



Nuttig voor privé en werk

‘De bergen zijn een grote leermeester’

Katja Staartjes, die in 1999 als eerste Nederlandse vrouw de top van de Mount Everest haalde, heeft van de bergen haar werk gemaakt. Wijze lessen uit de beklimmingen brengt ze over in lezingen en boeken. ‘De bergen zijn een grote metafoor voor het leven.’

Tekst Manon Stravens Beeld Zout Fotografie

Alles is eigenlijk al beschreven in haar boeken en een interview hoefde ze niet per se (‘ik heb al zoveel over mijzelf verteld’). Toch zit ik op een januariochtend bij Katja Staartjes (61) aan de keukentafel in Okkenbroek, want in mei dit jaar stond ze precies 25 jaar geleden op de top van de Mount Everest.

Het uitzicht vanuit de boerderij in dit kleine plattelandsdorp tussen de IJssel en de Sallandse Heuvelrug is weids. Katja en haar man Henk Wesselius kochten het na het lopen van het Marskramerpad, dat door hun straat loopt. Pal na hun beider Everestexpedities. Bij de bezichtiging hingen er boeddhistische gebedsvlaggetjes in de tuin.

Henk, die tijdens het interview met de krant in de woonkamer gaat zitten, heeft ook veel indrukwekkende prestaties geleverd. Hij liep snelle marathons en ging ook op expeditie naar meerdere achtduizenders. Hij haalde de top van de Gasherbrum I en de voortoppen van de Manaslu en Broad Peak, maar die van de

Cho Oyu, Dhaulagiri en Mount Everest net niet. Sinds hij en Katja na een kennismakingsbijeenkomst voor de beklimming van de Cho Oyu een verhouding kregen, zijn ze zo goed als onafscheidelijk in de bergen.

Toch spreek ik alleen met Katja. Zij haalde tenslotte de top van de Mount Everest als eerste Nederlandse vrouw, op Hemelvaartsdag van 1999, 13 mei. ‘Alles wordt aan de Mount Everest opgehangen. Alles. Daar heb ik veel voordeel van. Wellicht is dit het meest aansprekende wat ik gedaan heb, maar zelf zie ik de Mount Everest niet als mijn grootste beklimming. En het is ook niet het onderwerp van mijn lezingen.’ Toch heeft die Mount Everest haar leven een grote wending gegeven en de loopbaan van de student levensmiddelentechnologie voorgoed bepaald.

Grootste geschenk

De passie voor de bergen ontdekte Staartjes bij toeval, in 1983. ‘Zoals dat vaak gaat in het leven.’ Ze was heel actief in de studenten atletiekvereniging. Een hardlooper vroeg of ze mee de

‘Ik wil autonoom klimmen, een eigen bijdrage en koers kunnen inbrengen’

Het werd een commerciële expeditie. Iets wat ze eigenlijk niet wilde. ‘In commerciële expedities ontbreekt zo vaak een teamaanpak’, licht ze toe aan de keukentafel. ‘Mijn grootste bezwaar is dat je je medeklimmers vooraf niet kent en je je niet tot nauwelijks gezamenlijk voorbereidt. Terwijl een goede teamgeest en samenwerking cruciaal zijn.’ Veel keuze had ze echter niet. Ze had nog onvoldoende ervaring om zelf een expeditie te organiseren en er waren geen initiatieven vanuit de Nederlandse klimwereld. En dus werd het toch een commerciële expeditie. Pogingen om tijdens die expeditie tot een goede communicatie te komen en de teamgeest te versterken, werden niet echt gewaardeerd, zo beschrijft ze onder meer in *Hoog spel*. ‘Het teamwork stond niet voorop.’

Gelijkwaardigheid is bovendien ver te zoeken in commerciële expedities. ‘Mijn uitgangspunt in expedities is dat iedereen een bijdrage levert aan sporen, routes aanleggen, de tent opzetten, sneeuw scheppen, koken. Ik wil graag autonoom klimmen, een eigen bijdrage en koers kunnen inbrengen. Maar dat is in zulke commerciële expedities niet (meer) de opzet.’ Toen ze tijdens de beklimmingspoging van de Shishapangma in 2006 de expeditieleider een handje wilde helpen met sporen en hem inhaalde, werd hij razend. ‘Ik dacht het zware werk te verdelen, maar hij leek als door een wesp gestoken en vroeg of hij soms niet snel genoeg was.’

De commercialisering zet door. ‘Als klimmer kun je ook steeds meer diensten inkopen’, aldus Staartjes. ‘Willen klimmers een cappuccino of een bed, dan wordt dat voor ze geregeld. Fijn voor mensen die op deze manier willen klimmen, maar het heeft niets meer te maken met zelfstandig op expeditie gaan. In ieder geval is het niet mijn manier van klimmen.’

