

*„Glück ist, was geschieht, wenn Vorbereitung auf Gelegenheit trifft.“
(Seneca zugeschrieben)*

I.

IN TIEFSTER HÖLLE

2. Dezember 2022

Der Moment, in dem ich nach meiner dritten Operation aus der Narkose erwachte, markierte einen der schwierigsten Punkte meiner Laufbahn.

Vorausgegangen war ein Kreuzbandriss, dessen operative Versorgung etwa sechs Wochen zurücklag. In der anschließenden Zeit zeigte sich im operierten Knie eine bakterielle Infektion. Diese Infektion machte zwei weitere Eingriffe in kurzer Abfolge erforderlich, um schwerwiegende Komplikationen zu verhindern. Mit ihnen verschob sich der gesamte Rehabilitationsprozess grundlegend und abrupt. Anstelle erster Belastungsübungen trat erneut der Krankenhausaufenthalt.

In den Tagen rückte die sportliche Perspektive vollständig in den Hintergrund. Im Vordergrund stand die Stabilisierung meiner Gesundheit. Die Eingriffe zur Reinigung des betroffenen Gewebes waren zeitaufwendig und mussten wiederholt werden. Erst nach mehreren Tagen ließ sich anhand der Entzündungswerte eine erste Einschätzung vornehmen.

Besonders belastend erwies sich die anschließende stationäre Behandlung. Über mehrere Tage hinweg erfolgten regelmäßige Blutuntersuchungen sowie eine intensive antibiotische Therapie. Die Verabreichung der Medikamente erforderte lang andauernde Infusionen, die ihrerseits zu weiteren körperlichen Belastungen führten. Schließlich wurde die Therapie angepasst, was jedoch mit Einschränkungen in der Wirksamkeit verbunden war. Gleichzeitig traten Nebenwirkungen auf, die die Nahrungsaufnahme erheblich erschwerten.

Die gesamte Situation zog sich über zwei Wochen. In dieser Zeit relativierte sich die ursprüngliche Verletzung in ihrer Bedeutung, auch wenn ich diese im Moment ihres Eintretens als einschneidend empfand.

Die Verletzung selbst ereignete sich am 5. Oktober 2022, zu Beginn eines Champions-League-Spiels gegen Celtic Glasgow. Ich spielte einen Pass nach vorn und stützte mich im nächsten Moment ab. Dabei spürte ich ein Reißen im Knie, begleitet von einem deutlich hörbaren Knacken. In dem Augenblick wusste ich, dass etwas Schwerwiegendes passiert war.

Ein einzelner Moment erklärt eine solche Verletzung selten. Die Monate davor waren von einer außergewöhnlich hohen Belastung geprägt. Auf die Champions League im Herbst folgte im Frühjahr die Europa League, parallel dazu Bundesliga und DFB-Pokal. In nahezu jedem Spiel stand ich im Tor. Mit dem Trainerwechsel während der

Saison – auf Jesse Marsch folgte Domenico Tedesco – kam zusätzliche Verantwortung hinzu, die ich als Kapitän trug. Die zweite Saisonhälfte verlief sportlich deutlich stabiler. Am letzten Spieltag entschieden wir die Qualifikation für die Champions League in letzter Minute. Nach einem Freistoß von Dominik Szoboszlai erzielte Willi Orbán den entscheidenden Treffer per Kopf. Gleichzeitig erreichten wir das Finale im DFB-Pokal und das Halbfinale der Europa League. Diese Erfolge gingen jedoch mit einer stetigen physischen und mentalen Belastung einher. Erfolg und Enttäuschung liegen in dieser Zeit eng beieinander. Im Halbfinale der Europa League schieden wir gegen die Rangers aus, trotz einer Ausgangslage, die anderes erwarten ließ. Wenige Wochen später standen wir im Finale des DFB-Pokals dem SC Freiburg gegenüber. Nach einem Rückstand und einer langen Phase in Unterzahl gelang es uns, auszugleichen und schließlich im Elfmeterschießen für uns zu entscheiden. Nach dem Schlusspfiff nahm ich als Kapitän den Pokal entgegen. Auf der Tribüne sah ich Dia und unsere beiden Söhne. Dieser Moment hatte für mich eine besondere Bedeutung. Dass ich als erster Spieler in der Geschichte des Vereins den Pokal in die Höhe stemmen durfte – in ihrer Anwesenheit –, verlieh dem Augenblick zusätzliches Gewicht. Einen vergleichbaren Moment auf dem Spielfeld habe ich nicht erlebt.

Zeit zur Regeneration blieb kaum. Ich reiste nach Ungarn, um mit der Nationalmannschaft die Nations-League-Spiele gegen England und Deutschland zu bestreiten, die ebenfalls ein hohes Maß an Konzentration erforderten. Nach lediglich zwei Wochen Pause begann die Sommervorbereitung in Leipzig. Aufgrund der im Winter in Katar angesetzten Weltmeisterschaft wurde die Saison früher gestartet.

Der Saisonbeginn verlief nicht wie erhofft. In der Mannschaft war eine gewisse Müdigkeit spürbar, was nach einer intensiven Spielzeit mit nur zwei Wochen Pause nicht überrascht. Die unzureichende Regeneration zeigte sich früh: Nach dem zweiten Bundesliga-Spieltag erlitt ich einen partiellen Muskelriss im Oberschenkel. Gleichzeitig entstand im Torwartteam neue Konkurrenz durch Janis Blaswich. Auch deshalb strebte ich eine schnelle Rückkehr an, obwohl mein Bein noch nicht vollständig belastbar war. Im Nachhinein wurde von vielen die Vermutung geäußert, dass diese Verletzung zu dem späteren Kreuzbandriss beigetragen haben könnte.

Dennoch erklärte ich mich für spielbereit. Das zuvor erkennbare Muster, bei dem auf einen Sieg häufig eine Niederlage folgte, setzte sich auch mit mir in der Startelf fort, nun unter Marco Rose, nachdem Domenico Tedesco entlassen worden war. Die ganze Mannschaft - mir inklusive - befanden uns in einer miserablen (?) Verfassung. Wir kassierten zahlreiche Gegentore, und im Champions-League-Spiel gegen Shakhtar unterlief auch mir ein Fehler. Roses erstes Spiel – gegen Dortmund – entschieden wir für uns. Danach folgten Niederlagen gegen Real Madrid und Mönchengladbach. Anschließend reiste ich erneut nach Ungarn. Ein Spiel folgte auf das nächste, und es war erst Anfang September. In Leipzig gewann die ungarische Nationalmannschaft gegen Deutschland, im darauffolgenden Spiel unterlagen wir Italien. Nach dem Spiel gegen Italien hatte ich eine Nachricht von Dia erhalten. Sie teilte mir mit, dass sie mit den

Kindern ins Krankenhaus gefahren sei, nachdem unser jüngster Sohn Vini im Stadion zweimal erbrochen hatte. Sie versuchte, mich zu beruhigen, und ging von einem Infekt aus. Da der Kleine jedoch am selben Morgen aus dem Bett gefallen war, hielten ihn die Ärzte zur Beobachtung im Krankenhaus, um eine mögliche Gehirnerschütterung auszuschließen. Als ich im Kinderkrankenhaus ankam, erlebte ich erstmals eine leichte Panikreaktion, ausgelöst durch die körperliche und mentale Erschöpfung, verbunden mit der Sorge um meinen Sohn.

