

# Sport

## «Im Galopp dachte ich: Jesses Gott!»

**Schriftsteller Arno Camenisch** Der Bündner erzählt in unserer neuen Serie, was er als sportverrückter Junge alles mitgenommen hat. Und wie er nach 15 Jahren zu seiner zweiten Passion zurückfand.

**Arno Camenisch**

Als ich aufwuchs in Tavanasa, waren wir immer draussen. Im Sommer spielten wir Tag und Nacht Fussball, im Winter fuhren wir Ski und spielten Eishockey. Bei jedem Wetter. Wenn es so stark stürmte, dass die Sessellifte stillstanden, liefen wir den Berg hoch. Unten beim Rhein hatten wir ein Natur-eisfeld. Eishockey assoziiere ich heute noch mit Kälte. Manchmal war es minus 20 Grad, trotzdem schossen wir ganze Nachmittage die Pucks herum und prügelten uns, heilandstutz!

Wir wollten alle Profifussballer werden. Mein grosses Idol war Paul Friberg, der bei uns in Tavanasa gross geworden war. Er spielte in St. Gallen, Wettlingen, mit Luzern wurde er 1989 Meister. Er war brutal schnell, wirbelte vorne im Sturm mit Sigi Gretarsson. Ach, wie habe ich ihn bewundert! Einmal reisten wir nach Luzern und schauten den Match, das waren für mich eindrückliche Momente als Kind. Wenn wir Paul während seiner Aktivzeit irgendwo sahen bei uns, auf der Skipiste, was war das für eine Aufregung!

So ging es weiter für mich, die ganze Schulzeit, später im Lehrerseminar, ich wollte immer Fussball spielen. Ich bin Linksfüssler, war linker Flügel, flink und schnell. Die Derbys gegen das Nachbarsdorf Trun waren legendär. Tausende Leute am Spielfeldrand! Der Legende nach. Welche Emotionen das hervorrief. Vom Platzwart bis zu den Leuten, die immer auf ihren Plätzen sass. Jeden Sonntag.

Ich schaffte es bis in die 2. Liga beim FC Chur und dem FC Ems. Bis 26 machte ich praktisch jeden Tag Sport. Dann zog ich nach Madrid, und von einem Tag auf den anderen hörte ich auf. Ich war zwei Jahre auf Reisen gewesen durch Südamerika, dann sah ich die Ausschreibung für den Lehrerberuf an einer Schweizer Schule in Madrid. Ich schrieb: «Ich komme, was muss ich tun?» Ich sagte zu, ohne dass ich je in Spanien gewesen war.

In Madrid hatte ich auf einmal keine Lust mehr, Sport zu treiben. Mich interessierten andere Dinge. Ich war mehr der Bohemien. 15 Jahre machte ich kaum mehr Sport, ausser Ski zu fahren.

### Neue Serie «Sportsgeist»

Der Sport berührt jede und jeden auf irgendeine Weise. Sei es, weil man selber Sport treibt, vielleicht sogar wettkampfmässig oder nur, um ein bisschen fit zu bleiben. Weil man Fan ist eines Clubs oder von Athletinnen und Athleten. Oder weil man wenigstens bei Grossanlässen wie einer Fussball-EM oder Wimbledon einschaltet, um mitreden zu können in der Kaffeepause.

In unserer neuen Serie lassen wir Prominente aus Kultur, Politik und Wirtschaft in loser Folge erzählen, wie sie es mit dem Sport halten. Den Anfang macht der Schriftsteller Arno Camenisch. «Ein schönes Format, da bin ich gerne dabei!», schrieb er via Whatsapp. Er hatte einiges zu erzählen. (sg.)

Dann brach ich mir bei einem Sturz auf der Piste zwei Rückenwirbel. Ich musste zum Physiotherapeuten. Bevor ich richtig im Zimmer war, sagte er: «Du bist nicht in Form.» Ich entgegnete: «Lass mich zuerst einmal reinkommen. Du musst mir auch gar keine Übungen zeigen, ich mache nicht eine. Lös mir einfach bitte ein bisschen den Rücken.»

