

MOUNT EVEREST

Het avontuur | De expeditie | De ontheringen | De schaduwzijde | 8.848 meter | 60 dagen

ONDERWEG NAAR DE HEMEL



Wilco Dekker

MOUNT EVEREST

ONDERWEG NAAR DE HEMEL

Mount Everest

Onderweg naar de hemel

is een uitgave van:

edicola
Publishing b.v.

Edicola Publishing bv

Postbus 2013

7420 AA Deventer

info@edicola.nl

www.edicola.nl

Vormgeving: Ketz and Dogs grafisch ontwerp,

www.ketzanddogs.nl

Foto omslag: Wilco Dekker

Fotokatern: Wilco Dekker

Redactie: Evert de Rooij

ISBN 978-94-93160-39-2

NUR 483

© 2020 Wilco Dekker / Edicola Publishing bv

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden
verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand
en/of openbaar gemaakt worden in enige vorm of op enige wijze,
hetzij elektronisch of mechanisch, hetzij op enige andere manier,
zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

MOUNT EVEREST

Het avontuur | De expeditie | De ontberingen | De schaduwzijde | 8.848 meter | 60 dagen

O N D E R W E G N A A R D E H E M E L

Wilco Dekker

INHOUDSOPGAVE

VOORWOORD	7
1 DE TOP VAN DE WERELD	9
Zeven minuten	9
Varen op vertrouwen	14
VOORBEREIDING	
2 DE AANLEIDING	19
Waarom de Mount Everest?	19
The Friendship Highway	22
Thuisfront en werk	25
3 DE VOORBEREIDING	29
Van bewustwording naar overtuiging	29
Het plan	38
Artsen zonder Grenzen	45
Sponsoring	47
Training	53
De route	64
De gesprekken	70
Hoogtetent	74
Materiaal	77
Klaar voor vertrek	80
DE BEKLIMMING	
4 DE EERSTE ERVARINGEN	83
Kennismaking	83
Het leven in het Base Camp	88
Het verschil in luxe	97
Risico's analyseren	102
Interim Camp	106
Advanced Base Camp	111
Het wonderlijke lichaam	114
Medicijnen	117
Terug naar Base Camp	120
De verschillende teams	122
5 AANPASSEN EN WACHTEN	125
Rust	125
Het vaste touw	128
Naar Interim Camp en Advanced Base Camp	129

North Col	134
Ik stop ermee	138
Lang wachten in Base Camp	141
Pijn	145
Groen licht	147
6 DRIE DAGEN IN DE ZONE DES DOODS	151
De laatste keer	151
Kamp 1, 2 en 3	155
De gevaren	166
Lekkende zuurstoffles	169
2nd step	173
Top van de wereld	178
Afdaling	182
Hallucinaties	191
Thee	197
De laatste loodjes	202
De terugweg	208
NABESCHOUWING	
7 ERVARING	215
Basisvoorwaarden voor de Mount Everest	215
Expeditie- versus Alpineklimmen	219
Zelfstandig op pad	221
Wat doet het met me?	223
8 HET NIEUWE KLIMMEN	227
Ontwikkeling in de wereld	227
De luxe	230
De bergen versus het westen	235
9 NABESCHOUWING	237
Herstel	237
Perspectief	241
De magie	245
OVERZICHT VAN KLIMROUTE PER DAG NAAR DE DIVERSE KAMPEN	248
OVERZICHT VAN INVULLING VAN EXPEDITIEDAGEN	250
DANKWOORD	253

*- Je was de hele tijd bij me;
voor mijn moeder Mieke Dekker-Schuring,
die hoog in de hemel is -*

