

Florian Jäger

zwischen läufe

von der poetischen wildheit
des laufens

Leseprobe

arete

Florian Jäger

ZWISCHENLÄUFE

Von der poetischen Wildheit
des Laufens

Arete Verlag Hildesheim

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

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

© 2025 Arete Verlag Christian Becker, Elisabethgarten 31, 31135 Hildesheim
www.aret-verlag.de; E-Mail: bestellung@aret-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 Verlags. Dies gilt auch und insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Verfilmungen und die Einspeicherung sowie Datenvorhaltung in elektronischen und digitalen Systemen.

Lektorat: Christian Bruneß und Susanne Hahn

Fotos: Die Fotografien stammen vom Autor. Sie sind mit der analogen Canon A-1 (1984) und dem Canon FD 28mm 1:2,8 während Touren an verschiedene Flecken der Welt aufgenommen worden.

Umschlagfoto: Florian Jäger

Layout, Satz und Umschlaggestaltung: Composizione Katrin Rampp, Kempten

Druck und Verarbeitung: XXX

ISBN 978-3-96423-134-5

ZWISCHENLÄUFE

führen auf trubelige Straßen, an Cafés vorbei, über Stadtrandwiesen und entlang endloser Kanäle, in tiefe, stille Wälder, auf schneebedeckte Vulkane und in grelle Wüsten. Sie führen nach Berlin und Sizilien, Litauen, Hildesheim und Athen, an den Großglockner und den Lago di Como, nach Beirut, Bergen, Freiburg und Fuerteventura, in das Elsass, auf den Pacific Crest Trail, nach Portland und Kenia. Zwischenläufe führen zu außergewöhnlichen Begegnungen, magischen Momenten und in das Innenleben der Dauerlaufenden. Zwischenläufe sind die Läufe abseits der Wettkämpfe, abseits der zielgerichteten Trainings, der großen Pläne und Zeitvorgaben. Sie öffnen Räume, geografisch wie geistig. Sie sind Einladungen zum Experimentieren und poetische Aufbrüche ins Ungewisse. Zwischenläufe sind bewegte Meditationen. Sie laden ein, das Laufen und den ihm eigenen Zugang zur Welt immer wieder neu zu begreifen.

Das vorliegende Buch versammelt in überarbeiteter Version die Texte der Kolumne *Zwischenläufe*, die zwischen 2021 und 2024 im Magazin LAUFZEIT erschienen sind. Kurze persönliche Geschichten, die die Verbindung von Laufen und Leben literarisch ertasten.

Inhaltsverzeichnis

Knistern	9
Weite Wege gehen	15
Übersetzen	23
Flanieren	31
In Flussbetten	37
Durch Nebel	43
Mit Stil spielen	49
Das Dazwischen (un)bemerken	57
Surfen & effektiv träumen	63
Ziellos umherwandern	71
Komplizenschaft	79
Wald werden	87
In Regen-Bergen	97
Die Lyrik des Laufens	105
Glücklich wie Lazzaro	113
Beiläufige Verbindungen	121
Vagabundieren	129
INTERVIEW: Wie viel Poesie steckt im Laufen?	137
Zum Autor	152

KNISTERN

Ich laufe im Süden Berlins, am Teltowkanal, am gerade geschnittenen, dunklen Wasser. Der Blick auf die stete matte Fläche beruhigt mich, leiht mir seinen tragenden Rhythmus. Ich laufe unausweichlich, zwischen schweißfeuchten Leibern, die sich echoend ihr Hecheln zuwerfen; Rennräder hinterlassen ein Sausen an meinen Ohren. Ein kleines Boot, das die weite Einheit bricht, Wellen auf mich zuschiebt. Überrascht zucke ich zu seinem kundigen Horn.

Die ersten braunen Blätter liegen am Wegesrand, Herbststaub. Als ich an ihnen vorbeilaufe, wirbeln sie auf, lassen sich forttragen wie die Pollen der Pustebäumen. Berührt der Wind sie im richtigen Winkel ist ein Pfeifen zu hören. Legen sie sich wieder auf der Erde ab, auf Asphalt, losen Steinen, Staub oder Wiese, ertönt ein leises Knistern. Vielleicht bilde ich mir das bloß ein, wer soll das sagen, im Laufen verschwimmen die Grenzen.

Ich laufe im Slalom um die Spazierengehenden. Auf einem freien Stück – nur das Wasser, die Blätter, der Weg und ich – erhöhe ich das Tempo. Am Horizont die Cumuluswolken, sie geben eine Richtung vor: Aufwind, es geht aufwärts. Vor ihnen zeichnen sich die drei Türme des Heizkraftwerks ab wie ein Bauplan energetischer Höchstleistung.

Manchmal wenn ich laufe, spüre ich ein Knistern: Ich weiß, das ist die Spannung: zwischen unbedingtem Wollen – und allem, was widerstrebt. Die Spannung zwischen Zielen und Bedenken, Ziehen und Drücken; mit aller Mühe mühelos zu sein. Die Spannung zwischen der Oberfläche des Wassers und seinem tiefen Grund. Zwischen den aufeinanderprallenden Luftschichten, die die Blätter tanzen lassen. Der Widerstreit führt zu Reibung. Es knistert in jedem Körperteil. Ein helles, feines Gefühl. Es führt zu Bewusstheit: Ich laufe. Ich lasse mich auf das Knistern ein, ich merke: Hier passiert etwas. Hier entsteht Energie.

Als ich am Teltowkanal an meinem Umkehrbaum abklatsche, habe ich die ferne Stimme meiner Großmutter im Ohr: *Lauf los, mein Junge, lauf, und spüre das Knistern der Elektrizität.*

Ich laufe.

