upam, da se bo ohladilo in bo uspelo še komu. Vem, da je še precej plezalcev, ki si jo želijo splezati. In vem tudi, da ob temperaturah, kot so bile danes, ne bo več dolgo, nuj-



no potrebuje ohladitev.

Ob avtu termometer kaže že 4,5 stopinj, zopet modrujemo. Ob takih temperaturah slap ne bo več dolgo. In res, drugi dan zjutraj pokliče Tine, slapu ni več. Žal mi je za Aljaža in še koga, ki bi ga rad preplezal.

Da splezaš tak slap, potrebuješ veliko stvari, ki se morajo poklopiti. Dolgotrajen mraz mora spremljati močan veter, ki vodo nosi do skale, kjer se naredi led. Vstopiti moraš, ko v slapu ni sonca, plezanje pa niti ni fizično preveč zahtevno, terja pa veliko občutka in psihične moči. Vsa čast Dejanu za splezan zadnji raztežaj, sam bi verjetno pod njim obrnil,

saj ledu res nisi smel preveč obremenjevati. Če bi mi kdo rekel, da se bom za dve uri in pol plezanja vozil pet ur in pol, bi rekel, da je nor, a tokrat se je izplačalo.

Ker gre za novo linijo, na drugi strani curka, kot je plezal Slavc, si zasluži tudi novo ime. Ker je k nastanku slapu močno pomagal veter, naj bo Nora burja.

Ker se podnebje spreminja, ni rečeno, da bo trajalo 19 let, da bo spet narejena. Zadnja tri leta so bile izjemne zime za plezalce. Prvi dve sta nam nasuli mokrega snega in ustvarili Chamonijske pogoje, ki jih ni bilo 30 let. Plezalo se je smeri, ki se jih ni po več desetletij. Letošnji februar pa je bil dovolj mrzel, da se je plezalo slapove, ki se jih ni zelo dolgo ali pa sploh nikoli. Pustimo se presenetiti z naslednjo zimo, kdo ve kaj nam prinese globalno segrevanje ozračja.

Silvo Blaško

Vtorek ob 4h startava z Dejanom iz Vipave, v Črničah pobereva še Petra in nadaljujemo proti Bovcu. Pri Kobaridu nam pol ure vzame čakanje pred zaporo, nato pa se na mostu Boka srečamo z Dejanovim soplezalcem Mitjo. Trojica jo mahne po dolini pod slap, jaz pa po poti na vrh, da bom lahko z vrha fotkal. Nekje na pol poti me pokliče Dejan in pravi, da po dolini vleče topel veter in je plezanje pod vprašajem, čez pol ure pa javi, da sta se odločila in vstopata v slap. Ura je 7.45.

Tekam kot nor po platoju pri izviru in kmalu najdem navrtano sidrišče, napravim štant z gurno, osmico in vse po pravilih kot me je Marko učil. Spustim se na rob, slišim samo zamolko ropotanje nekje spodaj, plezalcev ne vidim, kaj zdaj? Slišim, kako odletajo sveče, nekje daleč spodaj zamolkle udarce ce-

pinov... Kje sta?

Odžimarim nazaj in z vrha gledano na levi strani slapa napravim sidrišče na drevesu, prejšnje pa pustim pripravljeno, če bosta tam izstopala, da jima olajšam delo. Ko se spustim na rob... O groza, globoko spodaj uzrem Dejana, ki pleza tretji cug naprej, ne Dejana, dve pikici, živi v gibanju... Ozrem se po slapu in kaj vidim: na petih straneh tečejo potočki proti robu, nekateri se zlivajo čez slap, drugi pod ledom ližejo vez, s katero se slap drži za mahovita tla. Fotkam, nakar zaslišim grmenje na nasprotni strani, tam je več vode, tam se bo prej podrlo. 200 m nižje vidim Petra, kako s fotoaparatom teče v kritje za veliki balvan in nato pleza na še višjega, kjer ga izstrelki ne dosežejo.

Dejan je na predzadnjem štantu, opazujem slap – kakšna konstrukcija ledenih gob, ki stojijo pravokotno na slap, tudi po več kot meter velike, z njih navzdol pa sveče, svečke in z vrha odtekajoča voda – tuš na naša dva junaka.

»Kako bo šel tam čez?« me prešine, »če bo slišal, ga bom z vrha usmeril na, vsaj iz moje perspektive gledano, dokaj soliden led.«

Dobro, Mitja je na štantu, Dejan se pripravlja na odločilni cug. Takrat zaslišim nekaj, kot bi mi močno zakrulilo v črevesju – zdrznem se, ne kruli meni, kruljenju je sledil dobro znani pok-pok ledu, kateremu je sledilo grmenje in drhtenje tal pod nogami. Groza, pod slapom dim ledenih kristalov in dež ledenih izstrelkov na vse strani. Pogledam navzdol, vidim Dejana in Mitjo na štantu zlepljena z ledom... Odnese je del slapa na nasprotni strani, kjer je bil najbolj izpostavljen vodnemu curku.

Dejan začne plezati po sveči, ki že pod pr-

vim udarcem odleti, zabije cepin višje in pod udarcem sveča napoči tudi tam. Ne vem, morda petnajst, morda petindvajset metrov pleza po zunanji strani sveče. Ker je le-ta počena, ne more napraviti varovanja, v slučaju, da se odlomi, bi zaradi varovanja pometla še z njim in Mitjo.

»Silvo, kaj, kaj vidiš?« me vpraša.

Povem mu, naj pri izstopu iz tega previsa poskusi na levi strani, tam so velike gobe in mesto, kjer bo lahko malo počil. Nato pa še petnajst metrov po zmeraj tanjšem ledu, skozi katerega se vidi mah, do sidrišča na drevesu, ki sem ga uredil, da se bo prvi lahko 100% zavaroval in varoval drugega v navezi.

Dejan je priplezal do mene, se zavaroval in ob čestitki povedal, da v takih razmerah verjetno še ni bil nikoli. Ko pride na vrh še Mitja, mu čestitam, on pa pravi: »Pusti mene, čestitke zasluži Dejan, to je bilo norooo!«

Piše, da je Slavc 5. 1. 1993 preplezal ta slap kot prvi in da je zadnji raztežaj odsoliral, ker ni imel kam dati varovanja – zadnji, a najtežji. Kako se zgodovina ponavlja, prav to se je dogajalo Dejanu; mislim, da je v zadnjem raztežaju takoj nad štantom dal samo eno varovanje, nato pa do vrha soliral – brez varovanja.

Ura je 10.15, Boka je padla po 19 letih, enemu mesecu in dveh dneh. Vesel sem, da sem bil priča temu dogodku, bravo Dejan, bravo Mitja!!!

V Bovcu smo šli na pijačo in lokalci so takoj videli, da se je nekaj zgodilo. Vest o temu, da je Boka spet splezana, jih je malo presenetila, ob pregledu fotografij pa so deževale čestitke z vseh strani.

Medtem se je Boka že dodobra podrła in spet bo čakala na ponovitev: koliko dni, tednov, mesecev, let?



Boka 1993

*Boka, Temperatura, WI 6+, X, 130 m, 2 h,
Prv. – Slavko Svetičič-Slavc in Silvij Černilogar (5.1.1993)*

Silvij Černilogar

Povem samo zato, ker imam čast do Slavca, če ne jaz nimam sam sebe za... Če ne bi bilo Slavca, boljše, da me ni, a razumeš... No, ne da me ni, ampak Slavkotu v čast, zaradi tega, kar je bilo. Moj delež je bil moj delež; samo, v bistvu, če Slavkota ne bi bilo, ga ne bi bilo.

Rojen sem bil v Šebreljah, tako kot Slavko. Dobro sva se razumela.

No in enkrat smo se pač dobili tam v Teksasu pred trgovino, mislim, tam v Šebreljah in je rekel, da on bo šel jutri Boko plezat. Pa mi

je šel kar mraz po hrbtu, uuuu, Boka, uuu...

Jaz sem tisti čas prišel ravno iz Amerike iz El Capa, ampak lednih izkušenj nisem imel hudih, po občutku pa sem vedno dobro šel. Če ti je dano, pa zmeraj hitro zagrabiš, kar ti paše, tako, da sem ga prav previdno vprašal:

»Ma ti, Slavko, a misliš, da obstaja možnost, da bi šel jaz zraven?«

Kot da bi boga vprašal: a se ti lahko priklo-nim, lahko molim s tabo...

Nekaj časa je študiral, pa je rekel: »Ja, ker ti me najbolj poznaš in ti veš, kaj bo sledilo.«

No in tako sva se odločila in šla potem k



njemu po opremo. Povedal sem mu, da nimam dveh cepinov, nimam vsega orodja. Jaz sem imel samo tega »cimberja«. Potem mi je on Grivele posodil, ravno tako Koflach šolne, dereze... Ma v glavnem, opremo mi je on posodil, tako da sem sploh lahko vstopil zraven njega noter.

Sam nisem imel občutka, niti vedel nisem, ne, kako bo, ker prej ravno toliko, da sem poizkusil cepine za tista dva cuga Končarjevega žleba ali pa Kaskade, kar sem z Lo Duca Mitjem plezal, s katerim sva bila stalna soplezalca. Ta je tisti, ki ima gor Kekčevo domačijo, spet en tak markanten človek.