VOORWOORD

In mijn tienerjaren heb ik het boek van Dick Bass en Frank Wells gelezen, 'De Ultieme Uitdaging'. Hierin beschrijven de gefortuneerde Amerikanen Dick en Frank hun droom om als eerste ter wereld de Seven Summits te gaan beklimmen, om de hoogste bergtop van elk continent op aarde te bedwingen. Een uitzonderlijk verhaal dat zich in het begin van de jaren tachtig afspeelde. Ik vond het geweldig om te lezen hoe deze mannen in het leven stonden en hun droom waar wilden maken. Zoiets wilde ik later ook gaan doen. Maar de Mount Everest leek me een brug te ver, daar was ik een te gewone doorsnee persoon voor. Dat zou ik niet kunnen en daar had ik de middelen niet voor. Ik heb inmiddels vele bergen beklommen waaronder bekende en minder bekende bergen maar altijd met één doel voor ogen: het plezier van het buiten zijn en het genieten van de vrijheid en de rust. De bergen zijn een plek waar dat voor mij allemaal samen komt. Die voorliefde en passie hebben er voor gezorgd dat ik een weg heb afgelegd die me er van heeft overtuigd dat de beklimming van de Mount Everest nu ook binnen mijn bereik is gekomen.

Dit boek verhaalt over de reis die ik heb afgelegd om tot mijn besluit te komen de Mount Everest te gaan beklimmen. Het beschrijft de 14 maanden voorbereiding om niets aan het toeval over te laten en om sterker dan ooit aan de klim van mijn leven te beginnen. In detail leg ik uit hoe ik de

beklimming via de noordkant van de Mount Everest heb ervaren. De route en ontberingen. De kou en eenzaamheid. Het afzien en de pijn. De emoties, de keuzes, de euforische momenten en de tegenslagen. Ik heb me verwonderd over de luxe in sommige kampen en over het klimniveau van de medeklimmers op de berg. Het was dit jaar drukker dan ooit en de file naar de top aan de zuidkant heeft vele vraagtekens gezet, wereldwijd. Dat beeld heeft de schaduwkant van de Mount Everest zichtbaar gemaakt en geeft zonder enige twijfel weer dat er iets moet gebeuren om de gelukszoekers van de berg te weren. Zij vormen niet alleen een gevaar voor zichzelf maar ook voor de andere klimmers op de berg.

Ik neem je graag mee op dit avontuur naar grote hoogte. In mijn beleving start alles met bewustwording, het volgen van je passie, de stap uit je comfortzone durven zetten, vallen en opstaan totdat de overtuiging ontstaat dat je het kan. Ik vind het mooi om nieuwsgierig te blijven, om onderweg te zijn en nieuwe inzichten op te doen met inspirerende hoogtepunten.

1.

DE TOP VAN DE WERELD

1.1 | ZEVEN MINUTEN

Het is 23 mei 2019, 05:40, 8.848 meter. Ik ben er, op het hoogste punt van de wereld. Moe, maar nog niet uitgeput. Mijn energieniveau is laag. Met name door het tekort aan zuurstof, ondanks de toevoer van extra zuurstof uit de fles die op mijn rug hangt. Met drie liter per minuut krijg ik net voldoende extra zuurstof toegevoerd om me warm te houden en me voort te bewegen.

Ik hoor mezelf zwaar ademen in het masker, waarmee ik de zuurstof inhaleer. Af en toe hoest en rochel ik dwars door het masker heen. Mijn keel is gortdroog door de ijle lucht en tijdens het slikken voelt het als schuurpapier. Mijn warme adem condenseert als het mijn zuurstofmasker verlaat direct in de koude buitenlucht. Onderaan het uitblaasventiel hangt daardoor een lange ijspegel. De rest van mijn adem plakt in de vorm van bevroren druppels aan de voorkant op mijn donspak. Even later kom ik erachter dat die druppels er ook voor zorgen dat de rits van mijn pak is dichtgevroren. Ik krijg hem met geen mogelijkheid meer open. Fuck! Ik heb mijn fototoestel net voor de beklimming vanaf kamp 3 warm opgeborgen aan de binnenkant van mijn donspak. Dat doe ik normaal nooit, maar vanwege de extreme kou wilde ik de batterij warm houden met mijn lichaamswarmte. Met mijn

grote wanten is er geen beginnen aan om de rits open te trekken. Eerlijk gezegd mis ik de energie om me er druk over te maken. Ik adem met rustige maar diepe teugen en voel hoe het zuurstofmasker zich met elke inhalering tegen mijn wangen drukt. Het besef dringt nu langzaam tot me door. Ik heb het 'm geflikt. Ik sta op het hoogste punt op de wereld maar ik ben er nog niet. Ik moet straks nog terug. Terug naar beneden. Uit alles wat ik heb gelezen weet ik welk gevaar daar dreigt. Het zuurstofgehalte op deze hoogte is zo laag, dat mijn leven aan een zijden draadje hangt. Er hoeft maar iets te gebeuren en ik kom niet meer levend terug. Ik ben me er terdege van bewust.

