

Predigt „Spiel des Lebens - Aufgestiegen“

Liebe Gemeinde,

I. Sieg und Niederlage im Sport

liegen oft nah beieinander. Davon kann ich als KSC-Fan ein Lied singen. Nach einer Niederlagenserie hatten die Karlsruher zuletzt zweimal hintereinander gewonnen (gegen Kiel und in Magdeburg) und gegen Dresden nach einem 1:3 Rückstand zur Pause immerhin noch 3:3 Unentschieden gespielt. Dann stand letzten Sonntag das Südwest-Derby gegen Kaiserslautern an. Dort verlor der KSC nach einer schwachen Vorstellung verdient mit 0:3. Wie üblich ging die Karlsruher Mannschaft nach dem Spiel zum Gästeblock, um sich bei ihren Fans für die Unterstützung zu bedanken. Doch die KSC-Fans in der Kurve waren so sauer wegen des saft- und kraftlosen Auftritts der Mannschaft, dass sie die Spieler wieder wegschickten. Nach dem 3:1-Sieg des KSC gegen Fürth am Freitagabend hatten sich dann alle wieder lieb.

Als ich vor gut 30 Jahren in Heidelberg studierte, schaute ich im Wohnheim öfter zusammen mit anderen Studenten Fußball. Dabei war auch ein Schwabe aus dem Großraum Stuttgart, der allerdings Bayern-Fan war. Er war damals sogar einmal gegen die Bayern in Stuttgart im Stadion, feuerte aber den FC Bayern an und nicht den VfB Stuttgart. So etwas kann ich nicht verstehen. Er sagte zur Erklärung: „Ich bin halt am liebsten für die Besten, dann hast du einen ruhigen Samstagabend.“ Mit solchen Feierabend-Bayern-Fans habe ich ein Problem. Wer ein echter Fan ist, zeigt sich für mich daran, dass er auch dann noch zu seiner Mannschaft hält, wenn es mal nicht läuft. Das kommt bei den Bayern vielleicht nicht so oft vor wie beim KSC - als KSC-Fan ist man ja leidgeprüft - aber auch die Bayern verlieren mal ein Spiel. Und gerade in einer schwierigen Phase braucht die Mannschaft ja die Unterstützung der Fans, die sie antreiben und nach vorne pushen.

Ein anderes Beispiel aus dem Sport: Die olympischen Winterspiele und die Paralympischen Spiele sind vor kurzem zu Ende gegangen. In der Zeitung las ich einen interessanten Artikel darüber, dass viele Sportlerinnen und Sportler nach einer Teilnahme bei Olympia erst einmal in ein tiefes Loch fallen - unabhängig davon, wie sie abgeschnitten haben. Denn sie haben monatelang, wenn nicht jahrelang auf dieses große Ziel hingearbeitet, haben hart trainiert. Und jetzt ist es vorbei. Auf einmal fehlt ihnen eine Aufgabe im Leben, für die es sich anzustrengen lohnt. Sportpsychologen nennen das den „post-olympischen Blues“. So ging es auch Sarah Brüßler [*Bild*], hier auf dem Bild die zweite von rechts. Sie war Kanutin bei den Rheinbrüdern Karlsruhe, kommt also hier aus der Nähe. Sie habe es komplett unterschätzt, sagte sie im Rückblick auf ihre erste Olympia-Teilnahme in Tokio 2021, wie „emotional anstrengend“ es sei, nach solch einem Großereignis plötzlich ohne Ziel dazustehen. Fast ein Jahr habe es gedauert, ehe sie „die Alte“ war.

Ich kann das menschlich durchaus nachvollziehen. Ich habe schon öfter Berichte von Spitzensportlern gelesen, die es bis ganz nach oben geschafft haben, zum Beispiel die Teilnahme an olympischen Spielen oder an einer Weltmeisterschaft als Nationalspielerin oder Nationalspieler im Fußball. Von Oliver Kahn zum Beispiel - Torwart-„Titan“, Vizeweltmeister, Champions-League-Sieger, mehrfacher Deutscher Meister. Er stammt aus meiner Heimatstadt Karlsruhe und wurde beim KSC groß. Dort sah ich ihn auch schon im Stadion spielen, als ihn außerhalb von Karlsruhe noch kaum einer kannte. (Die Champions League und die Deutsche Meisterschaft gewann er allerdings mit den Bayern.) Schon als Jugendlicher schob er nach dem offiziellen Training im Dunkeln bei Flutlicht noch Sonderschichten mit dem Torwarttrainer, um noch besser zu werden. Viele, die später Spitzensportler wurden, haben sich schon von früher Jugend an im Training gequält und geschunden, um es bis ganz nach oben schaffen. Auf all das, was ihre Altersgenossen in ihrer Freizeit sonst machen - sich mit Freunden treffen, Partys feiern, ins Kino gehen oder so - haben sie fast komplett verzichtet. Wenn so jemand es dann geschafft hat, an den Olympischen Spielen teilnimmt oder an einer Welt- oder Europameisterschaft, dann ist es schon verständlich, dass er oder sie danach in ein tiefes Loch

fällt. Denn das Ziel, auf das sie jahrelang hingelegt und hingearbeitet haben, ist auf einmal weg. Wie ein Sportler oder eine Sportlerin da wieder herauskommen kann, darauf kommen wir später noch einmal zurück.