Sva šla, saj pravim, jaz nisem ravno vedel, kaj sploh bo. Jaz sem tisti čas imel še navadne čizme, gojzarje usnjene, dereze za navezat, da si moral dvakrat prej popraviti vmes, če ne, so se ti snele. Potem pa je bilo to zame že luksuz: avtomatske dereze, Koflach šolne in Goretex obleke za čez... To je bilo že malo drugače.

Kdaj je bilo to? Leta 93? A 5.1.1993? Glej,

nisem vedel, še za letnico nisem vedel, ker mene žene drugo...

No, v glavnem, potem smo šli k meni domov in je Slavc rekel: »Zdaj pa bomo morali v redu pojest.«

Itak sem mislil v redu pojest, že tako ali tako moraš jest. Potem pa je on povedal, kaj naštimat, recimo pašta karbonara, pa njoki, pa taka »fortna« hrana. Meni se je zdelo, ker jaz po navadi ne jem zelo, da sva tisti večer samo jedla.

No, potem smo brusil tiste... Mi je pokazal tiste fore: dereze nabrusit, cepine nabrusit. Tiste čase sploh nisem vedel, da se tole brusi, ker nisem bil notri. Prej nisem bil v ledu, samo tehnika in pa prosto, kar je bilo še največ, je bil tisti Zodiac v El Capu. No potem pa še Vršac, no, tisto je bilo drugo, tisto je bilo lahko še hujše, no psihično, ne toliko fizično.

V glavnem, zjutraj sva se dobro najedla, morala sva vstat že ob štirih, da bi prišla ob deveti uri že ven iz slapu. No, midva sva ob deveti uri šele pod steno »prigoslala«. In ti-

sti čas pride že sonce noter. Sonce je tam od devete do enajste ure. To so se kar lomili kosi ven, bilo je kot podor, šit!

Čakala sva enajsto uro, da pride spet senca in potem sva startala gor. Tisti dve uri vmes je bil še en ogromen odlom. Sva čakala, čakala, čakala, gledam gor, ravno tam, kjer pade voda noter na sredini slapu, se začne odmikati stena. Jaz sem buljil. Ti si pa gor pod steno, dobro, saj nisi v direktno v vpadnici. In se je začela lomit ... Tista bela lisa je bil odlom ravno pred najinimi... Ko sem rekel, samo slikaj, slikaj... Tako, da ko je tista gmota padla dol, ko je priletela v tisti led v vpadnici, je bilo kot bomba.

Rečem jaz Slavcu: »Ti, a boš šu?«

Pa je rekel: »Jaz ja.«

No, pa je rešeno, jaz sem včeraj obljubil, da bom šel za tabo, če greš ti, moram tudi jaz, obljuba dela dolg. Tudi zaupal sem mu. Vem, da je bilo zelo kritično. Če ne bi bilo enega balvana, ga jaz od spodaj sploh ne bi mogel varovati, ker sem bil pa notri pod balvanom, sem se skr'il pred vsem kame-njem in ledom, ki je letel.

Midva sva šla gor po levi strani, če gledaš gor. Ključno je bilo mesto na začetku, par metrov v vstopu, ko si se moral dobesedno vreči v led, da si se »zahaklal«, potem pa je bilo par sveč in nato stena, kasneje pa je začel led. Vendar pa nisi smel siliti tja, ker si bil v vpadnici ledu in vode in vsega. Na drugo stran slapu ni zmrzovalo, ni bilo »poštuka-no«, ne bi mogel iti tja.

No, potem je prišel na drugo varovališče in jaz sem moral biti zelo nagel, da me ni kaj zadelo. Na koncu sem ga vprašal, zakaj nima čelade. Kot da bi jo jaz imel, ne, he, he... Ni sva imela čelad. Pa te ubrani, če prileti tak kos

ledu na »krepo«, je vprašanje, kako... Čeprav že tisti čas, ko je on lezel - dobro, on se niti zavedal ni, ker je ravno prišel na varovališče, jaz pa sem ga ravno gledal - v tistem času se je odbil velik »taler« ledu in mu šel ravno nad glavo. Če bi Slavc takrat samo malo dvignil glavo, bi se slabo končalo, vendar se niti zavedal ni, ko je šumelo mimo.

Ta prvi cug je bil zajeban, potem ta druga dva sta bila podobna, bi rekel, ni bilo toliko krize, zato ker sva se tudi umaknila ven z vpadnice. Tisto se mi je zdelo žur, uživancija. Na koncu pa je zadnjih deset metrov samo kamen, zid, voda je tekla zadaj in dva prsta ledu je bilo pripetega. Ni ga smel podret, ker je bilo spodaj toliko slabo varovanje, da če bi fuknu, bi šla oba v podn, stoposto. Hvala bogu mu je zneslo, tudi meni se tista šipa ni podrla, jaz tudi sopel nisem, ne, sem šel na tanko, z občutkom, ker se zavedaš, ne, da ko se enkrat podre, se podre. Tudi sam se razbi-ješ, kot glaž, če zares »gumpneš«.

Na vrhu sva bila zjebana, da sva samo eden drugega gledala, pa itak da se objameš, da rešiš to. Potem na je na vrh prišel še nekdo, ki nama je prinesel rucak, ne toliko zaradi potrebe, ampak zato, da nama pride naproti.

Ko smo pol prišli v Žago, nam niso verjeli, vendar so potem videli Slavkota, kako je bil zmartran. Psihično je bil zmartran, bolj kot fizično, itak ker je vlekel še enega Silvijta za sabo... Ne, ne, saj sem bil tudi jaz zjeban. Potem v Vršacu, ko sem vlekel 1000 m naprej, sem videl, kako te nažge. Če se me-njaš, pa je pol obremenitve manj. Čeprav, potem ko prideš na vrh in se nič ne zgodi, je »no problem«, žur.

Hvala bogu Slavcu, da me je povlekel no-



ter, mi dal možnost, da sem z njim plezal. Mislim, z njim sicer nisem plezal, ker je bil prehud, da bi mu konkuriral, on je bil na koncu v bistvu profesionallec. Jaz pa imam levo nogo poškodovano in imam tri oprimke, četrta je samo za ravnotežje, imam potrgane živce in kite. Na kakšne hude ture se ne bi upal spraviti. Zato sem potem raje na suhi steni, ali ledu, ker si bolj na špicah.

Slavc je bil car. Je bil. Za mene je bil. Dobro, morebiti zato, ker sem ga drugače poznal kot drugi, ker se mi je tudi, ko sva bila sama, odprl, ker drugače ni bil ravno zgovoren. No pač, faca je bil. V glavnem je bil kot osebnost zelo trden, fiksni, kot alpinist pač mora biti. Saj pravim, odprt do ta pravega, drugače pa ni bil, da bi se recimo, razdajal, da bi po-

udarjal, jaz sem jaz. Bil zelo »na izi« človek, preprost kmečki fant v dobrem pomenu besede. Je pa lepo spoznat človeka, kot je bil Slavko, s katerim si siguran.

Slavc je zdaj gor, on je kip svobode. Njegovi zadnji posnetki niso v javnosti. Jaz sem jih slišal, hvala bogu, mi je bilo dano. Ko enkrat poveš, da telo zavrača komplet vse, gor ne moreš, dol ne moreš... Čeprav še zdaj ni potrjeno, ali je on celo šel gor in potem pri sestopu obupal. V glavnem, ni važno. To sploh zame nima pomena, kolikor ga poznam. Ni bistvo v tem, ali je on zlezal ali ne. On se je spravil sam s sabo, vedel je, da bo umrl v kraljestvu bogov.

Slavko Svetičić - Slavc (1958-1995)

Ko plezam, se lahko posvetim samo sebi. Naredim, kar sem sposoben. Ni drugega, ki bi me spodbujal ali vlekel nazaj. Sem samo jaz. Psihično sposobnost mi daje uspeh za uspehom. Včasih je bilo drugače. Včasih sem jaz koga priganjal, daj še malo, saj ni več daleč.

Velikokrat sem to doživljal. Ko sem prvič plezal z dobrimi plezalci, sem jih občudoval. Kakšna energija, kakšna zagnanost. Z lučjo v očeh sem se veselil, do bi nekoč lahko stal med njimi. Majhen kot sem bil, vendar zelo bogat. Veliko plezalcev je plezalo celo življenje, pa nikoli niso stali na vrhu. Koliko je tako dobrih plezalcev? Nekaj jih je pokojnih, nekaj pa jih se živi. Verjetno so kje zapiti in čudni za ljudi. Rad bi bil z njimi, saj sem del njih.





Ko sem se vračala s Slapa ob Idrijci, kjer sem se pogovarjala s Silvijem Černilogarjem, sem zvočni zapis presnela na MP3 predvajalnik in ga odnesla Silvotu Blašku v bolnišnico v Šempeter. Po rutinski operaciji okrušenega kolenskega meniskusa se je stvar zapletla in moj prijatelj, ki bi se sicer preganjal po stenah Zahodnih Julijcev, je v bolečinah ležal na bolniški postelji. Kljub temu, da je glavna akterja, ki sta letos splezala Boko gledal le z vrha, je bila Boka tudi njegova zgodba in prav gotovo mu je pripadal tudi delček Boke izpred devetnajstih let.

