

Erhard Widmer ist blind und läuft Marathon. Dies kann er nur dank Enrico Bettini, 42, der ihn begleitet und vor allen Gefahren warnt. Für Bettini ist ein solcher Marathonlauf eine doppelte Anstrengung.

Wer mit einem blinden Menschen Marathon läuft, muss bereit sein, seine Freiheit abzugeben. Die Freiheit, nicht in Form zu sein, die Freiheit, aus Leichtsinns Fehlern zu beugen, und die Freiheit, den eigenen Emotionen Raum zu geben. Als Hauptbegleiter, neben anderen, die Erhard im Feld abschirmen, bin ich durch einen Bändel mit ihm verbunden. Meine Augen sind überall, fixiert aber bin ich nur auf eins: Erhard zu beschützen und das Unvorhersehbare zu erahnen - eine wahrhaft unheimliche Aufgabe.

Er muss sich zu jeder Zeit auf mich verlassen können. Er vertraut darauf, dass ich richtig entscheide - egal, was kommt: ein Rempeler, ein rutschiger Dolendeckel, eine PET-Flasche. Wird sein Schritt auf der Flasche landen, oder reicht die Zeit, um noch auszuweichen?

Alle meine Entscheidungen müssen schnell und präzise sein. Spürt Erhard bei mir einen Spannungsabfall, gehen bei ihm alle Alarmglocken an. Wenn ich vergesse, eine Bordsteinkante zu erwähnen, ist der Sturz programmiert. Das kann rasch einen Beckenbruch bedeuten - und obwohl Erhard gelernt hat zu fallen, ist das Risiko immer da. Der Sturz ist meine grösste Angst.

«Nicht über den Sturz reden»

Dieses Jahr in Zürich ist es passiert. Erhard rutschte auf der nassen Strasse aus, weil wir nicht verhindern konnten, dass er angerempelt wurde. Einige Schrecksekunden, dann musste mein Kopf wieder arbeiten: Gehts ihm gut? Ja - dann nicht über den Sturz reden. Motivieren, wieder in den Schritt bringen, vorwärts schauen. Wir haben keine Zeit verloren, sage ich dann. Erhard ist ehrgeizig: Mit 50 kann er einen Marathon unter dreieinhalb Stunden laufen. In Zürich ist er 1'503. von über 5'000 Teilnehmenden geworden. Wäre er nicht blind, müsste ich mich mächtig anstrengen. So reicht meine Fitness, um immer eine Spur schneller zu sein als er. Mein Ehrgeiz liegt darin, rechtzeitig zu erkennen, wohin uns der Weg führen muss.

Hätte mir jemand vor sechs Jahren diese Aufgabe beschrieben, ich hätte womöglich gekniffen. Gut, dass ich damals nicht zu lange darüber nachdachte, einen Freund beim London-Marathon an Erhards Seite zu vertreten. Mir wäre viel entgangen. Wer macht sich schon Gedanken, wie viele Informationen unser Gehirn benötigt, um uns sicher auf den Beinen zu halten? Mir war auch nie bewusst, wie wichtig die emotionale Unterstützung anderer Menschen für Blinde ist. In London erhielten wir von Mitläufern und Publikum viel Bewunderung für Erhards Teilnahme. In der Schweiz ist das anders. Hier haben die Leute eher Mühe, mit einem blinden Läufer umzugehen; sie schauen lieber weg. Ich kann die Berührungsgänge verstehen. Aus meiner Erfahrung mit Erhard weiss ich aber, dass sie kontraproduktiv sind. Blinde spüren diese Art von Unsicherheit.

Ich bin sehr dankbar, dass sich Erhard überhaupt auf mich eingelassen hat, denn schliesslich war unsere erste Begegnung nicht gerade vertrauensfördernd. Bei einem Abendessen sollte ich ihn auf die Toilette begleiten - leider sind wir stattdessen gegen die Kommode geprallt. Auf der Marathonstrecke hat es aber sofort zwischen uns funktioniert.

Mittlerweile laufen wir meist den Zürich-Marathon zusammen. Drei Monate vorher beginnen wir mit gemeinsamem Training: Technik, Ausdauer, Psyche. Ein Begleiter muss mehr als ein sehr guter Sportler sein. Er braucht Bescheidenheit, um zu akzeptieren, dass er «Beigemüse» ist, obwohl ohne ihn nichts funktioniert. Er muss didaktisch geschickt sein und mental stark. Ein Marathon mit Erhard - für mich heisst das dreieinhalb Stunden geistiger Kraftakt. Wenn wir auf der Strecke sind, sind bei uns Begleitern auch die Münder ständig in Bewegung. Wir geben Erhard die Bezugspunkte, Bodenbeschaffenheit und Schwellen durch, fragen nach seinen Bedürfnissen. Richtungswechsel werden angezählt: noch 50 Meter, danach scharf links, noch 20 Meter, drei, zwei, eins und rum. Bei sehr engen Kurven haben wir Körperkontakt.

«Ich versuche Distanz zu halten»

In der Regel versuche ich aber, Erhard auf Distanz zu halten, damit unser alter Bündel locker zwischen uns hängt und jeder seinen Rhythmus laufen kann. Das gelingt nicht immer. Wenn Erhard müde wird, sucht er meine Nähe, was das Ganze für mich unheimlich anstrengend macht, weil mein Arm dann nicht mehr schwingen kann, mein Körper nicht mehr ausbalanciert ist. Dem kann ich nur entgegenwirken, wenn ich dem Lauf eine konstante Geschwindigkeit gebe. Da ist es gut, eng befreundet zu sein, denn wenn Erhard kaputt ist, mag er meine Kommandos oft nicht mehr hören. Das kann an die Nerven gehen.

Mit Erhard Marathon zu laufen ist für mich etwas Besonderes. Wir absolvieren die gleiche Strecke, jeder in seiner Welt. Ich habe nicht versucht, die von Erhard kennen zu lernen, denn ich werde sie nie verstehen. Aber ich sehe, wie er lebt, und ich bewundere ihn.

Sehen zu können bedeutet für mich heute mehr denn je, gesund zu sein - in einer Welt, die sich noch lange nicht darauf eingestellt hat, dass auch Menschen mit Handicap ein Recht auf alle ihnen möglichen Entfaltungsmöglichkeiten haben. Es stimmt: Erhard sieht durch meine Augen. Aber auch ich habe durch seine Augen manches anders zu sehen gelernt.