



## **Modelling Reinhold A. Messner**

### **Denkstrategie Selbstmotivation durch Vision**

Ausgearbeitet von  
M. Kämmerling

März 2008

## Seite

## INDEX

3	<b>1. Meine Intention</b>
4	<b>2. Vita</b>
7	<b>3. Projekte Messner Mountain Museum (MMM) / Stiftung (MMF)</b>
	3.1 MMM Firmian
	3.2 MMM Juval
	3.3 MMM Dolomites
	3.4 MMM Ortles
	3.5 MMM Bergvölker
	3.6 Messner Mountain Foundation (MMF)
9	<b>4. Vertikale Betrachtungsweise</b> (basierend auf logischen Ebenen nach R. Dilts)
	<b>4.1 Umwelt</b>
	4.1.1 Orte
	4.1.2 Menschen
	4.1.2.1 Ursprungsfamilie
	4.1.2.2 Eigene heutige Familie
	4.1.2.3 Wegbegleiter / Lebensabschnittsgefährten
	4.1.3 Meine Erkenntnisse
10	<b>4.2 Verhalten</b>
	4.2.1 Objektiv
	4.2.2 Subjektiv / Zitate
	4.2.3 Meine Erkenntnisse
12	<b>4.3 Fähigkeiten</b>
	4.3.1 Objektiv
	4.3.2 Subjektiv / Zitate
	4.3.3 Meine Erkenntnisse
13	<b>4.4 Glaubenssätze</b>
	4.4.1 Subjektiv / Zitate
	4.4.2 Meine Erkenntnisse
14	4.4.3 „Ich bin was ich tue“ - Slight of Mouth Pattern
15	<b>4.5 Werte</b>
	4.5.1 Objektiv
	4.5.2 Subjektiv / Zitate
	4.5.3 Meine Erkenntnisse
16	<b>4.6 Identität</b>
	4.6.1 Objektiv
	4.6.2 Subjektiv / Zitate
	4.6.3. Meine Erkenntnisse
	<b>4.7 Spiritualität</b>
	4.7.1 Subjektiv / Zitate
	4.7.2 Meine Erkenntnisse
19	<b>5. Horizontale Betrachtungsweise – Modelling</b>
21	<b>6. Bücher von Reinhold Messner</b>
23	<b>6.1 Detailbeschreibung Hauptquelle</b> Messner, Reinhold: Berge versetzen
	<b>6.1.1 Risiko-Management in Perfektion</b>
	<b>6.1.2 Zitate zum Thema</b>
26	<b>7. Bergtouren und Expeditionen</b>

## 1. Meine Intention

Ich befinde mich derzeit an einer **Grenze zum Neubeginn**. Reinhold Messner, der mit lebenslangem Grenzgang umgeht - Selbsterfahrung immer wieder neu erfindet, durchlebt, daran wächst, hat mich daher fasziniert. Ich habe spontan den Wunsch gehabt ihn zu modellieren. Das Ziel dabei war für mich herauszufinden, mit welcher **Denkstrategie** er, mit Hilfe von Selbstmotivation, in Phasen der Begrenzung umgeht. In seinen Büchern erkenne ich ein „Denkmuster“, mit dem er, nach seinen eigenen Schilderungen, Motivation für sich schafft und umsetzt. Diese Strategie habe ich im Anschluss horizontal modelliert.

**Natur** und das Erleben meines eigenen Körpers, der **Grenzen** und auch des Wechsels zwischen Stärke und Schwäche in diesem Zusammenhang, beschäftigen mich immer wieder aufs Neue. Ich fahre seit 25 Jahren Ski und wandere seit ca. 10 Jahren mit stetig wachsender Befriedigung. In der Schönheit und gefühlten Grenzenlosigkeit der Natur relativieren sich für mich einschränkende Gedanken und Gefühle und ich erlebe meine Umwelt wertungsfrei und mich selbst voller positiver Energie. Dies ist für mich eine dauerhafte Quelle für Selbstmotivation und Kreativität, für Gelassenheit und inneres Gleichgewicht – eine Basis für persönlichen Frieden.

Mein gedanklicher Kontakt zum **Thema Messner** entstand, als ich vor 4 Jahren in Südtirol (Italien) während eines Skiurlaubes auch eine Wanderung unternahm. Ich kam zu dem Bio-Bauernhof und Restaurant Yak + Yeti in Sulden (Solda)<sup>1</sup> von Reinhold Messner. Vielfältige Informationen zu seiner Biografie und die naturnahe Atmosphäre dort sprachen mich an und ich wollte mehr über den Menschen Messner erfahren. Ich habe seitdem auch Bücher und Online Informationen über seine Expeditionen und Projekte gelesen<sup>2</sup>, die mich seiner Persönlichkeit und seinem Tun näher brachten.

Seine **Denkstrategie** der immer neuen Motivation, für sich selbst und andere, hat mich zum Nachdenken angeregt. Es war spannend für mich im Rahmen der Recherche nachzuvollziehen, wie er sich selbst motiviert, mit Grenzen umgeht und aus seinen Erfahrungen lernt.

Auch die von ihm unterstützten **Projekte** zu den Themen Natur und zur Unterstützung von Bergvölkern weltweit, empfinde ich ebenfalls persönlich sehr spannend.

Ich spüre auch Parallelen zu seinen **Werten**, die mir selbst wichtig sind – Gesundheit, Vitalität, Grenzen kennen lernen, lebenslanges Lernen, besonders auch aus Fehlern, aber auch die Themen Leistung, Anerkennung und Naturerleben.

Aus meiner beruflichen Perspektive – dem **Marketing** – ist Messner für mich zudem eine interessante und lehrreiche Persönlichkeit z. B. in Sachen Selbstvermarktung, Rhetorik und Kreativität. Die Übertragung seiner Erfahrungen in den Bereich des Risikomanagements sehe ich als sehr realitätsnah und wissenswert für mich an. Auch ich habe z. B. Niederlagen immer als Weiterentwicklung und Lernfeld angesehen, die genauso zum Leben gehören wie Glück und Erfolg.

---

<sup>1</sup> email: [yak&yeti@pns.it](mailto:yak&yeti@pns.it)

<sup>2</sup> [www.reinhold-messner.de](http://www.reinhold-messner.de) + Buchliste im Anhang (Gesamtübersicht seiner Werke) Meine Hauptquellen: R. Messner „Berge versetzen - Das Credo eines Grenzgängers, blv, München 2005“ sowie „Reinhold Messners Philosophie“ heraus. V. Caysa / W. Schmid, Edition Suhrkamp, Frankfurt 2002

## 2. Vita

Der Südtiroler **Reinhold Andreas Messner** hat als Freikletterer (Dolomiten), als Höhenbergsteiger (alle Achttausender), als Grenzgänger (Wüsten, Pole) und als Forscher (Yeti, Mallory-Mythos) immer wieder Tabus gebrochen. Er war auch Politiker (EU-Parlament).

Er hat zahlreiche Bücher geschrieben, bei vielen Dokumentarfilmen mitgearbeitet und Vorträge auf allen Kontinenten gehalten. Nun gestaltet er Begegnungsstätten zum Thema „Mensch – Berg“.

Messner gilt als einer der bekanntesten aber auch umstrittensten Bergsteiger. Neben seiner starken Selbstvermarktung und Medienpräsenz mit häufig polarisierenden Äußerungen zum Bergsteigen lasten ihm ehemalige Seilschaft-Kollegen den Tod seines Bruder Günther im Jahr 1970 an (Nanga Parbat Besteigung 8125m, Himalaja). Nach jahrelangen (37) gerichtlichen Auseinandersetzungen zum Tod von Günther Messner am Nanga Parbat, hat Reinhold Messner vor dem Landesgericht in Hamburg auch im letzten Verfahren Recht bekommen.

Zeitpunkt / -raum	Lebensabschnitte / Ereignisse / Orte
17. September 1944 (Sternzeichen Jungfrau)  (geb. 1946 - gest. 1970)  1993	<b>Familie:</b> geboren als Lehrerkind in Villnöss (heutiger Ehrenbürger) Südtirol, Italien, 8 Geschwister  <b>Bruder</b> Günther Messner, der beim gemeinsamen Abstieg am Nanga Parbat (Himalaya) umkam,  <b>Bruder</b> Dr. Hubert Messner, mit dem er die gelungene Längsdiagonale Grönlands schaffte
1949	<b>Bergsteigen:</b> bestieg bereits als 5-Jähriger in Begleitung seines Vaters den ersten Dreitausender.
1966 Abitur	<b>Schulzeit:</b> Geometer-Schule in Bozen
( <a href="http://www.mdr.de/boulevard/portraits/105400.html">http://www.mdr.de/boulevard/portraits/105400.html</a> )  1971 gab er diesen Berufsweg auf	<b>Studium / Beruf:</b> eigentliches Ziel Architekt zu werden, (nicht abgeschlossenes) Technik-Studium (Hoch-/Tiefbau /Vermessungstechnik) an der Universität in Padua, danach arbeitete er kurze Zeit als Mittelschullehrer (unterrichtete Mathematik)
bis 1986	bestritt er seinen Lebensunterhalt auch als <b>Leiter</b> der "Alpinschule Südtirol"