Zvečer je prišla k njemu medicinska sestra in zapletla sta se v pogovor.

»A vi tudi kaj hodite v hribe?« ga je vprašala.

»No, hodim, pa tudi kaj drugega,« ji je rekel, »malo plezam.«

»Jaz sem tudi imela brata, ki je plezal,« je rekla gospa.

»Ja, koga pa?« je zanimalo Silvota.

»Moj brat je bil Slavko Svetičič.«

In Silvota, moškega v zrelih letih, je medicinska sestra prijela za roko, kajti Silvo je jokal.

Zbrala in pripravila Helena Škrl

Peščená avantura

Nymfomanka (VIIIb) v Masivu Majdaléna.



LIQUID SKY

Peščena avantura

SPISAL: **MARKO ŠTURM**

FOTOGRAFIJE: **SUZANA URŠIČ – LIQUID SKY**

»All these climbs you can enrich with a peace of courage and concentration several meters above a ring. It is up to you what do you search in climbing, sport experience or adventure. One thing is for sure, the beer will taste you in any case.« – po(ne)srečen uvodnik na spletni strani [Climbing Labák](#)

Plezalne tradicije nastanejo skozi desetletja gojenja določenega pristopa do plezanja. Dandanes, ko sta možnost prehajanja mej in cena prevoza najbolj dostopni, so nekoč izolirana plezalna področja postala eksotične plezalne oaze. Pravila igre v plezališčih so drugačna od splošno sprejete delitve na varno športno plezanje in nevarni trad.

Med takšne oaze zagotovo spadajo stene peščenjaka na Češkem. Stene v dolini reke Labe so med češkimi plezališči postale v stoletni zgodovini najbolj zaželen pešče-

njak na Češkem, čeprav jih v tujini po zloglasnosti prekaša območje Adršpacha in Teplic, kjer je igra še dosti bolj resna.

Pri plezanju po »písku« ima poleg težavnosti osrednjo vlogo pogum. Vse smeri v Lab-skih pískovicah so bile opremljene od spodaj. Pogum avtorjev prvih vzponov, ko so zapustili zadnjo nameščeno rinko in plezali v neznano, išoč možnosti namestitve naslednje, se odraža v maloštevilnosti varoval. Na srečo ponavljavcev je dobra plat takšnega pristopa, da se odrešilna rinka običajno nahaja na mestu, kjer bi se sicer obrnili ali padli.

Rinke? Sem že omenil rinke?

Uporabljajo se za varovanje namesto svedrovcev. Prvopristopniki viseč na hudičevem krempljcu zabijejo v mehko kamnino 40 cm dolg železen klin, ki ima na koncu luknjo z rinko. Ko je smer dokončana, se

Jure Piršič v Trúň-u, smer Tajná chodba (IXb).



LIQUID SKY



Marko Šturm v klasiki Masiva Velká
bašta: Panská jízda (VIIIa).



*Marko Šturm pod vrhom
Nautilusa (VIIIb), Masiv Kormidelnik.*



LIQVIO SKY

novih običajno ne dodaja, v znak spoštovanja do truda in poguma prvega plezalca. Zaradi kompaktnosti skale je nameščanje dodatnega varovanja v obliki vozlov, ki ne poškodujejo kamnine (t.i. češke jebe), le izjemoma mogoče. Razdalje med rinkami so zagotovilo za čezoceanski polet v primeru padca, kar zagotovo ni značilnost športnega plezanja, kjer so padci kratki.

Zakaj je torej plezanje v *Labáku* »športno«?

Enoraztežajne smeri so dolge do 80m. Po 200 gibih in zadnji rinki 5m pod nogami globoko dihanje in srčni utrip že spominjata na intenzivno športno udejstvovanje. Dolgi odseki enakomernih težav in odso-

tnost možnosti, da bi kaj vpel, omogočajo tekoče plezanje, če se le znaš dovolj sprostiti. Skalne oblike, predvsem oprimki, pa so tisto, kar očara med plezanjem samim. Pravijo, da je skala podobna tisti v Fontu, le nekoliko bolj groba.

Vajen domačih plezališč se sprva počutiš kot liliputanec. Smeri segajo daleč nad vrhove smrek, ki rastejo ob vznožju, in temu primerno so tudi razdalje med rinkami raztegnjene. Rob doline reke Labe, od Děčína do nekaj kilometrov oddaljene nemške meje, sestavljajo skalne bariere na obeh bregovih. Na desnem bregu se ob reki vije cesta mimo "sexy mädchen" lokalov, na levi

*Za dostop do sten na levem bregu
je potrebno prebroditi Labo.*



breg pa se dostopa z brodom čez Labo.

O dolgotrajni plezalni tradiciji poleg zgodovine priča tudi 4000 smeri. Med vsemi vertikalnimi in previsnimi linijami, strehami, zajedami ter občasnimi počmi in stolpi, najbolj izstopajo razi. Plezanje po britvi je zagotovo najbolj estetsko in zračno, pa tudi tehnično - skratka najlepši izziv.

Po tedenskem obisku v lanskem letu smo nekateri člani letošnje ekipe že poznali osnovno pravilo postopnega privajanja psihe na "luft". Prekršil sem ga v prvi smeri. Nisem je sicer poznal od lani, a potekala je vzporedno z ogrevalno izico, zato je ob neučakanosti dodatno preverjanje težavnosti

v vodniku odpadlo. Nekje na petdesetih metrih, kjer se sosednja izica konča, me je prešinilo, da sem pravkar na ključnem mestu. Po nervoznem prestopanju se je počasno privajanje psihe sprevrglo v šok terapijo. Obrniti v takem trenutku ni bila opcija. Moral sem splezati še nekaj metrov do naslednje rinke, sicer bi se mi strah zajedel v kosti za naslednjih 10 dni našega izleta! Še trd in rahlo tresoč sem lovil ravnotežje čez plato, za katero me je čakala še nič kaj banalna strehca. Na vrhu mi je postalo jasno, zakaj smo se vrnili. Ker sta najboljši sestavni plezanja izziv in avantura.



Jure Piršič v Trůn-u, smer Navrat krále (Xa).
(foto: Uroš Breclj)

BETA

Najboljši čas

Pomlad in Jesen. Stene so obrnjene na vzhod in zahod, zato je ob lepem vremenu mogoče plezati pozimi. Poleti je vroče tudi v senci.

Pot

Avtocesta Slovenija-Gradec-Dunaj-Brno-Praga-Děčín vas do *Labskih údolí* pripelje v 9-10 urah (929 km iz Ljubljane)

Prenočišče

Hostel v Děčínu, apartmaji v okoliških vaseh. Območje meji na t.i. Češko Švico, ki je oblegana izletniška destinacija.

Hrana & Pijača

Cene hrane in pijače v trgovinah in gostilnah so nižje od slovenskega povprečja. Priporočamo lokalne golaževe specialitete, odsvetujemo kumine poln češki kruh. Preizkušanje piva je nujno. XS Budget: Kozel 0,5l za 0,4EUR v supermarketu Tesco. Absint.

Oprema

80m vrvi in 14 kompletov je dovolj za vsako smer. Z vrha daljših smeri se je potrebno dvakrat spustiti ob vrvi. Za trad-a-la-Czech so potrebne prusikove zanke z vozli različnih velikosti, ki se jih namesti v skalne razčlembe za varovanje namesto frendov in zatičev.

Skala

Čvrst peščenjak temnih odtenkov in odličnega trenja. Mestoma je zaradi primesi železove rude skala rdeča.

Težavnost

Od 6a do 9a in veliko lažjih starejših smeri, ki se opuščajo. Čehi imajo za plezanje v peščenjaku svojo težavnostno lestvico, prevod v nam bolj domače ocene pa včasih ne odraža realne težavnosti.

Vodnik

Poglavje zase - stene in smeri so prikazane tlorisno. Kljub spletni različici priporočamo vezano izdajo, ki se jo lahko kupi pri Hudy-ju v Hrenskem.

Zanimivosti

Hotel Belveder, Děčín, Češka Švica, do Dresdna je ura vožnje, do Prage dve.

Povezave

- [hostel](#)
- [hotel Belveder](#)
- [apartmaji](#)
- [spletni vodnik desnega brega Labe](#)
- [spletni vodnik levega brega Labe](#)
- [blog](#) najbolj plodne lokalne naveze zadnjih let (Ondra Beneš, Tomáš Šobotka)
- [Adam Ondra vrta prvo 9a v Labskih piskovicah](#)
- [Adam Ondra zleze](#)





Na Facebooku težko zares kaj splezaš

Intervju z Markom Prezljem



*Bivak na grebenu K7W ob prvih
jutranjih žarkih. Zadaj Chogolisa.*

*Ko sem se skobacal iz šotora v
jutranji mraz sem hitro splezal še
nekaj deset, metrov po pobočju in
napravil ta posnetek, ki je kasneje
krasil naslovnico revije Alpinist.
Delal sem še na dia film in takoj,
ko sem pritisnil sprožilec, sem
vedel, da sem dobro ujel trenutek.*





*Zmagovalna fotografija 2012 Banff Mountain Film and Book Festival - Planjava, Kamniške Alpe.
To je en tak »instant« posnetek, ki se ga ne da ponoviti.*

Na Facebooku težko zares kaj splezaš

Intervju z Markom Prezljem

NAPISALA: HELENA ŠKRL

FOTO: MARKO PREZELJ

Potem ko sva decembra lani poklepetala na predstavitvi knjige »Onkraj Gore« Steva Housa v Mojstrani in ko sem januarja letos iz prve vrste, navdušena nad njegovimi fotografijami, skoraj zlezla na oder na njegovem predavanju »5 let vrhunskega alpinizma« v Novi Gorici, mi je bilo jasno, da moram o njem izvedeti še kaj več. O Marku Prezlju, alpinistu, ki je zavrnil zlati cepin in o Marku Prezlju, človeku. Preučila sem njegov spletni bivač in novo spletno domovanje na www.markoprezelj.com in se z malce treme odpravila v Križ pri Komendi, kjer si je zgradil prelepo novo hišo. Nisem vedela, ali imam pripravljena prava vprašanja. A njegovi odgovori so mi bili všeč.

