

VOM ALBTRAUM- ZUM TRAUM-MARATHON

Ob ein Marathonlauf zum Traum oder Albtraum wird, hängt nicht nur von der persönlichen Leistungsfähigkeit ab. Auch die Einstellung beeinflusst das Erlebnis massgeblich, wie Autor und Läufer Andreas Schreiber in Hong Kong erlebte.

TEXT: ANDREAS SCHREIBER

Reisebücher und Bildberichte wecken grosse Erwartungen an Hong Kong: atemraubende Hochhäuser, turbulenter Welthandelshafen, quirliges Gesumme fremder Sprachen, vielfältig duftende Strassen mit Menschenmassen, die sich durch engste Gässchen schieben, modernster Chic neben Bettlerkleidung, Luxuskarossen neben Transporttrolleys, aber auch Gedränge, Enge, Verkehrsstaus, dicke Luft und dreckiges Wasser, hoffnungslose Armut – wie in Millionenstädten üblich.

Mein Reisegrund ist der seit 1997 im Februar stattfindende «Hong Kong Standard Chartered Marathon». Auch er weckte meine Erwartungen. Ich visionierte anfeuernde Zuschauermassen, moderne Kanto-Pop sowie traditionelle Löwentanzgruppen; erhoffte mir eine ungewohnte, aber genussvolle Streckenverpflegung mit chinesischem Kung Fu-Tee; ich träumte von einer Laufstrecke entlang der schönsten Plätze mit grandiosen Ausblicken auf Skyline und Meer; im Ziel erwartete ich leckerste Dim-Sum-Happen mit chinesischem Kräutertee sowie regenerative Massagen nach Traditioneller Chinesischer Medizin.

Hong Kong als Stadt ist ein Traum, also wird auch der Marathon ein Traum werden! Und so holte ich mir am Vortag des Laufs meine Unterlagen im Zielgelände, dem legendären Victoria Park, ab.

Die Albtraum-Version

Die Erwartungen wurden bereits bei der Registrierung bitter enttäuscht: Vor dem Lauf schon das Finisher-Shirt und die Medaille? Am Renntag quälten sich Tausende Läufer durch das U-Bahn-System, um den Start um 7:15 Uhr nicht zu verpassen. Gegen 7 Uhr formierte sich das riesige

weiss-grün-blaue Startfeld – die «Standard Chartered»-Farben des Finisher-Shirts!

In der Erinnerung war der Marathon grau: ein breites, endlos-graues Teerband unter mir; trüb-graue Wolken über mir; dunkle, graue Betonmauern neben mir; gräulich-schmutzige, an Wolken kratzende Wohnblöcke und trostlose Industriegebiete ringsum; rostig-fahle Containerstapel im Hafen und riesige Frachtschiffe auf grauem Wasser; lange Betonbrücken rauf und runter; grau-stinkende Tunnels runter und rauf; über, unter und immer auf Autobahnen. Und am Rand, ausser den Helfern, so gut wie keine Zuschauer, noch weniger Musikgruppen. Stattdessen nur Läufer: kleine, grosse, dicke, dünne, schnelle, langsame.

Die Verpflegung war bescheiden. Wasser gabs genug, aber wo war der Tee, wo die isotonischen Getränke? Wo waren die Müsliriegel und Schokoladen? Ich fand nur Bananen. Zum Selberschälen! Und warum nur grüne Bananen? Ob deswegen, wegen der Schwüle oder wegen mangelnden Trainings – viele der Läufer sassen erschöpft am Rand und versuchten sich die Krämpfe wegzumassieren. Mir taten sie leid – bis auch ich ausscheren musste.

