



von Udo Reeh, dem ehemaligen Deutschen Marathonmeister, der mit seiner Bestzeit von 2:13:27 h noch immer zu den besten deutschen Marathonläufern aller Zeiten gehört. Während der Altmeister heute noch fast täglich läuft, hält sich der Sohn mit Rad fahren, Schwimmen und Reiten fit. Es lohnt sich noch näher mit Alexander Reeh zu beschäftigen. Geboren mit einem Hirnschaden aufgrund eines Ärztefehlers sagte man ihm voraus, kein „normales Leben“ führen zu können, vielleicht nie lesen und schreiben zu erlernen. Sein Lebensweg verlief dann aber doch ganz anders und viel positiver, was er in seinem ersten Buch „Immer nach den Sternen greifen“ eindringlich beschreibt. Nach zahlreichen Reisen schrieb er dann das Kochbuch „Mit Messer und Gabel um die Welt“ und legt nun, wenn auch nicht als Autor, sein drittes Werk vor.

Die zusammengetragenen Geschichten haben eine enorme Bandbreite und beschreiben die Zubereitung von Essen, bzw. Essgewohnheiten und Essen in Extremsituationen völlig unterschiedlicher Art. Der Segler Rollo Gebhardt, der mehrfach allein die Welt umsegelte, berichtet von der See, der Raumfahrer Thomas Reiter aus dem Weltall, Reinhold Messner von einer Besteigung des Mount Everest, Bernard Piccard schreibt über die Ernährung während der ersten Weltumrundung in einem Ballon. Unter den Autoren ist auch Ausdauersportler Stefan Schlett, der Erfahrungen aus seinem reichhaltigen Erfahrungsschatz zum Besten gibt.

Neben einigen eher im Abenteuerbereich angesiedelten Storys, unterteilt nach Wüste, Dschungel, Polarregionen, Unterwegs etc. kommen auch Menschen zu Wort, die alles andere als freiwillig in die beschriebene Situation hineingeraten sind. Schiffbrüchige berichten über ihren Überlebenskampf und zwei Texte sind einem Kapitel „In der Gewalt von Terroristen“ zugeordnet. Der Schweizer Reto Walther berichtet über seine Entführung in der algerischen Wüste, der amerikanische Journalist Terry Anderson über seine sechsjährige Geiselhaft im Libanon. Die Gesamtzusammenstellung mutet etwas abenteuerlich an und manche Texte mögen auch nicht recht zum Titel passen. Nicht alle einzelnen Beiträge sind auch sprachlich und thematisch vollauf überzeugend. Die Mischung machts! Reeh hat eine ansprechende Mixtur gefunden. Insgesamt ergibt sich ein hochkomplexes Bild unseres Umgangs mit Essen und Ernährung, das auch ein besonderes Licht auf

unsere Überflussgesellschaft wirft, in der alles immer wie selbstverständlich jederzeit zu haben ist.

„Was und Wovon Wieviel braucht der Mensch zum (Über)leben“ heißt das Schlusswort des Buches, verfasst von SPIRIDON-Autor Dr. Tasso Vounatsos. Kompakt fasst er zusammen, was man über den Energiebedarf des Menschen wissen muss. Wie viel Wasser, Proteine, Vitamine, Mineralien braucht man wirklich?

Insgesamt ein kurzweiliges Buch, das einige im wahrsten Sinne des Wortes abenteuerliche Geschichten bereithält. Nicht alle davon sind neu, einige sind schon in anderen Büchern erschienen. 16 € die sich lohnen.

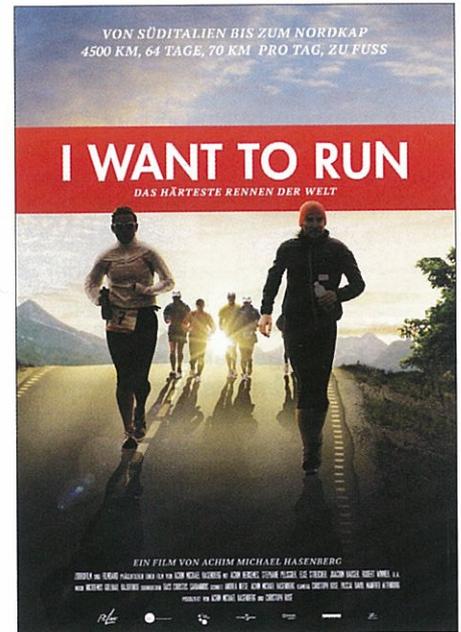
Udo Möller

Übermenschlich?