Steve House v svoji knjigi *Onkraj gore* pravi, da bolj kot poenostaviš stvari, bogatejša postane izkušnja.

Zato te bom jaz za začetek vprašala nekaj čisto preprostega; kdo si?

Huh, to pa ... Odgovor zdaj ni tako preprost, kot se vprašanje sliši. Dobro sva začela. Ne vem, upam, da sem človek.

Zagotovo se, če pogledam nazaj – na to vprašanje lahko samo tako odgovorim, da se ozrem nazaj, skozi to, kar sem doživel – kaže slika, da sem alpinist. Tukaj ni megle. Seveda sem tudi oče, mož, to gotovo, če pogledam

zdaj teh dvajset ali petindvajset let nazaj, alpinistično še dlje, potem pa se začne res meglit ... Doštudiral sem kemijsko inženirstvo, ampak to nisem jaz – nisem univerzitetni diplomirani kemijski inženir, zato ker tega pač ne počnem in se v tem nikoli nisem videl.

Fotografija je tudi del mene, to je ena strast, fotografsko se znam včasih bolje izraziti kot besedno, ker sem preveč »picajzlast«. Zdi se mi, da ena drobna beseda, ki jo zamenjam, lahko zelo spremeni poudarke ali včasih celo pomen stavka in imam potem težave, če hočem kaj pisati. Ne rečem, da včasih ne napišem česa in mi je potem všeč, ampak se mo-

ram precej truditi, vse je tako zelo krčevito. Pri fotografiji pa se mi včasih zgodi, da naredim sliko in točno vem: to je to, kar jaz vidim, kar jaz čutim – in to spravim v en okvirček in cf, puf, potem ko pogledam, vidim: super, uspelo je. Potem se lahko nekako v mislih teleportiram tja, v tisti trenutek.

Pri besedah pa mi je težko. Dostikrat kaj napišem, potem pa še gnetem, pa še bi kaj spremenil, pa še kaj dodal, odvzel ... Zelo težko je recimo napisati kakšen zgoščen članek, za katerega bi rekel: zdaj pa tukaj ni več kaj odvzeti ali pa dodati. Recimo, ena takih stvari, ki sem jo napisal, je bil uvodnik v Šraufovo knjigo Veliki dnevi. Tisto mogoče lahko rečem, da mi je skoraj uspelo. Seveda zdaj ocenjujem samega sebe, kar je najbolj nehvaležno. Za kakšne druge stvari pa si še vedno mislim: pišuka, ne, tukaj pa nisem bil najboljši, bi še moral kaj popraviti, odvzeti ...

Sploh pa, tako kot si ti začela, bolj kot so stvari enostavne, močnejše so. Zame je tako, sploh pri pisanju, pri vsem kar počnem, če je kratko in jedrnato – bolj kot je enostavno, boljše je. To pa je težko, ker smo komplicirani. Smo pač tako vzgojeni, da se malo pretvarjamo.

Da se vrnem k temu, kdo sem: ne vem, mogoče bi morala še koga drugega vprašati. Sam o sebi težko sodim. Tako kot sem rekel, upam, da sem človek, ha, ha ...

Reinhold Messner te je v intervjuju na Radiu Slovenija 11.4.2012 imenoval za današnjo alpinistično zvezdo, enega najboljših alpinistov na svetu. V kratkem naj bi bil uvrščen tudi med največje v njegovem muzeju. Tvoj komentar?

No, človeku postane kar malo nerodno. To je večplastno. Sicer sem, na nek način, poča-

ščen, da je opazil, da sem že dolgo časa aktiven. Po drugi strani pa, hm, rad bi me uvrstil v muzej – to mi zdaj že malo smrdi po upokojitvi ... Kar sicer ni nič hudega, ampak se mi zdi, da človeka to na eni strani sicer poboža, po drugi strani pa ne vem, kaj naj si mislim. Zdi se mi, da je bil Messner v tisti svoji aktivni dobi izjemen alpinist, čisto svoj razred, tudi filozofsko. Tako kot je že takrat razmišljal, pa tudi zdaj, je na visokem nivoju. Mislim pa, da je, glede na to, kako se je izpostavil, s tem marsikakšno stvar malo razredčil. Tudi politično je bil aktiven, zelo se je javljal tudi pri nekaterih stvareh, včasih malo netaktno, ker se je pač čutil poklicanega, da je on zdaj tisti, ki mora dati kakšno izjavo. Čeprav, če bi bil takrat mogoče bolj umaknjen, bi bolj z distance to delal, kar on zelo dobro zna. Jaz sem ga sicer enkrat poslušal, na simpoziju v Wales-u je bilo. Tam je bilo mogoče petnajst alpinistov, ki so prodajali svojo znanost in na koncu je bil Messner, ki je, tako kot papež, povzel tiste dobre misli tistih petnajstih in sestavil pač neko super predavanje, ki je bilo kot ena pridiga ...

Se počuti kot sodnik?

Ja, mogoče, mogoče, ampak jaz ga jemljem absolutno kot eno pozitivno osebnost, a ne kot absolutista, v tem smislu, da bi se z vsem, kar on pove, absolutno strinjal, oziroma jemal za neko svetost. Mislim, da on niti ne spremlja več alpinizma tako aktivno. Filozofsko pa sigurno. Imel je že nekaj takih izjav, ki so bile malo depasirane. Enkrat, se spomnim, je izjavil, da je alpinizem mrtev. To je kakšnih pet let nazaj in v neki angleški reviji so zapisali: *ne Reinhold, alpinizem ni mrtev, ti boš kmalu*. V zadnjem obdobju je mehkejši, že nekaj časa ga poznam, srečala sva se že

dvakrat, trikrat. Ne vem, no, kaj naj si mislim.

V vsakem primeru pa je vsak človek malo narcisoiden in zato mi je malo všeč, če me tak človek pohvali, tega ne morem zanikati. Po drugi strani pa mi je malo nerodno, mislim si, no, kaj pa zdaj?

Leta 1992 (Prezelj, Štremfelj, prvenstveni vzpon J steber Kangčendzenga) in 2007 (Prezelj, Lorenčič Čomolhari, nova smer) si prejel najvišjo alpinistično priznanje na svetu, zlati cepin. Letos je zlati cepin spet v Sloveniji, prejela sta ga Luka Stražar in Nejc Marčič za vzpon v Z steni K7 West v smeri Sanjači zlatih jam. Kaj meniš o njuni smeri, glede na to, da si s soplezalcema Stevom Housom in Vinceom Andersonom leta 2007 prvi stopil na K7 West?

Najprej moram popraviti, da Zlatega cepina ne jemljem tako absolutno, kot da je to eno najvišje alpinistično priznanje. Zagotovo je najbolj vidno, višino pa lahko vsak sam presoja. Mlajši kot si, bolj se ti zdi, da je to pomembno, ker pač bolj sprejemaš tisto, kar drugi govorijo. Na vsak način je za njiju to priznanje super. Mislim, da je prišlo v pravem času za en tak, bom rekel, malo romantičen pristop k alpinizmu. Pozitiven absolutno. Mislim, da niso nič zgrešili, pa ne da bi tukaj gojil kakšna patriotska čustva. Pač, to je tak alpinizem, ki je tudi meni všeč in se mi zdi super, da so to »pocrkljali« na tak način.

Kar se njunega samega vzpona tiče, pa mislim, da je dober v vseh pogledih. Mogoče ni nek presežek; če bi ga nastavil na časovno premico: je med boljšimi, ampak, da bi zdaj prav odskakoval, pa ne. Zato ker je bilo pač lansko leto malo bolj sušno z vzponi, ki bi bili po tehnični plati bistveno bolj zahtevni.

Na vsak način pa je odličen v smislu pristopa. Dva mlada, ki nista imela kakšnih velikih pričakovanj ali blaznih ambicij, sta šla tja s čisto dušo in to je tudi rezultat tega. Potem sta si izbrala to smer, konkretno ta steber – ko smo leta 2004 prvič poskušali na K7, sem ta steber prvič opazoval in se mi je zdel rezervna opcija za smer, ki smo jo tam kasneje prvič splezali, čeprav o njem nisem kaj posebej razmišljal. Ta steber je mogoče malo manj izrazit kot tisti steber, ki smo ga mi kasneje splezali – manj izrazit v smislu same linije. Kar pa se plezarije tiče, super. Ne bi rad preveč hvalil, trenutno je za mlade to pač edina usmeritev. Edina mislim v smislu, če hočejo pač ta alpinizem res še početi. Tukaj vidim za alpinizem še veliko možnosti.

