

— Verletzlichkeit ist der Schlüssel zu allen
menschlichen Beziehungen.

Anfang des Jahres haben sich - wie jedes Jahr - die besten
Tennispieler der Welt bei 28 °C im Schatten getroffen, um die
Australian Open Champions auszuspielen.

Bei den Herren ergab sich im Finale eine interessante
Konstellation. Der 35-jährige Rafael Nadal hat es
wiedererwartend erneut in das Finale geschafft. Dort traf er
auf den fast 10 Jahre jüngeren Turnierfavoriten Daniil
Medvedev.

Für den Großteil der Tenniswelt war klar - sie wollten den
sympathischen Spanier noch einmal diese Trophäe gewinnen
sehen. Es wäre sein 21. Sieg bei einem Grand Slam - mehr als
alle anderen in der Geschichte des Sports.

Die Geschichte des Spiels ist schnell erzählt. Für Medvedev
lief zunächst alles nach Plan, er ging mit 2:0 in Führung und
zwischenzeitlich berechneten die Buchmacher seine
Siegchance auf 94 %. Doch dann drehte Nadal die Partie noch
zum 3:2 und gewann - mit den Zuschauern im Rücken.

Medvedev reagierte in den Augen vieler seltsam. Beschwerde
sich immer wieder beim Schiedsrichter und provozierte das
Publikum mit seinen Gesten. Das befeuerte die Stimmung im
Stadion noch weiter.

Das eigentlich interessante passierte aber nach dem Match:
die Pressekonferenz von Medvedev.

Hier hat er sich von einer Seite gezeigt, die man selten in der
Öffentlichkeit zu sehen bekommt - insbesondere im
Leistungssport. Medvedev hat seine verletzliche Seite gezeigt.
Er hat erklärt, wie es sich für ihn anfühlt, wenn die ganze Welt
ihn verlieren sehen möchte. Was es in seinem Kopf macht,
wenn Zuschauer bei seinem Aufschlag reinrufen, während es
beim Gegner ganz still wird, damit sich dieser konzentrieren
kann. Er hat von seiner Zeit als Kind erzählt, wo er geträumt
hat ein Tennisstar zu werden. Heute lebt er seinen Traum.
Jedoch fühlt sich dieser ganz anders an als erwartet.

Diese unerwartete Pressekonferenz hat das Stimmungsbild
total zum Positiven verändert. Wenige Wochen später belohnt
er sich selbst und stößt in der Weltrangliste auf Platz 1 vor.
Heute ist Daniil Medvedev der beste Tennispieler der Welt.

Es ist wichtig uns immer wieder vor Augen zu führen, dass
Verletzlichkeit keine Schwäche, sondern eine Stärke ist.
Authentisch deine Ängste, Bedürfnisse und Gefühle zu
kommunizieren, ohne Gewissheit, wie dein Gegenüber
reagieren wird - das ist keine Schwäche, das ist Mut. Und es
ist notwendig! Verletzlichkeit ist der Schlüssel zu allen
menschlichen Beziehungen. Verletzlichkeit schafft
Verbindung. Verbindungen sind das, was deinem Leben
Bedeutung gibt.

Wenn wir uns alle trauen würden, etwas mutiger zu sein, uns
verletzlich zu zeigen, uns bemühen den Anderen zu verstehen
und damit wieder mehr die Verbundenheit untereinander
spüren.

Würde es dann noch Kriege geben?