

Marathon

Der wohl vorher unbekannte Macedonier, der 490 vor Chr. mit dem Wort „wir haben gesiegt“ in Athen eintraf, hatte nichts anderes im Sinn als die 42,195 km möglichst schnell hinter sich zu bringen und den Sieg zu verkünden. Heute ist der Marathonlauf ein fester Bestandteil vieler Wettbewerbe: Marathonlauf, Halbmarathon, Teil eines Triathlon (Schwimmen, Radfahren, Laufen). Tragödien und hervorragende Leistungen spielen sich dabei ab und das am Schluss von Olympischen Spielen. Dabei ist das Ganze noch einmal ein Höhepunkt der Spiele, ob es nun City-Läufe sind oder auf die jeweilige Stadt zugeschnittene Massenveranstaltungen - es sind immer Events.

Wenn ich mir vorstelle, einen solchen Lauf zu absolvieren, wird mir fast schwarz vor Augen. Untrainiert geht es nicht, sonst geht es allzu leicht dem Teilnehmer wie dem Läufer im Marathon, der nach seinem Ruf zusammenbrach. Heute geht es um Kalorienerteilung und Flüssigkeitszufuhr in notwendiger Menge. Lassen wir das und fragen uns „was bringt den Menschen dazu, freiwillig 42,195 Kilometer oder 100 Kilometer zu laufen?“ Sind es die Möglichkeiten, die der Einzelne erfährt während eines solchen Laufes? Sind es die Glückshormone, von denen oft gesprochen wird? Es ist immerhin ein Schnitt von 20 Kilometer pro Stunde den die Marathonläufer bewältigen. Da dürften wir uns schon beim Radfahren anstrengen, um diesen Schnitt zu erreichen.

Daneben ist ein Marathonlauf ein gesellschaftliches Ereignis, bei dem viele Helfer benötigt werden. Denken Sie nur an die Verpflegstationen, die notwendig sind.

Eigentlich ist ein Marathonlauf für einen normalen Menschen eine moderne Art des Extremsportes, der Verwunderung und Achtung hervorruft. Wenn wir - Frauen und Männer - Marathonläufe hinter uns bringen, dann können wir auf der einen Seite stolz sein, dass wir es fertig bringen, auf der anderen Seite spüren, dass wir auch Verantwortung haben, in unseren Körper hineinzuhorchen, der uns bei solchen Anstrengung Zeichen gibt. Diese Zeichen können uns helfen, unserer Seele und unserem Leib etwas nachzuspüren. Denn solche Möglichkeiten sind auch bei kürzeren Strecken möglich.

Ein Reizwort für viele Sportlerinnen und Sportler, ein Bild für das Aushalten und das Ziel nicht aus dem Auge verlieren. Aber es ist und bleibt ein Anreiz für Gesunde.

Betrachten wir noch einmal unser Leben mit der Lupe des Marathons: Kinder und Jugendliche lernen mit Fähigkeiten, Talenten und Schwierigkeiten umzugehen: Wir laufen uns ein und dann kommt die Zeit mit den anderen mitzulaufen, voraus zu laufen, etwas zurück zu bleiben. Dann kommt die Zeit, in der unser Leben bei genügend Ausdauer und Kondition weitergeht und wir erkennen, dass auch im Leben Glückshormone und auch manche Konditionsschwierigkeit „mitläuft“.

Das Ziel vor Augen, was ist mein Ziel? - Kann ich vielleicht noch einen Schluss-Spurt wagen, bei dem mein Leben sichtbar wird. Oft genug habe ich bei solchen Läufen gehört: „Ich wollte einfach einmal teilnehmen!“

Im Leben, in das mich Gott schickte, sind viele Dinge enthalten, bei denen uns der Marathonlauf helfen kann. Aber gewinnen können wir alle; denn es geht nicht um die Zeit, es geht darum, die neben mir Laufenden wahrzunehmen, eine gute Einteilung zu haben, um dann anzukommen, bei dem, der da sagt: „Du hast den Lauf vollendet, tritt ein in die Freude deines Herrn.“

Heinz Summerer, Pfarrer i. R.