

Dass er locker jeden Gegner ins Sägemehl werfen kann, ist seit dem Eidgenössischen in Burgdorf klar. Aber wie packt Schwinger Matthias Sempach das Leben an? Eine Begegnung. Von Claudia Schumacher

Nicht vorher oder nachher – nur jetzt

Matthias Sempach gähnt. Am Hals, einem Baumstumpf, treten Muskelstränge hervor. «Wir sind erst um 3 Uhr früh ins Bett gekommen», erklärt sich der Schwingerkönig. Glamour war die Nacht. Er und Freundin Heidi auf dem roten Teppich. Der goldene Kranz für die offizielle Jahrespunkteliste des Eidgenössischen Schwingerverbandes wurde verliehen. An ihn. Auch zum «Schwinger des Jahres» wurde der König ernannt, zum zweiten Mal.

Es ist Samstag, sonnig ist der Herbst bis ins Hotel hinein, um 11 Uhr sitzt der 27-jährige Emmentaler noch am Frühstückstisch. Glücklich? «Ja.» Aus dem Hotelradio dudelt Prince an die Ohren des Königs: «Could you be the most beautiful girl in the world?» Sein Lächeln, breit wie ein Gipfeli. Als König ist er offiziell der «Böseste» der «Bösen», wie die Spitzenschwinger genannt werden. Die Bezeichnung hat selten so lächerlich gewirkt. Am Vortag musste sich Sempach den Applaus

mit Christian Stucki teilen, seinem Endgegner beim Eidgenössischen in Burgdorf. Der bekam den «Sonderpreis» für Sportlichkeit. Weil aus ihm, nachdem er besiegt unter dem 110 Kilo schweren Sempach im Sägemehl lag, eine sonderbare Freude herausbrach: Er küsstte seinen Bezwinger. Nun ist der Schwingsport der vielleicht faireste Sport der Welt. So viel Liebe für den Gegner allerdings hat auch die Geschichte des Schweizer Nationalsports bis 2013 nicht vorweisen können.

Der Kuss ehrt Stucki, aber vor allem ist er das ultimative Gütesiegel für den König. Kommt es in einer so

demütigenden Situation zwischen zwei gestandenen Männern zu Zärtlichkeit: kann der Geküsste kein Böser sein. Geht zwischen zwei archaischen Kraftriesen wie Stucki und Sempach beim Olympia des Schwingsports im Moment der maximalen Enttäuschung des Verlierers ein Kuss zum Sieger: kann der Geküsste nichts anderes sein als ein echt guter Bub.

Als Sempach noch ein kleiner Bub war, konnte er noch nicht «Mami» rufen, als er schon «Muni» sagte. Er sieht auch aus wie ein Muni. Anders als das Gros der Schwinger hat Sempach kein Fett am Körper. Nur Fleisch. Fleisch mag Sempach. Bis vor dem Eidgenössischen hat der Alchenstorfer im Nachbarort Wynigen als Metzger gearbeitet. Dabei hat ihm gefallen, «was man aus Fleisch alles machen, wie man es veredeln kann».

Veredelt hat Sempach in den letzten Jahren auch die eigene Substanz. Er galt als nervenschwach, als einer, der im entscheidenden Moment nicht zum Besiegen fähig ist. Dazu gehört ein gewisses Mass an kühler Gewaltbereitschaft. Es lag Sempach nicht in

Als Schwingerkönig ist Sempach offiziell der «Böseste» der «Bösen». Selten war diese Bezeichnung so lächerlich.

der Wiege. Als Jungschwinger war er erfolgreicher als der um ein Jahr ältere Bruder Stefan, den man für das eigentliche Talent der Familie hielt. Aber der Kleine ist gewaltig gewachsen. «Ich denke, ich war eher ein Spätentwickler», sagt Sempach mit der ihm eigenen, langsamen Bedachtsamkeit. Als Jugendlicher sei er ein Schlaks gewesen. «Das Kampfgewicht musste ich mir über Jahre hinweg aufbauen.» In diesem Jahr konnte Matthias Sempach den kurzen Weg von Alchenstorf zum Eidgenössischen nach Burgdorf nicht nur als Lokalmatador, sondern auch als Favorit zurücklegen. Dort hat er die Konkurrenz dann, in jedem seiner acht Gänge, einen nach dem anderen, technisch präzise flachgelegt.