Die unzureichende Regeneration im Sommer, das Ausbleiben der Ergebnisse, der dadurch zunehmende Druck im Alltag sowie die dreifache Belastung, unter der es in den Spielen häufig nur noch darum ging, sie zu überstehen, führten zu diesem Zusammenbruch im Krankenhaus. Und in diesem Zustand kehrte ich am 5. Oktober zum Champions-League-Spiel gegen Celtic nach Leipzig zurück.

Am Morgen des Spieltags sah mich Dia an und stellte besorgt fest, dass ich ungewöhnlich blass war. „Was ist los?“, fragte sie. Ich konnte nicht antworten. Es ging nicht darum, dass ich nicht spielen wollte oder meine Situation – dass ich im Tor der ungarischen Nationalmannschaft stand und in der Champions League gegen die besten Mannschaften antreten konnte – nicht zu schätzen wusste. Ich war aber an einem Punkt angekommen, an dem die Belastung zu groß geworden war. Spiel, Reise, Training und der damit verbundene Druck hatten sich über Wochen aufgebaut. „Ich weiß nicht, wie ich heute im Tor stehen soll“, sagte ich. „Was würdest du jetzt am liebsten tun?“, fragte Dia weiter, um meine Gedanken in eine andere Richtung zu lenken. „Ich würde in Österreich in den Bergen Rad fahren“, antwortete ich. Fünf Tage später war ich tatsächlich in Österreich, allerdings nicht auf dem Fahrrad, sondern im Krankenhaus in Innsbruck.

In dem Moment, in dem ich das Reißen hörte und spürte, war mir sofort klar, dass es sich um einen Kreuzbandriss handelte. Die auf den Platz eilenden Physios versuchten, mich zu beruhigen, und meinten, es sei sicher nicht das Kreuzband, ich könne das nicht wissen, da ich eine solche Verletzung zuvor nie erlebt hatte. In der Kabine zeigte sich jedoch nach einem kurzen manuellen Test durch unseren Mannschaftsarzt, dass es sich tatsächlich um einen Kreuzbandriss handelte. Tränen liefen mir übers Gesicht. Dia, die inzwischen eingetroffen war, weinte ebenfalls. Und meine Kinder erlebten all das mit. Es waren sehr schwere Momente.

In den ersten Tagen nach der Verletzung stellte sich dennoch ein unerwartetes Gefühl ein. Der zuvor ununterbrochene Ablauf aus Spielen, Reisen und Training war abrupt unterbrochen. Für einen kurzen Zeitraum entstand Abstand zu diesem Rhythmus. Diese Wahrnehmung wich jedoch bald einer realistischeren Einschätzung. Mit zunehmender Klarheit über den Verlauf der Reha wurde mir deutlich, wie lang und fordernd der Weg sein würde, bis ich wieder im Tor stehen konnte.

Der Beginn der Reha verlangte Geduld. Schritt für Schritt kehrte meine Kraft zurück. Nach dem Krankenhausaufenthalt in Innsbruck folgten drei Wochen im hochmodernen Trainingszentrum von Red Bull in Österreich, dem APC, bevor ich nach

Leipzig zurückkehrte. Die Fortschritte waren stabil. Ich hatte den belastenden Rhythmus hinter mir gelassen und konnte mich wieder vollständig auf meine eigene Entwicklung konzentrieren. Dabei ging es zunächst darum, grundlegende Übungen wie Beinheben und Kniebeugen sauber und kontrolliert auszuführen. Ich begann mit den Grundlagen. Von weiterführenden Belastungen war ich noch weit entfernt, zunächst ging es darum, die ersten Schritte zu machen.

Dennoch verlief die Reha nicht ohne Probleme. Mein Schlaf blieb stark eingeschränkt. Mehr als drei bis vier Stunden am Tag waren kaum möglich, da ein anhaltendes Kribbeln in den Beinen mich immer wieder wachhielt. Wir versuchten verschiedene Ansätze, sowohl naturheilkundliche als auch medikamentöse, doch eine nachhaltige Verbesserung trat nicht ein. In der fünften Woche nach der Operation kam Fieber dazu. Zunächst hielt ich es für eine gewöhnliche Infektion, wie sie im familiären Alltag vorkommt. Als das Fieber jedoch über mehrere Tage hinweg anhielt, ahnte ich, dass mehr dahinterstecken könnte. Gemeinsam mit Dia entschied ich mich für eine Blutuntersuchung. Das Ergebnis ließ keinen Spielraum für Interpretationen. Der CRP-Wert lag weit über dem zulässigen Bereich. Eine antibiotische Behandlung wurde angesetzt, zeigte jedoch zunächst keine Wirkung.

Inzwischen kam es in meinem Knie zu einer Flüssigkeitsansammlung, was in dieser Phase der Rehabilitation nicht ungewöhnlich ist. Als die Flüssigkeit jedoch punktiert wurde, zeigte sich, dass sie stark bakteriell belastet war. Der Arzt stellte daraufhin klar, dass ein sofortiger operativer Eingriff erforderlich sei. Vorrang hatte, eine systemische Infektion zu verhindern. Eine Sepsis kann in schweren Fällen lebensbedrohlich verlaufen, auch wenn das Risiko bei Leistungssportlern geringer ist. Eine deutlich realere Gefahr bestand darin, dass die Bakterien das rekonstruierte Kreuzband befallen könnten. In einem solchen Fall hätte es entfernt werden müssen, und ein erneuter Eingriff wäre erst Monate später möglich gewesen. Unter diesen Umständen hätte dies das Ende meiner Karriere bedeuten können.

Am 30. November wurde ich zur Reinigung des Knies ins Krankenhaus aufgenommen. Ich ging davon aus, dass es sich um einen routinemäßigen Eingriff handeln würde, vergleichbar mit der vorherigen Punktion. Meine Einschätzung erwies sich aber als zu optimistisch. Der Eingriff dauerte mehrere Stunden. Als ich aus der Narkose aufwachte und die Schläuche sah, wurde mir die Situation schlagartig bewusst. Kurz darauf wurde mir mitgeteilt, dass ein weiterer Eingriff folgen würde. In dem Moment veränderte sich meine Perspektive grundlegend. In den Wochen zuvor hatte ich die Verletzung für mich eingeordnet: Ich hatte die Ursachen verstanden, sie akzeptiert und einen Plan für die Reha entwickelt.

Mir war bewusst, dass die Verletzung auf eine vollständige Erschöpfung zurückzuführen war. Seit meinem 27. Lebensjahr hatte ich über fünf Jahre hinweg ohne Unterbrechung in der Champions League, der Bundesliga, im DFB-Pokal und in der ungarischen Nationalmannschaft gespielt. Hinzu kamen die Auswirkungen der Pandemie und die Geburt meiner beiden Söhne. Insgesamt hatte sich eine Vielzahl von

Belastungen aufgebaut, und ich war leistungsmäßig an meine Grenzen angelangt. Vor diesem Hintergrund konnte ich die Verletzung akzeptieren. Ich hatte den Punkt erreicht, an dem mein Körper eine Grenze setzte. Auch wenn der kontinuierliche Einsatz seinen Preis hatte, ging ich davon aus, im Zeitpunkt meiner Rückkehr 33 Jahre alt zu sein, mit einem weiterhin gültigen Vertrag in Leipzig und mit der Perspektive, sowohl mental als auch körperlich wieder auf ein hohes Niveau zurückzukehren. Als sich jedoch zeigte, dass ich zusätzlich mit einer bakteriellen Infektion zu kämpfen hatte, veränderte sich die Situation grundlegend. Diese bedeutete nicht nur ein gesundheitliches Risiko, sondern warf mich nach sechs Wochen erheblich zurück. Ich musste nicht bei null, sondern gewissermaßen aus dem Minus neu beginnen.