Vorher will ich noch auf

II. Sieg und Niederlage im Leben

zu sprechen kommen. Denn auch in anderen Lebensbereichen liegen Sieg und Niederlage oft nah beieinander.

Anfang der 1990er Jahre sah ich einmal im Fernsehen, wie Günther Jauch den damaligen Bundeskanzler Helmut Kohl interviewte. Die deutsche Wiedervereinigung lag damals erst kurz zurück, und Kohl war auf dem Höhepunkt seiner Karriere. Jauch fragte Kohl, wie er sich denn jetzt so fühle als gefeierter Kanzler der deutschen Einheit. Kohl antwortete nüchtern: „Wissen Sie, auch in der Politik liegen das ‚Hosianna‘ und das ‚Kreuzige ihn‘ oft nah beieinander.“ Er spielte damit natürlich auf Jesus an, der bei seinem Einzug in Jerusalem mit Hosianna-Rufen gefeiert wurde. Doch nur wenige Tage später rief die Menge „Kreuzige ihn“ - was dann auch geschah. Im Blick auf seine Person sollte Kohl recht behalten. 1998 wurde er abgewählt, und wenig später kochte die Spendenaffäre der CDU hoch. Kohls Ansehen war im Keller, und sein Image hatte erhebliche Kratzer erlitten.

Sieg und Niederlage gibt es nicht nur im Sport und auch nicht nur in der Politik. Es gibt sie auch im persönlichen Leben. Zum Beispiel bei Beziehungskisten. Meine Frau und ich haben erst mit Mitte 30 geheiratet. Von daher kann man sich ausrechnen, dass meine Frau nicht die erste Frau war, in die ich mich verliebt habe. Vielleicht gab es die eine oder andere, die unglücklich in mich verliebt war. Aber auch von meiner Seite aus gab es die eine oder andere einseitige Geschichte. Und als ich wieder einmal einen Korb bekommen hatte, war ich ziemlich am Boden zerstört. Ein Seelsorger gab mir damals einen weisen Rat: „Du hast nur die Wahl zwischen Hoffnung und Verzweiflung. Eine andere Wahl hast du nicht. Du musst dich entscheiden.“ Ich entschied mich für die Hoffnung. Und sie wurde nicht enttäuscht: Wenige Jahre später konnte ich ihm meine Frau vorstellen.

Aber auch wenn man bei der Suche nach einem Partner, einer Partnerin erfolgreich ist, ist es wichtig, das richtig einzuordnen. Sicher nicht so wie in dem Lied von Queen, das in Fußballstadien gern nach glorreichen Siegen gespielt wird: „No time for losers, 'cause we are the champions“ - keine Zeit für Verlierer, denn wir sind die Meister. Auch wer keinen Partner oder eine Partnerin fürs Leben findet, befindet sich deshalb nicht von vornherein auf der Schattenseite des Lebens. Auch Singles können ein erfülltes Leben haben. Wichtig ist für sie vor allem, gute Freundinnen und Freunde zu haben, mit denen man über mehr als übers Wetter reden kann. Und auch Menschen, die verheiratet sind, die in einer festen Beziehung leben, sollten ihr Lebensglück nicht von ihrem Partner oder ihrer Partnerin abhängig machen. 1984 hatte die Band Chicago einen Hit, in dem sie sangen: „You're the meaning in my life, you're the inspiration“ - du bist der Sinn meines Lebens, du bist meine Inspiration. Dass der Partner oder die Partnerin einen inspiriert, okay. Aber den Sinn meines Lebens möchte ich nicht von meiner Frau abhängig machen. Denn zum einen: Wenn die Partnerin das eigene Lebensglück garantieren soll, ist das in den meisten Fällen eine Überforderung. Daran sind auch schon Beziehungen zerbrochen. Und spätestens wenn man die Partnerin oder den Partner verliert, durch Trennung oder durch Tod, ist der Sinn des Lebens futsch. Ich kannte eine Frau, deren Mutter starb. Ihr Vater, der ohne seine Frau nicht leben wollte, nahm sich noch am selben Tag das Leben. Und die Tochter musste damit klarkommen, an einem Tag beide Eltern verloren zu haben. Das zeigt, wie problematisch es ist, den Sinn des Lebens von einem Menschen abhängig zu machen. Deshalb will ich nach Sieg und Niederlage im Sport und im Leben noch über