Zwei Wochen darauf laufe ich in Hildesheim, in einer Gegend, die zugleich landwirtschaftlich, kirchlich und universitär geprägt ist: *Rüben, Rosen und der Sinn des Lebens*, wie es in der Bewerbung zur Kulturhauptstadt hieß. Im Glockenläuten der Kirchtürme verlasse ich einem spontanen Impuls folgend meine Souterrain-Wohnung, lasse meinen unfertigen Text zurück. Er muss sich in Geduld üben. Mit dunklen Wolken, ersten Regentropfen, trete ich auf die Straße; stolpere noch, mit abgessenen Beinen, plump hinein in den fliehenden Aufbruch im anliegenden Park. Hastig springen die Menschen auf, schütteln Decken aus, packen Bücher und Bälle ein. Ich laufe durch die sich zuspitzende Atmosphäre. Ich mache Halt, am Kiosk, schon an der ersten Ecke. Ich spreche die Verkäuferin an, und als ich sie frage, ob es noch stärker regnen soll, höre ich nur ein *Hah* und das Klatschen einer Hand an die dazugehörige Stirn. Ich kaufe eine Limo. Ich habe einen dunklen Mantel an. Mir ist noch kalt von der Arbeit. An meinen Füßen leuchten rot die Laufschuhe.

Als ich den Kiosk verlasse, sind die Straßen verwaist. Als wäre ich eine Ewigkeit fort gewesen. Der Regen prasselt jetzt laut. Man sieht nur das unmittelbar vor einem Liegende, dahinter ein mit feinen Bleistiftstrichen gezeichneter Vorhang. Ich laufe los. Ich laufe vorbei am Sperrmüll der letzten Tage. An verlassenem Stühlen, es prasselt und platscht. Die endlose Wendeltreppe zur Brücke hinauf, vorbei an ein paar Bier-Trinkenden – sie lachen über den offensichtlich verwirrten Mantelläufer. Über die Schienen und im Sprint den Galgenberg hin-

auf. Hier werde ich langsamer, wische mir die klatschnassen Haare von der Stirn, trinke einen Schluck Limo. In dicken Flatschen tropft das Wasser von den Buchen herab ein Lächeln in mein Gesicht. Mit halb geschlossenen Augen schaue ich auf den Weg vor mir und denke: gar nichts. Bis die Welt stehenbleibt.

Sie bleibt wirklich stehen: Für einen Moment ist alles Moment, ist alles bunt, leuchtend, eingefroren. Dann zerfällt der Augenblick, wird von einem Krachen weggewischt. Ich blinzle, schwindelig, Nachbilder, alles wirkt; alles wirkt, als wäre es einmal gedreht. Als ich es realisiere, bekomme ich Angst: Ich stehe mitten im Gewitter. Und schon rasen meine Gedanken davon: Warum mache ich das? Warum laufe ich bei so einem Wetter, bei so einer Gefahr? Und einmal im Raum, breiten sich die Gedanken aus: Warum überhaupt versuche ich oft, so schnell wie möglich und so weit wie möglich zu laufen? Was soll das? Und selbst hier macht es nicht Halt: Warum laufe ich impulshaft los? Warum ungeplant, ungewiss? – Warum laufe ich?

Vielleicht, weil beim Laufen die Energie so unmittelbar ist: das Knistern so direkt und intensiv spürbar.

Manche würden sagen, dass es verrückt war, bei Regen loszulaufen, in Straßenkleidung, blauäugig in ein Gewitter hineinzugeraten. Vielleicht war es das, *verrückt*: außerhalb der Ordnung – offen gegenüber der besonderen Erfahrung.

Ich mag Verrücktheiten. Und viele meiner Verrücktheiten haben mit dem Laufen zu tun. Mich selbst überraschen, mich überraschen lassen – für mich bedeutet das, frei zu sein, zu spüren, dass ich frei bin. Nirgends und nie fühle ich mich so frei, wie wenn ich über Berge und durch Wälder laufe, über Straßen und an Blicken vorbei; in der Ruhe zwischen Stürmen oder im Sturm selbst.

Manche sind frei, wenn sie an dem arbeiten können, das sie leidenschaftlich beschäftigt. Manche sind frei, wenn sie mit ihren Partnern oder der Familie sind. Manche sind alleine frei, manche in Gruppen, manche an bestimmten Orten, in Erinnerungen oder inmitten bestimmter Gerüche. Manche sind frei, wenn sie ganz bei sich sind, andere, wenn sie Ruhe vor sich selbst haben. Ich bin frei, wenn ich laufe. Es ist die Freiheit, ohne Erwartung zu sein, ohne festgeschriebenes Ziel.

Es ist die Freiheit, es einfach knistern zu lassen.

An dem Tag in Hildesheim, ein paar Sekunden nach dem Blitz, ein paar Meter weiter, sehe ich die Stadt vom Aussichtspunkt auf dem Galgenberg, mit ihren kleinen Fachwerkhäusern, den vielen roten Giebeln. Die grauen Regenschleier haben sich nach der Entladung schnell verzogen. Ich drehe mich um, laufe langsam zurück, der dunkle Mantel immer noch wehend, obwohl klitschnass. Als ich am Park ankomme, scheint die Sonne durch einen Wolkenriss. Ein Junge sitzt im Schutz einer Bushaltestelle, wärmt seine Hände an einem Pizsakarton. Zwei nassgeregnete, tänzelnde Mädchen werfen mit leeren Plastikbechern auf einen Basketballkorb. Ich winke ihnen zu. Ein paar braune Blätter liegen auf der Wiese verstreut. Ich trinke den letzten Schluck meiner Limo. Mit der Vorstellung eines knisternden Kaminfeuers, oder zumindest einer heißen Dusche, husche ich in die Wohnung.



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

arete
Verlag