



Kurz nachgedacht:

(Der Impuls enthält u.U. Links zum weitergehenden Verständnis)

Am Donnerstag, den 12.05. war ich bei einem Männerabend im Schloss Unteröwisheim. Neben einem kalt/warmen Buffet (lecker) war auch noch ein Gast vor Ort. Der Name [Michael Sternkopf](#) wird zumindest den Älteren unter uns noch ein Begriff sein. Ende der 80er/Anfang der 90-er Jahre hatte der KSC eine tolle Mannschaft, unter anderen mit Mehmet Scholl, Oliver Kahn und eben Michael Sternkopf.

Michael Sternkopf hatte wechselnde Stationen als Fußballer und im Management von Vereinen. Unter anderem spielte er 5 Jahre beim FC Bayern und wurde einmal Deutscher Meister.

2011 schied er aus dem Management von Kickers Offenbach wegen eines Burnout –



Syndroms aus. Aus den geplanten 6-8 Wochen Pause wurden 7,5 Jahre, in denen Sternkopf nicht berufstätig sein konnte.

Die weniger bekannten nicht über Wikipedia kommunizierten Hintergründe für seinen Burnout waren Versagensängste und große Probleme, mit dem realen oder eingebildeten Erwartungsdruck, den Publikum, Vereine und das ganze Umfeld ausübten, umzugehen.

Obwohl Michael nach eigener Aussage ein liebevolles Elternhaus hatte, wurde ihm doch auf verschiedenen Wegen vermittelt, seinen Wert als Mensch über Leistung zu definieren. Jeder Mensch will geliebt sein und so versuchte er, sich diese Liebe, Anerkennung und Wertschätzung über die sportliche Leistung zu erarbeiten.

Die Probleme fingen an, als es sportlich durch Verletzungen oder auch bei schlechten Spielen durch Versagensängste nicht mehr so lief. Das ganze Wertekonzept kam ins Wanken und Michael musste mehr und mehr auch auf Antidepressiva zurückgreifen.

Im Frühjahr 2018 kam er durch Kontakt zu [Michael Stahl](#) mit dem christlichen Glauben in Berührung und bekehrte sich wenige Monate später, indem er – gemeinsam mit seinem Sohn Lenny - Jesus in sein Herz einlud.



Ich habe mich im Anschluss an den offiziellen Teil, der in Interviewform stattfand, noch ein paar Minuten mit ihm unterhalten. Michael hatte in sich sehr schnell eine deutliche Veränderung festgestellt. Er erkannte, dass Gott ihn annimmt, so wie er ist und dass diese Annahme unabhängig jeglicher Leistung gilt. Das stabilisierte sein Leben so sehr, dass er sich heute vor 80 Männer hinstellt, von seinem Leben, auch seinen Fehlritten erzählt und ein klares Zeugnis für die

lebensverändernde Kraft ist, die wirkt, wenn ein Mensch wirklich ganze Sache mit Jesus macht.

Heute ist Michael geistlich beheimatet im [ICF Karlsruhe](#).

Ich selbst habe an diesem Abend auch etwas erkannt, das ich Euch heute an diesem Samstag weitergeben möchte: Das Problem, das Michael hatte, ist sehr universell. Mehr Menschen als wir glauben sind so geprägt und suchen Wert, Liebe und Anerkennung über die persönliche Leistungsfähigkeit. Manchmal ticken sogar noch Christen so.

Ich glaube, Michael hat die entscheidenden beiden Schritte getan, die wirklich nachhaltig wirken. Der erste Schritt ist, den eigenen Wert als von Gott geliebte Person zu erkennen. Das begreifen noch viele Gläubige. Aber der zweite Schritt ist der Entscheidende: Die Erkenntnis, ein wertvoller Mensch zu sein, soll sich in der pragmatischen Umsetzung im eigenen Leben zeigen. Erst dann entsteht Veränderung.

Ein dritter Schritt könnte dann noch sein, auch andere Menschen so zu sehen, wie Gott sie sieht: Als von Ihm geliebte Geschöpfe, die Er gern auch als Seine Kinder kennen würde.



Video-Tipp (Youtube oder auf das Bild klicken/tippen!):

Amen

Jens Völker (21.05.2022)

Lied: Jesus, zu dir kann ich so kommen wie ich bin -

<https://www.youtube.com/watch?v=7nQ6j28Z9g0>

Anhang: Beispiel für Michaels neue Einstellung und was wir dabei lernen können – Zum Weiterlesen für Interessiere →

Michael erzählte folgende Episode, die seine veränderte Einstellung hinsichtlich seines Selbstwerts durch den Herrn Jesus im Herzen illustriert:

„Einmal war ich mit Michael (Stahl) zu so einem Quiz im Fernsehen mit Zuschauern im Studio eingeladen und wir saßen am Vorabend noch zum Essen zusammen.

Da fragte mich die Frau von Michael: Ha, Michael, hast dich denn auf des Quiz morgen vorbereitet?

Ich dachte: Wie kann man sich da denn vorbereiten und fragte deshalb zurück: Wieso, habt ihr die Fragen bekommen?

Darauf sie: Ha, nein, aber mir habe doch so Links gekriegt von der vergangene Sendung.

Da fragte ich zurück: Aber morgen kommen doch ganz andere Fragen. Was nützt mir denn das?

Drauf sie: Aber Michael, was machst du denn morgen, wenn Du nix waisch?

Da sagte ich: Siehst du, das ist jetzt der Unterschied zu früher. Das wäre für mich tatsächlich ein Problem gewesen. Aber wenn ich morgen da reingeh' und ich kann keine einzige Frage beantworten, dann weiß ich eins: Jesus liebt mich deshalb kein bisschen weniger. Und wenn ich morgen jede Frage weiß und richtig beantworte, liebt mich Jesus kein bisschen mehr. Und deshalb gehe ich da morgen ganz ruhig hin und lasse das einfach auf mich zukommen.“

Ich muss sagen, das hat mich tief beeindruckt. Da setzt einer seinen neuen Status als Kind Gottes ganz praktisch um.

Auch wenn es noch so banal klingt, so steckt doch eine tiefe Wahrheit drin. Wenn Du Christ bist, bist Du Gottes Kind. Nichts kann Dich deshalb von der Liebe Gottes trennen. Er liebt dich vorbehaltlos und möchte dich ganz ohne Druck und Leistungszwang in das Bild Seines Sohnes verwandeln. Und egal, durch welche Höhen du gehst, Gott liebt dich deshalb nicht mehr. Und auch, wenn du gerade Tiefen durchlebst: Gott liebt Dich nicht weniger und der Herr ist bei Dir alle Tage Deines Lebens, egal, ob Du Ihn gerade spürst oder nicht.