So še drugi načini, recimo kisik, fiksne vrvi – vendar je to preživeto in edino alpski način bo v bistvu držal cilje tako, da bodo vedno še težji, težji, težji ... Bo treba premikati meje v glavah, pa trenirati, da se bo to počelo. Mislim, da napenjanje fiksnih vrvi ni pravi način.

Tako, kot pri prostem plezanju, se je tudi v alpinizmu zelo dvignil etični nivo. Če malo z distance pogledam, tisti ki so s prostim plezanjem obremenjeni, to malo težje naredijo, meni, ki počnem oboje, je lažje – tisti, ki so prosto plezali, so bili neke vrste uporniki, pa so se požvižgali na ostale; so plezali »by all means« ali pač »french free«, kakor se je takrat reklo - si se pač prijel za klin, zato ker je bil tam. Potem pa se je začelo, da se za klin ne primeš in plezaš in se je zelo dvignil ta etični nivo. Alpinizem je zdaj tam, na tej točki, ko je treba reči: v redu, tiste stvari, ki so bile nekako zgodovinsko potrebne, da so se naredile, da se je alpinizem pač postavil na



V Courmayeurju so prireditve pripravili v gladiatorskem stilu z modernimi orodji za navduševanje publike in ustvarjanje tekmovalnega vzdušja.

Zmagovalca



neke štartne bloke, so naredili, zdaj pa je treba gojiti stil. Kot sem rekel, tako kot pri prostem plezanju: lahko splezam 8c, če se bom za vsak klin prijel, pa vmes še na kakšno lojtrco stopil, bom pač z vsemi sredstvi ... Torej –sem jo splezal, ne? Če bi zdaj po ekspedicijsko postavljaj pravila, bi rekel: saj sem prišel čez, tako kot vsak drug, sem jo, ne? V resnici pa vsi vemo, da ne.

In v alpinizmu je tega sprenevedanja včasih še veliko, ni čistih pravil, da bi se jasno reklo: to velja, to pa ne, to je bila pač neka druga igra.

Zato mislim, da je ta njun vzpon prišel v pravem času za nas in nasploh. Privoščim jima vse najboljše in jima čestitam, zdi se mi super. Tako, čisto malo, v enem kotičku misli se mi zdi v redu tudi zato, ker je vodja Urban

Novak, ki je iz AO Kamnik, mene malo spraševal, kam naj gredo. Rekel sem mu: tja pojdi, šel boš lahko, do kamor ti misel seže.

Si bil torej boter tej odpravi?

No, ja, ne neposredno, ta oznaka se mi zdi malo prehuda. Ampak tako malo, eno seme sem vseeno dal zraven. Zato se mi zdi v redu, da je bila ta misel, ki sem jo podal naprej, tako uspešno izvedena.

Za prvo Beto sta o vzponu povedala: »Vsak zase sva med vzponom večkrat pomislila, da bi obrnila, a rekel ni nihče nič. Molk je zlato!«

Ja, itak, itak. Jaz imam zelo različne izkušnje glede tega. Recimo prva taka, ki je bila s te plati izjemno močna, je bila na Kanču (Kangčendzenga, 8598 m op.p.) z Andrejem (Štremfljem, op.p.).

Sicer sem že prej kdaj to doživel, v teh naših stenah, ko si v dvomih in si z nekom, za katerega se ti zdi, da takrat izžareva neko energijo. Tisti trenutek ti zapre usta in ne govoriš, potem pa se lahko obrne, da ima on neko krizo in ti začneš »srfat« na tem.

Na Kanču sva začela tako, da je bil Andrej nek »mastermind« vzpona, fizično pa sem bil jaz takrat, leta 1991, absolutno močan, o tem ni bilo nobenega dvoma. Začela sva in on je bil tako malo negotov, jaz pa bolj zaletav - seveda zdaj govorim za nazaj. Itak, to bomo splezali, to ni problema. Ampak že po dveh dneh je bilo jasno, da je meni zmanjkalo motivacijske municije, Andrej je pa takrat šele dobro »zalaufal« to motivacijo. Spomnim se, da sem šel v neko razpoko na veliko potrebo, ker je veter pihal, da sem bil v zavetrju. Ves čas sem razmišljal, da bi šla tam iz te smeri ven in kar na normalko. Mislim

sem, da ko bom prišel ven, mu bom to predlagal. A ko sem prišel ven, Andreja ni bilo nikjer več, je bil že 300 metrov naprej. Takrat, ko sem jaz šel v razpoko, je on vzel ruzak in lepo počasi hodil ter si mislil: »Me bo že ujel.« In ves čas, ko sem ga lovil, sem si mislil: »Ej, ko ga ujamem, ga bom tako napizdil ...« In ko sem prišel do njega, je on nazaj pogledal: »Ej, si me že ujel, oj, danes ti gre pa dobro, ne?«

Potem pa ne moreš ničesar reči, ne?

Tako! In je bilo konec in je ves tisti gnev, ki sem ga grel v sebi, izpuhtel in ko je Andrej rekel: »Pojdi še ti malo naprej«, sem šel in se mi je zdelo super.

Obratno pa se mi je zgodilo na Čomolariju (7314 m op. p.) z Lorijem (Boris Lorenčič op. p.). Zelo je pihalo in oba sva začela z mislijo: »Ah, tako piha, greva midva samo malo pogledat, da bova videla.« Prvi dan je bilo zelo vetrovno, Lori ni bil ravno navdušen, ampak sva vseeno začela, tako da sem ves čas plezal naprej in tudi potem je bilo ves čas tako. Na koncu me je že zelo bremenilo, da sem moral jaz ves čas voditi. Ko sva se odločala, ali greva tja ali tja, je on vedno izbral oziroma predlagal bolj neprimerno rešitev, ampak ni pa rekel, da greva dol. V bistvu pa je – jaz sem to slišal, kajti on je to tako razmišljal, da je bilo skoraj oprijemljivo. O tem sva kasneje še večkrat govorila. Ampak Lori je bil tak, da tega ni izrekel. To so stvari, ki jih intuitivno začutiš, ko si malo starejši, se mi zdi, da ni pomembno, ali to izrečeš, ali ne. Pač, če čutiš, da je eden toliko močnejši in če čutiš, da ti še lahko greš, slediš in boš verjetno tiho. Meni je šlo potem samo za to - kajti Lori je glasno izražal, da ga zebe, ni rekel: »Pojdiva dol«, ampak je rekel: »Ful me zebe v noge«,

*Ta kos ledu je žarel le nekaj deset
sekund. Uspel sem ga zabeležiti.*



pa da mu bodo prsti stran padli, pa da tam ne bo šlo, da ne ve, če bova lahko - da mu dokažem, pa sebi tudi, da lahko splezava in da greva lahko nato dol. Najbolj hecno je bilo potem, ko sva prišla čez vse težave, na sneženi greben, od kjer se je videlo čisto do vrha in sem Loriju čisto resno rekel: »Evo, vidiš, da lahko, zdaj greva pa lahko dol«. To je bilo resno izrečeno in tudi Lori je takrat tako slišal. Takrat sem to tudi resno mislil in tisti trenutek ne bi nič pomišljal, če bi šla potem od tam dol. Seveda, zdaj bi mi bilo žal, če bi to naredil, ampak Lori je takrat rekel: »Pa kaj si nor?! To bova pa že šla!«

Pri teh vzponih, ki so mejni, je zanimivo, ko si ves čas negotov, ali bo, ali ne bo; to je najlepši del igre. Dalj časa, ko si na tej meji, ko ne veš, ali bo ali ne bo, bolj se te vse to dotakne, se spomniš nekih detajlov, ki bi jih drugače pozabil.

Mark Twight v svoji knjigi v Poljubi ali ubij omenja, da je med nekaterimi težkimi vzponi dosegel stanje tako izostrene pozornosti, da se spomni posameznih kristalov v granitu, imaš tudi ti podobne izkušnje? Kako so pomembni detajli v fotografiji in kako v alpinizmu?

To težko rečem. Jaz se fotografsko v tem času bolj razvijam, kot sem se prej. Kot alpinist se razvijaš in greš skozi čuda izkušenj, kot fotograf pa se iz tistega tehnično dovršenega pristopa zdaj mogoče bolj nagibam k neki vsebini, mogoče celo k bolj abstraktnim stvarim.

Detajl je seveda pomemben, ampak važno je, kako je vse skupaj umeščeno. Ne vem, v kakšnem kontekstu je Twight to govoril, ampak jaz se v kakšnih smereh spomnim oprimka, ki bi ga še zdajle lahko prijel, če bi



Veliko ljudi vpraša: kakšen fotoaparati si imel? To je tako, kot bi kuharja vprašal: kakšen štedilnik imaš?

bil tam, bi vedel, ali pa bi ga celo znal narediti, če je bil kakšen ključen oprimek, ki je bil zame pomemben. Ampak vse to se umesti v tisto prej in tisto potem, ne moreš kakega detajla izločiti iz celote in reči: to je zdaj to.

