



Völkerverständigung in den Bergen Albanien

Fahrradturen seien langweilig und monoton, glauben viele Leute. Ich halte dagegen: Unterwegs passiert immer etwas – für das Auge, den Geist oder das Gemüt. Nebenbei wird das Herz trainiert und der innere Schweinehund gebändigt. Dieser Text liefert die Beweise.

Die Steigungen sind knackig: Manchmal sind es 50, zuweilen sogar 100 Höhemeter, die man mit Schwung bewältigen kann. Die Verkehrsingenieure haben tiefe Schluchten durch die Felsen bauen lassen. «Das fägt», würden Berner «Gümmeler» sagen. Für mich ist es eine Mühsal: «Jellow Jeff» allein ist 24 Kilogramm schwer, dazu kommen das Gepäck und mein Eigengewicht. Meistens kämpfe ich mich im ersten Gang bergauf und muss keuchen. Der innere Schweinehund hockt auf meiner linken Schulter und flüstert mir ins Ohr: «Hey, weshalb quälst du dich?» Ich konzentriere mich auf die Berge Albanien und den riesigen See, der tiefblau schimmert.

Das Thermometer zeigt 36 Grad, auf der App steht diskret in gelber Schrift: «Gefühl 41 Grad.» «Ihr Wetterfrösche habt ja keine Ahnung!», knurre ich halblaut. Die Sonne brennt von oben, von der Strasse und von den Felswänden her reflektiert die Hitze. So muss sich das Guggeli im Backofen fühlen.

Am Rand eines Städtchens entdecke ich unter alten Bäumen ein Restaurant. Das Ambiente gefällt mir und so lasse ich mich auf einen Stuhl fallen. Die Mittagszeit ist vorbei, ich bin der einzige Gast. Die Beizerin ist schüchtern und

lässt ihren etwa zwölfjährigen Sohn für sie übersetzen. Dann verschwindet sie in der Küche und ich höre, wie ein Messer in hohem Tempo immer wieder auf ein Schneidebrett stösst. Fünfzehn Minuten später habe ich einen griechischen Salat und eine grosse Portion Spaghetti vor mir.

Ich bin satt und zufrieden, der Kampf im Backofen ist schon fast vergessen. Im Barbershop neben der Beiz gönne ich mir eine Nassrasur. Zum Abschluss kriege ich einen kräftigen Spritzer Eau de Cologne auf die Backen. Ich muss grinsen: Oben riecht es gut, von den Schultern abwärts kleben die verschwitzten Kleider an meinem Leib. Ich radle los und geniesse es, den Duft des Kölnisch Wassers einzuatmen. Zehn Minuten später hat es sich verflüchtigt.

Die Schatten sind länger geworden. Ich kurble in gemächlichem Tempo bergwärts und fühle mich frei. Kein Motorlärm. Die Bäuerinnen werken auf den Feldern und die Schäfer winken, wenn ich an ihnen vorbeifahre. Unterwegs pflücke ich wilde Mirabellen und stopfe sie in meinen Mund, was jedesmal einen Zuckerschub auslöst. Die Hitze ist gebrochen, als ich in einen Canyon einbiege. Rechts von mir gurgelt ein Bach talwärts, die Felsen sind zuweilen rot, es sieht aus wie im Wilden Westen.