Frank Keil

Neun Sekunden zu langsam

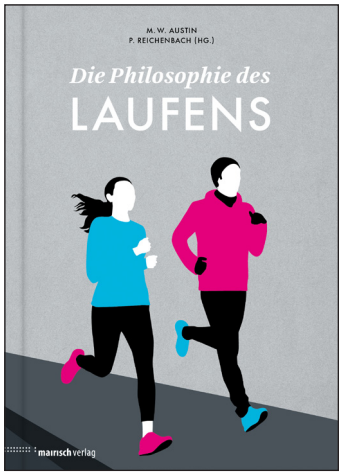
Männerbuch der Woche
34te KW

Sport soll ja gut sein. Und Laufen erst.
Schritt für Schritt, Meter für Meter. Und immer so weiter.

Ich laufe nicht. Ich gehe spazieren. Das gerne und ausdauernd und auch bei Regen, der bei uns in der Gegend, die eine Großstadt an einem großen Fluss ist, häufiger auftritt. Aber laufen? In einem knallfarbigem T-Shirt aus irgendeinem synthetischen Stoff, der ausgezogen in Sekundenschnelle an der Luft trocknet, nein, das nicht.
Dabei habe das mit dem Laufen durchaus mal versucht. Habe mir (bei *Tchibo*) ein Laufshirt und eine so genannte Laufhose zugelegt, die man nach allem, was ich damals wusste, zum Laufen braucht. Und dann bin ich gelaufen. Nicht gleich kilometerweit, sondern erst ein kleines Stück, dann ein längeres, dann ein langes (jedenfalls für mein Verständnis).

Also – ich lief. Aber – wie soll ich's sagen – ich fand es ein wenig langweilig. Und das ging nicht weg. Und ich habe mich bald immer mehr beim Laufen immer mehr gelangweilt. Ich fand es einfach öde, das Laufen. Nix war da, was mich begeisterte. Keinerlei Hormone schütteten sich in mir aus und versetzten mein Ich in einen Zustand der Euphorie, des Glücks oder auch nur des Wohlbefindens, wie immer erzählt wird. Auch war es nichts mit zur Ruhe kommen, mal seine Gedanken sortieren, im Nirwana vorbeischauen und was alles so berichtet wird, das einem das Laufen bringen soll (außer dieser Fitness). Hatte ich vielleicht die falsche Einstellung? Fehlte mir als Kopfmensch (der ich nun mal gerne und mit Leidenschaft bin) einfach die gedankliche Basis dafür, stoisch in hohem Tempo einen Fuß vor den anderen zu setzen und dazu gekonnt ein- und auszuatmen, während alle anderen in Ruhe so durch die Gegend spazieren?

Jedenfalls: der Körper, der Geist. Und das sich anstrengen, in beiden Disziplinen. Das ist der Spanungsbogen von »Running and Philosophy: A Marathon for the Mind« von Michael Austin (Chefredakteur der *Runners World*) aus dem Jahre 2007, welches Peter Reichenbach hat übersetzen lassen und klug mit Beiträgen von hierzulande angereichert hat. Ein deutsch-amerikanisches Sport-Nachdenk-Buch, sozusagen.



Michael W. Austin, Peter Reichenbach (Hg.)
Die Philosophie des Laufens
Hamburg: Mairisch Verlag 2015
200 Seiten
18,90 Euro
ISBN: 978-3-938539-37-8
Leseprobe: http://www.mairisch.de/programm/michael-w-austin-p-reichenbach-die-philosophie-des-laufens/

Das – nicht unwichtig – sehr schön gemacht ist, das man gerne in der Hand hält und das Spaß macht zu lesen: Robert Semmler etwa führt uns kundig zurück zu dem Ursprungsort des Marathons: nach Marathon auf dem Peleponnes. Um von dort aus laufend und denkend die Geschichte dieser Sportart sehr lässig-elegant zu erzählen – inklusive seines charmanten Eingeständnisses, dass er zum Marathon kam, als sich sein Bauchfell immer mehr nach vorne zu wölben begann. Raymond Angelo Belliotti holt Friedrich Nietzsche und sein Konzept der drohenden kosmischen Bedeutungslosigkeit des Menschen (im Einzelnen wie im Gesamten) hinzu, um daran Motive für Aufbruch versus Stillstand zu diskutieren. Auch Gregory Bassham ist in der Philosophiegeschichte zu Hause und würzt seinen Beitrag mit allerlei Rückbezügen bis hin zu den alten Griechen und Römern: »Wer am anvisierten Ort ankommen möchte, muss einer einzigen Straße folgen und darf keine Umwege gehen«, hat etwa Seneca gesagt.