V fotografiji pa je mogoče malo drugače. Detajl v bistvu vizualno izločiš, tako, miselno in je potem najboljše, če si ga sposoben umestiti v tisto, kar ti vidiš in ga vgraditi v sliko. Včasih sem makro slikal drugače, bolj ploskovno, dvodimenzionalno. Tu in tam še vedno kaj takega naredim, mi je tudi to všeč, če gre za nek detajl, ki ima neko strukturo. Ampak zdaj na to gledam še malo drugače. Zdaj so mi detajli bolj všeč, če so umeščeni v neko širšo zgodbo. Da je detajl ena rožica, kamen ...

Gozd, namesto drevesa?

Ja, en listek, ampak, da se vseeno vidi, da je to v gozdu, ali pa en človek nekje »zabluran« zadaj, pa nek hrib ... To me zdaj bolj provocira v fotografiji, isto v plezariji.

Detajl, sam zase, kaj zdaj, težek gib? Koliko težek gib lahko zdaj naredim? Toliko. Dobro, tole grem lahko zdaj pomeriti tudi v plezališče in bom tam še bolj precizno ugotovil. Če pa grem v hribe, je ta detajl, ta težek gib, tam zdaj drugačen. Mogoče je gib čisto isti, ampak izkušnja bo druga, ker bo tisto prej in ti-



Miš primrznjena s smrčkom sredi Triglavske severne stene. Čudo narave. Manjka le še en lešnik, pa bi bila kot tista animirana veverica iz risanke Ledena doba.



Detajl s snežene pokrajine.

sto potem ta detajl bogatilo, če se razumeva.

Detajl sam zase torej meni ne obstoji. Je seveda pomemben, ampak ne v smislu, ali se lahko dvigneš na enem prstu in koliko tanko poličko še lahko držiš, oziroma na koliko tanki polički se lahko še dvigneš.

Na koncu, če črto potegneš, je vse v detajlih. Detajli so tisti, ki ti naredijo zgodbo, ki izstopijo. V bistvu pa detajli stojijo na eni veliki sliki. Zdi se mi, da so v življenju, tisto, kar ti ostane, detajli, drobni spomini, ki se svetijo. Kako jih vidiš; ali svetlo, ali temno, pa je stvar pogleda posameznika.

Planinska zveza Slovenije (PZS) ustanavlja slovensko mladinsko alpinistično reprezentanco, katere namen je doseganje vrhunskih vzponov, izražanje posameznikovih sposobnosti in uresničevanje al-

pinističnih ciljev in ki jo vodiš ti. Mi lahko poveš kaj več o tem projektu?

Zdaj je že čisto konkreten, imeli smo že prvi sestanek, napoveduje se podpis pogodbe. Stvar je čisto resna. Sam se počutim kot mentor, PZS pa bi rada, da bi bil selektor in ta terminološka zadrega ...

Upam, da bo to dobro zaživel, ker je zdajle pravi trenutek. Za to generacijo, ki je zdaj stara od 20 do 30 let, se mi zdi, da na pravi način odkriva alpinizem, da so majčkeno stopili čez to internet dobo, ki je bila za alpinizem mogoče malo moteča. Ti, ki so zdaj tu, se počasi zavedajo, da na Facebooku težko zares kaj splezaš. Zato mislim, da je dobro, da se to dogaja zdaj. Zdi se mi, da ekipa sama ni tako homogena, kot mogoče izgleda in to je prednost. Največja prednost je, da bodo v ekipi ljudje, ki imajo malo drugačne poglede na življenje, tudi malo drugačno socialno ozadje, pa različne interese v hribih. Upam, da se bo malo pomešalo, kot po neki osmozi ...

Koliko velika ekipa je to?

Trenutno jih je sedem, končno število je deset in to naj bi bila v bistvu ena taka homogena skupina. Sicer pa bi jih radi malo kombinirali in če bi v njej videli koga, ki bi se na določenem področju zelo videl, se ga bo povabilo zraven. Potem pa se bo videlo, kako in kaj. Sedaj imamo narejen plan za eno leto. Ideja te reprezentance ni v tem, da bi jih za roko peljali od stene do stene, od smeri do smeri, ampak da se jim ponudi vso možno organizacijsko pomoč. To je mentorstvo. Okvirne cilje do decembra smo že določili, mislim, da je 6 ali 7 različnih akcij, od nekaj dni do enega tedna. Izbral sem cilje, ki niso tako razvpiti. Recimo, namesto v Arco bomo šli v Lecco, ki je sicer samo malo dlje, ampak je treba že vedeti, kje bomo spali, kje plezali, ker, recimo v Arcu že vsi vemo vse. Da se oni naučijo izbrati cilj in nato ta izbrani cilj nekako uresničiti, logistično speljati. Jaz sem tu, da jim svetujem, dam še kakšen napotek, kam se obrniti, ne pa, da bi jaz vse organiziral. Na začetku bo verjetno precej dela, ker se bomo morali precej dogovarjati, pa se dobivati, ampak se že veselim tega, zadnjič na sestanku je bila ena taka fina energija.

Kakšni pa so cilji te reprezentance, kaj naj bi dosegla?

Tri leta je obdobje, v katerem naj bi bili sposobni izbrati dober, kvaliteten cilj in ga tudi uresničiti. Če bo po sreči, bi potem tretje leto izpeljali eno resno akcijo, ampak mislim, da bodo oni to individualno naredili že prej, gotovo jim bo kaj uspelo. Zanje je zdaj gotovo lažje, ker bo PZS stala za njimi finančno in te akcije podpirala, recimo potne stroške in podobno. Ostalo pa bo moral vsak še sam.

Se mi zdi, da je to zelo veliko, ta mentorsko organizacijski del, drugi del pa, na katerega jaz zelo računam in od katerega bodo oni največ dobili, pa je sociološki. Upam, da oni v glavah ne bodo res reprezentanca, ampak bodo neka skupina, pleme, ki se bo samo še širilo, ki bo v bistvu to energijo nekako izžarevalo naokrog in še druge okužilo s tem, da jih bo vedno več; da jih bo čez tri leta še enkrat več. To je namen. In če jih bo iz te količine več takih, ni vrag, da ne bo kaj dobrega nastalo.

Ni pa to tako, kot je mogoče v drugih športih, da bomo rekli: delali bomo tako pa tako, da bo na koncu tako. Ta skupina ni taka, ker tudi alpinizem ni taka aktivnost, da bi ti lahko nekoga »prisilil«, da bi nekaj počel, da se bo čez tri leta nekaj zgodilo. Bog ve, kaj se bo v teh treh letih zgodilo. Bolj se mi zdi primeren ta mehkejši način, da se jim ponudi pomoč, pusti, malo vodi, ampak na zelo mehak način, da nimajo občutka, da bi jim zdaj nekdo pamet solil. Pač, naredijo narobe – narobe naredijo, v redu, zase. Jaz sem zato, da jih opozorim: tole mogoče ne bo dobro. Če so pač trmasti: dobro, dajte. Druga je, če zasveti rdeča luč, da vidiš, da gre do čisto narobe, da se bodo pobili. Mislim, da se iz napak v alpinizmu lahko ogromno naučiš in tukaj jim ne mislim vsega povedati: takole, takole, takole ... Recimo, zdaj, ko smo planirali Lecco, sem samo navrgel: razmišljajte o tem, da moramo nekje prespati, da se moramo tja pripeljati in da morajo biti plezalni cilji prilagojeni letnemu času, to je sredina, oziroma konec maja, kar pomeni: vse. Lahko je dež, lahko je vroče in na soncu je lahko tako vroče, da ne moreš plezati. To pomeni, da je včasih treba poiskati neke

previse. Potem so lahko tudi izmenjave z drugimi alpinisti, njihovimi vrstniki in na ta način se bo to mešalo in upam, da bodo na konci vsi dobro zmešani v pravo smer in da bodo še kakšnega »zmešanega« pripeljali zraven.

Se mi zdi, da je v redu, da je Planinska zveza to zdaj končno sprejela. Ker sem to idejo prodajal že, uf...

Ravno to sem hotela vprašati - ti si bil torej pobudnik te zadeve?