Unter den Menschen hat Sempach auf seinem Weg zum Siegermuni keine richtigen Vorbilder gehabt. «Ganz extrem wichtig» für seinen Erfolg seien zwar die Eltern gewesen, die ihre Söhne zu den Festen gefahren und immer unterstützt hätten. «Schwingerkönige wie Adrian Käser oder Thomas Sutter habe ich auch für ihr Auftreten bewundert», sagt er. «Aber ich habe mich eigentlich nie an Vorbilder gehalten.» Ein Jugendzimmer ohne Poster. Auch eine prägende Vaterfigur, ein Mentor unter den Trainern, wie man sie aus Kampfsportfilmen von «Rocky» bis «Karate Kid» kennt, war da keine. «Die Leidenschaft fürs Schwingen habe ich einfach extrem in mir», sagt er.

Ein Selbstentwurf

Diese Leidenschaft hat ihn substanziell über sich hinauswachsen lassen. Das stattliche Kampfgewicht des Königs, es ist kein glücklicher Zufall, sondern das Ergebnis kontinuierlicher Arbeit. Ein Selbstentwurf, der erhalten werden will: Anders als die meisten Menschen verliert Sempach Pfunde, sobald er sich entspannt. Schon wenige Tage nach dem Eidgenössischen brachte er drei Pfund weniger auf die Waage. Dann muss er aktiv daran denken, ein paar Kartoffeln extra in die Pfanne zu geben.

Auch kein Zufall ist, dass Sempach heute König ist. Als Kämpfer ist er im Moment allen anderen Schwingern klar überlegen. Dabei ist er kein Vulkan. Der Fokus ist seine Stärke, nicht die Explosion. Seine Gegner zwingt er mit grossen, ernsten Augen nieder, wie sie kommen. Er macht auch dann selten Grimassen, wenn es für ihn selbst ernst wird. Im Burgdorfer Finale wird Sempach von Stucki einmal in die Höhe gelupft, die in der Regel gerade beim Schwingen vor dem Fall kommt. Doch Sempach hält sich an Stuckis Körper in der Luft wie eingefroren. Wartet. Eine Pattsituation. Nach einer Weile muss Stucki den starren Klotz wieder auf die Beine stellen. Fast ein bisschen entrückt wirkt dieser Sempach im Sägemehl. Nie verliert er die Ruhe. So überlegen war Sempach bei diesem Eidgenössischen, dass sich das Kampfgericht für

Werte eines Königs

Matthias Sempach ist ein moderner Schwingerkönig. Für seine rund 30 000 Facebook-Fans postet er Privatfotos, und auch auf Twitter berichtet er vom Werbedreh (Emmentaler) wie auch aus dem Alltag. Seine knallgrünen Schwingerschuhe: fast funky. «Man muss mit der Zeit gehen», sagt Sempach. «Gleichwohl bin ich ein sehr traditioneller Mensch.» Der Landwirt wirkt in seinem Pochen auf Swissness glaubwürdig. Seine Sponsoren sind alle Schweizer Firmen. Bis auf Toyota, Autos hat die Schweiz nun mal nicht zu bieten.



Plötzlich König, kaum zu glauben: Sempach fasst sich an den Kranz. (1. 9. 2013)



Fleisch mag er: Metzger Sempach 2009 an seinem früheren Arbeitsplatz beim Ausbeinen.



URS FLÜELER / KEYSTONE

einen Kunstgriff aus dem Reglement entschied. Sempach führte schon nach dem siebten Gang mit 1,5 Punkten Vorsprung eigentlich uneinholbar. Um trotzdem einen spannenden Schlussgang zu schaffen, wurde ein weiterer Gang ohne Sempach ausgeschwungen. Erst dann konnte dieser gegen Stucki in den Ring steigen. Um ihn mit Fussstich und Nachdrücken aufs Kreuz zu legen.

Der Königstitel, die grösste Ehre für einen Schwinger, wird ihm nun auf Lebzeit bleiben. Wofür lohnt es sich jetzt noch zu kämpfen? «In drei Jahren möchte ich den Titel gern verteidigen», sagt Sempach entspannt. «Außerdem würde ich auch gerne zum Beispiel das Brünig-Schwinget wieder gewinnen. Und die Schwägalp, da habe ich bisher noch gar nicht gewonnen.» Seit zweieinhalb Jahren nun ist Sempach verletzungsfrei. Ans Aufhören denkt er noch lange nicht.

Seine grösste mentale Stärke im Kampf? «Dass ich immer den Willen habe, zu gewinnen, und bei jedem Gegner wirklich überzeugt bin, dass es auch möglich ist.» Seine grösste mentale Schwäche? «Wenn etwas auf mich zukommt, das ich nicht geplant habe, fliege ich leicht aus dem Rhythmus.» Aber auch da habe er sich weiterentwickelt. Er diszipliniert seinen Planungseifer. Dass ihm das vermutlich nicht ganz leichtfällt, merkt man an dem fast trotzigen Bekenntnis zur Gegenwart, das er in jedem Interview, meist mehrfach, wiederholt. Nach der Karriere, künftigen Sponsoren, seiner Kampfeinstellung oder Heiratsplänen gefragt, die Antworten fallen oft auf-fallend ähnlich aus: «Eines nach dem anderen», «Tag für Tag», «Das sehen wir dann» oder «Ich lasse es auf mich zukommen».