<p>Seit 1969 – mehr als 30 Jahre</p> <p>(s. chronologische Tourenliste im Anhang) (s. auch Buchbeschreibung „Berge versetzen das Credo eines Grenzgängers“, R. Messner)</p>	<p><b>Weg:</b> dann verschrieb er sich ganz dem Bergsteigen. Ein Leben als Grenzgänger folgte:</p> <p>mehr als 100 Reisen in die Gebirge und Wüsten dieser Erde.</p> <p>Er hat bei 3500 Bergfahrten etwa 100 Erstbegehungen durchgeführt, alle 14 Achttausender bestiegen (in 30 Expeditionen, 12 mal gescheitert, 18 mal den Gipfel erreicht) , zu Fuß die Antarktis durchlaufen, Grönland der Länge nach, Tibet, die Wüsten Gobi und Takla Makan durchquert.</p>
<p>1972 – 1977</p> <p>1981</p> <p>Jahrgang 1962 1988 1990</p> <p><b>Kontaktadresse</b> I-39020 Staben Juval Südtirol oder: I-39012 Meran Europaallee 2</p>	<p><b>Privatleben:</b> heiratete er Uschi Demeter, mit der er bis 1977 zusammenblieb.</p> <p>Die erste Tochter Messners, Làyla, wurde geboren, die aus einer Verbindung mit Nena Holguin stammt.</p> <p>Später tat er sich mit der Textildesignerin Sabine Stehle aus Wien zusammen, mit der er weitere zwei Kinder - Tochter Magdalena und Sohn Gesar Simon hat.</p> <p>Zwischen seinen Reisen lebt Reinhold Messner mit seiner Familie in Meran und auf Schloss Juval in Südtirol, wo er Bergbauernhöfe bewirtschaftet, schreibt und museale Anlagen entwickelt. Ein weiterer Wohnsitz ist München.</p>
<p>Bereits seit den 80er Jahren</p>	<p>Er engagierte sich für den Umweltschutz (Mitbegründer von „Mountain Wilderness“)</p>
<p>20. Juli 1999 bis 19. Juli 2004</p>	<p>Als parteiloser Kandidat für die italienischen Grünen gewählt zum Mitglied des Europa Parlamentes (MdEP);</p>
<p>Ab 2004</p>	<p>Im Anschluss an sein Mandat als EU-Abgeordneter kann er sich seinem Projekt Messner Mountain Museum (MMM) sowie seiner Stiftung (MMF) widmen, die Bergvölker weltweit unterstützt.</p>

<p>1968 1975 1976/79 1995 1998 2000 2001 2002 2002 2002 2005</p>	<p><b>Preise und Auszeichnungen (international):</b></p> <p>„Primi Monti“ Literaturpreis „ITAS“ „DAV“ „Donauland“-Sachbuchpreis „CONI“ „BAMBI“ Lifetime Award „Pangea Foundation Umweltpreis „Acquiambiente“ „ITAS“ „Dolomiti-Superski“ internat. Preis der Sociedad Geográfica Española</p> <p>Ehrenmitglied der Royal Geographical Society und des Explorers Club in New York; Auszeichnungen in Italien, Nepal, Pakistan, Frankreich, USA.</p>
<p>(s. chronologische Bücherliste im Anhang)</p>	<p><b>Geschäftsmann:</b></p> <p>Seine „Nicht-Berufe“ beschreibt er selbst als Grenzgänger, Autor, Bergbauer</p> <p>Er hielt Vorträge in ganz Europa, USA, Japan, Australien, Südamerika, usw.;</p> <p>produzierte Dokumentarfilme;</p> <p>Er veröffentliche diverse Artikel in STERN, SPIEGEL, GEO, EPOCA, ESPRESSO, NATIONAL GEOGRAPHIC, usw.;</p> <p>Er ist Autor von 50 Buchveröffentlichungen (in zwei Dutzend Sprachen übersetzt).</p>

(Quellen: Wikipedia und [www.reinhold-messner.de](http://www.reinhold-messner.de))

### 3. Projekte MMM / Stiftung MMF

#### "Menschen, ihre Berge, ihre Religionen"

#### Museumsprojekt Messner Mountain Museum (MMM) SIGMUNDSKRON

"Bergkultur im Land der Berge"

Messners Museumsprojekt basiert auf der Idee, einen Begegnungsraum "Mensch - Berg" zu schaffen. Landschaftlich umfasst es das Areal Sigmundskron-Kaiserberg. Sigmundskron ist eine der ältesten, ausgedehntesten und bekanntesten Burgbauten Südtirols vor den Toren Bozens. Die Burgruine steht auf einem in die Ebene vorspringenden, steil abfallenden Felsenhügel, dort, wo die Etsch scharf aus südöstlicher in südliche Richtung biegt. Der Kaiserberg bezeichnet den nördlich von Sigmundskron vorgelagerten Hügel. Das Gelände dort wollen die Bozener sanieren und einen Freizeitpark anlegen. In diesem Zusammenhang entwickelte Reinhold Messner "seine" Idee sowohl zur Sanierung und Nutzung der Burgruine als auch zur Belebung derselben: ein architektonisch und künstlerisch detailliertes und bis in die Finanzierung ausgearbeitetes Konzept zu einem Bergmuseum von internationaler Bedeutung.

### **3.1 MMM Firmian:**

#### AUSEINANDERSETZUNG MENSCH - BERG

Das Herzstück des „Messner Mountain Museum“, MMM Firmian auf Schloss Sigmundskron bei Bozen, nennt Reinhold Messner den „verzauberten Berg“. In einem Rundgang werden Bilder der berühmtesten Gipfel gezeigt und auf dem „Tanzplatz der Götter“ thronen geheimnisvolle Figuren aus verschiedenen Gebirgen der Erde. Eine jährliche Sonderausstellung findet statt.

### **3.2 MMM Juval:**

#### MYTHOS BERG

Im Museum auf Schloss Juval im Vinschgau sind mehrere Kunstsammlungen untergebracht: Tibetika-Sammlung, Bergbildgalerie, Maskensammlung aus fünf Kontinenten. Dazu gehören die Ortlhöfe (Wein- und Biohof) mit Gastwirtschaft, kleiner Bergtierpark und Bauernladen.

### **3.3 MMM Dolomites:**

#### MUSEUM IN DEN WOLKEN

Vom Museum im alten Fort (1912-1914) auf dem Monte Rite (2181 m), im Herzen der Dolomiten, zwischen Pieve di Cadore und Cortina d'Ampezzo, eröffnet sich ein Rundblick von 360° auf die spektakulärsten Dolomitengipfel. Das Museum ist dem Thema Fels gewidmet. Das Herzstück ist die große Galerie mit einmaligen Dolomiten-Bildern von der Romantik bis heute. Eine jährliche Sonderausstellung findet statt.

### **3.4 MMM Ortles:**

#### END DER WELT

Das Museum in Sulden am Ortler, auf 1900 m unterirdisch angelegt, ist dem Thema Eis gewidmet, und enthält u.a. größte Sammlung von Ortler-Bildern. Dazu der Gasthof „Yak & Yeti“ (mit Yakzucht und Biohof) und in der Nähe das Minimuseum Curiosa. Eine jährliche Sonderausstellung findet statt.

Beschreibung Eintrittskarte: Reinhold Messners Eismuseum

In Sulden am Ortler (Italien) hat Reinhold Messner mit dem Architekten Arnold Gapp ein einzig-artiges Museum geschaffen. „Im End der Welt“ – so ist der Anich-Karte von 1774 der Ferner am Ortler bezeichnet, unter dem das Eis-Museum untergebracht ist. Im MMM Ortles erzählt Reinhold Messner von den „Schrecken des Eises und der Finsternis“ von „Schneemenschen“ und „Schneelöwen“, vom „White Out“ und dem „dritten Pol“. Die weltweit größte Sammlung von Ortler Bildern ist zu sehen – sowie Eisgeräte aus zwei Jahrhunderten...

### **3.5 MMM Bergvölker:**

Auf Schloss Bruneck im Pustertal wird das fünfte Museum untergebracht (in Vorbereitung). Das Projekt MMM Bergvölker ist interaktiv angelegt. Reinhold Messner will Menschen nicht „aus-stellen“, sondern einladen zum Erfahrungsaustausch mit der bäuerlichen Bevölkerung vor Ort. Jedes Jahr sollen Gäste aus einer anderen Bergregion den Sommer im MMM Bergvölker ver-bringen und erzählen, wie sie leben. In den Räumen des Museums werden Exponate aus der Alltagskultur der verschiedenen Bergregionen und ihrer Bewohner gezeigt (z. B. Sherpa, Indios, Tibeter, Mongolen, Hunza).

### **3.6 Messner Mountain Foundation (MMF)**

Nach seiner Zeit als Felskletterer, Höhenbergsteiger, Grenzgänger, Forscher, EU-Parlamentarier und Museumsgestalter übernimmt Reinhold Messner soziale Verantwortung für die Bergvölker mit seiner neu gegründeten Stiftung, der Messner Mountain Foundation.

Es geht ihm darum, den Ärmsten der Armen, den Einheimischen hoch oben in den Bergen des Himalaja, Karakorum, im Hindukush, in den Anden oder im Kaukasus das Überleben zu sichern.