Ko sem začel hoditi na mednarodne tabor, se mi je zdelo, da bi tudi mi lahko to imeli. To je bilo že zelo dolgo, mogoče 20, 15 let nazaj pa gotovo, ko sem bil prvič. Potem sem predlagal, da bi imeli Slovenci plezalni tabor, ki so sicer prej že bili; to ni nek nov izum, ampak sem ga jaz mogoče samo oživel. Predlagal sem, da bi bil tabor v Chamonixu, po vzoru Nizozemcev, s katerimi sem bil tam. Kar sem videl pri njih, se mi je zdelo super. Tam je bilo 20 do 30 ljudi in se je plezalo. Veliko več se je plezalo, kot če bi bil en sam. Tako da sem predlagal – dolgo časa je trajalo, da je uspelo. Prvi je bil, kaj vem, mogoče leta 1995, 1996, saj nekje bi že izbrskal, kdaj točno. Tabor sem vodil sam, v njem je bilo 15 mladcev. Spomnim se, da sem v desetih dneh shujšal 5 kg, a sem normalno jedel, ampak sem bil stalno zaskrbljen. To je bilo noro, kot bi imel sam en vrtec. Pa so bili vsi super, recimo eden od teh je bil tudi Urban Ažman. On je bil takrat še zelo tak, eksploziven, neobvladljiv. In z njim je bil Rok Zalokar, ki mi je šele v Chamonixu povedal, da še niti 16 let ni star. Ampak to, evo, ta dva sta zdaj zgrajena alpinista, gorska vodnika, odlična. In če nazaj pogledam: kaj hočeš boljšega. In to reprezentanco sedaj vidim v

tej luči. To so mladi ljudje, ki imajo energijo in so zdaj združeni na drugačen način, lažje jim bo, veliko lažje. Ne spomnim se, da bi bilo v vsej alpinistični zgodovini doslej v Sloveniji za mlade kaj takega. In zato mislim, da je zanje to sedaj super priložnost, tudi za tiste, ki še sedaj niso noter, ki imajo možnost, da noter pridejo in plezajo s temi. Ideja je taka, da so ti sedaj reprezentanca, skupina je sicer boljše ime, ki je tudi navzven odprta. Če bo kdo šel plezat z nekom iz te skupine in bo vzpon dober, bo pač podprt, ker bo opravil nek vzpon za skupino, in bo na ta način tudi ta drug posredno deležen neke podpore. Ampak ni pa to tako, da boš imel vse plačano, pa še tja te bom peljal, pa to ... To pa ni tako, kot v nekem drugem športu, kjer je sistem tekmovanj, pa so gledalci, da moraš iti tja, pa bomo igrali tekmo... Tukaj je pač tako, da mora biti vsak samostojen, da si je to sposoben organizirati, jaz pa jim samo malo pomagam, svetujem, povem, kaj vse rabijo, če enkrat eden malo kiksne, analiziramo skupaj... Hitreje bodo prišli do izkušenj, mislim, da je to zanje največja prednost.

Mark Twight je napisal knjigo, Steve House piše že drugo, kdaj jo boš ti napisal?

Uf, zdaj jo že pišem, tako, v mislih. Imam celo eno dobro idejo, zame dobro. Ker bom sam težko napisal knjigo tako, kot na primer Steve House. To knjigo Steva Housea tudi malo težje berem kot nekdo drug, ki pač ni bil na teh stvareh s Stevom. Sploh pa, odkar sem prebral knjigo *The ascent of Rum Doodle*, ne vem, če poznaš, to je parodija na alpinistično literaturo, imam tako, malo, cmok v grlu. Tamle jo imam, napisal pa jo je nek W.E. Bowman, House pravi, da je to vzdevek, ki si ga je nadel Mark Twain. Menda. Ta, ki je napi-



sal Toma Sawyerja. Napisana je bila leta 1956. Ta knjiga je parodija na alpinistično literaturo, v njej plezajo na nek 9.000 m visok vrh Rum Doodle, enkrat, pred vojno. Tukaj noter imaš vse, od interneta, do satelitskih telefonov, seveda abstraktno, če si sposoben te metafore prebrati. To je ena taka knjiga, ki se posmehuje temu herojskemu načinu opisovanja plezanja na hribe, ki ga je bilo kar precej, sploh pa v tistem času, ko je šlo za osvajanje osemtisočakov. Tako da se od takrat, ko sem prebral to knjigo, sprašujem, kako zdaj napisati, da ne bo pisanje zdaj nek »Ascent of Rum Doodle«, pa da bo zgodba še vedno iskrena. In zdaj sem približno ugotovil, da

moram zagotovo dati težo fotografiji, to je temu, kjer se tudi sam nekako vidim. Rad bi tudi predstavil to relativnost doživljanja, ta Rashomon efekt v alpinizmu - če poznaš film Rashomon japonskega režiserja Kurosawe. Nek umor se zgodi in tam so štirje prisotni in vsak ima svojo zgodbo o istem dogodku. Mislim, da je v alpinizmu to zelo značilno. Greš v hribe in je vedno prisoten ta efekt, ko greš še z nekom. Še sam s sabo imam težave. Zdi se mi, ko nekaj razmišljam, da je bilo takole, potem pa čez pol ure že drugače, spomnim se še kaj drugega, pa že tisto pozabim, kar sem prej... V knjigi bi rad predstavil prav to. Na začetku sem imel težave, kako bi sploh

Steve House počiva po napornem reševanju iz blata.



dalo prijazno. Če bom izčistil idejo, založništvo ne bo tak problem. Vem, da ko se bom enkrat lotil, bom polno zagrabil in bom to naredil, da ne bo to neko skrupucalo. Bolj me je strah tega, da za enkrat nimam energije, ki jo za to rabim, oziroma za odnos, ki ga imam jaz do tega. Ker vem, če se bom tega lotil, se bom lotil na polno, potem pa drugih stvari ne bom mogel početi. Ne vem, mislim, da moram to začutiti. Na primer Šraufov uvod sem napisal v eni noči. Res pa, da sem prej to nosil v sebi dva meseca, pa sem šel k Be-

Fotografijo razumem bolj kot eno kuharijo: ko ti enkrat postane všeč, potem se s tehniko več ne ukvarjaš.

laču, ki je zdaj že pokojni, pa sem ga vprašal za Šraufa, pa mi je on začel govoriti, h Cedilniku, pa h Koširju... S celim kupom teh ljudi sem se pogovarjal. Šraufa sem tudi sam zelo dobro poznal, to si upam reči, ker sva bila tudi soplezalca v odpravi, hišo sem mu pomagal zidati, tako da dokler nisem imel tega teksta tako nekako, dokler mi ni visel v glavi, na tak način, da sem ga hotel vreči ven,

t o - liko časa se mi je zdelo, da ne morem dobro narediti. Potem pa sem ga v eni noči stresel, puf, na papir in so bili potem samo še popravki. Ampak skelet je bil. Podobno je bilo takrat s tistim pismom za zlati cepin, ki sem ga zavrnil. Enih štirinajst dni sem bil zelo nemiren, zelo težko je bilo živeti z mano in potem sem en večer, ko sem se že ulegel v posteljo h Katji, pa nisem mogel zaspati – bil sem še na starem naslovu, ko sem imel košček pisarne kar v spalnici – vstal in rekel: »Zdajle bom ali pa nikoli!« In ona: »Že spet, nehaj, daj, pojdi spat...« Takrat sem vstal, se usedel, mislim, da sem takrat v desetih ali petnajstih minutah na roke naredil že kar grobo skico - kot bi kipar en kip naredil iz gline, zmečkal, pač, osnova je, proporci so, je treba samo še malo finese dodelati...



Trije »kljukci«.

Tale je nastala je v Islamabadu leta 2007, ko smo potrebovali fotografije za nekakšno dovoljenje in smo šli v »studio« na fotografiranje. Mojster je vzel v roke za tisto okolje čisto v redu aparat in fotografiral vsakega posebej. Zafrkaval sem se, da bi lahko tudi imel foto studio, ker imam veliko boljše orodje kot fotograf, ki se je že lotil tiskanja naših portretov. Fotografiral sem Steva in Vinca v tem improviziranem studiu, za hec, potem sem pa postavil moj aparat na stojalo in prosil Ghulama, našega pakistanskega agenta, da je pritisnil na sprožilec, ko smo se namestili kot ekipa – Steve je moral sedeti seveda na sredini, ker ji bil vodja odprave. Režali smo se, k sreči pa je lastnik tega studia prekinil našo zabavo tik zatem, ko je nastal ta posnetek in se užaljeno razburil, da smo ga komaj potolažili. Videl je namreč, da je moj aparat veliko bolj »zaresen« kot njegov in mu naša norčavost ni teknila, ker je res izgledalo, kot da mu želimo ukrasti posel.

In pri knjigi, ki je bila vprašanje, je problem točno s tem: dokler jaz ne bom imel forme toliko izdelane, da bom vedel: to je to, to je v bistvu tista oblika, s katero sem se sposoben izraziti, toliko časa se je ne bom lotil. Je pa res, da zdaj že zbiram, se mi že nabira, fermentira.

Komaj čakam.

Mesner je v prej omenjenem intervjuju rekel še, da v alpinizmu veš, kaj hočeš, da se ne pustiš usmerjati. Kaj pa na drugih življenjskih področjih?

Ja, se strinjam, a to v bistvu velja za zdajšnje obdobje, mogoče zadnjih pet ali deset let.

Kakšnih deset let. Takrat sem šel na Aljasko sam. To je bil preskok. Strinjam se, da v alpinizmu vem, kaj, zakaj, kako, kaj mi je všeč. Na drugih področjih pa... Uf, absolutno je prilagajanje. Imam pač družino, tako da tukaj hočeš nekaj, nato pa sprejemaš kompromise, seveda mislim, da sam manjše, kot so na drugi strani. Čeprav zdaj, ko smo gradili hišo, sem videl, da se je ta karakterna lastnost dostikrat pokazala za dobro – večkrat za dobro kot za slabo. Seveda to ni vedno dobro, včasih malo skozi zid rineš in ga ne boš premaknil, večkrat si sam sebi v napoto. Ampak lahko rečem, da ko se enkrat za nekaj odločim, ne odločim pa se kar tako, impulzivno zelo redko, razen če sem v afektu, da me kaj čisto iztiri – kdaj se mi zgodi, da me kakšna drobna stvar – ampak za take, življenjske, pomembne stvari, mislim, da dobro vem, kaj bi rad. Potem pa pač iščem način, kako in s kom. To mi je zelo pomembno – s kom

kakšno stvar počnem. To je bolj pomembno, kot se mogoče zdi marsikomu. Gradnja hiše je bila zame kot ekspedicija.