Aber nach zehn Wochen war es immer noch nicht gut. Der Physio sagte: «Du musst etwas tun, du musst Sport machen.» Also begann ich, mich wieder zu bewegen. Ich bin sehr froh, habe ich auf ihn gehört. Ich mache nun wieder drei-, viermal die Woche Sport. Wegen einer Wette begann ich, Tennis zu spielen. Ein wunderbarer Sport! Um neun Uhr morgens eine Stunde Tennis, dann kann dir nichts mehr passieren. Und ich bike, lieber bergab als bergauf. Kürzlich war ich das erste Mal im Fitness. Ich dachte immer: Fitness, das ist nichts für mich. Ich habe mal für einen Monat gelöst. Schauen wir.

In Zeiten, wie wir sie mit dieser Pandemie gerade erleben, ist Sport umso wichtiger. Er tut gut. Um sich zu spüren, zu erden, den Kopf zu lüften. Man kommt auf andere Gedanken, kann für einen Moment alles vergessen.

### «Auf der Bühne geht es um Energie, um Präsenz. Wie im Sport.»

Ich bin jetzt 43. Wenn du älter wirst, merkst du, dass du zu dir Sorge tragen solltest. Du entwickelst ein anderes Bewusstsein fürs Leben. Du willst ja den grossen Bogen ziehen, über Jahrzehnte das tun, was dir Freude macht. Du schaust, dass du fit bist, achtest mehr auf die Ernährung. Einfach das Rauchen, das ist mein Laster. Aber Mario Basler steckte sich bei Werder Bremen ja auch nach jedem Spiel eine Zigarette an.

Der Sport hat mir als Jugendlichen viel gegeben. Ich lernte, mich durchzubeissen. An die Grenze zu gehen und manchmal darüber hinaus. Disziplin. Ich bin ein sehr disziplinierter Mensch. Zwölf Bücher in zwölf Jahren, unzählige Auftritte. Das hat schon mit Disziplin zu tun. Ich ziehe etwas durch bis zum Schluss.

Ich sehe in meinem Beruf als Schriftsteller und Performer viele Parallelen zum Sport. Ich liebe es, Lesungen zu machen. Egal, wie ich mich fühle, wenn ich da rausgehe, muss ich die Energie hochfahren und komplett in den Tunnel hineingehen. Auf der Bühne geht es um Energie, um absolute Präsenz. Das habe ich vom Sport mitgenommen. Ich lege den Schalter um und tauche ein in diese Welt. Dann geht es mir einfach gut, bin ich komplett in der Sprache drin.

Ich bereite mich auf meine Auftritte vor wie ein Sportler auf ein Spiel. Wenn ich am Abend auf die Bühne gehe, wie sieht mein



Arno Camenisch, ein Linksfuss wie Maradona: «Die Derbys gegen das Nachbarsdorf Trun waren legendär. Tausende Leute am Spielfeldrand!» Foto: Sabina Bobst

Tag aus? Ich schaue, dass ich meine Energie auf 30 Prozent herunterfahre. Ich kann nicht wandern gehen tagsüber. Vielleicht ein bisschen Sport. Eine Siesta. Um acht Uhr abends ist Showtime. Darauf richte ich alles aus.

Wie ein Sportler habe ich meine Rituale. Ich bin immer drei Stunden vorher dort. Eine Stunde aufbauen und Soundcheck, eine Stunde essen, eine Stunde nichts.

Wenn ich an neuen Auftritte, muss ich sie spüren. Ich kann

nicht einfach hingehen, lesen, und: «Tschau zäme.» Ich muss emotional eintauchen in die Welt meiner Texte, damit etwas passiert im Saal. Wenn ich spüre, dass es nicht so schwingt, muss ich mich reinkämpfen wie ein Fussballer ins Spiel. Noch mehr in die Hingabe gehen. Wie Maradona. Der konnte sogar in einem Freundschaftsspiel total aufgehen.

Wenn ich einen Gig habe von 80 Minuten, muss ich nach 60 Minuten nochmals hochfahren.

