



OHNE ZU JAMMERN

SCHWINGERKÖNIG MATTHIAS GLARNER



Name: Matthias Glarner
Alter: 35 Jahre
Wohnort: Bönigen

Matthias Glarner (35) kennt sowohl extreme Glücksgefühle als auch Momente des Leidens und der Trauer: 2016 triumphierte der Berner Oberländer Schwinger am Eidgenössischen in Estavayer-le-Lac. Nur kurze Zeit schrammt er beim Sturz von einer Gondel im Hasliberg knapp am Tod vorbei. Er gewährte einen ehrlichen Einblick in sein Leben.

Matthias Glarner's biografisches Buch «Dream Big» beginnt nicht etwa mit einem Jubelschrei nach einem gewonnenen Schwingfest. Auch nicht mit der Geburt am 19. Dezember 1985. Es geht los mit einer dramatischen Szene am Morgen des 28. August 2016 in Estavayer-le-Lac: «Mein Körper krümmt sich. Ich beuge mich nach vorne, erbreche. Vorsichtig einatmen. Ja, jetzt ist besser. Nochmals einatmen, diesmal tiefer. Okay. Langsam wieder aufrichten.» Am Anfang dieses Tages, an dem der Berner Oberländer seinen grössten sportlichen Triumph feiern wird, stehen Widerstände. Damit ist der stimmungsmässige Teppich für Glarner's Lebensgeschichte ausgerollt. «Mättel» wächst zwar wohlbehütet im schmucken Oberländer Dorf Meiringen mit seinen gut 4'000 Einwohnern auf. Doch bei

«Andere hatten mehr Talent als ich, also musste ich hart arbeiten. Das war der Preis, den ich bezahlen musste.»

der Familie Glarner werden die Kinder nicht verhätschelt. «Ich habe Zuhause gelernt, dass man mit Jammern nicht weit kommt im Leben. 'Ihr müsst ein bisschen auf die Zähne beißen', hat unser Vater oft gesagt.» Es sind Werte wie Bodenständigkeit, Demut und Disziplin, die Matthias Glarner prägen. Diese Werte sind zum Kompass für seine eigene

Karriere geworden – und sie bestimmen auch nach seiner aktiven Sportlerkarriere sein Leben. Der inzwischen 35-jährige Sportlehrer (sein Studium in Sportwissenschaft absolvierte er während der Schwingkarriere) gründete 2021 zusammen mit seinem langjährigen Athletiktrainer Roland Fuchs die Firma «S4Sports Pro», in der er ambitionierte Athleten anleitet, über maximalen Trainingsfleiss zum Erfolg zu kommen.

Bereit, für einen Traum zu leiden?

Dass das Know-how des Schwingerkönigs von 2016 gefragt ist, zeigen bereits die ersten Monate mit «S4Sports Pro»: 24 Sportler begleiten Mättel Glarner und Roli Fuchs aktuell, darunter befinden sich 16-jährige Talente ebenso wie erfahrene Leistungssportler – von Schwingen über Handball, Fussball und Eishockey bis hin zu Skifahren und Segeln. Die Sportart sei nicht entscheidend, da die Philosophie immer die gleiche ist: «Uns geht es darum, aus jedem Sportler das maximale Potenzial herauszuholen.» Für eine enge Zusammenarbeit fordere er harte Arbeit, betont Matthias Glarner. Er müsse beim Athleten den Willen spüren, etwas Grosses zu erreichen. «Wenn das passt, kann ich den Athleten viel Energie geben. Dann macht es extrem Spass, sie auf ihrem Weg zu grossen Zielen zu begleiten.» Mit Leuten, die vielleicht viel Talent haben, aber faul sind, habe er indes eher Mühe, gibt der taffe Trainer zu. Einen Traum zu haben, sei noch nichts Besonderes, findet

Glarner, aber bereit zu sein, dafür zu leiden und den Preis zu bezahlen, das sei eine andere Geschichte. Hier kann der ehemalige Spitzenschwinger auf seine eigenen Erfahrungen zurückgreifen: «Ich war ein harter Arbeiter mit etwas Talent. Bei mir mussten alle Gläser voll sein, um Schwingerkönig zu werden. Andere hatten mehr Talent als ich, also musste ich hart arbeiten. Das war der Preis, den ich bezahlen musste.»

Diesen Sommer lernten auch die Eishockeyspieler des SC Bern die Trainingsmethoden des «S4Sports Pro»-Teams kennen; Fuchs und Glarner leiteten nämlich zusammen das Sommertraining des SCB. Auch diese Herausforderung nahm Mättel mit viel Leidenschaft an. «Es macht extrem Spass, die Athleten auf ihrem Weg zu den grossen Träumen begleiten zu dürfen.»