Torej je zate zelo pomemben »soplezalec« tudi v vsakdanjem življenju?

Tudi, ja, ker se mi zdi, da sem z ljudmi, s katerimi doživljam stvari, tam, kjer sem dober, lahko še boljši, tam kjer sem slab, me lahko še popravijo.

To sem videl zdaj, ko sem plezal z mlajšimi. Super je, ker je prišlo do nekega totalnega rešpekta, potem pa vidiš, da imaš dobro osnovo, a se moraš vseeno dokazati. Mlajši pa ti potem lahko hitro posredujejo kakšen pogled na stvar, ki te osveži, ki te pač na nek način pomladi in to se mi zdi dobro.

Gre za tisti dogodek, ko ste na Bhagirathi 2 vrgli dol transportno vrečo?

(Namesto, da bi odrabljeno opremo v transportni vreči odnesli v dolino, sta Rok



Na vrhu Šit smo bili še bolj veseli kot je videti.





*Bjørn-Eivind Årtun, 22.06.66-07.02.12
Ta pogled oživi podobo.*

Blagus in Luka Lindič Marku predlagala, da jo v dolino vržejo. Vrečo so potem ob sestopu našli in pobrali skoraj nepoškodovano.)

Ja, to je bil mogoče še najbolj značilen dogodek, ampak je bilo še cel kup takih drobnih. Tam smo tudi splezali en raztežaj, ki je bil res težak. Oba z Lukom sva bila dovolj ambiciozna, ampak med nama je za celo generacijo razlike. On me je zbadal na svoj način, jaz pa sem ga včasih malo po očetovsko potrepljal, malo »pobremzal«, on

pa me je ves čas imel malo na verigi, ravno toliko, da mi ni ravno oslov kazal. Ampak s pozitivne plati, da ne bo izgledalo, kot da so bili kakšni prepiri. In bilo je zanimivo, da sem mu na začetku zavidal, ampak res zavidal, ko je povlekel ta dolg špaget, ko smo žrebali, kdo bo začel plezat. Že prej smo bili zmenjeni, da plezamo štiri raztežaje eden, štiri drugi, tako, v blokih, kar je v navezi treh najboljših, oziroma se je izkazalo, da je učinkovito. In je on izžrebal prve štiri raztežaje. Jaz pa druge štiri. Na koncu se je izkazalo,



Zelena družina na povratku izpod Makaluja. Deževalo je, vedrili smo v čajnici in čakali nosače.

da sem jaz izžrebal bolj resno plezarijo kot on, težjo, ki bi sicer bila za Luka boljša. Ampak je bilo zame super, ker sem se moral res potruditi do maksimuma, kar je na taki višini zelo težko. Do takrat nisem plezal tako in vprašanje je, če bom še kdaj. Oba sta mi nato dala priznanje: »Uf, tole je bilo pa težko!« - in plezala sta kot druga. V resnici je bilo zame tisto čisto na meji. V bistvu je bilo zato tako v redu. Če bi bil z nekom, ki je starejši, ali pa s svojim vrstnikom, se tam ne bi toliko potrudil. Najbrž ne, no. Ampak mi vsi

smo izžarevali neko energijo: »Ja, itak, tole bomo zlezli, pa bomo šli na fraj...« Če bi pa bil z nekom starejšim, pa je ta energetska nivo takoj malo drugačen, prej bi se usedel v kakšen klin, oziroma v frenda, ali bi se potegnil in rekel: »Daj, malo povleči...«

Tam pa je bilo čisto »do fula«. In na ta način dobiš hitrost, dobiš »flow« - kako se temu reče po slovensko? Ja, tako je: začneš in to potem kar teče, super je, res. To mi je pri alpinizmu všeč, toliko časa sem že noter, pa še vedno je sveže, nisem se še naveličal.



Z Lukom Lindičem sva ob obali fjorda dostopila pod slap z imenom Finnkuna in opazovala sledi morske vidre.



Fotograf
se predstavi

Urban Golob

Z vami že od leta 1970....



NAPISAL: **URBAN GOLOB**

FOTO: **URBAN GOLOB**

Kot mnogi sem zagrabil za fotoaprat zaradi beleženja svojih malih zgodb v hribih, ko sem začel plezat. To je bilo davnega 1985, resneje pa sem začel fotkat 1996. To je bilo pravzaprav povezano s pisanjem in urednikovanjem pri nekdanji reviji Grif, ki je bilo velik motiv za razvijanje mojega fotografiranja. Takrat sem začel sodelovati tudi s tujimi plezalnimi revijami, in če se prav spomnim, imam objave pravzaprav v vseh svetovnih plezalskih revijah, sedemkrat tudi na naslovnica. Potem se je stvar razvijala in fotkal sem tudi neplezalske stvari, ki pa so bile vedno povezane z zgodbo. Po duši sem namreč reportažni fotograf. Verjetno se pa najboljši sliši, da sem prvi slovenski fotograf z objavljeno fotko v Ameriškem National Geographicu. To je bilo Karničarjevo smučanje z Everesta.

Najlubša fotoprema? Canon in sicer od leta 1996, ko sem plezal v Ameriki in si uspel kupiti še svoj prvi Eosov body. Seveda še na klasičen film. Pravzaprav je za mojo plezalsko fotografijo kriv George Bracksieck, nekdanji lastnik in urednik revije Rock&Ice, ki mi je takrat v Boulderju posodil denar, ko ni in ni hotelo sprejeti moje čisto nove bančne kartice.

Najljubši motivi? Karkoli, samo da je zadaj nekakšna zgodba. Mogoče še malo raje v hribih, ker je težje. Ker se ni tako z vso opremo spraviti tja. So se pa zdaj stvari zelo razvile in so že mali kompaktni aparati super fajn in ni treba vedno nositi velikih zadev s sabo. Čeprav... vseeno se mi zdi, da Eosov 5D MarkII vseeno odtehta svojo težo, če je treba kaj resnega narediti ...

Najljubše lokacije? Verjetno sever, predvsem Evrope. Torej onstran polarnega kroga, po možnosti pozmi. Trikrat sem imel priložnost fotkat Aljaža Anderleta in prijatelje na severnem Norveškem. Pa seveda Himalaja in Tibet, kjer se zaveš, da obstaja tudi drug svet, kot nam ga »turajo« vsak dan kot edino izbiro, kar je seveda daleč od resnice. Ko to opaziš tam, ga vidiš tudi doma. Samo prav je treba pogledat in najti prave kraje ter ljudi.

Moto? Pri fotkanju predvsem poskrbeti za svojo varnost. Dvakrat me je že kmalu po fotkanju odnesel plaz, skupaj s foto opremo. Obakrat sem se le znašel ob nepravem trenutku na nepravem mestu, pa je že bilo dovolj. Sicer ni bilo resnejših posledic niti pri meni, niti pri opremi, ampak tretjič pa ne bi več ponovil tega...

Aljaž Anderle v Lambadi. Ko smo
pred že desetimi leti slikali plezanje
v slovenskih zaledenelih slapovih za
Mammut, smo ujeli nekaj sončnih
žarkov popoldanskega sonca, ki so
posijali čez Vršič naravnost v slap.





Natalija Gros v smeri Kaj ti je deklica (8b+) v Miški. Ta je bila posneta že davno, kakšnih osem let nazaj in še vedno mi je pravzaprav najbolj všeč od vseh z Natalijo.



Odsev El Capitana v tolmunu reke Merced v Yosmitih.
Najprej sem na ta dias (fotka je iz leta 1998) pozabil,
potem pa na srečo našel, ker so ga še velikokrat objavili
po vseh koncih sveta. Tudi Američani v svoji reviji Outside.





*Luka Krajnc v Bellavisti (8c), Tri Cine,
Dolomiti; Po premoru prvo spet resno
fotkanje, 12 ur visenja v zraku, žimarjenja
in fotkanja z 200 metrov lufta pod ritjo.*







Še enkrat Tri Cine, tokrat v vlogi fotografa in gorskega vodnika, pripeljati BASE jumperje na pravo odskočišče. Bilo je pred desetimi leti in ne vem, če me je bilo še kdaj tako strah za nekoga drugega kot takrat. Skočili so v bližini izstopa smeri Hasse-Brandler v Veliki Cini. Vse se je izteklo srečno.





Grega Lačen in Matej Flis na odpravi SKI Everest na vrhu Evererstovega Ledenega slapu. Takrat smo bili na gori le s še eno korejsko odpravo. Takšna samotna hoja skozi labirint ledenih razpok je čisto nekaj drugega, kot današnji naval na najvišjo goro sveta.



A photograph of a person climbing a large, colorful indoor rock wall. The climber is wearing a green shirt and pants, and is positioned on the left side of the frame, reaching up towards a red and orange section of the wall. The wall features various colored panels (red, orange, white) and climbing holds. The background is dark, suggesting an indoor climbing gym setting.

Beta magazine

...je revija, ki jo ustvarjajo
plezalni navdušenci, z namenom
spodbujanja plezalnega navdušenja
plezalnih navdušencev.

LFONDA
PHOTOGRAPHY