

Gut loslassen

05.12.2025

Niemand muss öffentlich sagen, wenn er oder sie krank ist. Das ist etwas sehr Persönliches. Außer, die Krankheit wirkt sich negativ auf andere aus. Dann muss es doch gesagt werden. Meist bedeutet das: kürzertreten, etwas aufgeben, loslassen. Wie mache ich das rechtzeitig und würdevoll? Damit müssen sich die meisten irgendwann beschäftigen, spätestens an der Schwelle zum Alter.

Das musste auch Thomas Gottschalk. Als charmanter Entertainer moderierte er Jahrzehnte lang die größten Fernseh-Shows. Dann merkte er: Sein Stern sinkt. Er hat sich zurückgezogen. Aber doch nicht so ganz. Die große Bühne, die Aufmerksamkeit von Millionen Zuschauern - das ist schwer loszulassen, wenn man es liebt.

Was braucht man, um gut aufhören zu können? Mir scheint, dafür braucht man zumindest eine gute Antwort auf diese Frage: Was bleibt mir und was bleibt von mir, wenn ich losgelassen habe?

Thomas Gottschalk hat den richtigen Zeitpunkt dafür verpasst. Ein Jammer. Vor drei Wochen moderierte er die Verleihung des Bambi-Preises. Doch statt als eigentlichen Star die Sängerin Cher anzukündigen, redete er vor allem von sich selbst. Er war unkonzentriert und machte peinliche Fehler. Dafür wurde er heftig kritisiert.

Gottschalk bat um Entschuldigung. Nach einem weiteren missratenen Auftritt machte er öffentlich: Er ist an Krebs erkrankt. Zum Zeitpunkt der Show musste er starke Medikamente einnehmen - mit erheblichen Nebenwirkungen. Warum ist er trotzdem aufgetreten? frage ich mich.

Aber ich finde gut, dass er seine Situation erläutert hat. Damit können alle, die das wollen, Verständnis und Mitgefühl aufbringen. Viele, auch ich, fühlen mit ihm. Andere können zumindest überlegen, ob der Tonfall ihrer Kritik angemessen war.

Thomas Gottschalk hat auf die harte Tour gelernt, was die meisten irgendwann auch verkraften müssen: fertigwerden damit, dass die eigenen Lebenskräfte schwinden. Dann muss man etwas aufgeben. Sei es das berufliche Ansehen, einen Leistungssport, Autofahren, die zu groß gewordene Wohnung oder anderes. Loslassen und Sich-neu-Orientieren sind harte Arbeit. Insbesondere wenn es um etwas geht, das bisher zum Sinn des Lebens gehörte.

Was mir dabei hilft, ist mein christlicher Glauben. Der spricht mir zu: Du bist ein Kind Gottes. Du hast eine unverbrüchliche Würde, unabhängig davon, wie groß oder klein du bist, wie stark oder schwach, wie prominent oder unbekannt. Der Glaube gibt dem Leben einen Sinn jenseits von allem, was ich tue oder habe. Egal wovon ich mich verabschieden muss: Ich verliere nie alles. Und ich weiß: Es kommt ein neues Kapitel in der Geschichte Gottes mit mir. Das trägt mich. Die Schmerzen des Abschieds sind damit nicht weg. Aber es wird leichter, mit ihnen fertigzuwerden.

Beim Loslassen hoffe ich auch auf hilfreiche Menschen um mich herum. Dafür muss ich ihnen

allerdings offen sagen, wie es um mich steht. Und ich muss sie ermutigen, Klartext zu reden, wenn es an der Zeit ist. Dann stoppen sie mich hoffentlich - mit liebevollen und zugleich deutlichen Worten.

Aber eigentlich möchte ich es am liebsten selbst merken. Ich möchte erkennen, wenn ein Abschied ansteht. Den möchte ich dann mit klarem Kopf angehen. Würdevoll, so gut ich kann. Was dabei zu einem passt, muss man selbst herausfinden. Das ist unterschiedlich.

Thomas Gottschalk tut das jetzt. Morgen will er seinen Abschied von der großen Bühne nehmen. Wie es zu ihm passt: öffentlich in einer Fernseh-Show. Begleitet von einer Kollegin und einem Kollegen. Ich wünsche ihm, dass es gelingt. Nicht peinlich und selbstverliebt, sondern würdevoll. Auf seine Weise, also: leicht und schwer zugleich. Ernst und heiter vereint, Lächeln trifft Träne, gehalten in Gottes Hand - das wäre mein Traum für jedes gute Loslassen.

Es gilt das gesprochene Wort.

(1) <https://www.tagesschau.de/inland/gesellschaft/thomas-gottschalk-krebs-100.html>

Redaktion: Pfarrer Martin Vorländer (martin.vorlaender@gep.de)

Weitere Sendungen, Informationen, Audios und mehr finden Sie unter:
<http://rundfunk.evangelisch.de/kirche-im-radio/deutschlandfunk/morgenandacht>

Facebook: <https://www.facebook.com/deutschlandradio.evangelisch>