

## Persönlicher Impuls

# 13.000 Stufen - und der Moment des Versagens



Eine wahre Geschichte über Ehrgeiz, Angst und doch noch was gelernt! / Markus Reichenbach

Quelle: Unsplash, Paula Guerreiro / zVg.

«Wenn du oben bist, bevor die Bahn kommt, hast du gewonnen. Wenn nicht, dann sehen wir uns.» So redet mein Mentor. Er sucht neue Herausforderungen und ich lasse mich darauf ein, weil ich beweisen will, dass ich einer von denen bin, die durchhalten.

13'000 Stufen, 1'650 Höhenmeter, direkt am Bahngelände entlang. Start um 5:00 Uhr morgens. Ziel: Oben sein vor 7:00 Uhr, bevor die erste Bahn runterdonnert. Die letzten 300 Meter? Ein Tunnel. Komplette Dunkelheit. Null Rückzugsort. Das ist der Niesen - über 2'300 Meter über dem Meer.

Ich renne los wie ein Verrückter. Beine wie Gummi, Lungen im Dauerhoch, Herz bis zum Hals. Nach 1 Stunde und 45 Minuten krieche ich in den Tunnel. Erschöpft. Fix und fertig. Kurze Pause – nur eine Minute, denke ich. Dann klingelt mein Handy. «Renn», sagt die Stimme. «Du musst da verschwinden!» Kein Hallo. Kein Scherz. «Die Bahn kommt 15 Minuten früher. Bauarbeiten. Du musst da raus. JETZT!»

Mein Herz bleibt stehen. Ich bin im Tunnel. Die Gleise direkt neben mir. Eigentlich ist es verboten, hier zu sein. Eigentlich ist es lebensgefährlich. Aber was soll ich tun? Hierbleiben und überfahren werden?

Dort drüben: ein EXIT. Ein kleiner Notausgang, gerade neben mir. Aber zwischen mir und dem Ausgang liegen die Gleise. Ich zögere keine Sekunde. Ich springe über die Schienen, renne, rutsche, klettere durch den EXIT. Die Bahn rauscht an mir vorbei. Draussen. Sicher. Oben angekommen. Geschafft. Zumindest denke ich das.

## **Ertappt - das wahre Ich**

Dann kommen die Betreiber. Sie schauen mich an – dann mein Hemd, mein Gesicht, meine Hände. Das schwarze Fett von den Gleisen klebt überall. Ich sehe aus wie ein Bergwerk-Arbeiter. Nur ich selbst weiss das nicht.

«Bist du über die Gleise gekommen? Bist du durch den EXIT raus?», fragt einer. Aber es ist keine Frage. Er weiss es längst. Meine Kleidung ist der Beweis. Bevor ich antworten kann, sagt der Betreiber: «Nie wieder. Nächstes Mal: Busse. Und eine Anzeige wegen illegalen Verhaltens auf den Gleisen.» Dann drehen sie sich um und gehen.

Hinter ihnen steht mein Mentor. Und lacht. Er lacht nicht über die Betreiber. Er lacht nicht über die Bahn. Er lacht über mich – weil ich wie ein verschmiertes Ölmonster dastehe. Aber das ist nicht das Schlimmste. Das Schlimmste ist: Ich habe nicht zu meinem Fehler stehen können.

Frustration pur – der Moment, in dem ich an mir zweifelte. Ich war am Boden. Nicht körperlich – ich hatte die 13'000 Stufen geschafft! – aber mental. Total fertig. Enttäuscht von mir selbst. So frustriert, wie ich es noch nie war. Ich dachte immer, ich sei ein guter Leiter. Ein guter Leiter steht zu seinen Fehlern, habe ich gelernt. Aber jetzt, als es drauf ankam? Als die Konsequenzen real waren? Da habe ich versagt. Ich habe geschwiegen. Ich habe mich klein gemacht. Ich war nicht bereit, zu meinem Fehler zu stehen – weil ich die Strafe gefürchtet habe.

Weil ich Angst hatte.

In diesem Moment dachte ich: Ich bin nicht bereit, ein Leiter zu sein. Ich hatte mich total überschätzt. Die Theorie – «zu Fehlern stehen» – klang immer so einfach. Aber in der Praxis? In der Praxis sah ich aus wie ein Feigling.

## **Die schwerste Lektion: Sich selbst vergeben**

Später, als wir darüber sprachen, sagte mein Mentor etwas, das ich nie vergessen werde: «Es war ein Fehler. Punkt. Fehler passieren. Aber jetzt musst du wieder aufstehen. Und zwar nicht vom Boden – sondern von deinem eigenen Urteil über dich. Das ist keine grosse Kunst, einen Berg hochzurennen. Aber dir selbst zu vergeben? Das ist die wahre Meisterleistung. Erlebnispädagogik nennt man das.»

Ich bin nicht perfekt. An diesem Tag habe ich versagt – nicht auf dem Berg, sondern in mir drin. Aber ich habe etwas gelernt, das mein Leben geprägt hat. Man lernt oft nur durch echte Fehler. Durch Erlebnisse, die wehtun. Und man darf dieselben Fehler nicht immer wieder machen. Aber vor allem: Man muss lernen, sich selbst zu vergeben.

Und mein Mentor? Der lacht heute noch darüber. Aber diesmal lache ich ein bisschen mit. Weil ich weiss: Ich bin gewachsen.

*Zum Autor: **Markus Reichenbach** ist verheiratet und Vater von drei Kindern. Er ist ausgebildeter Zimmermann, Ingenieur und war als Architekt sowie Geschäftsführer tätig. Seit 2003 arbeitet er vollzeitlich bei der Missionsorganisation Jugend mit einer Mission (JMEM) und leitet den Bereich Bibel und Gesellschaft in der University of the Nation. Sein Anliegen ist es, Menschen zu befähigen, ihre Berufung zu finden und mit ihren Gaben einen positiven Einfluss auf die Welt auszuüben.*

Datum: 22.06.2026

Autor: Markus Reichenbach

Quelle: Livenet

Tags

[Kommentar](#)

[Leadership](#)

[Wissen](#)

[Glaube](#)