III. Sieg und Niederlage bei Jesus

nachdenken. Dazu komme ich nochmals auf die vorhin erwähnte Kanutin Sarah Brüßler zurück. Ihr Tief nach den Olympischen Spielen in Tokio hat sie zusammen mit einer Sportpsychologin aufgearbeitet. Sie erzählt, sie habe in diesem knappen Jahr viel über ihr Leben, ihren Sport, ihre Werte ganz allgemein nachgedacht und gelernt. Schließlich traf sie die Entscheidung, bis zu den Olympischen Spielen im Sommer 2024 in Paris weiterzumachen. Damit setzte sie sich ein neues Ziel. Und schließlich hat sie eine Medaille aus Paris mitgebracht. Im Team gewann sie Silber im Kajak-Vierer.¹

Hängen blieb ich an der Bemerkung, dass sie in der Zeit nach dem Olympia-Blues viel über ihr Leben und ihre Werte nachgedacht habe. Darüber nachzudenken, welche Werte mich im Leben tragen, kann helfen, nach einer Niederlage wieder aufzustehen und neue Siege anzustreben - ob im Sport oder im persönlichen Leben. Wenn ich überlege, welche Werte mich im Leben tragen, fällt mir zuerst mein Glaube an Jesus Christus ein. Und bei ihm kann ich viel über Sieg und Niederlage lernen. Dass bei Jesus auf die Hosianna-Rufe das „Kreuzige ihn“ folgte, habe ich schon erwähnt. Sein Tod am Kreuz war auf den ersten Blick die größte Niederlage. Und es fühlte sich für ihn auch so an. Am Kreuz schrie Jesus: „Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen?“² Tiefer konnte Jesus nicht sinken. Mit diesen Worten zitierte Jesus ein Gebet aus der Bibel, nämlich den Anfang des 22. Psalms. Im tiefsten Loch wendet sich Jesus an Gott, seinen himmlischen Vater. Im damaligen Judentum gab es folgende Überzeugung: Wer den Anfang eines Psalms zitiert, hat damit seinen gesamten Inhalt wiedergegeben. Und am Ende des 22. Psalms stehen Sätze wie die folgenden: „Du hast mich erhört! ... Rühmt den HERRN, die ihr ihn fürchtet; ... Denn er hat nicht verachtet noch verschmäht das Elend des Armen und sein Antlitz vor ihm nicht verborgen; und da er zu ihm schrie, hörte er's.“³ Obwohl er sich von Gott verlassen fühlt, drückt Jesus damit die Gewissheit aus, dass sein himmlischer Vater ihn am Ende nicht im Stich lässt, sondern ihm helfen wird. Und das hat er auch getan: Nach drei Tagen hat Gott seinen Sohn von den Toten auferweckt. Und damit hat Jesus nach der Niederlage am Kreuz den größten Sieg aller Zeiten errungen: den Sieg über den Tod.

Was lernen wir daraus? Es lohnt sich, das Vertrauen auf Jesus und auf seine Auferstehungskraft zu setzen. Mit Jesus kannst du Sieger sein. Damit ist nicht gemeint: Wenn du nur auf Jesus vertraust, wirst du spielend mit allen Herausforderungen und Problemen fertig, kein Hindernis ist dir zu groß, und du spazierst nur noch locker und leicht durchs Leben. Es wäre schön, wenn es so wäre. Aber alle, die schon länger im Glauben unterwegs sind, wissen, dass solch eine Überzeugung mit der Wirklichkeit nichts zu tun hat. Doch im Vertrauen auf Jesus und seine Auferstehungskraft kannst du im Alltag immer wieder kleinere oder größere Siege erringen. Da schaffst du es, nach Niederlagen bei der Arbeit oder in der Schule wieder aufzustehen. Im zweiten Anlauf schaffst du die Prüfung. Oder dir gelingt es, mit dem Rauchen aufzuhören oder vom Alkohol loszukommen. Oder jemand kann wieder lachen, wie wir es vorhin gehört haben. Eine andere kann sich endlich aus einer toxischen Beziehung befreien und ein neues Leben beginnen.

Es ist der beste Weg, mit Sieg und Niederlage im Sport oder im Leben umzugehen, wenn wir auf Niederlage und Sieg bei Jesus schauen.

Amen.

Pfarrer Dr. Ulrich Zimmermann

¹ Zitiert nach: FRANK KETTERER, Den Medaillen folgt oftmals der Blues. Jeder vierte Sportler fällt nach Olympia in ein mentales Loch – auch die Karlsruher Kanutin Sarah Brüßler hat das erlebt, Badisches Tagblatt (Badische Neueste Nachrichten), Karlsruhe, 24. Februar 2026, S. 3.

² Matthäus 27,46/Markus 15,34.

³ Psalm 22,22.24.25.