Dawa helpt me in mijn poging om mijn fototoestel te pakken. Die bevindt zich nog achter mijn dichtgevroren rits. Dawa schudt het bevroren ademvocht van mijn rits af en rukt zonder bedenking mijn donspak open, pakt de camera, en ritst mijn pak weer dicht. De kou krijgt zo geen tijd om naar binnen te dringen en ik heb mijn camera terug! Dawa kent de drills en weet dat we zo snel mogelijk weer naar beneden moeten. De fotoshoot die ik van tevoren in gedachten had, komt er niet van. Dawa commandeert me op te schieten en de vlag omhoog te houden. Click-Click. En nog één, zittend. Click-Click. Laatste paar nog. Click-Click. En ik krijg de camera weer terug. De vlag van Artsen zonder Grenzen staat er op, samen met de sponsors, die ook een plek op de vlag hebben gekregen. Samen op de top van de wereld.

In mijn ogen is een lichte bezorgdheid af te lezen. Ik weet dat 70% van de ongevallen tijdens de afdaling gebeurt.

Ik weet ook hoe zwaar de heenweg was en hoe gevaarlijk de terugweg zal worden. Het gladde schaliegesteente en het dunne laagje vers gevallen sneeuw baren me zorgen. Ik ben er nog niet. Ik moet straks volle focus houden bij elke stap. Ik sta licht voorovergebogen en richt me weer op om deze keer bij vol bewustzijn 360 graden om me heen te kijken. Dit is wat ik mezelf had voorgenomen en elke keer aan iedereen heb uitgelegd als ik op de top van de wereld zou staan. En nu sta ik er. Ik wil bij vol bewustzijn 360 graden om me heen kijken en elk detail en elke uithoek in me opnemen. In het volledige besef dat er niets hoger is dan het punt waar ik nu sta. En dat is wat ik nu doe. Ik leg elk beeld heel bewust vast, ik draai mezelf langzaam rond en geniet kort van dit geweldige uitzicht. Mijn ogen zijn te koud om te tranen. De zon laat zich nu helemaal zien aan de horizon en de opwarming van de lucht aan de zuidkant van de berg zorgt voor thermiek, die de lucht in beweging brengt en een behoorlijke wind genereert. Alles voelt opeens nog kouder aan.

In totaal sta ik zeven minuten op de top van de wereld. Overal om me heen zie ik de bolling van de aarde aan de horizon. Het is magistraal. Als ik over de top aan de zuidkant naar beneden kijk, zie ik een enorme drukte. Het dringt dan nog niet tot me door dat ik dezelfde rij zie als op de foto die Nirmal Purja de wereld in gestuurd heeft en die veel ophef heeft veroorzaakt. Ik besef dat ik hier niet te lang moet blijven. Het wordt drukker en ik heb nog een lange weg terug te gaan. Ik heb nog negen uur aan zuurstof in mijn flessen. De toevoer staat nog steeds op drie liter per

minuut. Ik ben nog bij machte om uit te rekenen dat dat normaal gesproken ruim voldoende moet zijn om bij kamp 2 uit te komen (7600 meter). Ik denk er niet over na wat de gevolgen zijn als ik er langer over doe. Op de één of andere manier zit ik in een state-of-mind, die snapt dat het geen zin heeft om me daar druk over te maken. En dat het me teveel energie kost om daarover na te denken.