Grosse Fragen ohne Antworten

Im Restaurant der Postfinance Arena, der Spielstätte des SCB, fand das Gespräch für diese Berner Oberländer Regiozeitung statt. Matthias Glarner hat keine Berührungs-

«Ich bin ein hoffnungsloser Optimist.»

ängste, seine Lektionen aus der Sportwelt auch auf andere Lebensbereiche zu übertragen. Das kommt auch in seinem Buch «Dream Big» zum Ausdruck, wenn er zum

Beispiel auf der Seite 211 reflektiert, ob er lieber ein ruhigeres Leben gehabt hätte: «Manchmal frage ich mich, was besser wäre: ein Leben wie mein bisheriges, mit grossen Höhepunkten wie dem Königstitel, aber auch mit Tiefen. Oder ein Leben ohne viel Wellengang, wo das Glück sich sanft über alle Jahre verteilt. So ein durchschnittliches Leben, wo ich zwar nicht König werde, aber auch nicht von der Gondel falle. Grosse Fragen ohne Antworten.»

Glarner sagt von sich selbst, er sei ein hoffnungsloser Optimist. Er sehe alles positiv, manchmal zu positiv. Wenn damals, als sein Bruder Stefan noch beim FC Thun spielte, ein Match gegen YB anstand, habe er durchaus auch mal 4:0 für Thun getippt. «Ich versuche immer, alles positiv zu sehen.» Mit dem Wort Hoffnung hat er indes etwas Mühe. Hoffen sei schon okay, aber man müsse auch investieren. «Es gibt viele Leute, die gross träumen und sehr viel Hoffnung haben, aber nicht bereit sind, den Weg zu gehen und hart dafür zu arbeiten.»

«Man hat sehr viel selbst in der Hand»

Das Gespräch mit dem Schwingerkönig im SCB-Restaurant hat durchaus philosophische Züge. Sicher komme im Leben auch ein gewisser Prozentsatz Glück oder vielleicht eine höhere Macht hinzu. «Aber man hat sehr viel im Leben selbst in der Hand», ist Glarner überzeugt. Auch in Bezug auf Corona sei er ein hoffnungsloser Optimist

geblieben. Er sage seinen Athleten oft, sie sollen sich auf das konzentrieren, was sie beeinflussen können. Dass nun viele Sportanlässe wegen der Pandemie ausfallen, können sie nicht beeinflussen. Aber mach das Beste daraus! «Die Frage ist: Was kannst du jetzt tun, um danach einen Schritt weiter zu sein? Diese Frage kann sich übrigens jede Person stellen, egal ob Sportler oder nicht.»

Wie schlägt die Nadel in Zukunft aus?

Matthias Glarner vergleicht das Leben gerne mit einem Seismografen. «Man weiss nie, in welche Richtung die Nadel als nächstes

«Das Leben ist wie ein Seismograf; man weiss nie, in welche Richtung die Nadel als nächstes ausschlägt.»

ausschlägt.» Er frage sich natürlich persönlich, ob die Nadel die nächsten 20–30 Jahre ähnlich extrem ausschläge oder ob es etwas ruhiger wird in seinem Leben. «Eines weiss ich mit ziemlicher Sicherheit», sagt Glarner mit einem Schmunzeln, «es werden nie mehr 50'000 aufstehen und klatschen, wenn ich Feierabend mache.» Es seien andere «Gefühlsauschläge» auf dem Seismografen, die nun folgen. Als Beispiel berichtet Mättel von der Hochzeit seiner Schwester im Sommer 2021. Da seien die Emotionen

DREAM BIG

Glarner erzählt im Buch «Dream Big» seine persönliche Geschichte, um damit andere zu inspirieren. Er spricht all jene an, die ein Ziel erreichen wollen, ob im Sport, beruflich oder im Leben generell.

Bestellen unter: www.weberverlag.ch



BUCHVERLOSUNG

«Hope» verlost mit freundlicher Unterstützung des Weber Verlags drei Bücher «Dream Big» von Anja Knabenhans. Teilnahme mittels E-Mail an redaktion@livenet.ch. Bitte Postadresse angeben.

für ihn noch ein vielfaches höher gegangen. «Weil unser Vater letztes Jahr gestorben ist, hatte ich die Ehre, meine Schwester an den Altar zu führen. Diesen Moment habe ich von den Emotionen her fast intensiver erlebt als damals den Königstitel.» (fw)