

Marcus Pinsker

Die Ziellinie ist irgendwo da draußen

Leseprobe

Vom Nordpol-Marathon,
dem Comrades und anderen Läufen
auf sieben Kontinenten

arete
Verlag

Marcus Pinsker

Die Ziellinie ist irgendwo da draußen

Vom Nordpol-Marathon, dem Comrades und anderen
Läufen auf sieben Kontinenten

Arete Verlag

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© 2023 Arete Verlag Christian Becker, Osterstraße 31-32, 31134 Hildesheim
www.arete-verlag.de

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Nutzung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages. Dies gilt auch und insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Vermischungen und die Einspeicherung und Datenvorhaltung in elektronischen und digitalen Systemen.

Titelfoto: Mike King
Alle Fotos (wenn nicht anders angegeben): Marcus Pinsker
Layout, Satz, Umschlaggestaltung: Composizione Katrin Rampp, Kempten
Druck: Plump Druck & Medien, Rheinbreitbach
ISBN 978-3-96423-110-9

Inhalt

Vorwort	7
1. Nordpol	9
2. Berlin	35
3. Rund um die Welt	95
Antarktis – Bangkok – Buenos Aires – Tasmanien – New York – Mailand – Kiel	
4. Comrades	152
Playlist	206
Literaturverzeichnis	208

Laufen ist überhaupt das einzige,
dann fühlt man sich gleich wie ein anderer Mensch.

Ulysses

James Joyce

Vorwort

Die Säulen des Herakles. So nannte man in der Antike die beiden Berge, die auf dem europäischen und dem afrikanischen Kontinent die Straße von Gibraltar umfassten. Dahinter lag nur noch irgendwo das geheimnisvoll untergegangene Atlantis, von dem der Philosoph Platon berichtet hatte, „jenseits der Säulen des Herakles“. Aber die bekannte, die bewohnte Welt, die endete hier, am Ausgang des Mittelmeers. Herakles soll dort eine Inschrift angebracht haben. Non plus ultra. Nicht mehr weiter. Im Wappen Spaniens wurden die zwei Säulen des Herakles mit einem roten Spruchband verbunden und Kaiser Karl V. ließ *plus ultra* auf das Band schreiben. Die Grenzen wurden nicht länger akzeptiert, das Ende der unbekanntenen Welt wurde verschoben.

Plus ultra. Das beste Motto für einen Langstreckenläufer, das es gibt. Immer weiter. Und so laufen wir an Orten hinter den Grenzen, außerhalb der bewohnbaren Welt, an Orten, von wo es auf den ersten Blick nicht mehr weiter geht. Und weil Menschen das noch nie akzeptiert haben, geht es auch für uns eben doch immer wieder weiter. Immer weiter. „Auf das Ruder! Abfallen lassen, rund um die Welt!“, so rief Kapitän Ahab mit seiner Löwenstimme aus in Hermann Melvilles *Moby Dick; oder: Der Wal*. „Rund um die Welt! Da ist viel in diesem Klang, was stolze Gefühle hervorruft“, ergänzte Melville Ahabs Ausruf. Rund um die Welt, ist das nicht ein schöner, ein ewiger Traum? Und ob die Reise dann 80 Tage dauert oder ein paar Jahre ist egal. Heute wie in den Tagen von Jules Verne, Hermann Melville oder Ferdinand Magellan, der 1522 nach dreijähriger Odyssee als erster Weltumsegler nach Hause kehrte.

Die Geschichten in diesem Buch erzählen vom Laufen in arktischen Regionen und großen Städten, in Südafrika im Juni und an der Kieler Förde im Februar, im fernen Tasmanien wie im vergleichsweise nahen Mailand, von Mikroabenteuern und Begegnungen an den Enden der Welt. Und neben den äußeren Grenzen geht es immer auch um die eigenen, die inneren Grenzen, um selbstgesetzte Ziele und das ewige Streben, diese für sich selbst zu erreichen. Wir leben, weil wir laufen, und wir laufen, weil wir leben. Laufen ist ein Lebensstil, und wer es nur als lästigen Workout betrachtet, den man mög-

lichst schnell und schmerzlos hinter sich bringen muss, verpasst das Wesentliche. Es geht um den Spaß und die Freude an der Bewegung, die Lust an jedem Atemzug, um jeden bewusst erfahrenen Moment, der uns zeigt, dass wir wirklich am Leben sind und dass wir frei sind. Frei zu laufen, wo immer wir wollen, wann immer wir wollen und so lange wir wollen.