Für diesen Zweck hat er eine Stiftung gegründet, der neben ihm die Stiftungsbeiräte Prof. Dr. Herbert Henzler, Dr. Ulrich Cartellieri, Dr. Jürgen Weber und Prof. Dr. Ulrich Lehner angehören. Ein erstes Projekt - eine Schule im Diamir-Tal - ist abgeschlossen. Jetzt beginnt die MMF mit dem Aufbau von "Boulder Village", einem Dorf im Industal (Pakistan), wo die Leute von Tato und Muthat untergebracht werden, deren Dörfer im Rakhiot-Tal im November 2002 von einem katastrophalen Erdbeben zerstört worden sind.

#### 4. Vertikale Betrachtungsweise (Basis logische Ebenen Modell nach R. Dilts) (der weiße Punkt steht für „Spiritualität“ als höchste Ebene)



(Quelle: <http://www.weerth.de/nlp-text.htm>)

#### 4.1 UMWELT (In welcher Umgebung mit welchen Menschen lebt R. Messner):

##### 4.1.1 Orte: (s. auch Vita)

Im Winter in Meran und während der Sommermonate in Juval, Südtirol (gebürtiger Südtiroler, Wurzeln, heute Familienwohnsitz); Ein weiterer Wohnsitz ist München

Auf seinen Reisen zu den **Bergen**: Persien, Nepal, Neuguinea, Pakistan, China, Ostafrika

...zu den **Eiswüsten**: Antarktis, Sibirien-Canada, Grönland

...zu den **Wüsten**: Wüste Takla Makan in Sinkiang

##### 4.1.2 Menschen:

##### 4.1.2.1 Ursprungsfamilie:

Reinhold Messner lebte zusammen mit **Eltern** und den **acht Geschwistern** auf 100 qm. Aus einem Interview bei Beckmann<sup>3</sup>: "Wir haben zu sechst in einem Zimmer geschlafen." Da das Lehrergehalt des Vaters nicht ausreichte, um neun Kinder zu ernähren, betrieb die Familie nebenbei eine **Hühnerfarm**. Als Zehnjähriger musste Reinhold Messner mithelfen und schlachtete während der Sommerferien und an Wochenenden manchmal 50 Hühner an einem Tag. "Wir sollten uns alle bewusst machen, dass Tiere geschlachtet werden müssen. Ich finde, dass Kinder, die Fleisch essen, das können sollten. Auch mein Sohn hat das gelernt."

<sup>3</sup> ([http://www.daserste.de/beckmann/sendung\\_dyn~uid,zimmffbiwrdejircgrekpg2~cm.asp](http://www.daserste.de/beckmann/sendung_dyn~uid,zimmffbiwrdejircgrekpg2~cm.asp), 22.08.05)

#### 4.1.2.2 Eigene heutige Familie:

(s.3) ...erzählt er, dass er auf Wunsch seiner **Lebensgefährtin** vor jedem neuen Abenteuer ein Testament aufsetze. "Wir haben gerade wieder ein kleines Kind, deshalb habe ich auch eine Verantwortung in dieser Hinsicht." Er gebe seiner Partnerin völlig Recht: "Ich habe die Verantwortung, wieder heimzukommen. Und falls ich nicht wiederkomme, habe ich die Verantwortung, für meine Familie geordnete Verhältnisse zu schaffen."

Selbstverständlich ist für den Abenteurer, dass daheim seine 18 Jahre jüngere Lebensgefährtin das Sagen hat. "Wenn Kinder da sind, sind Mütter die Bezugspersonen. Alles andere ist nicht naturnah."

#### 4.1.2.3 Wegbegleiter / Lebensabschnittsgefährten:

**Privat**, diverse Lebensgefährtinnen / **Partnerinnen**;

**Beruflich**, bei seinen Grenzgängen seine temporären **Seilschaftskollegen** bzw. auch nur alleine;

in der Selbstvermarktung auch **Medienvertreter** (Funk, Fernsehen, Presse, Verlage, Auditorium – Alpinisten, Touristikern, Wirtschaftsführern), Manager (Trainings), seine Gäste / Besucher / Kunden der diversen Projekte MMM + MMF.

#### 4.1.3 Meine Erkenntnis zu Messners Umwelt:

Messner ist an mehreren Orten zu Hause und bezeichnet sich selbst immer wieder als modernen Halbnomaden, der eine Hälfte seiner Zeit mit dem Abenteuer und dem Grenzgang befasst ist und die andere dem „sesshaften“ Leben als u.a. Geschäftsmann, Macher, Familienvater und Bergbauer widmet. Er schafft sich im Wechsel dieser beiden gegensätzlichen Lebensformen ein inneres Gleichgewicht. Reinhold Messner kommt aus gutbürgerlichen, bodenständigen Verhältnissen in einer Großfamilie Südtirols und braucht diese Bindung zur heutigen Familie, seinen Kindern und einem soliden Zuhause offensichtlich auch als Gegenpol zu seinem Leben in der Wildnis.

### 4.2 VERHALTEN (konkrete Handlungen, Verhalten von R. Messner):

#### 4.2.1 Objektiv:

Reinhold Messner gehört seit 30 Jahren zu den erfolgreichsten Bergsteigern der Welt. Sogar der Dalai Lama nennt ihn einen Yeti: Der chronische Grenzgänger Reinhold Messner<sup>4</sup>. „Diese Askese in der Konzentration auf das Wesentliche ist ein Erfolgsgeheim, das die Besten unter den Managern mit Reinhold Messner teilen.“<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> [www.reinhold-messner.de](http://www.reinhold-messner.de), Rubrik Risikomanagement, Zitat: Herbert A. Henzler, McKinsey & Company

#### 4.2.2 Subjektiv (anhand von Zitaten / Beispielen):

- „Sie gehört zu einem halben hundert Erstbegehungsmöglichkeiten, die ich in einem kleinen Heft vermerkt habe, das ich immer bei mir trage. (...) Es ist mir „heilig“. Nur mein jüngerer Bruder Günther hat Einblick. In diesem Ideen-Heft notiere ich meine „Realutopien.“<sup>6</sup>
- „Da ich Nichtraucher bin, habe ich nie Zigarettenwerbung angenommen.“ „Ich habe am Beginn meiner Werbeträgerzeit Fehler gemacht.(...) „verkaufte“ mich für wenig.“ (6 ,S. 152)
- „Aber ich bin auch ein politisch interessierter Mensch.“ (8,S. 199)
- „Ich kritisiere zuviel und lobe zuwenig.“ (8,S. 215)
- „Ich habe kein Telefon und kein Fax. Mehr. Natürlich hat meine Sekretärin das alles. Ich aber will, während ich etwas tue, nicht gestört oder belastet werden.“<sup>7</sup>
- „Den Abgründen meiner Seele, dem Verlorensein in der Einsamkeit gilt meine Neugierde.“ (17,S. 15)
- „Wenn es etwas Unnützes gibt, ist es mein Tun.“ (...) „Spiel, Grenzgang, sich selbst bewusst an den Rand seiner Möglichkeiten und Existenz führen und immer wieder den Schritt weitergehen, ohne dabei umzukommen.“ (17,S. 23)
- „Ich versuche dabei auch, mir selbst treu zu bleiben. Es liegt mir nicht, mich anzubiedern.“ (17,S. 151)
- „Ich mag feste Rangordnungen nicht und weiß, dass die Vorliebe für Hierarchien meist im ungekehrten Verhältnis zum wahren Persönlichkeitswert steht.“ (17,S. 187)
- „Lebensqualität messe ich nach der Qualität der Herausforderungen, nicht nach der Quantität der materiellen Voraussetzungen.“ (17, S. 244)
- „Dafür stelle ich mich einer anderen Diskussion: der Verantwortung meiner Familie gegenüber.(...)Durch meine kleinen Kinder bin ich, psychisch gesehen, stärker geworden. Denn ich kann sie auf Reisen mitnehmen, zumindest gedanklich.(...) In kritischen Momenten sind sie mir eine wesentliche Stütze, alles richtig zu machen, weiterzugehen, wieder aufzustehen, heimzukommen.“ (17,S. 227)
- „...ich bin immun gegen Zweideutigkeit und Kompromisse. Unentschlossenheit ist mir zuwider. Ich bewundere und suche Geradlinigkeit.“ (17,S. 58)

#### 4.2.3 Meine Erkenntnisse zu Messners Verhalten:

Reinhold Messner erscheint mir in seinem Verhalten sehr stringent und geradlinig. Wie er selbst sagt, verhält er sich oft egoistisch. Auch kritischen Betrachtungsweisen – z.B. durch rhetorische Tricks zu manipulieren, steht er offen gegenüber und setzt diese für die Sache zielführend ein.

Er bleibt nah bei sich, vertraut seiner Intuition und seinen Erfahrung, ist aber immer auch neugierig und kreativ in der Entwicklung neuer Ideen. Dabei wechselt er im Auftreten zwischen einem Menschen, der souverän in der Öffentlichkeit stehen kann und die Selbstvermarktung beherrscht und dem Grenzgänger, der immer wieder die Ruhe und Einsamkeit in der Natur sucht. Verzicht z.B. auf Technik angefangen bei Telefon und Fax. bis hin zu Ausrüstungsgegenständen auf seinen Touren, scheint mir dabei eine wichtige Zielsetzung für ihn zu sein. Er ist auch vielseitig kulturell interessiert, selbstkritisch und lernt bewusst aus Fehlern. Sein Verhalten wird in der Öffentlichkeit auch zwispältig betrachtet, seine polarisierenden Stellungnahmen stoßen oft auf Kritik.

