

Marathon

16.08.2025

Griechenland. Mittagshitze. Temperaturen um die 40 Grad. Wir haben unser Zelt einige hundert Höhenmeter unterhalb des Orakels von Delphi aufgeschlagen. Der Zeltplatz liegt wunderschön mit Blick über das Tal. Kilometerweit sieht man Olivenhaine und ganz in der Ferne silbern die Bucht von Itéa schimmern. Hier zogen vor mehr als zwei Jahrtausenden die alten Griechen hinauf zum Orakel.

Ein Pärchen baut neben uns ebenfalls sein Zelt auf. Als das geschafft ist, sagt der Mann zu seiner Freundin: „Ich gehe jetzt ein wenig laufen und jogge mal kurz zum Orakel.“ Ich dachte: Der kommt doch um in der mörderischen Hitze. Die setzt mir schon zu, ohne dass ich mich bewege. Doch weit gefehlt. Nach anderthalb Stunden kommt er verschwitzt, aber freudestrahlend zurück. Er war passionierter Marathonläufer und trainierte täglich, sommers wie winters - jetzt eben auch in Delphi.

Sein Urahn, der erste Marathonläufer war nach seinem Lauf vor bald zweieinhalbtausend Jahren tot umgefallen. Die Legende erzählt, er habe nach der gewonnenen Schlacht der Griechen über das persische Heer nur noch die Worte „Sieg! Sieg!“ über die Lippen gebracht und ist danach sofort vor Erschöpfung gestorben.

Inzwischen sind Marathonläufe über mehr als 40 Kilometer eine Massenbewegung, und zum Glück meist ohne tragische Todesfälle. Aber warum quälen sich Menschen über diese Distanz? Ist es der lange Lauf zu sich selbst? Ich jedenfalls habe den noch vor mir. Bislang stehe ich bei großen Marathonevents, ob in Berlin oder Frankfurt am Main, nur am Rand und jubele den Sportlerinnen und Sportlern zu.

Seit dem Erlebnis in Griechenland finde ich: Der Marathon ähnelt dem Lebenslauf. Hier wie dort gibt es Konkurrenz. Man will der Beste sein. Das Wichtigste aber ist: wenigstens im Ziel ankommen.

Auch der Verlauf eines Rennens gleicht dem Leben. Mein Marathon-trainierter Zeltnachbar damals in Delphi hat mir erzählt: „Am Anfang muss man sich erst einlaufen, Tritt fassen, seinen eigenen Rhythmus finden. Dann läuft es viele Kilometer wie von selbst. Das letzte Drittel aber ist meist beschwerlich. Die Kräfte nehmen ab, es kostet immer mehr Überwindung weiterzulaufen und schließlich erreicht man völlig erschöpft das Ziel.“ Und da spürt man, egal wie schnell man war, eigentlich vor allem eine große Dankbarkeit - für jeden Schritt, den man zurückgelegt hat; und dass man tatsächlich angekommen ist.

Der Vergleich zwischen Wett- und Lebenslauf findet sich bereits in der Bibel. Der Apostel Paulus schreibt seiner Gemeinde in Korinth: „Wisst ihr nicht, dass die, die in der Kampfbahn laufen, die laufen alle, aber nur einer empfängt den Siegespreis?“

Lauft so, dass ihr ihn erlangt... Die Wettläufer empfangen einen vergänglichen Kranz. Im Glauben geht es dagegen um einen unvergänglichen Siegeskranz.“ (1. Korinther 9,24-27)

Gut, was den Marathonlauf angeht, mag das ja stimmen: Nur einer kann gewinnen. Aber sonst setzt mir Paulus' Vergleich zu sehr auf Sieg. Er behauptet, es gehe immer um den Siegeskranz, und den könne nur der Schnellste erhalten. Sicher, es gibt die Spitzenathleten und da geht es um den Siegeskranz - oder inzwischen um die Goldmedaille.

Aber im Breitensport Marathon geht es darum, das eigene Tempo zu finden und dann das Ziel zu erreichen. Und das stimmt ja auch im Vergleich für den Lebenslauf. Da hat jede und jeder sein Tempo und sein Ziel. Freilich macht auch Laufen bzw. Leben an sich Spaß. Aber wenn ich ein Ziel vor Augen habe, halte ich besser durch. Das lässt mich Schmerzen und Hindernisse leichter ertragen.

Und hier endet auch der Vergleich. Denn im Lebenslauf ist es für meine Motivation entscheidend, ob das Ziel das ewige Leben ist - oder ob dann einfach alles zu Ende ist. Als Christ hoffe ich auf das ewige Leben. Damit sollte sich fröhlicher laufen lassen - durchs ganze Leben.

Es gilt das gesprochene Wort.

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>