

INHALT

Vorwort von Frank Walter Steinmeier	4
1. Kapitel:	
„Mit mir und meinem Kopf eins ...“	8
2. Kapitel:	
Ursprünge – Von der Quelle zum Fluss	12
3. Kapitel:	
Das Feuer in mir – Bergsteigen aus Leidenschaft	30
4. Kapitel:	
Dauerbrenner – Der „Zinnenmann“	46
5. Kapitel:	
Feuer und Eis – Eiger-Nordwand	68
6. Kapitel:	
Ausgesetztheit im Grenzbereich – Shivling-Nordpfeiler	88
7. Kapitel:	
Der Boden, auf dem ich stehe	106
„Ein außergewöhnlicher Kletterer und Mensch“ <i>Jochen Hemmleb im Gespräch mit Thomas Engel</i>	134
8. Kapitel:	
Die Freiheit allein – Solobesteigung des Fitz Roy in neun Stunden	142

9. Kapitel:	
In alle vier Winde – Klettern weltweit	154
„Ausreißen und Zurückkommen bereichern sich gegenseitig“: <i>Jochen Hemmleb im Gespräch mit Christoph Hainz und seiner Lebensgefährtin Gerda Schwienbacher</i>	202
10. Kapitel:	
Die Essenz – Abenteuer vor der Haustür	210
 Anhang:	
Auszüge aus dem Tourenbuch	252
Besondere Leistungen im Sportklettern	261
Besondere Leistungen im Wettkampfklettern	261
Auszeichnungen	261
Schwierigkeitsgrade beim Fels- und Eisklettern	262
Anstelle eines Nachwortes: Brief von Hans Kammerlander	264
Dank	266
Anmerkungen, Quellen und Literatur	269