<sup>6</sup> R. Messner, Buch Berge versetzen, S. 59

<sup>7</sup> Reinhold Messners Philosophie, Herausg. V.Caysa u. W. Schmid, Suhrkamp S. 16

### 4.3 FÄHIGKEITEN (Verhaltensweisen, Fertigkeiten, Strategien, die R. Messner nutzt):

#### 4.3.1 Objektiv<sup>8</sup>:

Extrembergsteiger, Abenteurer, Bergbauer, Partner, Familienvater, Buch- und Filmautor, Kommentator im Fernsehen sowie Vortragsredner; Politiker, Managementtrainer und Geschäftsmann;

mehrfache Weltrekorde in seiner Disziplin (vertikale und horizontale Distanzen, Berge, Wüsten etc.); bei zahlreichen Expeditionen brachte er sich immer wieder in Grenzsituationen, die ihm nicht nur weltweiten Ruhm, sondern auch persönliche Niederlagen und Verluste bescherten.

#### 4.3.2 Subjektiv / Zitate:

- „So manche meiner Expeditionen wäre gescheitert, hätte ich nicht zu rhetorischen Tricks gegriffen.“ (8,S. 191)
- „Ich genieße es, wenn ich weit und lange gehen kann. Auch nachher, wenn ich müde bin.“ (8,S. 199)
- „Der Versuch, möglichst viele Aufgaben zu delegieren und über ein breites Spektrum von verschiedenen Aktivitäten zu Ergebnissen zu kommen, ist neu für mich.“ (8,S. 202)
- „Bei all meinen Expeditionen kam zur Askese in den Mitteln die Askese in der Machtausübung.(...) Meine Fähigkeit, Leistung anzuerkennen, ist begrenzt. (...).“ (8,S. 215)
- „Ich kann mich in Grenzsituationen fast immer auf meine innere Stimme verlassen. Nur habe ich nicht immer die Freiheit, auf sie zu hören.“ (8,S. 236)
- „Was mich stark gemacht hat, sind diese Neugierde und die daraus wachsende Innovationskraft.“ (8,S. 237)
- „Mit ganz neuen Situationen im Leben zurechtzukommen - Krankheit, Armut, Alter - gehört zu jenen Fähigkeiten, die gerade im Umgang mit dem Chaos wachsen.“ (8,S. 244)
- „Ich verstehe mich aber als kreativen Menschen, der sich ausdrücken will, der weitergehen muss, der immer neue Ansprüche an sich stellt.“ (17,S.30)
- „Für dieses visionäre Sehen scheint es weniger Schranken als für unsere Ratio, unsere Kraft und Energie zu geben. Ich bin deshalb überzeugt davon, dass letztlich alles möglich ist, was ich will.“ (18,S. 235)
- „Das Erkennen neuer Wege bleibt eine meiner übergeordneten Zielsetzungen.“ (17,S. 199)
- „Das Image bedeutet mir weniger als die gewonnene Erfahrung.“ (17,S.47)
- „Es bleibt wichtig für mich zu erfahren, ob ich weiterhin über mich selbst hinausgehen kann; wie Ehrgeiz, Instinkte, Angst am „Point of no Return“ funktionieren.“ (17,S. 247)

<sup>8</sup> Beschreibungsform (Substantive), scheint mir selbsterklärend als Fähigkeit, die damit einhergeht

### 4.3.3 Meine Erkenntnisse zu seinen Fähigkeiten:

Messners Fähigkeit sich auf seine „innere Stimme“ zu verlassen erscheint mir sehr ausgeprägt. Er sucht Grenzen – sieht sie oft weit im Vorfeld „visionär“ vor sich, kann immer wieder neue Wege erkennen und beschreiten und nutzt dabei auch seine Erfahrungen speziell aus Niederlagen. Sein eigener Leistungswille und die -fähigkeit zu extremem körperlichen Einsatz ist hoch, die Anerkennung fremder Leistung im Vergleich dazu begrenzt. Die Neugier treibt ihn immer wieder auch über sich hinauszugehen und seine Art der Umsetzung zeugt dabei von großer Kreativität.

## 4.4 GLAUBENSÄTZE (Einstellungen, Leitlinien von R. Messner)<sup>9</sup>:

### 4.4.1 Subjektiv / Zitate

**Ziel:** „Nicht das Woher, sondern das Wohin trägt mich auf den nächsten Berg und über mich selbst hinaus.“

**Sinn:** „Sinn wird uns nicht von außen eingetrichtert. Wir geben Sinn.“

**Erfahrung:** „Wer keine neuen Erfahrungen mehr macht, stagniert. Wer Erfahrungen aus zweiter Hand übernimmt, konsumiert.“

**Abenteuer:** „Für ein Abenteuer braucht es Auf-sich-selbst-Gestelltsein, Ausgesetztsein und Schwierigkeiten. Ohne Gefahr gibt es kein Abenteuer. Ich bin weniger durch meine Erfolge der geworden, der ich heute bin, als vielmehr durch mein häufiges Scheitern.“

**Glück:** „Das Glück ist jene Komponente, die einen großen Wurf begleiten, aber nicht tragen kann.“

**Herausforderung:** „Bis zur Grenze gefordert, können wir alle mehr, als wir wollen.“

**Bewusstsein:** „Unser Leben wird mehr durch unser Bewusstsein geformt und weniger durch die Umstände.“

**Arbeit:** „Wer das, was andere als Arbeit verherrlichen, als Spiel liebt, ist deshalb noch lange kein Arbeitsverderber.“

**Erfolg:** „Erfolg ist etwas, das wir relativ schwer messen können. Ich kann scheitern und dabei für mein Weiterkommen im Leben erfolgreich sein.“

**Erkenntnis:** „Nichts hat mir auch nur annähernd zu so vielen Erkenntnissen verholfen wie Landschaften und deren Entsprechung in meiner Seele.“

---

<sup>9</sup> Quelle [www.reinhold-messner.de](http://www.reinhold-messner.de), Philosophie

- „Anspruchsdenken, losgelöst von **Begeisterung, Kreativität, Motivation**, bremst nicht nur die Leistung, es führt in einen Teufelskreis von Energieverlust, Sinn- und Lustlosigkeit.“<sup>10</sup>(S. 59)
- „Ich glaube nur, was ich sehe.“ (15,S. 154)
- „Motivation fällt nicht vom Himmel. Sie steckt in uns allen. Es kommt nur darauf an, sie zu wecken. (...) Natürlich ist **Motivation** immer auch **Manipulation**.“ (15,S. 189)

#### 4.4.2 Meine Erkenntnisse zu den Glaubenssätzen Messners:

Messners Aussagen kommen für mich sehr dogmatisch und oft im Predigerstil rüber. Seine Glaubenssätze sind geprägt von Lebenserfahrung in positiver wie negativer Hinsicht, ich erkenne dahinter einen sehr großen Leistungsanspruch. Das Streben nach neuem und einzigartigem, als erster etwas ausprobiert und umgesetzt zu haben, sich abzuheben und sich selbst und andere herauszufordern, ist immer wieder in seinen Interviews und Büchern zu erkennen. Seine Äußerungen zu Einstellungen und Erkenntnissen, die er für wahr hält (Glaubenssätze also) sind oft auch provokativ und polarisierend gekennzeichnet. Aus dem zentralen Satz „Ich bin, was ich tue“ kommt die starke Identifikation mit seinem Handeln und dem daran gemessen werden wollen heraus.

#### 4.4.3 „Ich bin was ich tue“ - Sleight-of-Mouth Patterns<sup>11</sup>

Die Homepage von Reinhold Messner ist übertitelt mit diesem Glaubenssatz. Ich möchte ihn einfach mal durchspielen und reframe. Spannend empfand ich Messners inhaltlichen Bogen vom Verhalten zur Identität. In einem fiktiven Interview könnte ich ihm die folgenden Fragen stellen:

##### 1. Neu definieren

Ich bin w e n n ich tue ? Ich bin w e n n ich handle?

##### 2. Wirkung / Folge

Wenn Du nicht tust, darfst Du dennoch sein oder?

##### 3. Absicht (Intention)

Ist es vielleicht so, dass Du tust, um Dich zu spüren, zu sein ? Hast Du Angst Dich nicht mehr zu spüren, wenn Du eine zeitlang nicht mehr tust oder vielleicht auch nicht mehr tun kannst ?

##### 4. Chunk up

Hast Du in Deinem Leben immer nur getan, bist aktiv gewesen ?

##### 5. Chunk down

Was genau heißt für Dich tun, was muss dabei umgesetzt werden, worin besteht dieses Tun?

<sup>10</sup> R. Messner, Buch Berge versetzen

<sup>11</sup> Sleight-of-Mouth-Patterns sind kurze, pointierte Redewendungen. Sie werden vor allem eingesetzt, um Glaubenssätze kraftvoll zu „reframen“ (einen neuen Rahmen zu konstruieren, eine neue Bedeutung zu geben) (aus Das Wörterbuch des NLP, Junfermann,2003)

## 6. Gegenbeispiel

Nach dem schweren Mauersturz (Unfall) in Juval, war das Tun eine längere Zeit eingeschränkt bzw. unmöglich - das war doch auch eine Form von Sein. Wie wird es im Alter bei Krankheit sein?