### Arno Camenisch, Autor und Performer

1978 in Tavanasa in der Surselva geboren, ist Arno Camenisch einer der erfolgreichsten zeitgenössischen Schweizer Schriftsteller. Auch sein neuestes Buch, «Der Schatten über dem Dorf», schaffte es auf Platz 1 der Schweizer Bestsellerliste. Darin erzählt er von einem Dorf in

Graubünden, das von einer Tragödie überschattet wird. Nach dem Besuch des Lehrerseminars in Chur und drei Jahren als Primarlehrer an einer Schweizer Schule in Madrid studierte er am Literaturinstitut in Biel. Dort wohnt er auch heute noch. 2009 veröffentlichte er sein erstes Buch («Sez Ner»),

Wenn du nicht fit bist, schaffst du das nicht. Die Vorstellung, ich sei total entspannt und würde nach dem Gig noch ein bisschen an der Bar herumhängen, das stimmt alles nicht. Ich packe bald einmal zusammen und fahre nach Hause. Wie ein Sportler. Dann liege ich zu Hause noch eine Stunde auf dem Sofa.

Schreiben ist ein Hochleistungssport. Du musst fit sein, auch physisch, damit du im Kopf voll parat bist. Bevor ich ein Buch

seitdem hat er jedes Jahr ein neues geschrieben. Seine Texte wurden in über 20 Sprachen übersetzt, seine Lesungen führten ihn quer durch Europa und auch nach Nord-, Südamerika und Asien. Zurzeit tourt der begnadete Performer in der Deutschschweiz. (sg.)

anfange, baue ich meine Fitness nun bewusst auf. Sonst bin ich nach einer Stunde müde. Wenn ich schreibe, bin ich wie im Tunnel. Irgendwann am Abend stehe ich vom Tisch auf und merke: Ich habe vergessen zu essen.

Sport zu schauen, ist für mich Erholung pur. Da kann ich total abschalten. Eine meiner schönsten Kindheitserinnerungen: Wie wir bei den Skirennen alle zu Hause vor dem Fernseher sass. Selbst wenn prächtiges Wetter

### «Es ist wunderschön, mit dem eigenen Kind Sport zu treiben.»

war, sass die ganze Familie am Samstagmittag beim Lauberhorn in der Stube. Die Fussball-WM 1986 in Mexiko war die erste, die ich so richtig mitbekam. Wir hockten beim Final alle in der Beiz meiner Tante und gingen mit. 3:2 für Argentinien gegen Deutschland. Wunderbar!

Meine Freude am Sport gebe ich an meine Tochter Marie-Lou weiter. Sie ist nun 14. Wir gehen oft Ski fahren. Vor einigen Jahren begannen wir zu reiten. Von Biel bist du schnell im Jura. Die ersten paar Male, als das Pferd anzog, vom Trab in den Galopp ging, dachte ich: Jesses Gott! Pferde haben eine unheimliche Kraft. Da musst du komplett präsent sein. Das Pferd macht nicht, was du willst, wenn du nicht voll da bist. Es geht ums gleiche Thema wie auf der Bühne: Präsenz!

Wir schauen auch gerne Skirennen zusammen, meine Tochter und ich. Vor der Pandemie fuhren wir hoch nach Wengen und schauten den Slalom. Das war spektakulär. Wir gehen manchmal auch biken, mit der Gondel hoch und dann die Trails runter. Sogar joggen macht mir Spass mit ihr. Es ist wunderschön, mit dem eigenen Kind Sport zu treiben.

Ach, den HC Davos hätte ich fast vergessen! Meine Mutter liess mir einen Wollpulli in Blau-Gelb, mit dem HCD-Logo und der Nummer 12 auf dem Rücken. Weil ich diese Zahl so mochte. Dann kamen Bykow und Chomutow zu Fribourg. In der Schule hatten wir plötzlich ein paar Gottéron-Fans. Bykow traf ich später einmal an einem Anlass. Das war eindrücklich. Wir sprachen auch über Eishockey, vor allem aber über das Vatersein.

Und natürlich muss ich Roger Federer erwähnen. Ich habe jeden seiner grossen Finals geschaut, wenn es möglich war. Das grosse Denken, das er von jung auf hatte. Das inspiriert viele. Es ist ein Geschenk, dass wir das 20 Jahre miterleben durften. Während des Australian-Open-Finals 2017 hatte ich eine Lesung in Bern. Die Lesung war ungefähr fertig nach dem dritten Satz in Melbourne. Ich sagte zu den Zuschauern: «Schön, wart ihr da, aber jetzt muss ich gehen.»

Aufgezeichnet von Simon Graf