Auch körperlich befand ich mich in einem sehr schlechten Zustand. Insgesamt war ich nicht sechs Wochen, sondern drei Monate auf Krücken angewiesen, und bis Januar war an Training nicht zu denken. Dennoch richtete sich mein Blick weiterhin auf den Sommer. Damit musste ich aber – statt der ursprünglich vorgesehenen neun Monate – innerhalb von sechs Monaten wieder spielfähig werden.

Mir war bewusst, welche Bedeutung die Vorbereitung auf die neue Saison haben würde. Wer diese Phase verpasst, hat es schwer, wieder eine zentrale Rolle einzunehmen. Dieses Wissen bestimmte meine Herangehensweise.

Nach meiner Entlassung aus dem Krankenhaus in Leipzig ging ich zur Rehabilitation zu Tamás Halmai, dem leitenden Physiotherapeuten der ungarischen Nationalmannschaft, und arbeitete bis Mitte Februar täglich mit ihm. An Weihnachten konnte ich die ersten Schritte ohne Krücken machen. In der Anfangsphase lag der Schwerpunkt auf Bodenübungen sowie auf der Reaktivierung der Gesäß-, Waden- und Oberschenkelmuskulatur. Der gezielte Muskelaufbau begann erst später. Erst im Mai konnte ich mit leichtem Lauftraining beginnen. Insgesamt vergingen acht Monate, bis eine stabile Laufbelastung möglich war. Damit lag ich deutlich hinter dem üblichen Zeitrahmen. Der Rückstand war erheblich, zumal ich wusste, dass die Sommervorbereitung der Mannschaft Ende Juni beginnen würde. Im Mai war ich erst so weit, dass ich wieder in leicht erhöhtem Tempo laufen konnte. Ein unmittelbarer Einstieg ins Mannschaftstraining war nicht möglich. Dennoch arbeitete ich intensiv daran, zumindest die grundlegenden Torwartübungen wieder durchführen zu können. Gegen Ende August konnte ich wieder vollständig in das Teamtraining einsteigen. Das war auch deshalb von Bedeutung, weil zu diesem Zeitpunkt die Transferperiode endete und für den Verein die Frage im Raum stand, ob eine weitere Verpflichtung auf der Torwartposition notwendig sein würde. Mitte September gehörte ich wieder zum Spieltagskader. Ende September, nahezu ein Jahr nach der Verletzung, kam ich im Pokalspiel gegen Wehen Wiesbaden wieder zum Einsatz. Dieser Moment hatte für mich eine besondere Bedeutung.

Die Reha wird oft als Gelegenheit beschrieben, Abstand zu gewinnen, mehr Zeit mit der Familie zu verbringen und neue Balance zu finden. Bei mir verlief es anders – zumindest in der Zeit nach der Infektion. Zunächst stellte sich tatsächlich eine gewisse

Ruhe ein. Danach trat jedoch zunehmend die Frage in den Vordergrund, ob eine rechtzeitige Rückkehr auf den Platz möglich sein würde. Diese Unsicherheit wirkte sich auch auf mein privates Umfeld aus. Aber Dia und die Kinder blieben in dieser Zeit meine wichtigste Stütze. Auch in schwierigen Phasen haben sie mich durchgehend unterstützt.

In diesem einen Jahr habe ich vieles gelernt – über den Fußball, vor allem aber über mich selbst. Unabhängig von Rolle, Erfahrung oder bisherigen Erfolgen kann sich die eigene Situation innerhalb kürzester Zeit verändern. Auch als Kapitän, nach acht Jahren bei einem Verein, mit einem Pokalsieg und der Teilnahme an einem Champions-League-Halbfinale, kann man von einem Tag auf den anderen an Bedeutung verlieren. Diese Erkenntnis war einschneidend.

Um Missverständnissen vorzubeugen: Das ist kein Vorwurf an Leipzig. Ich möchte meinen Verein nicht kritisieren. So funktioniert der Fußball auf diesem Niveau. Entwicklungen verlaufen schnell, und alle Beteiligten stehen unter Druck. Für individuelle Interessen bleibt dabei kein Raum. Maßgeblich ist der jeweilige Moment und das, was unmittelbar bevorsteht. Vergangenes verliert an Gewicht. Es kam vor, dass sich über Monate hinweg niemand aus dem Verein bei mir meldete, abgesehen von den Physiotherapeuten. Die Mannschaft setzte den Spielbetrieb fort, mein Vertreter Janis Blaswich zeigte gute Leistungen, und meine Rolle trat bis zu meiner Rückkehr in den Hintergrund. Das zu akzeptieren, fiel mir nicht leicht.

Gleichzeitig wurde mir bewusst, wie eng sportliche Leistung und persönliches Selbstverständnis miteinander verbunden sind. Als Fußballer definieren wir uns in hohem Maß über den Sport. Wenn diese Grundlage wegfällt, entsteht leicht der Eindruck, auch als Mensch an Wert zu verlieren. Ich musste lernen, mein berufliches und mein privates Leben voneinander zu trennen. Gemeinsam mit meinem Mentaltrainer habe ich intensiv daran gearbeitet, trotz der Umstände innerlich gefestigt zu bleiben. Innerhalb kurzer Zeit verlor ich meinen Platz im Tor, meinen Status und damit vieles von dem, wofür ich seit meiner Kindheit gearbeitet hatte. Dies während einer langen und belastenden Phase zu verarbeiten, zu durchleben und schließlich zu akzeptieren, war nicht einfach.

Während der Genesung habe ich auch mental deutlich an Stabilität gewonnen. Dazu gehörte, die selbstverständlichen kleinen Dinge des Alltags wieder wahrzunehmen und zu schätzen – etwa den Moment, in dem man nach einer langen Phase der Einschränkung einen Teller wieder selbst zum Spülbecken tragen kann. Ebenso habe ich gelernt, das einzuordnen, was ich in meiner Laufbahn erreicht habe: die Teilnahme an drei Europameisterschaften, den Gewinn des DFB-Pokals, nahezu fünfzig Einsätze in der Champions League sowie Spiele gegen die prägenden Akteure des internationalen Fußballs wie Lionel Messi oder Cristiano Ronaldo. Dennoch sehe ich nicht darin meine größten Erfolge. Entscheidend ist für mich, dass ich nach der schweren Knieverletzung zurückgekehrt bin und ein höheres Leistungsniveau erreicht habe als zuvor.

Ein Niveau, das ich mir als Kind auf dem staubigen Platz in Zugló bestenfalls erträumt hatte.

II.

DER ANFANG

Ich war fünf Jahre alt, als wir in die Szőnyi út¹ zogen, nur wenige Meter vom Gelände des BVSC entfernt. Es war daher fast unausweichlich, dass genau dort meine Fußballgeschichte begann. Dabei hätte mein Weg auch ganz anders verlaufen können.

Meine Eltern wollten, dass alle drei Kinder möglichst früh schwimmen lernen. Meine ältere Schwester hielt zwei oder drei Jahre lang beim Training durch, meine jüngere hingegen verlor schon mit drei Jahren die Lust daran. Und ich? Für mich kam einzig der Fußball infrage. Also riefen meine Eltern beim BVSC an, wo man ihnen mitteilte, dass das Training für Kindergartenkinder im Sommer beginnen würde. Meine Mutter erzählt noch heute mit einem Lächeln, dass wir damals die Ersten waren, die sich meldeten. So hartnäckig hatte ich ihr mit meinem Wunsch, Fußball zu spielen, in den Ohren gelegen.