## 7. Ein anderes Ziel / Ergebnis

Ich kann mir vorstellen das Nichts-Tun auch mal eine sehr entspannte und angenehme Lage sein kann.

## 8. Analogie

Auch wenn wir einfach nur atmen, leben, sehen, hören, fühlen, riechen, schmecken sind wir!

## 9. Selbstbezug

Also angenommen das, was Du tust ist negativ gewesen oder gescheitert, bist Du dann auch negativ und gescheitert im Sein?

## 10. Hierarchie von Kriterien

Der Wert „Verzicht“ steht an oberster Stelle (s.o.), kann er übertragen auch mal bedeuten, dass auf Tun verzichtet werden kann?

## 11. Ändern des Kontextes

Wenn Du Dich im Urlaub einfach mal faul verhältst, passiv, ist das dann auch gleichzusetzen mit faul sein als Mensch?

## 12. Meta-Rahmen /Verallgemeinerung

Wenn Du ständig tun musst, um zu sein, wo bleibt dann die Zeit für Visualisierung von neuen Grenzgängen?

## 13 anderes Modell der Welt

Ich glaube dies ist auch ein Zeichen unserer Leistungsgesellschaft, dass viele Menschen glauben ständig tun zu müssen, leisten, aktiv sein. Vielleicht können wir dieses Laufrad mal im Geiste anhalten.

## 14. Realitäts-Strategie

Woran genau merkst Du zu sein, bei welchem Tun, immer ?

## 4.5 WERTE: (s. auch o.g. Glaubenssätze)

### 4.5.1 Objektiv:

Im Gegensatz zu modernen Abenteurern geht es Reinhold Messner weniger um Rekorde als vielmehr um das **Ausgesetzt sein in möglichst unberührten Naturlandschaften und das Unterwegssein mit einem Minimum an Ausrüstung**. Er folgte dem von Albert Frederick Mummery proklamierten „By fair means“ am Nanga Parbat, Fridtjof Nansens „Ruf des Nordens“ ins Packeis der Arktis und durchquerte die Antarktis über den Südpol nach einer Idee von Ernest Henry Shackleton.

Den **Möglichkeiten des Kommunikationszeitalters** setzt er sein **Unterwegssein als Fußgänger gegenüber und verzichtet auf Bohrhaken, Sauerstoffmasken und Satellitentelefon** – ein Anachronismus zwar, der aber der Wildnis ein unerschöpfliches Erfahrungspotential bewahrt.

#### 4.5.2 Subjektiv / Zitate

- „Trotzdem habe ich keinen Anspruch auf kritiklose Treue über die Expedition hinaus. Ich erwarte aber Ehrlichkeit.“ (12,S. 176)
- „(...) innere Werte die Folge: Anstrengung wegen der Größe; Erfahrung und Instinkt wegen der Risiken; Einsamkeit wegen der Stille.(...) diese Wertehierarchie (...) hat einen „Superwert“ (...)“Verzicht“ würde ich unterschreiben.“<sup>12</sup> (S. 197)
- „Ich arbeite nicht in einem Beruf, zumindest nicht in dem Beruf, den ich erlernt habe (...). Ich habe mein Umsteigen immer auch mit einer Verjüngung verknüpft. (...) Spielen an sich ist auch ein Verjüngungselement.“<sup>13</sup>
- „Nein, Glück und Erfüllung treffen sich nur kurz. Glücklichsein ist relativ.“ (18,S. 194)

#### 4.5.3 Meine Erkenntnisse zu Messners Werten:

Die Natur und die damit verbundenen Erfahrungen im allgemeinen und seine Selbsterfahrung in Grenzbereichen im speziellen sind immer wieder ein zentrales Thema in der Darstellung seiner Werte. Hier spiegeln sich die o.g. inneren Werte wider und seine Intuition ist unverzichtbar für das Überleben. Das stetige Neuerdenken von Grenzgängen, hält ihn jung, unabhängig, frei und daher halte ich auch diese Werte (Jugend, Unabhängigkeit, Freiheit) für sehr wichtig im Zusammenhang mit seiner Persönlichkeit. Seine Frau ist 18 Jahre jünger und auch seine Kinder sind für ihn eine Verbindung zur Jugend. Aber auch durch seine kreativen Neuerfindungen von Abenteuern oder Betätigungsfeldern, seiner großen geistigen Flexibilität und Freiheit, kann er seinen körperlichen Alterungsprozess ein wenig in der Wahrnehmung verschieben. Askese / Verzicht sind immer wieder von ihm angestrebt, herausgefordert und gelebt - privat wie auch in der „Wildnis“. Dies bezieht sich auf Hilfsmittel, wie auch auf menschliche Unterstützung, weil auch diese Reduktion, bis hin zu Alleingängen, immer wieder im Vordergrund steht. Einsamkeit, auf-sich-selbst-verlassen-können ist dabei ein wichtiges Kriterium wie ich es verstehe. In Zusammenarbeit mit Seilschaften sind ihm charakterliche Werte wie Ehrlichkeit und Loyalität wichtig. Er hat ein hohes Maß an Verantwortungsgefühl für seine Familie, die er trotz häufiger Abwesenheit, versorgt wissen will.

#### 4.6 IDENTITÄT (Selbstbild, zentrale Werte, Mission im Leben des R. Messner):

##### 4.6.1 Objektiv:

Nach eigenen Angaben fühlt sich Messner von den Ideen von Max Stirner, Friedrich Nietzsche, Yogi Birla, Goethe und Christoph Ransmayr beeinflusst.

##### 4.6.2 Subjektiv / Zitate<sup>14</sup>:

- „Meine Weisheit unterliegt einem Lernprozess, der andauert, solange ich lebe“ (17,S.9)

<sup>12</sup> Reinhold Messners Philosophie, Herausg. V.Caysa u. W. Schmid, Suhrkamp

<sup>13</sup> R. Messner, Buch Berge versetzen, S. 64/65

<sup>14</sup> R. Messner, Buch Berge versetzen

- „Ich bin immer ein Macher. Obwohl ich mit meinen Grenzgängen nichts produziere als Erfahrungen, bin ich wie ein Unternehmen: ideenreich, planend, produktiv. Ein Einmann.-Industrieller. (17,S. 132)
- „Also bleibe ich ein moderner Halbnomade: sechs Monate im Jahr daheim, sechs Monate unterwegs.“ (6 ,S. 199)
- „Wenn ich etwas tue, tue ich es ganz. Ich bin kein Aussteiger. Ich bin ein Einsteiger.“ (8, S. 75)
- „Wie oft bin ich am Südtiroler-Sein schier verzweifelt!<sup>15</sup> (17,S. 205)
- „Meine Frauen haben mich als Abenteurer, als besessenen Grenzgänger kennengelernt. Die Ängste bei mir zu Hause sind vermutlich nicht größer als bei einer Manager-Familie.(17,S. 228)
- „Ich bin Realist, ich bin Pragmatiker.“<sup>16</sup> (S. 164)

#### 4.6.3 Meine Erkenntnisse zur Identität Messners:

Viele Schlagworte von ihm selbst, wie auch aus der öffentlichen Berichterstattung stellen seine Person, seine Persönlichkeit immer wieder in einer bestimmten Rolle zur Schau. Dahinter steht meines Erachtens ein Mensch, der auch menschliche Gefühle wie Angst vor dem Tod, Probleme mit dem Alleinsein, Erfahrungen auch mit Niederlagen und Scheitern sehr genau (aner)kennt. Die Rolle des Grenzgängers, des Übermenschen, die ihm oft angedichtet wird, empfinde ich als überzogen und er selbst distanziert sich auch von letzterem. Er sieht das was er tut, als das an, was er am besten kann. Ob er sich bei all seinen Reisen und der Dynamik seines Lebens wirklich selbst gefunden hat und weiß, wer er ist, ist mir nicht wirklich klar geworden. Er kommt für mich auch als selbsterschaffenes Kunstgebilde rüber. Seine Wurzeln Südtiroler zu sein, waren für ihn immer wieder Herausforderung. Er hat versucht dies in der Öffentlichkeit positiv zu beeinflussen und doch sagt mir o.g. Aussage von ihm viel darüber, dass er die Akzeptanz nicht wirklich wahrnehmen kann – von innen oder von außen.