Bassham selbst erzählt dazu recht profan und anschaulich, wie schwierig es mitunter ist, sein Ziel (den anvisierten Ort) zu erreichen: Bei seinem ersten Versuch, sich für den legendären (und nach dem Anschlag von 2013 noch mal mehr

© gerhard64 | photocase.de

bekannten) Stadtmarathon durch Boston zu qualifizieren, war er neun Sekunden zu langsam: »Als ich den Park erreichte, kam die nächste Enttäuschung. In den engen Straßen und Wegen des Parks stauten sich die Läufer. Verzweifelt lief ich im Zickzack, von links nach rechts, sobald sich die kleinste Möglichkeit bot, quetschte ich mich an langsameren Läufern vorbei, wobei mir Flüche in den unterschiedlichsten Sprachen zugerufen wurden, wenn ich Leute an den Schultern streifte und beinah zum Stolpern brachte. Bei Kilometer 40 sah ich Team Bassham: meine Familie und Freunde, die gekommen waren, mich anzufeuern. Als mein Sohn, der Profi-Baseballspieler in spe, 500 Meter neben mir herlief, hatte ich Würgeanfälle.«

Nicht ganz so dramatisch, aber nicht minder intensiv und farbig erzählt die Hamburger Schriftstellerin Isabel Bogdan von ihrem ersten Alsterlauf (10 Kilometer), aber auch von den Schwierigkeiten, mit einer Lauf-App umzugehen, von Klaus aus Bremerhaven oder davon, wie es sich anfühlt, wenn man feststellt, dass man in der Kategorie »Senioren W45« laufen wird. Jan Dress wiederum, in den 90ern Mitglied des Mittelstreckenkaders des *TSV Bayer 04 Leverkusen*, erzählt entsprechend kundig, wie sich das Verhältnis zum Sport im Guten wie im Problematischen verändert, wenn dieser Leistung werden soll. Sehr schön seine ehrlichen Beschreibungen wie es war, als sich zum Sport eine Freundin gesellte: »Ich führte Erinnerungsprotokolle pseudo-philosophischer Gespräche an, die auf ihrer Couch stattfinden, während wir Kuschelrock 8 hören.« Denn: »Kuschelrock zum Kuscheln ist folgerichtig, weil Musik in meiner Wahrnehmung ebenso Funktionen zugeordnet ist wie die unterschiedlichen Adidas-Spikes.«

»Ich bin 46 Jahre alt, Philosophieprofessor und werde in sieben Wochen meinen vierten Marathon laufen und zum zweiten Mal versuchen, mich für den traditionsreichsten Lauf der Welt zu qualifizieren: den Boston-Marathon.

Die Qualifikation ist bei weitem das Schwerste, was ich bislang in meinem Leben unternommen habe. Sollte ich erfolgreich sein, dann wäre das der Ertrag aus vier Jahren voller Schweiß, Schmerzen und Frustrationen, aber auch voller Freude und Selbsterkenntnis.«

aus: »Die Philosophie des Laufens«

Der Hamburger Künstler und Kunsttheoretiker Armin Chodzinksi folgt (in grauer Jogginghose) dieser Strecke und fragt sich und damit auch uns mit angemessener Ironie, ob man beim Laufen eigentlich mit oder gegen den eigenen Körper agiert und was eigentlich bei dieser Bewegung überhaupt passiert: »Über 400 Botenstoffe durchströmen den Körper während des Laufens – also nicht während des zielorientierten Umherlaufens, sondern vielmehr während des sinnfreien Laufens mit Trainingsziel und bewusst gewählter Kleidung. Da ist eine Menge los im Körper, und ohne im Genaueren darauf eingehen zu wollen, was, weshalb und warum diese Botenstoffe im Körper herumirren, ist festzustellen, das Laufen eine Art Kontrollerlust bei maximaler Selbstkontrolle ist. Apollon und Dionysos: Die Geburt der Tragödie aus dem Geiste des Joggens.«

Autor

Frank Keil
liest gern und viel und lebt davon – nämlich als freier Journalist und Moderator. Jetzt, wo das Kind aus dem Haus ist, ist er noch emsiger unterwegs und recherchiert und schreibt Reportagen, Porträts und Rezensionen für verschiedene lokale und überregionale Zeitungen und Magazine.
keilbuero@t-online.de
http://keilbuero.de/

Redaktion

Alexander Bentheim (V.i.S.d.P)
Postfach 65 81 20, 22374 Hamburg
040. 38 19 07
040. 38 19 07
redaktion@maennerwege.de
www.maennerwege.de | www.facebook.com/maennerwege

Links

Im Text blaufarbige Begriffe sind interaktive Verweise auf weiterführende Informationen.

Zitiervorschlag

Keil, Frank (2016): Michael W. Austin | Peter Reichenbach (Hg.): Die Philosophie des Laufens. Hamburg 2015 (Rezension). www.maennerwege.de, August 2016.

Keywords

Sport, Joggen, Philosophie, Schmerzen, Friedrich Nietzsche, weiterlaufen

Allgemeine Hinweise zum Online-Angebot von MännerWege.de

Für die Richtigkeit der in einem Beitrag verwendeten und zitierten Informationen sind ausschließlich die Autoren und Autorinnen verantwortlich. Jede nicht-autorisierte Vervielfältigung oder Verwertung eines Beitrags als Nachdruck oder im Dateiformat zu kommerziellen Zwecken stellt eine Verletzung des geltenden Urheberrechts dar und ist nicht gestattet. Bei jeder nicht-kommerziellen Verwendung erbitten wir einen Link und/oder ein Belegexemplar. Die in einem Beitrag veröffentlichten Ansichten spiegeln die der Autoren und Autorinnen wider und entsprechen nicht unbedingt auch der Meinung der Redaktion. Mit der Publikation eines Beitrags möchten wir die Vielfalt männlicher Lebensweisen, Erfahrungen und Meinungen illustrieren, insbesondere wenn diese zum produktiven Dialog zwischen Geschlechtern, Generationen und Kulturen beitragen.