Beim BVSC galt damals ein einfacher Grundsatz: Kein Kind wird abgewiesen. Die Trainer András Hernády und Péter Pallagi arbeiteten mit zwei Gruppen, mit jeweils dreißig oder vierzig Kindern. Dass ich mich schon früh in diesen Sport verliebte, verdanke ich ihnen. Beide besaßen ein außergewöhnliches Gespür für Kinder und begegneten uns mit einer Geduld und Aufmerksamkeit, die ich erst viele Jahre später wirklich zu schätzen lernte. Für mich gab es kaum etwas Schöneres, als zum Training zu gehen. Ich jagte dem Ball bei Schnee, Regen und brütender Hitze hinterher.

Wir wohnten so nah am Sportgelände, dass ich schon mit zehn Jahren allein zu Fuß zum Training ging. Wenn wir auf dem Platz an der Tatai út² trainierten, fuhr ich mit dem Fahrrad hinüber. Manchmal verlor ich allerdings den Schlüssel für das Fahrradschloss. Dann blieb mir nichts anderes übrig, als zu Fuß nach Hause zu gehen. Mein Vater und ich suchten anschließend gemeinsam den Ersatzschlüssel und holten das Rad später wieder ab. Meistens trainierten wir auf dem Sandplatz in der Szőnyi út. Und wenn wir

¹ Hauptstraße im Budapester Außenbezirk Zugló, an der sich das Sportgelände des BVSC (Budapesti Vasutas Sport Club – Budapester Eisenbahnsportverein gegründet 1911) befindet

² Hauptstraße in Zugló mit weiteren Trainingsplätzen des BVSC

ausnahmsweise einmal auf den Rasen durften, fühlte sich das fast wie ein kleiner Feiertag an. Der Sandplatz hatte nämlich seine Schattenseiten. Der Staub lag ständig in der Luft, ich atmete ihn ein, meine Gesichtshaut juckte ununterbrochen. Doch selbst das konnte mich nicht vom Training abhalten. Viele Eltern würden heute über solche Bedingungen wahrscheinlich nur den Kopf schütteln. Auch die Ausrüstung war damals eine andere als heute. Meine Mutter nähte mir Schaumstoff in die Hosen ein, damit mir der harte, staubige Boden bei einem Hechtsprung nicht direkt auf die Knochen ging.

Trotzdem beschwerten wir uns nie. Auch ich nicht, selbst dann nicht, als ich Ekzeme an den Händen bekam und meine Handflächen wund wurden. Vermutlich lag das an den Torwarthandschuhen, deren Qualität man heute wohl eher als bescheiden bezeichnen würde. Aber nichts konnte mir die Freude am Fußball nehmen.

Der BVSC war für mich immer mehr als nur ein Verein. Er war meine zweite Familie. Jedes Training erwartete ich mit großer Vorfreude. Am Wochenende spielten wir Hallenturniere – ein Spiel nach dem anderen. Und immer wieder stellten die Trainer dieselbe Frage: „Wer will ins Tor?“ Eines Tages hob ich die Hand. Ich wollte es einfach einmal ausprobieren. Mir gefiel die Vorstellung, den Ball aus der Hand abschlagen zu können und als Torwart das ganze Spielfeld zu überblicken. Vor allem aber konnte man sich ein wenig aus dem wilden Durcheinander heraushalten. Im Kinderfußball sammelt sich alles um den Ball, wie in einem Ameisenhaufen. Jeder stürzt sich hinein. Der Typ, der sich mitten hineinwirft, war ich nie. Als also wieder einmal ein Torwart gesucht wurde, meldete ich mich. Die meisten wollten ohnehin nicht ins Tor, also nutzte ich die Gelegenheit. Ich war überzeugt, dass der Ball früher oder später ohnehin bei mir landen würde. Dann konnte ich ihn in Ruhe wegschlagen, oder einfach festhalten.

Vielleicht spielte bei dieser Entscheidung auch eine kleine Enttäuschung eine Rolle. Im darauffolgenden Frühjahr wurde ich nicht für unser erstes großes Turnier nominiert. Rückblickend ist das nachvollziehbar. Der Trainer nahm die Extrovertierten, die Frecheren, die körperlich Stärkeren und jene, die sich ohne Zögern in diesen „Ameisenhaufen“ stürzten. Nachdem ich ein paar Mal im Tor gestanden hatte, beschloss ich, Torwart zu werden. Und im Sommer nach meiner ersten Saison bekam ich schließlich meine ersten richtigen Torwarthandschuhe.

Meine Mutter bemerkte irgendwann, dass ich mitten im Sommer meine Winterhandschuhe mit nach draußen nahm, im Hinterhof einen Ball gegen die Wand

schoss und die Abpraller fing. Vermutlich dachte sie, ich würde mir damit noch die guten Handschuhe ruinieren würde. Also besorgte sie mir ein Paar Torwarthandschuhe. Sie waren nicht einmal aus Kunstleder, sondern aus einfachem Jersey-Stoff – immerhin mit Klettverschluss. Ein Markenprodukt waren sie nicht. Für mich hatten sie dennoch einen großen ideellen Wert. Damit hatte ich meinen Platz im Tor gefunden. Wobei man fairerweise sagen muss, dass es damals keinen großen Konkurrenzkampf um diese Position gab. Ich erinnere mich noch gut an unser erstes Turnier in Zánka³. Dort war ich fest als Torwart des BVSC eingepplant, und ich war übergelukkig. Doch das Turnier endete für mich in Tränen. Wir holten zwar die Bronzemedaille, aber gegen Goldball⁴ kassierte ich so viele Gegentore, dass ich mich abends in den Schlaf weinte. In diesem Moment spielte ich sogar mit dem Gedanken aufzuhören. Niemand sah damals den späteren Péter Gulácsi in mir. Und ich war auch kein außergewöhnliches Talent, das von Anfang an für die Torwartposition bestimmt gewesen wäre. Ich tat einfach das, was mir am meisten bedeutete: verteidigen. Ich versuchte, jeden Ball zu fangen. Manchmal gelang es. Manchmal nicht. Für meine Entwicklung erwies sich als großes Glück, dass der BVSC eine zweite Mannschaft hatte. In der A-Mannschaft stand ich im Tor, in der B-Mannschaft spielte ich am Feld. Das half mir sehr, meine Beinarbeit zu verbessern. Heute weiß ich, wie wichtig das für meine spätere Karriere war. Inzwischen war ich endgültig Torwart geworden – eine Entscheidung, für die ich bis heute dankbar bin. Schließlich verdanke ich dieser Position alles.

Manchmal denke ich noch heute an jenen Moment zurück. An den Augenblick, als ich in der Szónyi út zum ersten Mal die Hand hob, als gefragt wurde, wer sich ins Tor stellen möchte. Und wenn man mich heute fragt, ob ich mir wünschen würde, dass meine eigenen Kinder ebenfalls Torhüter werden, dann lautet meine Antwort: Ja. Trotz aller Schwierigkeiten. Trotz aller Rückschläge und Zweifel. Denn am Ende überwiegt die Freude. Auch wenn unsere Welt manchmal hart sein kann: Wenn ich den Film meines Lebens betrachte, sehe ich einen glücklichen Péter Gulácsi. Und was könnte ich mir mehr wünschen, als dass auch meine Kinder ihr Glück finden. Natürlich ist Glück eine vielschichtige Angelegenheit. Und wenn meine Kinder ihr Glück später in einem ganz anderen Bereich finden sollten, freue ich mich genauso darüber. Seien wir ehrlich: Die

³ Kleinstadt am Nordufer des Balatons mit einem Jugendcamp, in dem oft Nachwuchsturniere und Sportveranstaltungen stattfinden.