De wind begint steeds meer toe te nemen. Ik bescherm mijn linkeroog met mijn hand tegen de wind. Mijn oogbol is zo koud geworden, dat ik bang ben dat die bevriest als ik niets doe. Ik heb die verhalen al eerder gelezen over bevroren oogbollen. Het vocht in de voorste oogkamer bevriest, waardoor het zicht wazig wordt of zelfs helemaal verdwijnt. Het dringt tot me door dat ik de hele nacht zonder skibril heb gelopen. Dat ging prima, omdat het bijna windstil was, maar nu heb ik 'm hard nodig. Mijn skibril ligt op mijn vaste plek in mijn rugzak. Bovenin, in het rechtersvakje. Met één ritsstreek haalt Dawa hem uit mijn rugzak en even later beschermt het donkergekleurde venster mij tegen de snijdende wind in mijn ogen.

We draaien om en beginnen aan de afdaling. Ik besef terdege dat ik er nog niet ben. Red ik het met mijn zuurstof? Houd ik het fysiek nog vol? In welke staat is mijn lichaam? Er gaat van alles door me heen. Ik heb al tien uur niet meer gegeten en gedronken, maar het gekke is dat ik daar nu ook geen behoefte aan heb. Vreemd, want de prestatie die ik hier lever, op deze hoogte, onder deze omstandigheden, zou om een enorme hoeveelheid calorieën moeten vragen. Ondertussen zijn mijn spieren en vetten de belangrijkste

brandstofleveranciers geworden om mijn lichaam warm te houden en om mij nog enigszins voort te bewegen. Een slim mechanisme van het lichaam om op deze hoogte te overleven, maar waardoor ik uiteindelijk ruim acht kilo lichaamsgewicht moet inleveren. Ik eet letterlijk mijn eigen lichaam op. Onbewust boet ik daardoor nog meer op kracht in, terwijl ik die juist zo broodnodig heb bij deze afdaling.

Op de terugweg kom ik veel mensen tegen, die nog op hun weg omhoog zijn. Zij zijn ongetwijfeld veel later vertrokken dan ons team. Omdat je met z'n allen aan hetzelfde vaste touw vast zit, vormen deze omhoog klimmende mensen steeds een klein obstakel waar ik langs moet. Soms lukt dat niet vanwege het smalle richeltje waar ik overheen moet en de steile afgrond die onder me ligt. Het richeltje vormt dan letterlijk de scheidslijn tussen leven en dood. Je blijft vanzelf wel wachten als je leven op het spel staat. Dan is het wachten tot er een goed plekje komt, waar ik de klimmers wel kan passeren. De traverse die we omhoog hebben gelopen, loop ik met uiterste voorzichtigheid weer terug. We moeten soms kort wachten op een tegenligger maar nooit lang. Eerlijk gezegd is dat wachten soms heerlijk, even geen lamelendig gevoel. Op de piramide, de helling van 45 graden die daarop volgt, ligt een dik pak sneeuw. Ik zak verschillende keren weg en kan geen goede steun vinden. Ik snap niet goed waarom het fout gaat en waarom ik mijn balans niet kan houden. Zo moeilijk is het toch niet. Mijn geest en lichaam lijken soms even gedisconnect. Ik hijg in een enorm tempo, glij weer uit en grijp me met twee handen aan het touw vast. Ik ben gezekerd maar kan nog

steeds tientallen meters aan het touw naar beneden glijden als het mis gaat. Dan vind ik opeens de juiste cadans en beweeg langzaam door de verse poedersneeuw naar beneden richting de 'third step'. We kunnen helaas het platgestampte pad op de heenweg niet gebruiken, omdat daar nog steeds klimmers over naar boven lopen. Niemand zei ook dat het makkelijk zou worden. Dit is de Mount Everest! Eén verkeerde beslissing of beweging op deze hoogte kan fataal aflopen. Ik loop verder over het schuine sneeuwveld, waar de wind even wat rustiger wordt...

1.2 | VAREN OP VERTROUWEN

Het moment dat ik op de top stond, passeert nog steeds verschillende malen per dag mijn gedachten. Het halen van de top van de wereld heeft iets magisch. Het hoogste punt op aarde. Het meest uitgestrekte vergezicht op onze planeet. Het vereist bijna bovenmenselijke krachten om daar te komen. Niet alleen de klim omhoog maar ook de daaraan voorafgaande voorbereidingen, de discipline, de mentale kracht, de maanden aan vrije tijd die ik heb opgeofferd om dit ene doel te halen. Toch is het me het allemaal waard. Op het moment dat ik besloot om de Mount Everest te gaan beklimmen begon mijn reis. En die reis loopt nog steeds door. De top is een doel geweest om de reis mogelijk te maken en een geweldige kers op de taart, maar voor mij is de reis het grootste avontuur. Deze reis heeft me laten zien dat iets dat schier onmogelijk lijkt, toch mogelijk kan worden. Tot vijf jaar geleden dacht ik dat het voor mij niet was weggelegd om de Mount Everest te beklimmen. Het idee alleen al kwam niet eens in me op. Dit was van