Durch endlose Baustellen entlang des Ufers gab es kaum Ausblicke auf den Victoria-Hafen und auch die schönsten Hochhausbauten konnte man nur sporadisch erblicken. Stark an- und absteigende Über- und Unterführungen bremsten das Wohlbefinden beträchtlich. Ab Causeway Bay waren endlich Zuschauer, aber richtig gejubelt wurde nicht. Das Ziel war somit die letzte Station der Enttäuschungen. Es gab Bananen, diesmal zur Belohnung sogar gelbe! Und Wasser! Das wars. Irgendwo, im anderen

Teil des Parks, gab es wohl auch Massagen – ganz konventionell. Trotz der Menge an Teilnehmern war das Zielfeld schnell leer und die Aufräumarbeiten begannen.

Der Blickwechsel

Mit etwas Distanz sind diese furchterregenden Darstellungen so nicht gerechtfertigt. Immerhin gab es insgesamt mehr als 50 000 Teilnehmer über alle Disziplinen. Die Mehrzahl der Teilnehmer absolvierte die 10-km-Route, deren Startzeit um 05:15 Uhr war! Den vollen Marathon rannnten um die 8000 Läuferinnen und Läufer. Die Veranstaltung ist das teilnehmerstärkste Sportevent Hong Kongs. Wo die vielen Laufbegeisterten trainieren, bleibt mir als Europäer ein Rätsel – wahrscheinlich im Fitnesscenter.

Meine Erwartungen wurden also enttäuscht. Doch vielleicht waren sie einfach falsch, denn Hong Kong ist anders und verändert sich ständig. Man muss diese Veränderungen mitgehen, um Hong Kong zu verstehen und sich heimisch zu fühlen. Das Fremdenverkehrsamt wirbt mit dem Slogan: «Live it. Love it.» Hong Kong darf nicht nur erlebt, sondern muss gelebt werden, um es zu lieben. Somit ist es nicht nur eine Stadt, die man besichtigt, in der man einkauft, arbeitet oder wohnt. Sondern Hong Kong ist eine Lebensweise, ist Lebensstil. Erkennt man diesen, lässt man sich darauf ein und lebt ihn mit, dann kann man die Stadt, die Menschen, die Aktionen und auch die Veranstaltungsorganisationen verstehen und mögen lernen.

Hong Kong ist dicht, eng und voll. Es ist lebendig, pulsierend und schnell. Ständig strömen Unmengen von Menschen von einem Ort zum anderen. Sie sind geschäftig,

Wo kann man in einem sechsspurigen Autobahntunnel das Meer unterqueren?

94

tüchtig, risikobereit und unglaublich innovativ. Was hier zählt, ist Geld. Dieses gewinnt man durch «Business» oder durch fleissige, geduldige Arbeit. Und man verliert es durch exzessives Shoppen, genussvolles Essen und Trinken, durch Erziehung und Bildung. Geld ist das universelle Surrogat für materiellen Wohlstand. Und damit ist alles in bester Ordnung.

Denn trotz Moderne, Fortschritt und Wirtschaftskraft ist die Grundhaltung der Hongkonger – auch der Geschäftsleute, Politiker, Stars usw. – vom Versuch geprägt, die ursprünglichen Ordnungsgesetze zu erfassen, was zu vielen Formen des Feng-Shui führte. Die Verhaltensweisen sind geprägt vom Verständnis des dualen Kräftespiels, das in der Einheit des Tao ruht. Feng-Shui meint «nur» Wind und Wasser. Und doch meint es sowohl die darin steckende Dynamik sowie deren Harmonisierung. Die moderne, liberal-kapitalistische Lebensweise in Hong Kong passt sehr gut mit der traditionellen Religiosität zusammen: Wie Wind und Wasser fließen und ihr natürlicher Weg nicht behindert werden soll, so muss auch der Materiestrom, symbolisiert im Geld, erhalten werden und darf nicht blockiert werden.

