



## GEHEN. WEITERGEHEN: EINE ANLEITUNG, ERLING KAGGE

---

„Zu gehen verschafft ein Gefühl von Freiheit. Es ist das Gegenteil von ‚schneller, höher, weiter‘. Alles bewegt sich langsamer, wenn ich gehe, die Welt scheint sanfter zu werden, und eine kurze Weile lebe ich nicht durch die alltäglichen Verrichtungen. [...] Ich spüre, dass ich das Zentrum meines eigenen Lebens bin, und kann mich gleich darauf selbst vollkommen vergessen.“ (S. 27), erzählt der norwegische Entdecker Erling Kagge, der in den neunziger Jahren als erster Mensch zu Fuß und ohne Unterstützung die sog. "drei Pole" erreichte - den Nordpol, den Südpol und den Gipfel des Everest. Kagge war auch der Erste, der zu Fuß die unterirdischen Kanalisations- und Eisenbahntunnel New Yorks bis hin zum Atlantischen Ozean durchquerte. Er ist davon überzeugt, dass jede und jeder Gehen kann und das wir nicht erst den Everest besteigen müssen, um etwas Erinnerungswertes geschafft zu haben; selbst wenn wir den Weg von zu Hause ins Büro zu Fuß gehen, können wir den Tag verwandeln und das Leben intensiver wahrnehmen. Um damit zu beginnen, genügt es, einen Fuß vor den anderen zu setzen.

**Erling Kagge**

**Gehen. Weitergehen: Eine Anleitung**

**Aus dem Norwegischen von Ulrich Sonnenberg**

**Originaltitel: Å gå: ett skritt om gangen**

**Berlin: Insel Verlag, 2020**

**ISBN: 9783458364917**

**Ausgabe in deutscher Sprache**

**157 Seiten**