



ULI WINTERS ist Diplomkünstler – und weiß, warum Vögel trällern: aus reinem Entsetzen!

uli@u-winters.de

Gesunde Höhenangst dank Lowtech

Meine Devise: Immer schön auf dem Boden bleiben!

AUF S. 20 BESCHREIBT NIKOLAS WESTERHOFF, wie Psychotherapeuten moderne Kommunikationstechnik bei der Behandlung von Phobien einsetzen. Als Kontrapunkt möchte ich Ihnen an dieser Stelle davon berichten, wie mir einst die Begegnung mit völlig veralteter Rudimentärtechnik eine ausgesprochen nützliche Angst einpflanzte!

Meine Geschichte beginnt auf der schönen Nordseeinsel Ameland, wo ich 1984 einen Campingurlaub mit meiner »Clique« (wie wir das damals nannten) verbrachte. Daneben befand sich ein großzügig als Flugfeld titulierter Acker mit einer Bretterbude am Rand – dem Tower. Ein etwas ausgebleichenes Plakat warb dort für einen Fallschirmspringkurs. Gerade auf dem Zenit jugendlicher Selbstüberschätzung angekommen, kratzte ich mein gesamtes Vermögen von 500 Mark zusammen und meldete mich an.

Nach einer ärztlichen Eignungsprüfung (Arzt: »Sind Sie gesund?« Ich: »Ja!« Arzt: »Gut!«) folgte eine grundsolide und von modernstem Hightech gestützte Ausbildung: Ein freundlicher Holländer namens Kees quatschte uns erst einmal vier Stunden lang auf Niederländisch die Ohren voll, worauf er alle Schüler von einem etwa dackelhohen Fußbänkchen probespringen ließ. Wir sollten danach bis drei zählen und dann nach oben schauen, um zu prüfen, ob der Fallschirm sich vollständig geöffnet hatte.

Ich fühlte mich bestens gerüstet. Wann würden wir endlich die Lüfte erobern? »Only skydivers know why birds sing«, las ich auf Kees' T-Shirt. Angst verspürte ich nicht im

Geringsten. Wovor auch? »Nun probeere wir, die Fallsirm te pakken!«, kommandierte Kees. Jeder bereitete den Schirm seines Nachbarn für den Absprung vor, zwecks Schulung des Verantwortungsbewusstseins. »Und nun sollen wir in den Massine einsteppen!«

Nachdem ich in der betagten Propellermaschine mit der offenen Luke Platz genommen hatte, beschlichen mich erste Zweifel an der Vernünftigkeit meines Handelns. Der Blechvogel befand sich augenscheinlich in miserablen Zustand: Statt Nieten waren teilweise nur Holzschrauben zu sehen, und auch die allein durch Klebeband zusammengehaltenen Sitze wirkten wenig Vertrauen erweckend.

GERADE HATTE ICH BESCHLOSSEN, NOCH EINMAL DARÜBER ZU SCHLAFEN und am nächsten Tag zu entscheiden, ob eine Tour mit der Pferdekutsche nicht doch die schönere Urlaubsaktivität wäre, da stieg Kees verschmitzt grinsend ins Cockpit, drehte sich vergnügt um und gab bekannt: »Nun lerne wir die aussteige!« Mein Protestgeschrei wurde vom Lärm des von Fehlzündungen geschüttelten Motors überdröhnt – und schon hob die Höllenmaschine unter Ausstoß schwarzer Abgaswolken ab.

Die Erinnerung an das, was nun folgte, treibt mir immer noch den Angstschweiß auf die Stirn, daher fasse ich mich kurz. Plötzliche Wolkenverdichtung, schlechte Sicht, statt Navigationssystem nur zerknitterte Landkarte an Bord, Wackelkontakt am Funkgerät durch wiederholte Faustschläge beho-

ben. Schließlich versprach der »Tower«, zur Orientierung einen Leitstrahl zu senden.

Bei dem Gedanken an einen Genever schlüpfenden Lotsen, der vermutlich gerade versuchte, aus dem windschiefen Bretterturm heraus mit einer Taschenlampe den Himmel anzublinden, schloss ich endgültig mit meinem Leben ab. Warum hatte ich auch nicht am Boden bleiben können, wo der Mensch hingehört? »Uitstappen!«, brüllte Kees in mein Ohr und holte mich zurück in die grausame Realität. Längst jenseits jedes normalen Angstgefühls kletterte ich wie ferngesteuert aus der Luke und ließ mich fallen.

Ein. Zwei. Drei. Wie ich es gelernt hatte, richtete ich einen Kontrollblick nach oben und sah – Kühe, Häuser und den Leuchtturm von Ameland. Reflexartig schaute ich nach unten, wo ich neben einem geöffneten Schirm auch meine Füße erblickte, die sich in den verdrehten Leinen des schätzungsweise in den 1950er Jahren vom niederländischen Heer ausgemusterten Fallschirms verheddert hatten. Immerhin gelang es mir, mich zu befreien und umzudrehen – was schon deshalb ein Glück war, weil der Aufprall am Boden eher einem Sprung aus dem zweiten Stock als einem Hüpfen vom Hocker glich.

Die panische Angst vor Höhe, die mich seither schon ab der dritten Stufe einer Haushaltsleiter schüttelt, hege und pflege ich wie einen Schatz und werde sie mir von keiner SMS-Therapie nehmen lassen. Schließlich hält sie mich davon ab, mich allzuweit von dort zu entfernen, wo der Mensch nun einmal hingehört: vom Boden.