

# DMSG

DEUTSCHE MULTIPLE SKLEROSE GESELLSCHAFT  
BUNDESVERBAND E.V.

27.07.2012

MUTMACHGESCHICHTEN

## In 64 Tagen von Bari bis ans Nordcap

**Joachim Hauser lief beim härtesten Rennen der Welt gegen seinen stärksten Gegner, die Multiple Sklerose. Der Film "I Want To Run" dokumentiert seinen langen, oft schmerzhaften Weg zum Ziel beim 4500 Kilometer Trans-Europalauf: In der Mutmach-Geschichte des DMSG-Bundesverbandes berichtet er, wie ihm der Sport hilft, den Alltag mit der Krankheit zu bewältigen und warum es sich lohnt, zu kämpfen-"Ich habe gespürt: Da geht noch mehr."**

Die Diagnose MS ist ein Schock, bedeutet aber keinesfalls ein Ende der Lebensqualität. In der Serie "Mutmach-Geschichten" stellen wir Menschen vor, die diese Krankheit als Chance begreifen, neue Wege zu beschreiten.



"Die Frage nach dem Warum habe ich mir nie gestellt", sagt Joachim Hauser im Gespräch mit der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft, Bundesverband e.V. Nur so viel macht er schnell klar: Sport habe ihm immer sehr geholfen, mit der Krankheit klarzukommen. Seit mehr als 18 Jahren lebt er mit MS. Die Diagnose kam Ende 1993. Lange galt ein Bandscheibenvorfall als Auslöser für seine Beschwerden, erinnert sich Joachim Hauser: "Es hat drei Jahre gedauert bis der Arzt mir sagte: Sie haben Multiple Sklerose". Den Verlauf der Krankheit beschreibt er als klassisch. In den ersten 5 Jahren habe er sich von den Schüben fast völlig erholt. Später gelang das nicht mehr, berichtet er: "Ich habe alles durch." Ein Grund kürzer zu treten? Im Gegenteil: "Seit

ich die Diagnose bekommen habe, trainiere ich noch härter", sagt der Familienvater aus dem Schönbuch bei Tübingen, der in Vollzeit berufstätig ist und jeden Tag Sport treibt: "Mein Ziel war: Ich komme am Nordcap an."

### Grenzerfahrung: allein mit seinen Kräften und Ängsten

"I want to run" (Ich will laufen), lautet auch der Titel des Dokumentarfilms, der ihn und 7 weitere Teilnehmer des Trans-Europalaufes weit über ein Jahr lang begleitet hat und Einblicke in deren unterschiedliche Lebensentwürfe gewährt. Vom Profi-Läufer, einer der schnellsten Ultra-Marathonläuferinnen der Welt, einer Hausfrau aus Tokio bis zu zwei schwedischen Offizieren: Sie alle vereint ein starker Wille, die Leidenschaft für das Laufen und unbeugsame Disziplin. Regisseur Achim Michael Hasenberg hat Hauser beim Laufen entdeckt und war beeindruckt von der Willensstärke des an MS erkrankten Ausnahmeläufers, der gemeinsam mit Hochleistungssportlern an die Grenzen des Menschenmöglichen ging.



Der Trans-Europalauf gilt als der härteste und längste Dauerlauf der Welt: von Süditalien bis zum Nordcap. Pro Tag sind 70 Kilometer zu bewältigen, in 64 Etappen ohne Pause, auf stark befahrenen Straßen, Bergen auch bei eisigen Temperaturen. Übernachtet wird in Turnhallen, Kindergärten,



Schwimmbädern. Jeder ist dabei allein mit sich, seinen Kräften und Ängsten. Schnell stellt sich heraus, wer mental am stärksten ist, seinen Körper unter Kontrolle hat und sich weder von Selbstzweifeln noch von kurzfristigem Erfolg verführen lässt.

Den Lauf absolvierte Hauser teilweise hinkend. Immer wieder wurde er von seiner Krankheit ausgebremst. Nach einem schweren Sturz ist er mit geprellten Rippen weitergelaufen. "Ich konnte nicht mehr atmen", berichtet er, dass er gelernt habe, mit Schmerzen umzugehen. Warum er sich das antut? "Alles reine Kopfsache", erklärt Hauser, seine Leidensfähigkeit habe ihm oft geholfen im Leben: "Es ist faszinierend, was das Gehirn für Mechanismen hat."



### "Ich will nicht aufgeben, dann hätte die MS gewonnen"



Hauser ist ein Wiederholungstäter. Schon 2003 war er diese Strecke gelaufen und erreichte als Zehnter das Ziel, die Hälfte der Starter kam nicht an. Der Film zeigt den Lauf in 2009 als es ihm körperlich bereits schlechter ging. Nur dank seiner Frau, die beim Rennen als Masseurin im Einsatz war, erreichte er erneut das Nordcap. Diesen hart erkämpften Zieleinlauf bei der Premiere im Kino zu sehen, sei für ihn sehr ergreifend gewesen: "Ich kann nicht glauben, dass ich das nochmal geschafft habe", erklärt er seine Motivation: "Ich will nicht aufgeben, dann hätte die MS gewonnen."