Geht's raus und lauft, rufe ich, in leichter Abwandlung der berühmten Kabinenrede vor dem Fußball-WM-Finale 1990 von Kaiser Franz. Geht's raus und lauft. Lauft schwerelos und unbeschwert und mit der Tiefengelassenheit, die vielleicht nur ein Langstreckenläufer dem Leben gegenüber entwickeln kann. Lauft durch die Stille der Wälder, Savannen und Wüsten, durch den Lärm der Städte und über die Felsen und das Eis der Berge, über warme Sandstrände und grüne Wiesen, über Tartanbahnen und Tierpfade. Und wenn es gar nicht anders geht, lauft auch auf dem Laufband. Hauptsache, du läufst, das ist immer mein Mantra gewesen in vielen Trainingsstunden. Hauptsache, du läufst.

In diesem Sinne. Marathon plus ultra. Viel Vergnügen beim Lesen und Laufen.



Foto: Mike King

Der Autor (Nr. 33) auf der Strecke, das Bild täuscht über die wahre Position im Rennen



Foto: Mike King

Der mit Fahnen markierte Weg durch Eis und Schnee



Ein einsamer Wachposten beobachtet unsere Ankunft in der Antarktis



Singende Buckelwale begleiten unsere Fahrt



Streckenmarkierung beim Kiel Marathon



Düstere Februar-Atmosphäre an der Kieler Förde vor dem Seebad Düsterbrook



Wenige Minuten bis zum Comrades Marathon vor dem Rathaus in Pietermaritzburg



Die Eroberung des Inchanga „by fair means“

Playlist

Lieder und Alben in der Reihenfolge der Nennung

Lied	Interpret	Album	Jahr
Heart-shaped Box	Nirvana	In Utero	1993
Eisbär	Grauzone	Grauzone	1980
Love Cats	The Cure	Japanese Whispers	1983
Herr Rossi sucht das Glück	Franco Godi	Soundtrack „Herr Rossi sucht das Glück“	1976
We are all made of Stars	Moby	18	2002
Ashes to Ashes	David Bowie	Scary Monsters (And Super Creeps)	1980
Perfect Day	Lou Reed	Transformer	1972
For those about to rock (We salute you)	AC/DC	For those about to rock (We salute you)	1981
Sirius	Alan Parsons Project	Eye in the Sky	1982
Yellow Submarine	The Beatles	Yellow Submarine	1966
Octopus Garden	The Beatles	Abbey Road	1969
Let's dance	David Bowie	Let's dance	1983
Am Landwehrkanal	Einstürzende Neubauten	Alles in Allem	2020
Crosseyed Heart	Keith Richards	Crosseyed Heart	2015
Voodoo Child	Jimi Hendrix	Electric Ladyland	1968
Another Girl	The Beatles	Help	1965
Lauf weiter	Etzelstreetband	Lauf weiter	2016
L.A. Woman	The Doors	L.A. Woman	1971
Peace Frog	The Doors	Morrison Hotel	1970
Sonderzug nach Pankow	Udo Lindenberg	Odyssee	1983
Wahn! Wahn! Überall Wahn!	Richard Wagner	Meistersinger von Nürnberg	1868
Mermaids	Nick Cave	Push the Sky Away	2013
Autobahn	Kraftwerk	Autobahn	1974
Ich mach mein Ding	Udo Lindenberg	Stark wie Zwei	2008