⁴ Goldball '94 FC ungarischer Fußballverein, gegründet 1994 in Budapest. Der Verein widmet sich der Nachwuchsförderung.

Wahrscheinlichkeit, Profifußballer zu werden – und dann auch noch in einer der fünf großen europäischen Ligen zu spielen –, ist verschwindend gering. Der Fußball folgt eigenen, oft unberechenbaren Gesetzmäßigkeiten. Deshalb hätte ich nichts dagegen, wenn sie ihre Energie lieber in die Schule oder in einen anderen Traum investieren und ihr Glück dort finden.

Und doch besitzt dieser Sport eine besondere Faszination. Er schenkt einem ein einzigartiges Gefühl von Gemeinschaft. Man spielt im Team, kämpft gemeinsam mit seinen Freunden für ein Ziel. Dabei lernt man Disziplin, Pünktlichkeit und Zusammenhalt. Für mich bedeutete der Fußball noch etwas anderes: Er gab meinem Leben Struktur. Als Fußballer musste ich im Grunde nur eine große Entscheidung treffen – für welchen Verein ich spielen wollte. Alles andere war klar. Mein Alltag war durch Training, Spiele und Vorbereitung bestimmt. Ich musste mir nie die Frage stellen, was ich mit meinem Tag anfangen sollte. Der Fußball hat mir nicht nur meinen Lebensunterhalt ermöglicht und mir Erfolg gebracht. Er hat meinem Leben auch einen klaren Rahmen gegeben. Ein Luxus, den man oft erst im Rückblick erkennt.

Habe ich mich jemals gefragt, ob ich einen anderen Weg gehen wollte? Nein. Eigentlich nie. Ich wollte immer Fußballer werden. Natürlich braucht man dafür Talent. Aber Talent allein reicht nicht aus. Entscheidend sind Arbeit, Ausdauer und Demut. Arsène Wenger sagte einmal, dass statistisch nur ein verschwindend kleiner Teil der neunzehnjährigen Akademiespieler mit zweiundzwanzig Jahren noch im Profifußball aktiv ist – nicht weil es ihnen an Motivation fehlt, sondern weil am Ende nicht die Stärke der Motivation entscheidend ist, sondern ihre Beständigkeit. Die entscheidende Frage lautet: Kann man über Jahre hinweg ein hohes Niveau halten? Und dafür braucht man vor allem eines: Ausdauer. Ob man gerade oben oder unten steht, ob es gut läuft oder schlecht: Die Motivation darf nie verschwinden.

Jeder geht jeden Tag zum Training. Aber wie man dort arbeitet, macht den Unterschied. In Leipzig herrscht täglich ein intensiver Konkurrenzkampf. Man muss dauerhaft auf höchstem Niveau arbeiten und bereit sein, immer wieder an die eigenen Grenzen zu gehen. Wenn man zwei Trainingseinheiten hintereinander nicht sein bestes Niveau erreicht, beginnen die Trainer bereits nachzudenken. Elite bedeutet: über viele Jahre hinweg konstant außergewöhnliche Leistungen zu bringen. Nach einem einzelnen Spiel lässt sich nicht beurteilen, wie gut ein Torwart wirklich ist. Auch nicht nach ein paar

Dutzend Partien, nicht einmal nach einer ganzen Saison. Erst über mehrere Jahre hinweg, zeigt sich, ob ein Spieler in der Lage ist, dauerhaft auf höchstem Niveau zu spielen. Genau darin liegt der Unterschied zwischen einem Weltklassemann und einem, der „nur“ gut ist.

Ich habe es immer gemocht, Torwart zu sein. Entgegen einem verbreiteten Klischee ist das kein einsamer Job. Wir trainieren in kleinen Gruppen, nie allein, und ich habe stets versucht, zu jedem meiner Mitspieler ein gutes Verhältnis aufzubauen. Auch im Spiel ist man keineswegs isoliert. Im modernen Fußball ist der Torwart viel stärker eingebunden als früher. In manchen Partien greife ich häufig mit den Füßen ein und eröffne das Spiel. Von Einsamkeit kann also keine Rede sein. Psychologisch allerdings ist diese Position hochinteressant. Je weiter hinten man auf dem Feld steht, desto größer wird die Verantwortung. Stürmer und Torwart stehen beide unter Druck. Der Unterschied: Ein Stürmer darf Fehler machen. Trifft er später, ist vieles vergessen. Ein Torwart hat diesen Luxus nicht. Vor einiger Zeit wurde in Leipzig ein interessantes Experiment durchgeführt. Über die Cortisolmenge im Speichel wurde der Stresspegel der Spieler gemessen – vor dem Training, vor dem Spiel und nach dem Abpfiff. Das Ergebnis war eindeutig: Bei Stürmern lag das Stresslevel vor dem Spiel auf dem Niveau eines gewöhnlichen Trainingstags. Bei Torhütern und Verteidigern hingegen war es deutlich höher. Nach dem Spiel glichen sich die Werte wieder an. Der Grund liegt auf der Hand: Defensivspieler wissen, dass sie sich kaum Fehler erlauben dürfen und genau das erzeugt zusätzliche Anspannung.

Natürlich sind wir ein Team. Aber innerhalb dieses Teams trägt jeder eine andere Verantwortung. Und gerade, weil wir ein Team sind, lassen wir einander nicht im Stich. Auch deshalb empfinde ich die Torhüterposition nicht als einsam. Trotzdem darf man nicht vergessen: Fußball ist zwar ein Mannschaftssport, der Profifußball aber zugleich auch ein Einzelsport. Am Ende spielen individuelle Interessen eine große Rolle. Man kämpft um seinen Platz im Team, um seine Existenz, um einen Platz in der Startelf – und auch um den bestmöglichen Vertrag.

Bevor ich nach Salzburg wechselte, wurde ich von Hans Leiter, dem Torwartkoordinator von Red Bull Global, gescoutet. Er bat mich, mehrere Tests zu absolvieren und erzählte mir dabei von einer internationalen psychologischen Umfrage. Amateur- und Profitorhüter sollten folgende Frage beantworten: *Gewinnt deine*

Mannschaft 3:2, aber beide Gegentore gehen auf deine Kappe – oder verliert sie, und du bist der beste Spieler? Was ist dir lieber? Die Amateure entschieden sich ausnahmslos für den Sieg. Die Profis hingegen nicht unbedingt. Natürlich ist diese Frage zugespitzt. Jeder will gewinnen – ein Torwart genauso. Aber im Profifußball zählt am Ende vor allem eines: die eigene Leistung. Denn nur wer konstant gut spielt, bleibt langfristig Teil der Mannschaft.

Die Nationalmannschaft ist allerdings etwas völlig anderes. Dort zählt tatsächlich nur das gemeinsame Ziel. Es geht nicht um die eigene Karriere, nicht um Verträge – es geht um das Land. Ob man auf der Bank sitzt oder im Tor steht, ist zweitrangig. Entscheidend ist, dass die Mannschaft erfolgreich ist und jeder seinen Beitrag leistet. In der Nationalmannschaft gibt es keine individuellen Interessen. Dort spielt man für Ungarn.

Ich möchte allerdings nicht falsch verstanden werden. Auch im Verein gibt man alles für den gemeinsamen Erfolg. Man versucht, wirklich das Letzte aus sich herauszuholen. Für einen Meistertitel oder den Gewinn der Champions League würde man fast alles geben. Aber gleichzeitig spielen im Vereinsfußball auch persönliche Interessen eine Rolle. Denn eine Karriere verläuft deutlich einfacher, wenn man im Verein die Nummer eins auf seiner Position ist.