Gedagsverandering op hoogte

‘Het verschil tussen commerciële en zelf georganiseerde expedities zit hem juist ook in de voorbereiding’, licht Staartjes toe. ‘Die voorbereiding is totaal anders. Toen we in 2008 de Shishapangma, wat later de Manaslu werd omdat Tibet op slot ging, wilden beklimmen met een eigen, Nederlands team, zijn we van tevoren weekenden met elkaar opgetrokken, hebben we eindeloze bijeenkomsten gehad, samen geklommen, gelopen en gepraat.’

Lisette Wansink maakte voor het Dutch Mountain Film Festival 2022 een reeks poppen van bergsporters. De pop van Katja Staartjes kreeg in 2023 zelfs een eigen lintje.



bergen in ging. ‘Even was er twijfel,’ zegt Staartjes, ‘want ik zou twee weken niet kunnen trainen. Maar ik ging mee. Nou, ik was helemaal verkocht. Het grootste geschenk in mijn leven.’ ‘Sindsdien is een leven zónder bergen onvoorstelbaar’, zo schrijft ze in haar boek *Hoog spel*, dat ze naar aanleiding van de Mount Everestexpeditie schrijft. Ze wandelt daarna veel, staat al gauw op een gletsjer en gaat alpiene cursussen doen.

In 1995 komt voor het eerst de Mount Everest in beeld. Letterlijk. Staande op de Mera Peak, een Nepalese zesduizender, waar ze bovendien Henk Wesselius voor het eerst ontmoet. ‘Ik stond daar met Henk een uur op die top voordat de rest van de groep boven kwam.’ Tijd en scherpe geest genoeg om de hoogste berg ter

wereld te bestuderen. Toen een van de Sherpa’s tijdens de afdaling zei: ‘Katja, one day you up to Everest’, dacht ze nog ‘Nou, dat is een hele goede grap.’

Staatjes werkte destijds nog bij Campina, als jonge productie-manager (‘ik was 28 toen ik de leiding kreeg over een afdeling met 150 mannen’) en werd daarna manager facilitair bedrijf bij het Universitair Medisch Centrum in Utrecht. ‘Fantastisch werk waar ik zoveel heb geleerd’, zegt ze, maar het begon te knagen. Inmiddels had ze ook al een examen tot tochtleider afgelegd en had ze op twee Nepalese zesduizenders ontdekt dat ze goed tegen hoogte kon. In de Zwitserse Alpen besloot ze – ‘in de bergen zie ik alles weer helder’ – haar baan op te zeggen.

‘Om uit te zoeken of ik wat met die bergen wilde in mijn leven.’ Zo geschiedde in 1997.

Autonoom klimmen

Een jaar later, op de top van de Cho Oyu (al werd bijzonder genoeg pas twee dagen later naar Nederland gecommuniceerd dat het team de top had bereikt, toen de volgende drie teamgenoten – mannen – die hadden gehaald) zag ze de Mount Everest, 660 meter hoger, weer liggen. ‘Toen dacht ik voor het eerst dat ik het misschien zou kunnen. Later drong pas tot me door dat er nog geen Nederlandse vrouw op was geweest.’ Terug van de expeditie lag er thuis een fax van een Britse expeditieorganisatie. Of ze mee de Everest op wilde.

‘Het is logisch dat er irritaties ontstaan, de vraag is: hoe ga je daarmee om?’

Na de beklimming van de Mount Everest werd Staartjes door drie uitgeverij gevraagd om een boek te schrijven. En ze werd benaderd om lezingen te geven, bij verenigingen en al snel ook bij organisaties. ‘Ik gaf wat lezingen voor de NKBV, dan zaten er een paar managers en directeuren en die dachten, goh, dit is een gaaf verhaal. Dit moeten wij in ons bedrijf vertellen. Dan zeiden ze dat ze graag de top wilden bereiken met hun product of dienst. Hoe doe je dat samen en waar loop je tegenaan?’ Vanuit haar eerdere managementwerk was de link zo gelegd.

Grote metafoor

‘De bergen zijn een grote metafoor voor het dagelijkse leven, ook op de werkvloer’, zegt Staartjes. Bijvoorbeeld voor de missie.