### "Ich habe gespürt: Da geht noch viel mehr."

Lange habe er versucht, die Krankheit zu ignorieren, die Auswirkungen zu verdrängen. "Jetzt muss ich mich damit auseinandersetzen", berichtet Hauser. Seine Familie wisse, dass er darunter leidet, nicht mehr alles zu können. Die Erinnerung an vergangene Erfolge ist immer präsent: 20 Jahre lang lief er leistungsorientiert. Heute hat er nur noch 60 Prozent der Kraft in der rechten Seite. "Das ist schon frustrierend", betont der begeisterte Sportler, der aufgrund seines Handicaps das Ausdauertraining auf das Fahrrad verlegen musste. "Was ich jetzt mache, nenne ich "bewegen"", sagt Joachim Hauser und der Zuhörer merkt schnell, dass mehr dahintersteckt. Den Kampf gegen die MS gibt er nicht auf. Hauser setzt sich neue Ziele: In Gestalt eines Radrennens über 600 Kilometer und 6500 Höhenmeter in der Schweiz: "Ich brauche die Herausforderung", verdeutlicht er, Bewegung bedeute für ihn Leben. Jeden Tag geht er in den Wald zum Training. "Durch den Sport schöpfe ich die Kraft für den Alltag. Laufen sei wie das Leben, es lohne sich, zu kämpfen und den nächsten Schritt zu wagen, betont er: "Wer vorher aufgibt, weiß nicht, ob dieser Schritt noch geht. Ich habe gespürt: Da geht noch viel mehr."

### "Steh auf, wenn Du am Boden liegst."

Im Moment habe er kein Gefühl mehr in der rechten Fußsohle. Das sei das Tückische an MS: "Nix ist verlässlich", so Hauser. Seine Krankheit sei für ihn aber kein Grund, nicht mehr zu arbeiten: "Ich habe MS, andere haben was anderes". Sein Arbeitgeber weiß Bescheid. "Aber ich war nie krank", betont er. Nur der alljährliche Besuch bei der Berufsgenossenschaft erinnere den Schichtleiter in einem Logistik Solar-Betrieb an sein Handicap. Ob bei der Odyssee durch Europa oder im Alltag: Sobald er an die Grenzen seiner Leistungsfähigkeit stoße, rufe er sich ein Lied der Band "Die Toten Hosen" in Erinnerung: "Steh auf, wenn Du am Boden liegst."



## "Ich mache weiter solange es geht"



Joachim Hauser ist es wichtig, für seine beiden Töchter (18 und 20 Jahre alt) auch finanziell sorgen zu können. Aufgeben kam für ihn nie infrage. Weder beim Extremelauf noch im Alltag: "Ich versuche jeden Tag weiterzumachen- und der Sport hilft mir dabei", verrät er seine Devise: "Ich habe das Recht, mir die Zeit zu nehmen, die ich brauche." Jeder müsse seinen eigenen Weg finden, mit der Krankheit umzugehen, ist er überzeugt.

"Wenn irgendwie möglich, sollten sich alle, ob mit oder ohne MS, täglich eine halbe Stunde Zeit nehmen, um sich an der frischen Luft zu bewegen", rät Joachim Hauser aus eigener Erfahrung: "Mir

hilft der Sport (die Bewegung) sehr, mit der Krankheit umzugehen und meinen Alltag zu bewältigen. Daraus ziehe ich meine Kraft."

---

**Ideen und Informationen zu Sportarten, die für MS-Erkrankte geeignet sind, bietet der DMSG-Bundesverband im Info-Portal "MS und Sport". [Mehr](#)**

---

**Der Film "I Want To Run - Das härteste Rennen der Welt"** (Zorro Filmverleih GmbH) läuft zum Beispiel in:  
Berlin im BABYLON, Rosa-Luxemburg-Str. 30, Stadtteil: Mitte  
Dresden, KIF - Kino in der Fabrik, Tharandter Str. 33, Stadtteil: Löbtau-Süd  
Großhabersdorf , Lichtspiele - Kino zum Wohlfühlen, Bachstr. 15  
Köln , Filmpalette, Lübecker Str. 15, Stadtteil: Altstadt-Nord  
Stuttgart: Kinothek, Asangstr. 15, Stadtteil: Obertürkheim

[Einen Filmtrailer und weitere Kinos finden Sie hier](#)

Quelle: Bilder Hauser und Zorro Filmverleih, Filmband  
Redaktion: DMSG Bundesverband e.V. - 27. Juli 2012

Letzte Änderung: 29.07.2012

Gefällt mir

Zeige deinen Freunden, dass dir das gefällt.

---

© DMSG 2012. Alle Rechte vorbehalten