Um das zu sein, muss man die beste Version seiner selbst werden. Dafür braucht es Fleiß, Begabung und Erfahrung. Aber was bedeutet Erfahrung eigentlich? Für mich heißt das: Man begegnet bestimmten Situationen mit Ruhe und Selbstvertrauen, weil man sie schon einmal erlebt hat. Es geht dabei nicht um einzelne Spielszenen. Die kann man mit zwanzig genauso gut lösen wie mit dreißig. Ob man hundert oder tausend Pässe gespielt hat, macht keinen großen Unterschied. Entscheidend ist, wie viele wirklich wichtige Spiele man erlebt hat – Spiele, in denen es um alles geht. Das ist Erfahrung.

2019 standen wir in Berlin im DFB-Pokalfinale gegen Bayern München und verloren 3:0. Ich war am Boden zerstört. Nach dem Schlusspfiff kam Manuel Neuer zu mir, legte mir die Hand auf die Schulter und sagte: „Lass dich nicht unterkriegen, Péter. Deine großen Spiele kommen noch.“ Das fand ich unglaublich stark – und es war mehr als nur eine höfliche Geste. Er sollte recht behalten. Ich habe danach noch mehrere große Spiele erlebt, darunter zwei weitere Pokalfinale. Und in mein drittes Finale bin ich ganz anders gegangen als in mein erstes. Genau das ist Erfahrung. Man geht mental und emotional anders in solche Spiele. Die Routine aus früheren Momenten gibt Sicherheit. Man weiß,

wie man mit der Situation umgehen muss, und auch, wie man reagieren sollte, wenn ein Fehler passiert. Im Leben eines Torwarts gibt es kaum etwas Schwierigeres, als mit einem Fehler umzugehen. Wenn meine Mannschaft wegen mir ein Tor kassiert, setzt das Gefühl nicht sofort ein. Zuerst versucht man, den Moment zu verdrängen. Man redet sich vielleicht ein, dass es nicht ausschließlich die eigene Schuld war. Man muss weitermachen. Denn wer lange nachdenkt, macht oft den nächsten Fehler gleich hinterher.

Nach dem Spiel allerdings kommt die Selbstkritik. Und die kann hart sein. Mindestens einen Tag lang begleitet einen dieses Gefühl. Gleichzeitig weiß man: Schon bald steht das nächste Spiel an, und der Fokus verschiebt sich wieder.

Das bedeutet aber auch, dass selbst große Siege oder außergewöhnliche Leistungen nur kurz wirken. Direkt nach dem Abpfiff beginnt bereits die Regeneration: Kompressionshose, Proteinshake, Vorbereitung auf das nächste Spiel. Der Rhythmus des Profifußballs geht weiter. Das ist anstrengend. Manchmal würde man einen Erfolg, ein paar Tage lang genießen. Doch dafür bleibt kaum Zeit. Wenn es sportlich nicht gut läuft, kann dieser Rhythmus helfen. Man hat keine Zeit, sich lange mit einer Niederlage zu beschäftigen. Doch wenn alles perfekt läuft, wünscht man sich manchmal, die Freude ein wenig festhalten zu können.

Nach Fehlern ziehe ich mich meist zurück. Ich schalte die sozialen Netzwerke ab, lese keine Nachrichten. Gleichzeitig setze ich mich mit meinem Torwarttrainer zusammen und analysiere jede Szene im Detail. Technische Fehler, taktische Fehler – alles hat eine Ursache. Ein Beispiel aus der Saison 2024/25: In der Champions-League-Gruppenphase gegen Celtic konnte ich bei einem Sprung den Ball nicht festhalten, weil meine Beinhaltung nicht stimmte. In der Analyse wurde das sofort sichtbar. Genau deshalb ist Analyse so wichtig. Ein Fehler passiert einmal – beim nächsten Mal weiß man, worauf man achten muss.

Die öffentliche Meinung ist heute schwerer zu kontrollieren als früher. Im Zeitalter der sozialen Medien wird alles sofort vervielfacht. Früher gab es vielleicht zwei Zeitungen. Wer sie nicht lesen wollte, brauchte sie nicht zu lesen. Heute hat jeder ein Smartphone und bekommt ständig Rückmeldungen – auch über Fehler. Und die Reaktionen sind oft heftiger.

Das ist vielleicht die größte Schattenseite des Fußballs. Ansonsten gibt es für mich als Torwart, kaum etwas, was ich an diesem Spiel nicht mag. Aber im Fußball insgesamt gibt es einige Dinge, die einen belasten können. Am meisten liebe ich bis heute die Spiele selbst – besonders am Nachmittag. Champions-League-Abende haben eine einzigartige Atmosphäre, aber das lange Warten kann sich ziehen. Bei frühen Spielen ist man schneller im Stadion, die Spannung steigt, das Adrenalin auch. Denn ein Spiel ist immer auch ein Kampf. Als Torwart ist es allerdings schwer, ein Spiel wirklich zu genießen. Egal wie spektakulär es ist – dort hinten genießt man es nicht. Man muss konzentriert bleiben. Das gute Gefühl kommt erst nach dem Abpfiff.

Auch das Training liebe ich. Dort spüre ich am deutlichsten, wie schön es ist, Fußballer zu sein. Nicht im Spiel, sondern im Training – weil man häufiger Aktionen hat, mehr Paraden, mehr Beteiligung.

Aber es gibt natürlich auch Dinge, die ich am Fußball nicht mag. Vor allem Niederlagen. Wer hätte das gedacht? Interessanterweise treffen sie mich heute stärker als früher. Vielleicht weil ich oft Kapitän war und mehr Verantwortung trage. Vielleicht auch, weil ich mir wünsche, dass alle im Team erfolgreich sind. Früher dachte ich, meine letzten Karrierejahre würden daraus bestehen, den Fußball einfach zu genießen – ohne Druck, ohne Sorgen darüber, was passiert, wenn wir die Champions League verpassen. So weit bin ich allerdings noch nicht.

Was mir ebenfalls zunehmend schwerfällt, ist die ständige Trennung von meiner Familie und die vielen Reisen. Das wird mit der Zeit nicht leichter. Wie lange das noch so weitergehen kann, weiß ich nicht.

Während ich erzähle, merke ich, wie weit ich mich gedanklich vom BVSC entfernt habe – ganz ähnlich wie damals. Nach acht Jahren verließ ich meinen Heimatverein und wechselte zum größeren, traditionsreichen MTK⁵. Damals konnte ich nur hoffen, dass dieser Schritt der Anfang meines Weges in den Profifußball sein würde.

⁵ MTK Budapest FC: Fußballabteilung des Sportvereins MTK Budapest gegründet 1888 als Magyar Testgyakorlók Köre (Kreis ungarischer Körpertüchtiger)

III.

FUSSBALL ODER SCHULE

Beim BVSC bestand über längere Zeit hinweg eine sehr leistungsstarke Mannschaft, insbesondere nachdem mehrere Spieler aus dem damaligen Elite-Nachwuchsverein Goldball zum Verein gewechselt waren. Im Sommer 2002 verließen jedoch einige von ihnen den BVSC in Richtung größerer Budapester Klubs. Die folgende Saison – die sich im Rückblick als meine letzte beim BVSC erweisen sollte – verlief deutlich weniger erfolgreich. Bis dahin hatte die Mannschaft regelmäßig Endspiele erreicht und gehörte landesweit zur Spitze, doch bis 2003 änderten sich die Verhältnisse grundlegend. Vor diesem Hintergrund fiel meine Entscheidung für einen Wechsel zum MTK. Der BVSC stimmte einem Transfer gegen eine Ablöse von fünfundzwanzig Bällen zu, die von meinen Eltern finanziert wurde.

