

Idee kommen konnte, bis Budapest zu laufen, nur weil ich drei Jahre zuvor im Elbsandsteingebirge zufällig über eine EB-Hinweistafel stolperte!

»Man kann von Eisenach bis Budapest wandern?«, wunderte ich mich damals angesichts des beeindruckenden Schaubilds – und beschloss noch in derselben Minute: »Das will ich machen!«

Natürlich hatte ich schon vom Fernwandern gehört, wusste, dass man tausende Kilometer von Mexiko bis Kanada, von Italien bis ans norwegische Nordkap oder ganz populär auf dem Jakobsweg nach Santiago de Compostela wandern konnte. Aber von diesem Weg hatte ich noch nie gehört, obwohl er direkt um die Ecke lag. Ich lebe in Leipzig, nur 200 Kilometer entfernt von Eisenach – das Abenteuer wartet quasi vor der Haustür. Wozu weit reisen oder über den Atlantik fliegen,

wenn man abgeschiedene Wälder, einsame Moore, zerklüftete Gebirge, schwindelerregende Gratwege und freilebende Bären von zu Hause aus erreichen konnte? Denn so interessant ich die Berichte über die großen amerikanischen Trails auch fand, mich schreckte ab, dass man dafür nicht nur so fit sein musste, dass man dreißig Kilometer täglich schaffte, sondern außerdem teure und umweltschädliche Flüge buchen, Visa, Feuergenehmigungen und Nationalparktickets beantragen und Versorgungspakete vorschicken musste. Und sollte ich auf den ersten Kilometern merken, dass ein sogenannter Thruhike doch nicht das Richtige ist, wäre es schon ein bisschen blöder, diese Erkenntnis in der kalifornischen Wüste zu haben als in der thüringischen Provinz. Ich fand es beruhigend, zu wissen, dass ich bei einer Kapitulation vor meiner eigenen Courage einfach in den Zug

steigen und wieder nach Hause fahren konnte.

Kurzentschlossen legte ich an diesem Tag im Sommer 2016 auch direkt das Startdatum fest: Am 19.04.2019 würde ich an der Wartburg losmarschieren und den EB bezwingen! Ob Isergebirge, Altwatergebirge oder die Karpaten – ich war bereit, jede einzelne Bergkuppe der Mittelgebirge zu erklimmen, auf die der Bergwanderweg führt! Doch mit dem Wort Bergwanderweg fangen die Probleme schon an: Aufgrund einer Autoimmunkrankheit ist jeder Höhenmeter für mich eine besondere Belastung. Dumm nur, dass der EB mit rund 75.000 Höhenmetern aufwartet. Manch einer munkelt sogar, es wären 90.000! Dazu kommt: Ich vertrage kein Gluten. Brot, Nudeln, Mehlspeisen, Soßen, Bier: nichts für mich. Wenn ich glutenhaltige Speisen verzehre, quelle ich auf wie ein Wasserballon, bekomme fürchterliche Kopfschmerzen, werde

müde und kraftlos und bin mehrere Tage außer Gefecht gesetzt. Von den Darmproblemen ganz zu schweigen. Verpflegung außerhalb meiner eigenen Küche ist wie Russisch Roulette. Daran kann ich nichts ändern, aber was die Fitness betrifft, hatte ich Hoffnung. Denn auch darum ging es mir in der Sekunde des spontanen Entschlusses: die Kontrolle über meinen Körper zurückzugewinnen, die mir seit Langem verloren schien. Früher ging ich mehrmals die Woche klettern, raste mit dem Fahrrad durch die Gegend und tanzte mich leidenschaftlich durch die Tangosalons, aber dann wurde ich immer schlapper. Irgendwann ging es mir so schlecht, dass ich die Treppe zu meiner Wohnung im ersten Stock kaum noch hochkam. Ich war ausgelaugt, ständig müde, wahlweise gereizt oder niedergeschlagen und nahm in kurzer Zeit beinahe dreißig Kilo zu.

»Sie sind selbstständig und ziehen zwei

Kinder alleine groß, Sie brauchen mal eine Pause«, sprach der Hausarzt und verordnete mir eine Mutter-Kind-Kur, die an meinen Beschwerden nicht das Geringste änderte. Stattdessen wurde es immer schlimmer; das dunkelste Kapitel meines Lebens begann, denn morgens klappte ich direkt nach dem Aufstehen regelmäßig zusammen. Ich musste meine Kinder an diesen Tagen vom Bett aus in den Tag dirigieren und fühlte mich dabei wie eine Rabenmutter. Weil es nach dem Urteil des Arztes keine physische Ursache gab, zweifelte ich an meiner Psyche. Ich glaubte, einfach nicht stabil und stark genug zu sein. Erst als ich ein paar Jahre später den Arzt wechselte, bekamen die Symptome mit der Diagnose Hashimoto-Thyreoiditis einen Namen. Diese Autoimmunkrankheit äußert sich in einer dauerhaften Entzündung der Schilddrüse und der Zerstörung des Schilddrüsengewebes,