„I WANT TO RUN – Das härteste Rennen der Welt“, Dokumentarfilm über den Trans-Europalauf 2009, D/2011, 89 min, Regie: Michael Hasenberg

Protagonisten: Achim Heukemes, Stéphane Pélissier, Elke Streicher, Joachim Hauser, Robert Wimmer, Hiroko Okiyama, Andreas Falk, Mattias Bramstång.

Von Bari zum Nordkap in 89 min, das klappt nur im Kino. In Wirklichkeit dauert die Odyssee 64 Tage, denn der Trans-Europalauf ist der längste und härteste Dauerlauf der Welt: 4.500 km quer durch Europa. Pro Tag im Schnitt 70 km, zehn Stunden Lauferei, täglich. Kein Pausentag. Diese Leistung klingt so unmenschlich, dass sich die Frage stellt, was für Typen so ein Martyrium durchstehen. Welche physischen und psychischen Voraussetzungen müssen die Athleten haben, um diese riesige Distanz auf eigenen Beinen zurücklegen zu können? Der Regisseur Michael Hasenberg, der vor dem Film keinen Bezug zum Laufen hatte, interessiert sich vor allem für die seelische Topographie, für die Motive, die Lebensphilosophie und die psychologische „Kriegsführung“ seiner Helden. Hasenberg begleitet und porträtiert acht Protagonisten, angefangen bei ihren Vorbereitungen zu Hause bis zum Zieleinlauf am Nordkap. Abgesehen von Achim Heukemes, der als einziger vom Laufen leben kann, haben die Läufer normale Berufe: der Friseur aus Toulouse, die Solarforscherin aus Stuttgart, der Optiker aus Nürnberg, die Schwimmlehrerin aus Tokio, zwei schwedische Offiziere. Und ein Lagerist, der an Multipler Sklerose erkrankt ist. Die Bodenständigkeit der Athleten zieht den Zuschauer voll rein ins Geschehen:



Das sind gar keine Laufprofis, sondern Amateursportler, die ihre Höhenflüge und Krisen, ihre schwachen und starken Momente offenbaren. Hasenberg verzichtet auf Pathos und Kommentare und lässt seinen Interviewpartnern auch beim Erzählen freien Lauf ... Und ja, der Funke springt über ins Publikum. Die Zuschauer brauchen keinen Durchhaltewillen, um das Finale zu erleben.

„I want to run“ ist viel mehr als eine Sportreportage. Die sportlichen Leistungen der Athleten und die Berichterstattung vom Wettbewerb kommen eher ein wenig zu kurz – deshalb fasziniert der Film auch Cineasten, die sich nicht fürs Laufen interessieren, sondern eher für spirituelle Themen. Die kargen Bedingungen während der Tour erinnern an monchische Askese. Die Athleten übernachten in Turnhallen, ihre improvisierten Schlafstätten auf Iso-Matten bieten keine Privatsphäre. Ihre kurzen Nächte zwischen den Etappen und der entbehrungsreiche Tour-Alltag erfordern mindestens noch einmal so viel Leidensfähigkeit wie das Laufen selbst.

Der PR-geübte Achim Heukemes kommt überproportional häufig zu Wort. Die 89 Filmminuten könnte der Ex-Trucker mit Hippie-Aura wohl auch alleine ausfüllen. Eines seiner ultrafeinen Statements über das Mögliche im Unmöglichen, frei zitiert: „Ich erleb hier täglich, dass ich an eine verschlossene Tür komme ... dann stoße ich sie halt wieder auf.“ Kinostart war am 24. Mai. Die DVD erscheint am 2. November.

JoAnna Zybon