Ein Wechsel zum MTK war naheliegend. Zum einen aufgrund der geographischen Nähe: Das Nachwuchszentrum befand sich – genauso wie das der BVSC – in Zugló. Zum anderen handelte es sich um einen Verein mit einer erfolgreichen Profimannschaft, die nicht nur in der höchsten Liga spielte, sondern auch den Meistertitel gewann. Die Rahmenbedingungen sprachen somit eindeutig für den MTK. Noch vor den Sommerferien wurde der Kontakt aufgenommen, und der Verein zeigte sich bereit, mich aufzunehmen. Im Nachwuchsbereich herrschte damals ohnehin große Bewegung, nachdem Goldball aufgelöst worden war. Einige der Goldball-Spieler wechselten zum MTK, andere zu Ferencváros¹. Der MTK war bereits gut aufgestellt, auch auf der Torhüterposition. In meinem Jahrgang gab es zwei etablierte Torhüter. Dennoch signalisierte Torwarttrainer József Lippai, der später bei der Nationalmannschaft und mehreren namhaften Vereinen tätig war, dass er mich gern dabei hätte. Ich begann als dritter Torhüter. Trainer István Kovács kam von Goldball, ebenso einige Mitspieler. Innerhalb kurzer Zeit formierte sich eine sehr leistungsfähige Mannschaft, und schon nach wenigen Wochen stand ich als Nummer eins im Tor. Wir wurden Meister, und im Sommer 2004 rückte ich in eine höhere Altersklasse auf, zum Jahrgang um Krisztián Németh. Mit dieser Mannschaft folgte 2005 der Schritt in die Sándor-Károly-Akademie² nach Agárd³.

Zugleich stellte sich die grundlegende Frage nach den Prioritäten: Schule oder Fußball. Mein familiäres Umfeld ist akademisch geprägt. Meine Eltern sind Ökonomen, meine ältere Schwester ist Ärztin, meine jüngere Schwester studierte Architektur, und auch ich war ein guter Schüler. Am Radnóti-Gymnasium, einer der renommiertesten Schulen Ungarns, stieß meine Entscheidung, den Schwerpunkt auf den Fußball zu legen, nicht nur auf Verständnis. Auch bei meinen Großeltern nicht. Meine Eltern

¹ Fußballabteilung des ungarischen Sportvereins Ferencvárosi Torna Club (deutsch Turnverein Franzstadt), kurz Ferencváros, Fradi oder FTC, gegründet 1900

² Ausbildungszentrum des MTK, benannt nach Sándor Károly „Csikar“, dem ungarischen Fußballer und langjährigen MTK-Spieler.

³ Kleinstadt am Velence-See in Ungarn, bis 2019 Standort der Sándor-Károly-Akademie

unterstützten mich hingegen, weil sie erkannten, welche Bedeutung der Fußball für mich hatte. Zweifel hatte ich nicht, obwohl meine schulischen Leistungen weiterhin auf hohem Niveau lagen. Zu Hause galt eine klare Abmachung: Fußball nur bei guten schulischen Leistungen. Diese Voraussetzung konnte ich ohne großen Aufwand erfüllen. Im Rückblick wäre auch ein anderer Weg möglich gewesen. Entscheidend war jedoch, dass mich das Umfeld des Fußballs zunehmend anzog. Die Abläufe, die Kabine, die gemeinsamen Reisen – all das wurde immer wichtiger. Ich freute mich auf das Training, auf Turniere und Trainingslager. Auch das gemeinsame Training mit älteren, reiferen Spielern beeindruckte mich.

Mit dem Wechsel in die Akademie begann eine neue Phase in meinem Leben. Zum ersten Mal war ich über längere Zeit von meiner Familie getrennt. Gleichzeitig war dies ein wichtiger Schritt in Richtung Selbstständigkeit – eine Erfahrung, die mir später beim Wechsel nach Liverpool zugutekam. Die Wochenenden verbrachte ich meist zu Hause, doch der Alltag in Agárd war streng strukturiert und fordernd.

Der Fußball nahm in Agárd eine deutlich größere Rolle ein als die Schule. Während wir in Budapest einmal täglich trainiert hatten, standen nun mehrere Einheiten auf dem Programm. Trainingsformen wie Koordination, Athletik, spezifisches Torwartraining und Videoanalyse gehörten selbstverständlich dazu und unterschieden sich vom damaligen Standard anderer Ausbildungsstätten.

Ich hatte nicht das Gefühl, eingeschränkt zu sein. Im Gegenteil: Ich genoss es, ständig mit meinen Mitspielern zusammen zu sein. Schule und Training bestimmten den Alltag, und innerhalb dieser Struktur entstand eine enge Gemeinschaft. Am Ende der Pubertät gehörte auch dazu, dass man bei Aufenthalten in Budapest gelegentlich ausging. Gleichzeitig waren wir sportlich sehr erfolgreich. In unseren Altersklassen waren wir den meisten Gegnern deutlich überlegen, auch wenn jeder mit besonderer Motivation gegen uns spielte. Die Akademie genoss hohes Ansehen, dementsprechend war jedes Spiel eine besondere Herausforderung für die Gegner. Dennoch wurden wir in allen Altersklassen souverän Meister.

Unsere Trainer konnten der Mannschaft wenig vorwerfen. Konkurrenz gab es kaum. Das lag auch daran, dass der MTK gezielt die größten Talente in Ungarn verpflichtete. Gleichzeitig war die Ausbildung in Agárd unter der Leitung von Zsolt Tamási dem übrigen System in vieler Hinsicht voraus. Wir trainierten unter sehr guten Bedingungen, mit klaren Strukturen. Dienstags und donnerstags standen meist zwei Einheiten auf dem Programm, an den übrigen Tagen eine. Zur Schule gingen wir selbstverständlich weiterhin, auch wenn das Niveau im Vergleich zum Radnóti-Gymnasium ein anderes war. Wie viel jeder tatsächlich lernte, war unterschiedlich. Rückblickend kann ich sagen, dass ich im Unterricht nicht nur meine eigenen Arbeiten schrieb. Wer neben mir saß, konnte sich in der Regel darauf verlassen, dass ich ihm half. Wir amüsierten uns auch während des Unterrichts. In dieser Hinsicht war diese Zeit besonders. Parallel dazu entwickelte ich mich sportlich weiter, nicht zuletzt durch die vielen individuellen Trainingseinheiten. Dass ich nach zwei Jahren in Agárd mit siebzehn

nach Liverpool wechselte und mich bereits im Übergangsbereich zwischen Jugend- und Erwachsenenfußball bewegte, hängt auch mit dieser Phase zusammen.

Im Rückblick fallen mir kaum Nachteile dieser Zeit ein. Für einige stellte die isolierte Umgebung eine Herausforderung dar. Für mich überwogen die positiven Aspekte. Entscheidend war, dass ich ein klares Ziel hatte.

Ich wollte Fußballprofi werden – als Torwart.
Diesem Ziel ordnete ich alles unter.

IV.

ZUM ERSTEN MAL IM NATIONALTRIKOT

Meine ersten Erfahrungen mit der Nationalmannschaft reichen in meine Kindheit zurück. In diesem Alter wird eine Nominierung anders empfunden als später. Man empfindet sie als eine besondere Auszeichnung, die nur wenigen zuteilwird. Zugleich entsteht ein erstes Bewusstsein für die Verantwortung, die damit einhergeht. Mit sechzehn Jahren war meine Aufregung entsprechend groß. Der Gedanke, das Trikot mit dem Wappen tragen zu dürfen, wirkte motivierend, die Motivation führte jedoch nicht automatisch zu einem reibungslosen Einstieg.