zo'n buitensporige proportie dat ik daar nooit aan zou kunnen tippen. Dit was alleen voor bergbeklimmers weggelegd, die met bergschoenen aan geboren waren. Die in hart en nieren bergsporter waren, die hun leven waagden voor de bergen en die als beroep avonturier invulden. Ik was dat niet. Dacht ik.

Er zijn me een paar dingen opgevallen tijdens mijn beklimming van de Mount Everest. Ik heb talloze boeken over bergbeklimmen gelezen en in het bijzonder over de Mount Everest. Wat daarin opvalt, is dat de manier van het expeditieklimmen vanaf de jaren vijftig en zestig van de vorige eeuw in vergelijking met de laatste twintig jaar enorm is veranderd. Ook in de jaren van Reinhold Messner en Ronald Naar werd er anders geklommen dan vandaag de dag. De klimmers van die tijd waren pioniers, die alles zelf moesten uitzoeken en uitvinden. Vaak met onvoorziene tegenslagen. Zich daar doorheen zetten, getuigde van moed en onvervalst doorzettingsvermogen. Tegenwoordig wordt een expeditie tot in de puntjes verzorgd en door een organisatie voorbereid. Logistiek geen zorgen meer. Vergunningen en allerhande papierwerk worden achter de schermen geregeld. Voedsel, tenten en vervoer zijn allemaal inclusief. Als klimmer word je veel meer in de watten gelegd. In ruil voor deze dienstverlening betaal je de organisatie van de expeditie een vergoeding. Betaal je meer, dan krijg je nog meer luxe. In de afgelopen decennia zijn er verschillende varianten in het dienstenaanbod ontstaan. Van een standaard basisexpeditie tot all-inclusive expedities.

De Nieuw-Zeelander Russell Brice heeft aan het einde van de 20ste eeuw voor een revolutie in het expeditieklimmen gezorgd. Hij introduceerde de eerste commerciële expedities om het voor een grotere groep mensen mogelijk te maken de Mount Everest te beklimmen. Russell Brice wilde het klimproces institutionaliseren. Hij hees de sherpa's in uniforme kleding, introduceerde de dometent, serveerde het beste eten en zorgde voor een betere en betrouwbaardere weersvoorspelling. Hij introduceerde extra luxe door vloerbedekking in de tenten uit te rollen. Hij voorzag het Base Camp van televisies en hangstoelen en zette daarmee de standaard voor de hedendaagse expedities in het topsegment. Deze manier van klimmen sloeg meteen aan en vanaf de eeuwwisseling is er mede daarom een enorme groei in klimmers en een toename in succesvolle toppogingen te zien. Zowel de Nepalese als Chinese regering zagen hun kans schoon en pikten een graantje mee. De prijs van de klimvergunningen werd verhoogd om zo de staatskas te spekken. Daarmee ontstond een nieuwe markt, waarin mensen zonder veel klimervaring, maar met een aanzienlijke portemonnee, zich nu ook kunnen veroorloven om de Mount Everest te beklimmen. Ze kopen als het ware een ticket naar de top. De traditionele manier van bergbeklimmen is na 2000 enorm veranderd.

Mijn keuze viel op de expeditie van Arnold Coster. Een Nederlander met een enorme staat van dienst in het organiseren van expedities in het Himalaya gebergte. Arnold heeft drie keer op de top van de Mount Everest gestaan en heeft een nuchtere kijk op de aanpak en organisatie van dergelijke

expedities. In zijn ogen moet je zelf alle basisvaardigheden tot in de puntjes beheersen en genoeg ervaring hebben om de berg alleen te kunnen beklimmen. Je moet kunnen varen op je eigen vertrouwen. Zijn expedities zijn daardoor nog betaalbaar en zitten aan de onderkant van het luxe segment. De vele extra's die andere expedities in het topsegment aanbieden, zijn in mijn ogen dan ook niet echt nodig. Het is eerder een overkill aan opties, die afleidt van waar het daadwerkelijk om gaat: bergen beklimmen.