#### 4.7 SPIRITUALITÄT<sup>17</sup> (Frage nach dem Warum, Sinn des Lebens, Existenz des R. Messner):

##### 4.7.1 Subjektiv / Zitate:

- „Natur ist Chaos und Ordnung zugleich“ (...) „Die Natur braucht die Menschen nicht, aber wir brauchen die Natur.“ (17,S. 25)
- „Mein Lebensziel - auf weite Sicht betrachtet - ist Weiswerden.“ (17,S. 50)
- „Die Vorstellung, dass ich alles darf, was ich kann und will, wenn ich dabei die Kreise der anderen nicht störe; weitergehend, wenn ich dabei das Gleichgewicht des Kosmos nicht störe, ist mein Credo.“ (17,S. 154)

<sup>15</sup> Anm.: Viele Südtiroler wollten kein Messner-Museum. Sie haben dem Weltbürger nicht verziehen, dass er für die italienischen Grünen im Europaparlament saß und dass er auf dem Mount Everest statt der Südtiroler Fahne sein Taschentuch gehisst hat. So musste Messner jahrelang kämpfen, bis er auf Sigmundskron einziehen durfte. Jetzt hat er es geschafft und nennt das MMM Firmian rückblickend seinen "15. Achtausender". Berliner Zeitung, 8. Juli 2006

<sup>16</sup> Reinhold Messners Philosophie, Herausg. V.Caysa u. W. Schmid, Suhrkamp

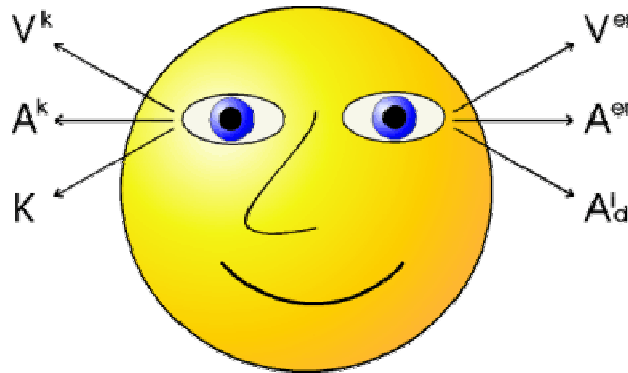
<sup>17</sup> Spiritualität oder Zugehörigkeit, Verbindung, die sechste der logischen Ebenen, bei der sich Menschen auf etwas beziehen, was mehr ist als sie als Person. Her geht es um die Zugehörigkeit einer Person zu etwas Größerem oder Höherem – für manche: die spirituelle Eben umfassende Visionen, der Sinn des Lebens, Lebensaufgaben, eine Mission (...) Menschen, die ihr Bewusstsein auf die Inhalte dieser Ebene richten fühlen sich anderen Menschen, der Menschheit insgesamt, der Natur, dem Leben, einer umfassenden Idee oder dem Göttlichen verbunden, Das Wörterbuch des NLP, W. Ötsch + Th. Stahl, 2003

- „Auch habe ich mich nicht von Todesangst befreit. Obwohl ich Todesnähe erlebt habe, sogar das Gefühl, einmal gestorben zu sein. Mit einer Art Wiedergeburt hat ein zweites Leben für mich angefangen.“ (17,S. 247)
- „Auch der Mensch ist endlich. Unendlich ist nur der Geist. Kreativität, unsere „göttliche Eigenschaft“, ist die stärkste Kraft des menschlichen Geistes.“ (17,S. 247)
- „Wahrheit an sich gibt es nicht. Wenn es Wahrheit an sich gäbe, gäbe es auch Gott.“ (18, S. 189)

#### **4.7.2 Meine Erkenntnisse zu Messners Spiritualität:**

In Aussagen „Ich glaube nur, was ich sehe“, tritt für mich immer wieder ein sehr pragmatischer und realistischer Mensch hervor. Dennoch faszinieren ihn die Schönheit und Grenzenlosigkeit der Natur mehr als der Glaube an Gott. Er setzt sich mit (Über)leben und Tod auseinander und nimmt auch seine Ängste dazu wahr. Kraft und Freiheit des Geistes und letztlich das Ziel Weisewerden treiben ihn immer wieder weiter und dabei scheint mir der Weg als sein Ziel.

## 5. Horizontale Betrachtungsweise - Modelling von Reinhold Messner



(Quelle: <http://www.weerth.de/nlp-text.htm>)

Ich habe mir in Messners Museum Ortles in Suldén Südtirol auch einige Dokumentarfilme mit und über ihn angesehen, ebenso Interview Ausschnitte als ggf. visuell nutzbares Material. Sie alle waren gekennzeichnet durch schnelle Schnitte und Bildwechsel oder aber Ganzkörperansichten im Klettern, Laufen etc. Fazit: es liegt mir leider kein verwertbares Material vor, aus dem ich klare **Augenzugangshinweise** ableiten könnte.

Ich habe mir sein **Repräsentationssystem** über die, von ihm in Aussagen genutzten, **Prädikate** erschlossen und den hier aufgeführten Denkprozess daraus abgeleitet. Da er es als einen rein inneren Vorgang beschreibt, kann ich hier nur von internen und nicht externen Wahrnehmungen ausgehen.

Zwei Aussagen Messners, die im Zusammenhang mit Motivation und Vision seine Haltung verdeutlichen:

- „Motivation fällt nicht vom Himmel. Sie steckt in uns allen. Es kommt nur darauf an, sie zu wecken. (...).“ (15,S. 189)
- „Für dieses visionäre Sehen scheint es weniger Schranken als für unsere Ratio, unsere Kraft und Energie zu geben. Ich bin deshalb überzeugt davon, dass letztlich alles möglich ist, was ich will.“ (18,S. 235)

Schritte	Denkstrategie zur Selbstmotivation durch Vision (Berge versetzen, S. 115)	Wahrnehmung
1	Alle meine Taten haben als eine Idee im Kopf angefangen...	Ve / Vk
2	Ich erkenne sie als Energie...	Ve / Ki
3	Spüre Begeisterung und Freude an der Sache....	Ki+
4	Ich bin ganz bei mir....	Ki+ / AiD
5	Es entsteht ein Zustand geistigen und körperlichen Erregtseins....	Ve++ / Ki++
6	Ich sehe mich selbst am Ziel....	Vk / M
7	Ich tue....	Kex + Exit

#### Legende

V = Visuell A = Auditiv K = Kinästhetisch  
 ex = extern i = intern k = konstruiert er = erinnert (s. Abb.) kurz e  
 iD = interner Dialog  
 + positiv  
 - negativ  
 M = Metaebene

#### Allgemein:

Diverse Anwendungsmöglichkeiten assoziiere ich für mich mit Messners Strategie der Selbstmotivation. Dies kann für mehr Selbstbewusstsein und Mut an Neues heran zu gehen sein, zu steigender Kreativität oder generell mehr Sicherheit in Bezug auf zukünftige Schritte. Aus meiner Sicht auch eine gute Basis um ggf. das Format "Moment of Excellence" in einer Zukunftsform anzuwenden und die Vision im Stadium des geistigen und körperlichen Erregtseins zu ankern.

#### Individuell übertragen auf mich:

Das Erkennen von Messners Denkstrategie zur Selbstmotivation über Visionieren, wie ich sie nennen möchte, hat mich darin bestärkt, meiner eigenen Intuition und Vorstellungskraft noch mehr Beachtung und Wert beizumessen: eigene Grenzen einerseits wahrzunehmen, respektieren und gleichzeitig neue Ideen in Form einer Vision zuzulassen.

## 6. Bücher von Reinhold Messner

<b>ZURÜCK IN DIE BERGE</b>	(Athesia - Verlag, Bozen)	1970
<b>DIE ROTE RAKETE</b>	(Nymphenburger - Verlag, München)	1971
<b>AUFBRUCH INS ABENTEUER</b>	(Athesia - Verlag, Bozen)	1972
<b>STURM AM MANASLU</b>	(BLV - Verlag, München)	1972
<b>DER SIEBTE GRAD</b>	(BLV - Verlag, München)	1973
<b>DIE EXTREMEN</b>	(BLV - Verlag, München)	1974
<b>KLETTERSTEIGE I - Dolomiten</b>	(Athesia - Verlag, Bozen)	1974
<b>BERGVÖLKER DER ERDE</b>	(Athesia - Verlag, Bozen)	1975
<b>ARENA DER EINSAMKEIT</b>	(Athesia - Verlag, Bozen)	1976
<b>DIE HERAUSFORDERUNG</b>	(BLV - Verlag, München)	1976
<b>DIE GROSSEN WÄNDE</b>	(BLV - Verlag, München)	1977
<b>KLETTERSTEIGE II - Ostalpen</b>	(Athesia - Verlag, Bozen)	1978
<b>GRENZBEREICH TODESZONE</b>	(Kiepenheuer & Witsch, Köln)	1978
<b>EVEREST - Expedition zum Endpunkt</b>	(BLV - Verlag, München)	1978
<b>ALLEINGANG NANGA PARBAT</b>	(BLV - Verlag, München)	1979
<b>DIE ALPEN</b>	(Sigloch - Edition, Künzelsau)	1979
<b>K2 - Berg der Berge</b>	(BLV - Verlag, München)	1980
<b>DER GLÄSERNE HORIZONT</b>	(BLV - Verlag, München)	1982
<b>MEIN WEG</b>	(Goldmann - Verlag, München)	1982
<b>ALLE MEINE GIPFEL</b>	(Herbig - Verlag, München)	1982
<b>3 x 8000 - Mein großes Himalayajahr</b>	(Herbig - Verlag, München)	1983
<b>BERGSTEIGER WERDEN mit R.M.</b>	(BLV - Verlag, München)	1984
Reinhold Messners <b>LESEBUCH</b>	(Bruckmann - Verlag, München)	1985
<b>WETTLAUF ZUM GIPFEL</b>	(Herbig - Verlag, München)	1986
<b>FREIKLETTERN MIT PAUL PREUSS</b>	(BLV - Verlag, München)	1986
<b>ÜBERLEBT - Alle 14 Achttausender</b>	(BLV - Verlag, München)	1987
<b>GÖTTIN DES TÜRKIS</b>	(Bergverlag-Rother, München)	1988
<b>MEINE DOLOMITEN</b>	(Herbig - Vlg, München) (Weltbildverlag, Augsburg)	1989 / 2004
<b>DIE OPTION</b>	(Piper - Verlag, München)	Hrsg.   1989
<b>DIE SCHÖNSTEN GIPFEL DER WELT</b>	(Sigloch-Edition, Künzelsau)	1989
<b>DIE FREIHEIT AUFZUBRECHEN WOHIN ICH WILL</b>	(Piper - Verlag, München)	1989
<b>ANTARKTIS - Himmel und Hölle zugleich</b>	(Piper - Verlag, München) (S.Fischer - Verlag, Ffm)	1990 2002
<b>BIS ANS ENDE DER WELT</b>	(BLV - Verlag, München)	1990
<b>RUND UM SÜDTIROL</b>	(Piper - Verlag, München) (Südwest - Verlag, Mün.)	1992 2002

