

## **Vertrauen lernen: Wenn das Loslassen zum Segen wird**

**Von Robert Nübel**

**Landesarbeitskreis Kirche und Sport**

Festhalten und Loslassen liegen im Sport dicht beieinander: Der entscheidende Augenblick beim Staffellauf ist nicht der eigene Sprint, sondern das Weitergeben des Stabes. Zu früh – und er fällt. Zu spät – und der Rhythmus bricht. Genau so fühlt es sich oft an, wenn wir nach vielen Jahren eine Aufgabe abgeben.

Gerade im Sport habe ich es oft erlebt und muss gestehen, dass dies auch auf mich persönlich zutrifft: Funktionsträger haben Schwierigkeiten, sich von ihrem Amt zu lösen. Sie haben ihr Herzblut, ihre Zeit und ihre Energie über viele Jahre für einen Verein oder Verband gegeben. Sie haben gestaltet, getragen, gefördert. Und dann kommt der Moment, an dem die Amtszeit endet.

Aufhören. Abgeben. Zurücktreten. Für viele ist das schwerer, als man denkt. Denn wie lässt man etwas los, das weit mehr als ein „Ehrenamt“ ist, das Teil der eigenen Identität geworden ist?

„Alles hat seine Zeit. Für jedes Geschehen unter dem Himmel gibt es eine bestimmte Zeit“ heißt es im Buch Kohelet 3,1 und es klingt wie eine Einladung, das eigene Leben in Etappen zu betrachten. Es gibt Zeiten des Aufbruchs, Zeiten des Gestaltens, aber eben auch Zeiten, in denen wir Aufgaben in andere Hände legen dürfen. Loslassen bedeutet nicht, dass das Geleistete verschwindet. Im Gegenteil: Es gründet die Basis für alles, was folgt.

Doch Loslassen gelingt nicht ohne Vertrauen. Vertrauen darauf, dass diejenigen, die nachfolgen, ihren eigenen Weg finden. Vertrauen darauf, dass der eigene Beitrag nicht vergeblich war. Und Vertrauen darauf, dass Gott uns auch nach einer intensiven Lebensphase neue Räume eröffnet. Vielleicht ist es die Zeit, mehr mit der Familie zu verbringen. Vielleicht ist es die Chance, verborgene Träume zu entdecken. Vielleicht ist es einfach die Möglichkeit, still zu werden und dankbar zurückzublicken.

Der Glaube schenkt uns die Gewissheit, dass wir in diesem Übergang nicht allein sind. Gott hält uns fest – auch dann, wenn wir loslassen. Er trägt das Vergangene und er segnet das Kommende. So wird das Ende einer Aufgabe

nicht zum Abschied in die Leere, sondern zum Aufbruch in ein neues Kapitel.

Dies gilt auch für mich. Nach Jahrzehntelangem Engagement in Sport und Politik und einigen Kolumnen an dieser Stelle lasse ich mein letztes Amt im Arbeitskreis „Kirche und Sport“ los.

Vielleicht möchten Sie sich selbst fragen: Was darf ich in meinem Leben loslassen – und worauf darf ich voller Vertrauen hoffen?