‘Zo ontdekten we dat ons doel niet hetzelfde was’, aldus Staartjes. ‘Twee van ons vonden de voortop al een prachtig doel, een ander en ik wilden naar de hoofdtop. Dus wat wordt dan het gezamenlijke doel als team? Wanneer hebben we succes? Als er twee van de vier op de hoofdtop staan? Of als we alle vier op de voortop staan? En hoe belangrijk is gezondheid? Als de gezondheid van een van ons in het geding is, dan gaat dat wat mij betreft altijd voor de top. Dat soort vragen van tevoren bespreken is heel zinvol’, zegt ze. Waar het haar uiteindelijk om gaat, is dat je je doelen samen definieert. Wat niet wegneemt dat je niet weet wat de hoogte met je gaat doen. Zo bleek een teamgenoot in de expeditie naar de Cho Oyu verbaal agressief te worden op 6000 meter. ‘Heel onredelijk in mijn ogen, maar die gedragsveranderingen krijg je echt op grote hoogte’, vertelt Staartjes.

‘Klimmers zijn egoïstisch, hoor ik vaak’, voegt ze toe. ‘Maar het is niet raar dat het explodeert in een expeditie. Je bent allemaal kapot, het is steenkoud, het stormt, het is gevaarlijk en er is ook nog ijlte lucht. Dus het is logisch dat er irritaties ontstaan. De vraag is: hoe ga je daarmee om? De kans op dat soort wrijvingen wordt wel kleiner als je goed voorbereid bent en de expeditie van tevoren beter doorgesproken hebt’, legt ze uit. ‘Sowieso leer je elkaar in dat soort extreme omstandigheden heel goed kennen, ook omdat je zo afhankelijk bent van elkaar. Dat is niet alleen confronterend, maar ook verbindend. Dat vind ik ook mooi aan een expeditie.’

Leermeester

‘De bergen zijn een grote leermeester’, zegt Staartjes. ‘Je loopt te tegen jezelf aan, tegen je eigen overtuigingen en beperkingen. Dat is van grote waarde, nog los van dat ik hou van de bergen, de natuur, de fysieke inspanning en de ruimte die de bergen geven om te reflecteren. De bergen leren me om zelf mijn stapjes te zetten in mijn eigen ontwikkeling.’ Daar bleek een verhaal te vertellen.



‘Hebben wij hetzelfde doel, beklimmen we überhaupt dezelfde berg? Het is belangrijk om daar af en toe bij stil te staan.’ Of voor het op orde hebben van de basis: de voorbereiding en het hebben van een basiskamp. ‘Doe af en toe een stap terug en vraag je af: zijn we met het juiste bezig?’ Omgaan met je grenzen is een derde. ‘Waar ligt mijn limiet? Kan ik die oprekken? En als ik er overheen ga, wat dan?’ En dan de afdaling. ‘Prachtig hoor, die top, maar je bent er pas als je veilig beneden bent. Een nieuw product is pas een succes als het werkt, als de klant tevreden is of als medewerkers zeggen dat het functioneert.’

‘Als je zelfkennis hebt en met je beperkingen kunt omgaan, kun je ook beter samenwerken en kun je uiteindelijk samen meer realiseren.’ Die boodschap is door de tijd heen wel veranderd. ‘Waar het voorheen vooral ging om grenzen verleggen en ambitie, gaat het nu meer om hoe je grenzen bewaakt, hoe je in evenwicht blijft, bijvoorbeeld tussen werk en privé. Ook omgaan met onzekerheid en wendbaarheid zijn belangrijke thema’s, evenals duurzaamheid. Daarvoor is een expeditie natuurlijk een prachtige metafoor.’ Het boek *TopTeams*, waarin ze dat allemaal beschreef (‘misschien wel de grootste expeditie die ik ooit heb ondernomen, drie jaar over gedaan!’), werd in 2020 genomineerd voor het Managementboek van het Jaar.

Tussen de lezingen door bleef ze, samen met Wesselius, op expedities gaan, een belangrijke pijler in hun leven. Zo stonden ze in 2003 samen op de top van de Ama Dablam en in 2004 op de Gasherbrum I. In 2006 keerden ze om op de Dhaulagiri, op 7600 meter. De beklimming van de Shishapangma in 2008 werd vlak voor vertrek afgeblazen door het sluiten van de grenzen van Tibet. Het vijfokkoppige Nederlandse team week uit naar de Manaslu en kwam daar tot 7700 meter. Toen Henk en Katja als tweemansteam – ‘voor het eerst dat we dit aandurfden’ – een halfjaar later terugkeerden, haalden ze de voortop. ‘Uiteindelijk wilden we graag meer gaan ontdekken, naar een berg dus waar niemand was, de Gurla Mandhata in Tibet.’



Wie is Katja Staartjes?

Katja Staartjes (1963, Heerlen) is atleet, alpinist, expeditieleider, managementcoach en schrijver, en de eerste Nederlandse vrouw op de top van de Mount Everest. Over de verschillende expedities en beklimmingen die ze deed, veel met haar man Henk Wesselius, schreef ze meerdere boeken. Sinds de aardbeving in Nepal in 2015, toen ze ter plekke was, zet Staartjes zich vrijwillig in bij hulpprojecten in het land. In 2023 is Staartjes koninklijk onderscheiden tot Ridder in de Orde van Oranje-Nassau.