In het luxe segment betaal je soms het dubbele of zelfs het driedubbele voor een expeditie. Daar krijg je de meest luxe behandeling voor terug, die het verblijf op de berg zo aangenaam mogelijk maakt. Van een bar met gratis sterke drank, pool- en pingpong tafels, kunststof grasmatten en plastic palmbomen tot chef-koks en de beste maaltijden. Van volledige body massages en warme straalkachels tot wit gedekte tafels met tafelzilver. Extra zuurstofflessen en persoonlijke begeleiding zorgen daar bovenop voor een nog hogere slagingskans de top te bereiken. Extra's die door sommigen onder ons gemakkelijk betaald kunnen worden. Vaak is dat een groep mensen die wel de financiële middelen hebben maar de juiste klimervaring missen. Daardoor vormen ze onbewust een gevaar voor zichzelf maar ook voor anderen op de berg. Het gaat dan niet meer om het beoefenen van de bergsport uit passie maar om de hoogste berg op aarde van hun bucketlijst af te vinken.



*Oefening met autoband op het strand
van Bloemendaal naar IJmuiden*



*Training op de Stichtse Brug,
80 x 80 treden op en neer met 15 kilo*



*Wilco Dekker en burgemeester
Han ter Heegde van Gooise Meren*



*Fitness training,
core stability*

2 Augustus 2007, samen met Charlie Dekker
op Mount Everest Base Camp in Tibet



North Col beklimming
naar Camp 1 (7000 meter)



Ontvangst in Kathmandu,
samen met een groot
gedeelte van het team



Mount Everest Base
Camp - Tibet noordkant



Eenvoudige keukeninrichting
met gasfornuis in het midden



Overzicht Base Camp
(5200 meter)



Avondeten in de diningtent in
Base Camp (5200 meter)

OVERZICHT VAN KLIMROUTE PER DAG NAAR
DE DIVERSE KAMPEN (HOOGTEVERSCHIL, TIJD, AFSTAND)

Klimtraject	Hoogte (m)			Hoogtemeters	Tijd (uur)	Afstand (km)
Base Camp - Interim Camp	5200			600	7:01	12
Interim Camp - Advanced Base Camp	5800			600	7:17	10
Advanced Base Camp - Base Camp	6400			-1200	8:26	22
Base Camp - Interim Camp	5200			600	4:57	12
Interim Camp - Advanced Base Camp	5800			600	5:14	10
Advanced Base Camp - Camp 1	6400			600	7:29	5
Camp 1 - Advanced Base Camp	7000			-600	2:25	5
Advanced Base Camp - Base Camp	6400			-1200	7:15	22
Base Camp - Interim Camp	5200			600	4:25	12
Interim Camp - Advanced Base Camp	5800			600	5:01	10
Advanced Base Camp - Camp 1	6400			600	4:06	5
Camp 1 - Camp 2	7000			600	4:53	2
Camp 2 - Camp 3	7600			700	5:05	1
Camp 3 - Summit	8300			548	9:42	2
Summit - Camp 3	8848			-548	6:43	2
Camp 3 - Camp 2	7300			-700	3:00	1
Camp 2 - Camp 1	7600			-600	2:30	2
Camp 1 - Advanced Base Camp	7000			-600	4:11	5
Advanced Base Camp - Base Camp	6400			-1200	6:50	22
Base Camp	5200					
					106:30	162

OVERZICHT VAN INVULLING VAN EXPEDITIEDAGEN

Expeditie activiteiten	Heenreis			Terugreis	Bergdagen	Totaal
Klimdagen (op Mount Everest)					16	16
Rustdagen (op Mount Everest.)					24	24
Kathmandu	4			5		9
Reisdagen (Kathmandu - Base Camp)	5			2		7
Reserve dagen						4
					Totaal	60