

Was wurde aus... Christoph Sieber

Olympiasieger 2000 im Windsurfen

Macher von gestern, heute betrachtet. *Von Klaus Kamolz*

Wasser und Segelleinen lassen ihn nicht los. Christoph Sieber schlägt die Terrasse einer Segelschule an der Alten Donau in Wien als Treffpunkt vor. Er fühlt sich wohl, wo Brisen den weißen Stoff flattern lassen. Vor acht Jahren hatte der heute 37-Jährige in Sydney bei den Olympischen Spielen in neun Tagen elf Wettfahrten im Windsurfen absolviert – und schließlich olympisches Gold für Österreich gewonnen. Nein, sagt Sieber, das sei nicht ganz richtig: „Olympisches Gold für das Binnenland Österreich.“ Darauf legt er Wert, denn man würde in dieser Disziplin eigentlich annehmen, dass andauernd diejenigen gewinnen, die schon als Kind hart am rauen Meereswind aufwuchsen. Aber das Salz in der Luft spielte für Christoph Sieber nie eine Rolle. Das australische Olympiagold war, so argumentiert er heute, das Ziel eines eigenwilligen Weges, den er seit seinem 15. Lebensjahr gegangen war und der ihn letztendlich auch zu seiner aktuellen Laufbahn nach der Profisportkarriere führte.

„**Coaching & Beratung**“ steht auf seiner Visitenkarte; „Motivations- und Mentaltraining“ bietet er auf seiner Website www.christophsieber.at an. Zu seinen Klienten zählen mittlerweile große Wirtschaftsunternehmen wie etwa der Mobilfunkanbieter One, aber auch Unternehmensberater. Im Oktober hält er seinen ersten großen High Potential Workshop in Wien ab. „Wenn man fast sein ganzes Leben im Spitzensport verbracht hat“, sagt Sieber, „hat man sich permanent mit der Ausschöpfung des persönlichen Potenzials beschäftigt. Deshalb glaube ich, dass Sportler den Menschen in der Businesswelt einiges erzählen können.“ Einen Schwerpunkt seiner Tätigkeit will er künftig auf die Burn-Out-Vermeidung setzen: „Ausbrennen im Hochleistungsbereich tut man dann, wenn man beginnt, nur noch im Ärger über die Vergangenheit und in der Angst vor der Zukunft zu leben. Aber ich weiß mittlerweile aus eigener Erfahrung, dass man lernen kann, hinderliche Dinge wegzuräumen und den Druck von sich selbst zu nehmen.“

Christoph Sieber war 15 Jahre alt, als er beschloss, auf dem Surfbrett an Olympischen Spielen teilzunehmen. 1992 schafft er es erstmals, schrammt in Barcelona knapp an einer Medaille vorbei und lebt von da an acht Jahre mit dem Ziel, es noch einmal anzugehen. Er verfehlt knapp die Qualifikation für Atlanta 1996, fragt sich warum und entdeckt „das Geistige“ für sich; und zwar, wie er sagt, „die ganze Palette von der Spiritualität bis zum reinen Mentaltraining“. Warum scheitern Favoriten oft in wichtigen Wettkämpfen? Was hindert sie an der totalen Konzentration auf die Wettkampfsituation? Und wie ist dieser Zustand zu erreichen, den Sieger im Nachhinein oft nur vage mit den Worten „Es ist halt einfach gelaufen“ beschreiben? Das sind die Fragen, auf die Sieber Antworten sucht – mit Yoga anfangs, später auch mit buddhistischen Meditationstechniken. „Ich wollte meinen Geist reinigen und lernen, meine Gedanken zu beobachten“, erinnert sich Sieber.

Im Sommer 2000 fährt er nach Australien, legt gleich zu Beginn zwei tolle Wettfahrten hin, dann stürzt er ab. Platz 24. „Aber ich hatte das erreicht, was man einen Flow-Zustand nennt,

und konnte das schlechte Ergebnis sofort wegstecken.“ Abends nach den Wettkämpfen zieht er sich zurück und spielt stundenlang Didgeridoo – „das ideale Instrument in dieser Situation, es ist zugleich Atemübung und hilft enorm bei der Regeneration“. Nach dem Olympiasieg erklärt er das Thema Windsurfen für erledigt. Und stürzt, paradoxerweise, in eine persönliche Krise. Zum ersten Mal in seinem Leben winkt Geld, „und ich dachte mir, das hält nicht ewig an, nutze den Moment“. Sieber eilt von Vortrag zu Vortrag, absolviert Sponsorenauftritte en suite, schläft kaum noch. „Ich wurde süchtig nach dem Applaus und habe meine Energie nur noch aus dem Lob der anderen bezogen.“

Von einem Tag auf den anderen beschließt er, mit der Erfolgssochsentour Schluss zu machen. Er bucht eines Abends den nächsten Flug nach Hawaii und ist am nächsten Morgen dann mal weg, einen Winter lang. Auf der Insel verfällt er dem Kite Surfen, aber eine Profikarriere schlägt er nicht ein. Zurück in Österreich versucht er, sich mit seinem Partner Clemens Kruse für die olympischen Segelbewerbe 2008 in der 49er-Klasse zu qualifizieren. Doch im heurigen Frühjahr scheitert das Unternehmen. Christoph Sieber sieht aber auch das längst als bereichernde Erfahrung: „Ich bin der Überzeugung, dass im Leben einfach nichts weitergeht, wenn man nur mit der Piña Colada unter der Palme liegt. Mich motivieren Krisen zu Veränderung und geistigem Wachstum.“