1994	Thapa Peak / Damphus Peak (6012 meter)
1995	Mera Peak (6476 meter)
1998	Cho Oyu (8188 meter), zonder zuurstof, tweede Nederlandse vrouw
1999	Mount Everest (8848 meter), normaalroute met zuurstof vanaf 7950 meter, eerste Nederlandse vrouw
2003	Ama Dablam (6856 meter), tweede Nederlandse vrouw
2004	Gasherbrum I (8068 meter), zonder zuurstof
2006	Dhaulagiri (tot 7600 meter)
2008	Manaslu (voortop 8130 meter), zonder zuurstof
2011/2013	Nepal Traverse

Maar ook die beklimming ging niet door. Hij werd ter plekke afgeblazen door de aardbeving in Nepal in 2015. Daarna kwam het er niet meer van.

Voettocht door Nepal

Ondertussen ontstonden heel andere ideeën. In 2009, toen ze tijdens het lopen van het Limburgse Krijtlandpad het drielandpunt bij de Vaalserberg passeerden, bedachten ze de Nepal Traverse. Een voettocht van 2000 kilometer door Nepal, van het ene naar het andere drielandpunt: 125.000 hoogtemeters, met 22 passen boven de 5000 meter, waaronder een aantal technische gletsjerplassen. Het werd een uitgebreide variant van de bekende 1700 kilometer lange Great Himalaya Trail. ‘Die tocht, met Henk en grotendeels met Chhiree Sherpa, heb ik eigenlijk

‘Tot rust komen kan ik goed in de bergen, maar niet in het dagelijks leven’

het mooiste gevonden. Dat hele land door, de cultuur, de mensen, het ontdekken.’ In het dorps huis in Okkenbroek, waar ik voor het interview koffiedronk, lag het boek *Lopen over de grens* dat ze hierover schreef.

Tot 2017 wisselde Staartjes expedities af met managementopdrachten. Niet dat dat makkelijk ging. ‘Ik ben een workaholic en bereid me misschien op alles wel te goed voor. Ik wil me elke keer helemaal verdiepen in een organisatie. Maar je begint elke keer opnieuw. Je neemt alles tot je. En dan kom ik thuis en dan liggen er de boekbestellingen, aanvragen voor lezingen, interviews of spreekbeurten van kinderen. Als manager ben ik altijd zestig uur per week aan het werk. Hoe kom ik tot rust, hè? Dat is misschien wel mijn grote vraagstuk. Tot rust komen kan ik goed in de bergen, maar niet in het dagelijks leven en al helemaal niet als ik in dit soort banen zit.’

Inmiddels doet ze het wat rustiger aan. De bergsport wordt ook zwaarder, merkt ze. Eind 2022 trokken ze door Dolpo in Nepal. ‘Daar kampeerden we op 5300 meter en stonden we weer op bijna 6000 meter. Dat beginnen we nu beiden wel te merken hoor. Het is dan toch best wel koud, en dat gedoe met kamperen enzo. We zijn nog heel fit, lopen nog om de dag hard en fietsen veel, maar het rondje wordt inmiddels wat korter en we gaan iets langzamer. Dat is misschien wel confronterend, maar ook dat vind ik oké. Als we nu een trektocht maken, hoeven we niet meer elke dag elf uur onderweg te zijn en vinden we het eigenlijk wel prima als we om vier uur ergens aankomen, dat we gewoon een beetje rondlopen en rondkijken of gewoon even niksen.’

‘De drang om alle achtduizenders te beklimmen, of de Seven Summits, is er nooit geweest,’ zegt Staartjes. Ook is ze bijzonder kritisch op het huidige klimklimaat. De inzet van helikopters om mensen naar het basiskamp (of verder) te vervoeren of materiaal te droppen op hoogte, volledig geprepareerde klimroutes, volop gebruik van zuurstof en het ‘aan elkaar rijgen van achtduizenders’ heeft volgens Staartjes niets meer te maken met het oorspronkelijke bergbeklimmen, zo schrijft ze in een blog op haar website.

Ze is een ambitieuze klimmer, maar zeker geen toppensnel. ‘Ik ben denk ik een voorzichtige klimmer, misschien wel iets te voorzichtig. Voor mij is het cruciaal dat ik naar mijn intuïtie kan luisteren, dat ik heel eerlijk kan zijn naar mezelf. Daarom heb ik misschien enkele toppen niet gehaald, maar ik leef nog wel en heb al mijn tenen en vingers nog.’ ◀