<b>ALLE MEINE GIPFEL II</b>	(Herbig - Verlag, München)	1993	
<b>BERGE VERSETZEN - das Credo eines Grenzgängers</b>	(BLV - Verlag, München)	1993	
<b>13 SPIEGEL MEINER SEELE</b>	(Piper - Verlag, München)	1994	
<b>PAUL PREUSS</b>	(J.Berg - Verlag, München)	Hrsg.	1995
<b>NIE ZURÜCK</b>	(BLV - Verlag, München)	1996	
<b>BERG HEIL - HEILE BERGE?</b>	(BLV - Verlag, München)	1997	
<b>HERMANN BUHL</b>	(Steiger - Verlag, München) (AS - Verlag, Zürich)	Hrsg. Hrsg.	1997 2003
<b>G I und G II - Herausforderung Gasherbrum</b>	(BLV - Verlag, München)	1998	
<b>YETI - Legende und Wirklichkeit</b>	(S.Fischer - Verlag, Frankfurt)	1998	
<b>MALLORYS ZWEITER TOD</b>	(BLV - Verlag, München)	1999	
<b>EUGEN GUIDO LAMMER</b>	(Steiger - Verlag, München)	Hrsg.	1999
<b>ANNAPURNA</b>	(BLV - Verlag, München)	2000	
<b>EVEREST SOLO - Der gläserne Horizont</b>	(S.Fischer - Verlag, Frankfurt)	2000	
<b>DIE GROSSEN WÄNDE</b>	(BLV - Verlag, München)	2000	
<b>BERGVÖLKER</b>	(BLV - Verlag, München)	2001	
<b>Reinhold Messners Philosophie</b>	(Hrsg. V. Caysa u. W. Schmid, Suhrkamp)	2002	
<b>RETTET DIE ALPEN (TB)</b>	(Piper - Verlag, München)	2002	
<b>DER NACKTE BERG - Nanga Parbat – Bruder, Tod und Einsamkeit</b>	(Malik – Verlag, München)	2002	
<b>DOLOMITEN – Die schönsten Berge der Welt</b>	(C.J. Bucher - Verlag, München)	2002	
<b>BERGE</b>	(Herbig - Verlag, München)	2002	
<b>VERTICAL – 100 Jahre Kletterkunst</b>	(BLV - Verlag, München)	2002	
<b>MOUNT EVEREST – Expeditionen zum Endpunkt</b>	(BLV - Verlag, München)	2003	
<b>DIE WEISSE EINSAMKEIT - Mein langer Weg zum Nanga Parbat</b>	(Malik - Verlag, München)	2003	
<b>K2 CHOGORI - Der große Berg</b>	(Frederking & Thaler Verlag, München)	2004	
<b>König Ortler</b>	(BLV – Verlag, München)	2004	
<b>Nanga Parbat – Der Schicksalsberg</b>	(Audiobuch, Freiburg)	2004	
<b>Reinhold Messner – Mein Leben am Limit</b>	(Malik – Verlag, München)	2004	
<b>EVEREST - Himmel, Hölle, Himalaja</b>	(Audiobuch, Freiburg)	2005	
<b>Gobi. Die Wüste in mir</b>	(S.Fischer Verlag, Frankfurt)	2005	
<b>Berge aus dem All</b>	(Hrsg. DLR, Frederking & Thaler Verlag, München)	Koautor	2005
<b>Am Limit</b>	(Audiobuch, Freiburg)	2006	
<b>Gebrauchsanweisung für Südtirol</b>	(Piper – Verlag, München)	2006	
<b>Mein Weg</b>	(Frederking & Thaler Verlag, München)	2006	
<b>Der verzauberte Berg</b>	(BLV-Verlag, München)	2006	
<b>Meine Alpen</b>	(BLV-Verlag, München)	2007	

## 6.1 Detailbeschreibung Hauptquelle

### Messner, Reinhold: Berge versetzen

Das Credo eines Grenzgängers

.... ist eine Dokumentation aus erlebtem Abenteuer und analytischen Lektionen mit faszinierenden Fotos ausgestattet.

Messner zeigt, dass die Erfahrungen und Erkenntnisse seiner Expeditionen und Veröffentlichungen auch als Maßstab für andere Lebensbereiche gelten können. Alle, die hohe Ansprüche an sich stellen, können im täglichen Leben von seinen Erfahrungen profitieren. - "Risikomanagement" - ist ein zentrales Stichwort in diesem Buch: Sicherheit durch Disziplinierung des Risikos; Steigerung der inneren Sicherheit durch Verzicht auf äußere Sicherheitshilfen. Der Mut zum Ungewissen, oft "Unmöglichem" und die Kunst der Selbstbeschränkung sind nach der Auffassung des Autors ebenso wenig Gegensätze wie Besessenheit und Disziplin. Mit diesen Eigenschaften ausgestattet, versetzte Reinhold Messner Berge. Seine Unternehmungen sind Risikomanagement in Perfektion.

### "Risikomanagement"

Reinhold Messner, der bei seinen Unternehmungen selbst immer wieder Risiken eingeht, erzählt in diesem Vortrag von einigen Situationen großer Gefahr und gelungenem "Risikomanagement" bei Grenzgängen am Ende der Welt: Sven Hedin in der Takla Makan; Shackleton in der Antarktis; Norton, Hillary und die Tragödie 1996 am Mt. Everest. Für Reinhold Messner bleibt das Scheitern ein Baustein zum Erfolg und oft dauert es Jahre, bis er zum Ziel kommt.

Reinhold Messner stellt das Tun in den Mittelpunkt des Lebens, das im Gegensatz zum Haben nie langweilig wird. Untermalt mit zwei Dutzend Bildern nimmt er seine Hörer mit in die Menschen abweisendsten Wüsten dieser Erde, um klar zu machen, dass im kritischen Moment allein der einzelne, seine Überzeugungskraft und sein Geist entscheiden und alle festgefahrenen Verhaltensmuster zerbrechen. Es ist die mentale Kraft, die uns bestehen lässt, die Begeisterung sowie der Überlebenswille, die uns Motivation liefern, unsere großen selbst gesteckten Ziele wieder und wieder anzupacken: Vinciturus vincero! (Der zum Siegen bestimmt ist!)

#### 6.1.1 Risiko-Management in Perfektion

**Kreativität** und **Innovation** kennzeichnen das Leben von Reinhold Messner. Seine bergsteigerischen Leistungen revolutionierten den Alpinismus. Seine Abenteuer spiegeln Erfolg und Niederlage im Grenzbereich des Möglichen wider. Doch Messner ist kein Hasardeur. Er hat nur eine spezielle Variante des Risiko-Managements entwickelt:

- Sicherheit durch Disziplin im Risiko
- Steigerung der inneren Sicherheit durch Verzicht auf äußere Sicherheitshilfen
- Erfolg mit immer kleineren Teams
- Kompetenz in der Führung
- Motivation, festgeschriebene Grenzen des Machbaren zu verschieben.

Messners Lebensprinzipien gelten nur für wenige Menschen - aber **alle, die hohe Ansprüche an sich stellen, können im täglichen Leben von seinen Erkenntnissen und Erfahrungen profitieren**. In seinem Buch "Berge versetzen" überträgt Reinhold Messner seine Erfahrungen als Grenzgänger auf das Management.