Verstehen wir dies und stellen noch die logistisch-organisatorischen Probleme einer Millionenstadt auf so kleinem Raum in Rechnung, so erscheint der Hong Kong-Marathon in einem völlig anderen Licht. Dann erklären sich die frühen Startzeiten und die schnelle Öffnung der nur einseitig gesperrten Autobahnabschnitte fast von selbst. Der Menschenstrom, bildlich der «Blutstrom eines Organismus», muss möglichst unblockiert fließen, damit die Geschäfte und das Geld weiterfließen können. Und die materialistisch-taoistische Ausrichtung, gepaart mit einem – vielleicht notwendigen – Fortschritts- und Modernitätsdenken, macht dann auch die Streckenführung

Während des Laufs fiel Andreas Schreiber das Lachen nicht immer leicht, in der Erinnerung hingegen wurde der Hong Kong-Marathon immer reizvoller.



ganz verständlich. Der Marathon kann nicht durch hochbelebte Geschäftsstrassen geführt werden, weil die notwendige Sperrung das «Chi», den Lebensfluss, hemmen würde. Er kann auch nicht über die Bilderbuch-Sightseeing-Spots geführt werden, weil kein Läufer gewillt wäre, die steilen An- und Abstiege im bergigen Gelände in Kauf zu nehmen. Vielmehr symbolisiert die Streckenführung das pulsierend-innovative, fortschrittliche Hong Kong: Der weltbedeutende Containerhafen; die baulichen Höchstleistungen bei der Erschliessung umliegender Inseln durch Autobahnbrücken und Tunnel; die aktive Vergrößerung der Hong Kong-Insel durch künstliche Landnahme und damit das Schaffen neuen, kultivierbaren Raumes; die architektonisch vielfältigen und weltbedeutenden Leistungen für die Business- und Finanzwelt; die innovative Geschäftstüchtigkeit vieler kleiner Einzelunternehmer; und die trotz des Platzmangels auf der Insel durchaus praktisch und attraktiv gestaltete Schaffung öffentlichen Raums, wie ihn der Victoria Park darstellt – übrigens mit seinen Fitnessgeräten und seinem Jogging-Track einer der Trainingsplätze für die Marathonis.

Es gilt auch zu verstehen, dass in Hong Kong sonntags fast alle Geschäfte offen sind und Marathonlaufen noch nicht so hip ist wie in Europa. Und man muss sehen, dass in einer solchen Stadt ständig irgendwo irgendeine Veranstaltung ist, die den «Fluss» blockiert. Marathon ist davon nicht die wichtigste – kann es aber vielleicht noch werden.

Die Traum-Version

Es bedarf natürlich einiger Anstrengung und auch Bereitschaft, um diesen Perspektivenwechsel durchzuführen. Und dies erfordert seine Zeit. So sehe ich jetzt viele Dinge ganz anders und verstehe den Lauf nicht mehr nur als Albtraum, sondern mehr in Richtung «Traum-Marathon».



ANDREAS SCHREIBER ist Philosoph und Unternehmensberater mit Schwerpunkt Unternehmensphilosophie, Visionen, Werte, CSR. Er läuft seit über 12 Jahren, bevorzugt Bergläufe und ab und zu auch Ultras.

FitforLife 9-10

DU INSPIRIERST. WIR COACHEN. EIN GESCHENK VOLLER MOTIVATION.

Das ultimative Weihnachtsgeschenk für deine Liebsten findest du ab November im teilnehmenden Fachhandel. www.polar.ch

POLAR
LISTEN TO YOUR BODY



Polar FT80 Trainingscomputer



Polar WearLink+ Sender



Polar FlowLink® Datentransfer

«Für natürliche Energie.»

Linda Fäh, Miss Schweiz 2009

Neu!
Fit Hit mit Dörraprikosenfüllung

FIT HIT

Jetzt bestellen auf: www.fithit.ch

Energieriche Zwischenverpflegung für Sport und Freizeit

Ein Qualitätsprodukt der Romer's Hausbäckerei AG
8717 Benken SG | www.romers.ch

ROMER'S
HAUSBÄCKEREI AG