

dieses Baby gewartet, und binnen eines einzigen Nachmittags war alles vorbei, vorbei alle Freude und Hoffnung. Wir alle müssen uns schmerzhaften Erfahrungen stellen – leider, denn niemand ist vor Widrigkeiten und Rückschlägen, vor Scheitern, Leid, Kummer oder Verlust gefeit. Manchen wird sehr viel mehr zugemutet als anderen, und für die Menge an Leid, die einige Menschen im Laufe ihres Lebens erdulden müssen, gibt es keinerlei Grund oder Rechtfertigung. Wir alle haben unsere Geschichte, und dies ist nur ein kleiner Ausschnitt aus meiner.

Auch wenn ich es damals noch nicht ahnte, sollte diese schwere Zeit alles für mich verändern. Damals schien es mir, als könne ich gerade das, was ich mir am meisten wünschte, nicht haben, doch ich wusste auch, dass ich – unter Vernachlässigung aller anderen Lebensbereiche – meinen Traum von weiteren Kindern nicht ewig weiterverfolgen konnte. Es

belastete nicht nur meine Ehe, sondern auch meine Finanzen, meine Freundschaften und – was am wichtigsten war – meine gesamte *Lebenseinstellung*. Ich war eifersüchtig auf Freundinnen, die Kinder kriegten, und ärgerte mich, wenn sie sich über schlaflose Nächte beklagten. Ich litt unter einem ständigen Schuldgefühl, weil Jude Einzelkind war. Ich kapierte einfach nicht, wie oder weshalb es so gekommen war. Welchen Sinn hatte es? Sollte es mich etwas lehren? Sosehr ich auch Ausschau hielt, ich konnte nirgends einen Silberstreif am Horizont entdecken – meine Enttäuschung war abgrundtief, und ich war untröstlich und haderte mit Gott. Zwar empfand ich auch unglaubliche Dankbarkeit wegen Jude, an die ich jedes Mal, wenn ich ihn »Mami« rufen hörte, erinnert wurde, doch auch das konnte mir die unterschwellige Traurigkeit nicht nehmen. Beim Blick in die Zukunft sah ich nicht mehr das Leben vor mir, von dem ich

geträumt hatte. Wenn man bäuchlings auf dem Boden liegt, ist es schwer, ein Licht am Ende des Tunnels zu erkennen. Damals war mein Denken starr und fixiert, und ich glaubte, dass jede Zukunftsalternative immer nur eine zweitbeste sein könnte.

So war das, bis mir dann zwei sehr wichtige Dinge passierten. Das erste war eine Gelegenheit, die sich mir genau zum richtigen Zeitpunkt bot; das zweite meine Bereitschaft, sie zu ergreifen.

Anfang 2017 erhielt ich einen Anruf von Paul Brady, dem PR-Manager von Adidas UK, mit dem ich bereits zusammengearbeitet hatte. Er erzählte mir, dass Adidas einige Startplätze für den legendären London-Marathon zu vergeben habe, und ob ich vielleicht Lust hätte, als Mitglied der Adidas-Runners-Community mitzulaufen? Es war Januar, bis zum April-Marathon waren es nur noch 14 Wochen, und ich war noch nie mehr als zehn Kilometer

gelaufen. Sodass die logische Antwort natürlich lautete: »O mein Gott, ja! Ich bin zwar noch nie einen Marathon gelaufen, aber ja! Ich bin dabei!« Als ich auflegte, zitterte ich vor Aufregung. Doch die Begeisterung wurde rasch von den einsetzenden Selbstzweifeln verdrängt. *Bist du bescheuert? Du kannst doch keine 42 Kilometer laufen!, tadelten sie mich. Du bist keine Marathonläuferin. Du bist Mutter und Fitnesstrainerin. Du weißt ja nicht mal, wie man für einen Marathon trainiert. Da brauchst du doch bestimmt einen Coach? Nur echte Läufer wagen sich an einen Marathon. Es muss Unmengen anderer Läufer geben, die mit Begeisterung an diesem berühmten Rennen teilnehmen würden, einem von denen solltest du den Startplatz überlassen. Hast du denn überhaupt Zeit dafür? Es ist Januar und eiskalt da draußen. Du bist eine Schönwetterläuferin, Adrienne. Ruf zurück und sag ihm, dass du es dir anders überlegt*

*hast.* Nach einigen Minuten der Panik beruhigte ich mich wieder und verbrachte die nächsten zwei Stunden damit, online Marathontrainingspläne zu studieren und Artikel darüber zu lesen, wie man sich auf seinen ersten Marathon vorbereitet. Bis zu diesem Zeitpunkt hatte ich nie begriffen, wie dringend ich diese Fokussierung brauchte – wie wichtig es für mich war, meine mentale und physische Energie auf etwas völlig Neues auszurichten. Die letzten Jahre hatte ich damit verbracht, meinen Monatszyklus zu verfolgen und den jeweiligen Zeitpunkt des Eisprungs zu berechnen. Ich hatte stundenlang Statistiken und Daten über fruchtbarkeitsfördernde und die Spermienbeweglichkeit optimierende Ernährungsformen gewälzt. Wenn ich das Training für dieses Rennen mit der gleichen Hingabe, dem gleichen Engagement betreiben würde, so war mein erster Marathon vielleicht gar keine so abwegige Idee.