## 6.1.2 Zitate aus dem Bereich Risikomanagement<sup>18</sup>

**Kreativität:** „...heißt wagen, spielen, würfeln. Um zu neuen Kombinationen zu kommen, darf ich nichts als gegeben annehmen. Ich muss offen sein für das Unerwartete, bereit auch zu verlieren.“

**Fehler:** „Mögliche Fehler kalkuliere ich bewusst mit ein. Eine „fehlerintolerante“ Strategie ist unmenschlich.“

**Team:** „Mit einem Team, das nur gewollt ist, kommst du nicht weit. Menschen, die mit der gleichen Vehemenz das gleiche wollen, bilden ein Team.“

**Scheitern:** „Ich bin weniger durch meine Erfolge der geworden, der ich heute bin, als vielmehr durch mein häufiges Scheitern.“

**Risiko:** „Je langsamer Risiken anwachsen und je mehr Menschen sie betreffen, umso blinder sind wir für sie.“

**Hierarchie:** „Der Leader wohnt bei einer Expedition nicht im größten Zelt. Der Konzernchef sitzt nicht im obersten Stockwerk. Er ist einer unter vielen. Seine Stimme aber bewirkt mehr.“

**Grenzgänge:** „...bedeutet etwas zu wagen, was du noch nicht gemacht hast. Etwas in die Tat umzusetzen, was so niemandem gelungen ist. Dabei kommt es mehr auf die geistig-seelischen Fähigkeiten an, als auf die rohe Kraft.“

**Tun:** „Zum Tun gehören Mut, Energie, Zivilcourage. Vor allem das Ruhen im eigenen Selbstverständnis. Wer sich am Selbstverständnis der anderen orientiert, wird ohne es zu merken zum Nachahmer.“

**Entscheiden:** „...folgt dem Erkennen von Richtig und Falsch. Deinem eigenen Richtig und Falsch. Es setzt den Mut zum Ich, Ja und Nein voraus.“

**Strategie / Logistik:** „Im Tun weiß ich, was richtig und falsch ist.“

**Begeisterung:** „...ist ein klarerer Ausdruck als das verbrauchte und missbrauchte Wort Motivation. Wer andere mitreißen will, muss an sich selbst glauben.“

**Innovation:** „Es liegt an mir, neue Grenzgänge zu erfinden. Innovativ ist nur, wer dorthin geht, wo die anderen nicht sind.“

**Leader:** „Wer es als Leader schafft, ein Team um sich zu versammeln, in dem jeder mit der gleichen Vehemenz dasselbe Ziel verfolgt, ist unschlagbar.“

**Selektion:** „Das Weglassprinzip ist Grundvoraussetzung für den Erfolg. Verzicht, vor allem im Materiellen, gehört zum Menschsein von morgen.“

**Zukunft:** „Futuristisch ist ein Unternehmen nur, wenn es ökologisch sauber, energiesparend und human arbeitet.“

**Führung:** „...kann von einer Person auf eine andere überspringen. Der Führer nimmt den anderen Energie. Auch deshalb tut er sich leichter als die anderen.“

---

<sup>18</sup> [www.reinhold-messner.de](http://www.reinhold-messner.de)

**Machbarkeit:** „Die Grenze des Machbaren ist nur in kleinen Schritten erreichbar. Je näher ich dieser Grenze komme, umso kleiner müssen die Schritte sein.“

**Erfolg:** „...kommt von Besessenheit und Bescheidenheit. Intuition gehört viel weniger dazu, als allgemein angenommen. Auch nicht Genie.“

**Aufstieg:** „Wer hoch hinaus will, muss es mit eigenen Füßen wollen. Auf die höchsten Gipfel führt keine Seilbahn.“

## 7. Bergtouren und Expeditionen von Reinhold Messner

- 1950-64** 500 Klettertouren in den Ostalpen, besonders in den Dolomiten.
- 1965** 1. Begehung der direkten Ortler-Nordwand (Eiswulst).
- 1966** Walkerpfeiler, Grandes Jorasses; Rocchetta Alta di Bosconero, Nordwand, 2. Begehung.
- 1967** „Weg der Freunde“, Civetta-NW-Wand, 1. Begehung; Agnér-Nordkante, 1. Winterbegehung; Furchetta-Nordwand, 1. Winterbegehung; Agnér-Nordostwand, 1. Begehung.
- 1968** Agnér-Nordwand, 1. Winterbegehung; Heiligkreuzkofel-Mittelpfeiler, 1. Begehung; Eiger-Nordpfeiler, 1. Begehung; Marmolata, direkte Südwand, 1. Begehung.
- 1969** Anden-Expedition; Droites-Nordwand, 1. Alleinbegehung; Philipp-Verschneidung an der Civetta, 1. Alleinbegehung; Marmolata di Rocca, direkte Südwand, 1. Alleinbegehung.
- 1970** Rupal-Flanke am Nanga Parbat (8125m), 1. Begehung.
- 1971** Reisen in die Berge von Persien, Nepal, Neuguinea, Pakistan, Ostafrika.
- 1972** Manaslu-Südwand (8156m), 1. Begehung; Noshaq (7492m) im Hindukush.
- 1973** Marmolata-Westpfeiler, 1. Begehung; Furchetta-Westwand, 1. Begehung.
- 1974** Aconcagua-Südwand (6959m), 1. Begehung; Eiger-Nordwand zu zweit in 10 Stunden.
- 1975** Hidden Peak (8068m) Nordwestwand, 1. Achttausender im Alpenstil.
- 1976** Mount McKinley (6193m), „Wand der Mitternachtssonne“, 1. Begehung.
- 1977** An der Dhaulagiri (8167m) -Südwand gescheitert.
- 1978** Mount Everest (8846m), 1. Beg. ohne Sauerstoffmaske; Nanga Parbat (8125m), Diamir-Flanke, 1. Alleinbegehung eines Achttausenders; Kilimandscharo (5963m), „Breach Wall“, 1. Begehung.
- 1979** K2 (8611m) im Alpenstil; Ama Dablam-Rettungsaktion; Erstbegehungen im Hoggar-Gebirge, Afrika.
- 1980** Mount Everest (8846m), von Norden, 1. Alleinbegehung.
- 1981** Shisha Pangma-Besteigung (8012m); Chamlang (7317m) Mittelgipfel-Nordwand, 1. Begehung.
- 1982** 3 Achttausender hintereinander: Kangchendzönga (8598m) Nordwand, 1. Beg.; Gasherbrum II (8035m) und Broad Peak (8048m); Cho Oyu (8222m) Winterbegehung gescheitert.
- 1983** Cho Oyu (8222m) Südwestflanke im Alpenstil.
- 1984** Gasherbrum I (8068m) und Gasherbrum II (8035m) - 1. Achttausender/Doppelüberschreitung.
- 1985** Annapurna (8091m) Nordwestwand, 1. Begehung; Dhaulagiri (8167m) Nordostsporn im Alpenstil; Tibet-Transversale mit Kailash-Erkundung.
- 1986** Im Winter am Makalu (8485m) gescheitert; Ostt Tibet-Durchquerung; Besteigung von Makalu (8485m), Lhotse (8511m) und Mount Vinson (4897m, Antarktis).
- 1987** Bhutan-Reise; Pamir-Reise.
- 1988** Yeti-Tibet-Expedition im Alleingang.
- 1989** Gescheitert an der Lhotse (8511m) -Südwand.
- 1989/90** Antarktis-Durchquerung (über den Südpol) zu Fuß, 2800km Laufstrecke.
- 1991** Bhutan-Durchquerung (Ost-West); „Rund um Südtirol“ als Standortbestimmung.
- 1992** Chimborazo (6310m) -Besteigung; Durchquerung der Wüste Takla Makan in Sinkiang.

- 1993** Reise nach Dolpo, Mustang und Manang in Nepal; Grönland-Längsdurchquerung (Diagonale) zu Fuß, 2200km Laufstrecke.
- 1994** Säuberungsaktion in Nord-Indien/Gangotri, Shivlit (6543m); zum Ruwenzori (5119m), Uganda.
- 1995** Arktis-Durchquerung (Sibirien-Canada) gescheitert; Reise zum Belucha (4506m), Altai-Gebirge/Sibirien.
- 1996** Reise durch Ostt Tibet und zum Kailash.
- 1997** Reise nach Kham (Ostt Tibet); Kleinexpedition ins Karakorum; Filmarbeit am Ol Doinyo Lengai (heiliger Berg der Massai) in Afrika.
- 1998** Reise ins Altai-Gebirge (Mongolei) und in die Puna de Atacama (Anden).
- 1999** Filmarbeit: San-Francisco-Peaks / USA (heiligen Berg der Navajo Indianer); Reise in die Wüste Thar/Indien.
- 2000** Überquerung von South Georgia auf der Shackleton-Route; Nanga-Parbat-Expedition; Filmarbeit am Fujiama /Japan für die ZDF-Serie „Wohnungen der Götter“.
- 2001** Dharamsala + Ausläufer des Himalaja/Indien; ZDF-Serie „Wohn. der Götter“ am Gunung Agung/Bali.
- 2002** Im „Internationalen Jahr der Berge“ Besuch von Bergvölkern in den Anden u. Besteigung des Cotopaxi (5897m), Ecuador.
- 2003** Trekking zum Mt. Everest (Jubiläumstreffen zum 50sten Jahrestag der Erstbesteigung); Reise nach Franz Joseph Land/Arktis; Am 1. Oktober Eröffnung der „Günther Mountain School“ im Diamir Tal am Nanga Parbat/Pakistan.
- 2004** Längsdurchquerung der Wüste Gobi (Mongolei) zu Fuß, ~2000 km Laufstrecke.
- 2005** Reise zu den TUWA-Nomaden in der Mongolei; Marsch mit einer Gruppe von Bergsteigern und Trekkern („Zeitreise“) um den Nanga Parbat herum. Am Fuße der Diamir-Wand werden die Knochen von Günther Messner beigesetzt, die Einheimische gefunden haben.
- 2006** Der Messner – Clan (23 a.d.Z.) reist zum Nanga Parbat, auch, um nach den Baufortschritten der MMF-Projekte (Messner Mountain Foundation) zu sehen. Im November/Dezember führt Reinhold Messner eine Gruppe über das Hielo Continental Norte (Nördliches Patagonisches Inlandeis).
- 2007** Mit seinem Sohn Simon klettert Messner im Tassili-Gebirge, anschließend sind die beiden in der Sahara unterwegs, wie 3 Jahre zuvor.