

Vom 09. Februar 2019

Lissy Eichert  
Berlin

6/2019

## Lebenswettlauf

Welch eine Woche voll sportlicher Höhepunkte! Zum Beispiel der DFB-Pokal mit spannenden KO-Spielen. Oder der Biathlon. Sport lebt von der Spannung, vom Mix aus Kampf und Spiel. Beim Biathlon fasziniert mich besonders dieser krasse Wechsel: Erst laufen. Der Puls fährt hoch. Dann der abrupte Stopp. Von 100 auf Null. Atmen. Volle Konzentration. Die ruhige Hand für den zielsicheren Schuss. Was für eine Disziplin! Klingt erstmal nach Anstrengung und Krampf. Das Geheimnis: bei voller Kraft locker bleiben.

Ich kann eine Menge lernen vom Sport: Mich durchkämpfen und im richtigen Moment innehalten, um den entscheidenden Treffer zu landen. Damit ich diese - vielleicht einmalige - Chance nicht vergeige. Der sportliche Wettkampf als ein Gleichnis für das Leben. Für den Lebenswettlauf. Wir laufen ja tagtäglich. Hetzen von Termin zu Termin. Kämpfen für unsere Familien, für den Job, für ein besseres Leben. Da sind Pausen wichtig – Atmen. Innehalten. Dass bei aller Anstrengung eine

spielerische Leichtigkeit mit dabei ist. Neu ist dieser Vergleich nicht: Schon der Apostel Paulus sieht den gelebten Glauben sportlich. Er will Jesus Christus nacheifern. Dafür geht er wie ein Wettläufer an den Start. Aber er "will nicht ziellos laufen", schreibt er in einem Brief an die Bewohner von Korinth. Vor den Toren der Stadt fanden damals bedeutende Wettkämpfe statt. Und so verstand man sofort: Ja, Sport begeistert. Macht Spaß. Es gibt die Aussicht auf Sieg. Aber ohne Training, ohne Anstrengung kein Erfolg. Paulus selbst versteht sich als Spielercoach.

Als Trainer, der dabei hilft, den Glauben im Alltag umzusetzen: Wie geht Glauben praktisch? Ein Coach weiß, wie viel Furcht und Zittern jeden und jede am Start überfallen kann. Alle inneren Schweinehunde sind da mit dabei. Diese "Aber-Geister". Aber das Wetter, aber der Kreislauf. Die Angst zu versagen. Aber... Der Kampf dagegen findet im Kopf statt. Sich entscheiden: Weiterlaufen oder aufgeben? Wie im richtigen Leben: Auch da gibt's ja Durststrecken, in denen nichts läuft, man alles hinschmeißen will und Gott weit weg scheint. Und was dann?

Weitermachen! Das rät der Trainer für das Glaubensleben. Hoffnung, Vertrauen, die Liebe Gottes: Das alles kann Glückshormone freisetzen. Paulus feuert uns an: "Lauft so, dass ihr gewinnt." Alle sollen also gewinnen und zwar gemeinsam. Klingt simpel, stimmt aber: Das Leben können wir nur gemeinsam gewinnen oder es gemeinsam verspielen - die Zukunft unseres Planeten, die soziale Gerechtigkeit. Wenn wir nur im Konkurrenzkampf gegeneinander antreten, werden wir am Ende alle verlieren. Darum lohnt es sich, immer wieder neu an den Start zu gehen. Weiterlaufen! Und jetzt gebe ich den Stab weiter – an Sie zu Hause. Für Ihren Wettlauf im Alltag. Mit Gott können wir das Leben gewinnen.