Lied	Interpret	Album	Jahr
Ich bin von Kopf bis Fuß auf Liebe eingestellt	Friedrich Hollaender	Soundtrack „Der blaue Engel“	1930
Berlin, Berlin	Harald Juhnke	Berlin, Berlin	1992
Where are we now	David Bowie	The Next Day	2013
Parallel Universe	Red Hot Chili Peppers	Californication	1999
Großgehirn	Seed	Music Monks	2003
Über sieben Brücken musst du gehn	Karat	Soundtrack „Über Sieben Brücken musst du gehen“	1978
Man with the Harmonica	Enio Morricone	Soundtrack „Spiel mir das Lied vom Tod“	1968
The Times they are a-changing	Bob Dylan	The Times they are a-changing	1964
Life is good – Thank God for the music – Send Love Spread Peace – What’s my name	Ringo Starr	What’s my Name	2019
Stern des Südens	Bayern-Fans United	Heimspiel	1999
Solo-Wal	Aufnahmen von R.S. Payne	Die Gesänge der Wale	1991
One night in Bangkok	Mike Tyson	Soundtrack “Hangover 2”	2011
Waterloo	Abba	Waterloo	1974
Ya Mama	Fatboy Slim	Soundtrack “Charlie’s Angels”	2000
California Dreamin’	The Mamas and the Papas	Single	1965
Surfin’ – Surfin’ Safari – Surfer Girl – Surfin’ USA – I get around – Fun Fun Fun – California Girls	Beach Boys	Singles	1961 – 1965
History of everything	Barenaked Ladies	Soundtrack “Big Bang Theory“	2008
South African National Anthem*	Christ Church Cathedral Choir Oxford	Favourite Hymns from Oxford – Amazing Grace	2004
Tshotsholosa (Road Song)*	Pete Seeger	The Complete Carnegie Hall Concert	1963

Lied	Interpret	Album	Jahr
Chariots of Fire	Vangelis	Soundtrack „Die Stunde des Siegers“	1981
Where is my mind	The Pixies	Surfer Rosa	1988
Cantina Band	John Williams	Soundtrack „Star Wars – A New Hope“	1977
Mrs. Vandebilt	Paul McCartney and Wings	Band on the Run	1973
Muss da durch	Udo Lindenberg	Stärker als die Zeit	2016
Im Wagen vor mir	Hans Blum	Single unter Pseudonym „Henry Valentino + Uschi“	1977
Push the Sky away	Nick Cave	Push the Sky away	2013
*Offizielle Nationalhymne Südafrikas	Text: E.M. Sontonga, C.J. Langenhoven Musik: E.M. Sontonga, M.L. de Villiers		seit 1997
*Shosholozza	Todd Matshikiza	Südafrikanisches Volkslied	1959

Literaturverzeichnis

James Joyce: Ulysses. Suhrkamp Verlag, 1982

Hermann Melville: Moby Dick; oder: Der Wal. Jung und Jung, 2016

Mike Spino: Laufen – die innere Dimension (im Original: Beyond Jogging). Ravensburg, 1988

Tim Noakes: Lore of Running. Human Kinetics, 2002

Douglas Adams: Das Leben, das Universum und der ganze Rest. Kein und Aber, 2017

Die Bibel: Der Prediger Salomo (Kohélet). Deutsche Bibelgesellschaft, 1984

Goethe: Faust. Insel, 2003

Alfred Döblin: Berlin Alexanderplatz. Fischer, 2013

Wolf Wondratschek: Lied von der Liebe. Dtv, 2008

Klaus Feuerabend: Vom Lauf des Lebens. Arete Verlag, 2014

Paul Boldt: Auf der Terasse des Café Josty. www.paul-boldt.de

Alan Paton: Cry, the beloved Country. Vintage Classics, 2002

Mark Aurel: Selbstbetrachtungen. Alfred Kröner Verlag, 2008

Ernest Hemingway: So glücklich, wie die Könige. Rowohlt Buchverlag, 1984

Eine Historie „100 Jahre Comrades Marathon“ ist unter www.aret-verlag.de abrufbar.

*Weitere Titel und Leseproben
finden Sie auf arete-verlag.de*

arete
Verlag