Von Gang zu Gang

Im Gespräch klingt das so, als ermahne Sempach sich dabei vor allem selbst. Präsent sein, die vielleicht grundlegendste Einsicht des Kämpfers. «Im Sport wird immer erst am Schluss abgerechnet», sagt er. «Daher denke ich im Kampf nicht an ein Vorher oder Nachher, nur ans Jetzt.» Von Gang zu Gang. Denn jeder Gegner sei eine Gefahr, und jeder Kampf fange bei null an. Wie alle Weisheit simpel und vielseitig einsetzbar: «Letztlich ist das Schwingen auch eine Lebensschule», sagt er.

Bevor Sempach im November wieder das Training aufnimmt - dreimal Krafttraining und viermal die Woche Schwingen -, wird er nun erst einmal

Der Fokus ist seine Stärke, nicht die Explosion. Seine Gegner zwingt er mit grossen, ernsten Augen nieder.



CHRISTOPH RUCKSTUHL

Sempach und Stucki: zwei zärtliche Riesen nach dem Kampf.



MARCEL BIERI / KEYSTONE

Liebling Sempach: Verlierer Stucki lacht, Maurer gratuliert.

seine Pause geniessen. «Erholung», wie er immer wieder sagt, «ist auch sehr wichtig für die Kraft.» Er wird jetzt also nicht nur Sponsoren treffen, sondern auch mal ausgehen. Zürich und Bern werden aber eher vor ihm sicher bleiben. Sempach feiert auf dem Land. Lieber mit den Kollegen auf ein Dorffest als in stickige Klubs.

Er wird die Pause aber auch nutzen, um zu reisen. Zwar hat Sempach seine Kindheit mit jodelnden Eltern auf dem Bauernhof verbracht und hört beim Autofahren Volksmusik. Sein Blick geht aber über das Lokale hinaus: «Ich versuche, jedes Jahr ein anderes Land zu bereisen.» Südamerika beispielsweise stand seit langem weit oben auf seiner Liste. Daher geht es mit Freundin Heidi demnächst nach Argentinien. Wo er nicht nur sein Fernweh stillen, sondern auch seinem Interesse für Rinder nachgehen kann.

Reisen und Lernen

Die Viehzucht ist sein grosses Hobby. In Zukunft möchte Sempach auch lieber als Landwirt denn als Metzger arbeiten. In der Metzgerei hat er gekündigt. Immerhin die Ausbildung zum Landwirt hat er schon einmal in der Tasche, die Lehrjahre bereits vor zehn Jahren im Welschland absolviert. In Toronto hat er ein Praktikum gemacht und in Nowosibirsk zehn Tage auf einem Landwirtschaftsbetrieb verbracht. Reisen und Lernen verbindet er gerne.

Während Sempach sich jetzt also abflugbereit macht für Argentinien, wird zu Hause ein anderer seinen Mann stehen müssen. Der Muni, den er beim Eidgenössischen gewonnen hat, ein Schweizer Fleckvieh namens «Fors vo dr Lueg», wird momentan bei einer Firma für künstliche Besamung auf seine Tauglichkeit geprüft. Wenn er seine Sache gut macht, verkauft Sempach ab Mitte Dezember Samendosen von ihm, der Erlös wird teilweise an die Jungzüchter sowie an eine Schweizer Organisation für Kinder gehen. «Es ist mir wichtig, dass der Muni dafür gebraucht wird, wofür er geboren wurde, nämlich um Nachwuchs zu zeugen», so Sempach.

Gerne spricht Sempach vom Königsmuni. Und wenn er das tut, könnte man manchmal fast meinen, er rede auch ein wenig von sich selbst: «Der hat eine recht intensive Zeit gehabt. Viele Medienanfragen. Ist wichtig, dass er jetzt ein wenig zur Ruhe kommt und sich etwas erholen kann.» Charakter habe das Vieh auch: «Was ihn auszeichnet, ist seine ruhige Art.» Sempach sucht nach treffenderen Worten, um das Wesen des Tiers zu beschreiben: «Also das ist extrem ein ... also er hat manchmal schon fast ... eine weibliche Seite.» Da muss Sempach ein bisschen verlegen lachen. Er erklärt, es handle sich nicht um den typischen Muni, dem es aus der Nase rausdampfe. «Aber es ist immer noch ... oder einfach ... eben ein Muni! Und man muss sich Gefahren gleichwohl bewusst sein.»