Am Ende meines ersten Jahres beim MTK wurde in Zánka¹ im Rahmen des Bozsik-Programms² eine Auswahl der besten Spieler des Jahrgangs 1990 zusammengestellt. Ich wurde weder in die A- noch in die B-Mannschaft berufen. Diese Entscheidung zu akzeptieren, fiel mir schwer, zumal ich in einer der stärksten Mannschaften des Landes spielte. Dennoch wurde ich lediglich in den erweiterten Kader aufgenommen, was den Weg in die Nationalmannschaft zunächst erschwerte. Die Entscheidung war enttäuschend, spornte mich aber zugleich an. Um mich weiterzuentwickeln, musste ich gegen ältere Jahrgänge trainieren. So rückte ich in die Altersklasse der 1989 Geborenen auf und arbeitete fortan mit einer Mannschaft, aus der später die erfolgreiche ungarische U20 hervorging, die in der Weltmeisterschaft 2009 die Bronzemedaille holte. Einen wesentlichen Anteil daran hatte der MTK, aus dessen Reihen ein Großteil der Spieler kam.

Zunächst trainierte ich weiterhin bei István Kovács im Verein, später bei den älteren Jahrgängen unter István Urbányi. Die Arbeit mit Letzterem war für meine Entwicklung von besonderer Bedeutung. Er verband klare Anforderungen mit einem direkten, zugleich respektvollen Umgang und verstand es, zu allen Spielern eine Beziehung aufzubauen, ohne Distanz zu verlieren. Seine Trainingsarbeit unterschied sich deutlich von dem, was ich bis dahin kannte. Sie war konsequent, strukturiert und auf ein höheres Niveau ausgerichtet. Wir spielten und trainierten intensiv. Die Art und Weise, wie wir arbeiteten, war bereits deutlich „erwachsener“. Ich nahm wahr, dass er mir vertraute und mein Potenzial erkannte.

Im Sommer 2005 zogen wir in die Sándor-Károly-Akademie in Agárd ein und ich spielte fortan in der U17. Die früheren Auswahlmannschaften hatten in meinem Werdegang nur eine untergeordnete Rolle gespielt, nun folgte die Nominierung für die von József Both betreute U17-Nationalmannschaft. In der Qualifikation zur Europameisterschaft 2006 war ich zunächst die Nummer zwei hinter Milán Balikó. In der

¹ Ort am Nordufer des Plattensees, in dem der ungarische Fußballverband im Rahmen des Bozsik-Programms Nachwuchssichtungen und Auswahlmaßnahmen durchführte.

² Ein in Ungarn tätiges Programm zur Nachwuchsförderung und Entwicklung des Breitensports, organisiert vom ungarischen Fußballverband (MLSZ), benannt nach dem legendären József Bozsik (1925-1978) –Fußballspieler und -trainer sowie Mitglied der „Goldenen Elf“ Ungarns.

Elite-Runde in Portugal erreichten wir gegen den Gastgeber ein 1:1 und gewannen sowohl gegen die Ukraine als auch gegen Schweden jeweils mit 4:0. In den beiden letzten Spielen erzielte Krisztián Németh fünf Tore. Mit diesen Ergebnissen qualifizierte sich die Mannschaft für die Europameisterschaft in Luxemburg. Ich kam lediglich zu einem kurzen Einsatz.

Auch bei der EM stand in zwei der drei Spiele Balikó im Tor. Die Mannschaft verlor gegen Russland mit 0:1 und gegen Spanien mit 0:2 und verpasste damit den Einzug ins Halbfinale. Der einzige Sieg gelang mit einem 4:0 gegen Luxemburg, wobei ich im Tor stand. Mein Einsatz erfolgte kurz vor meinem sechzehnten Geburtstag und markierte einen wichtigen Meilenstein in meiner Entwicklung. Das Turnier wurde von Russland gewonnen, Spanien belegte den dritten Platz. Unsere Gruppe war stark besetzt. Die andere Gruppe stand dem in nichts nach. Dort trafen Deutschland, Tschechien, Serbien und Montenegro sowie Belgien aufeinander. Bei einer Europameisterschaft mit nur acht Mannschaften ist eine solche Konstellation kaum überraschend.

Einige Jahre später, bei der U19-Nationalmannschaft unter Tibor Sisa, veränderte sich meine Rolle. Ich wurde zur Nummer eins. In der Elite-Runde in Székesfehérvár stand ich in allen Spielen im Tor. Nach einem Unentschieden gegen Litauen und einem Sieg gegen Zypern war das Spiel gegen Portugal entscheidend. Nur eine Mannschaft konnte sich qualifizieren. Nach einer Stunde stand es 0:0. Ein Ergebnis, das Portugal gereicht hätte. In dieser Situation entschied ein Treffer von Krisztián Németh das Spiel zu unseren Gunsten.

Ich habe aus nächster Nähe erlebt, welchen Stellenwert Krisztián Németh in Liverpool hatte. Seine Qualität blieb dort nicht unbemerkt. Im Gegenteil, sie wurde früh erkannt und geschätzt. Umso naheliegender erscheint im Rückblick die Überlegung, dass ein längerer Verbleib seine Laufbahn möglicherweise in eine andere Richtung hätte lenken können. Eine zusätzliche Saison, selbst in einer ergänzenden Rolle, hätte ihm unter Umständen weitere Perspektiven eröffnet. Ich selbst blieb insgesamt sechs Jahre in Liverpool. Erst als sich abzeichnete, dass der Schritt vom dritten zum zweiten Torwart – also in eine Rolle mit regelmäßigen Kadernominierungen und entsprechend besseren Aussichten – nur schwer zu erreichen sein würde, traf ich die Entscheidung, den Verein zu verlassen und nach Salzburg zu wechseln. Krisztián Németh hatte diesen Schritt deutlich früher vollzogen. Seine weitere Laufbahn führte ihn zu renommierten Vereinen wie Olympiakos und AEK Athen. Unsere Freundschaft besteht bis heute fort. Er ist mir über die Jahre hinweg ein enger Weggefährte geblieben. Diese persönliche Nähe bildet die Grundlage dafür, dass ich seinen Weg mit der nötigen Offenheit und zugleich mit großem Respekt einordnen kann.

Unter Tibor Sisa entwickelte sich die Mannschaft sowohl sportlich als auch menschlich weiter. Mit ihm schafften wir es zur U19-Europameisterschaft in Tschechien. Er verband Disziplin mit einem offenen Zugang zu den Spielern und verstand es, die Gruppe zu erreichen. Seine Art der Kommunikation, oft auch in Form von Geschichten,

trug dazu bei, ein gemeinsames Verständnis innerhalb der Mannschaft zu schaffen. Diese Mischung aus Struktur und Lockerheit erwies sich als prägend.

Die Ernennung von Wilco van Buuren zum Nachfolger führte innerhalb der Mannschaft zu spürbarer Verunsicherung. Die zuvor vorhandene Geschlossenheit ging allmählich verloren, erste Auflösungserscheinungen wurden erkennbar. Bevor sich diese Entwicklung weiter zuspitzte, reagierte der Verband. Nach der 1:4-Niederlage gegen Wales im Rahmen der U21-Europameisterschaftsqualifikation wurde Sándor Egervári zum Trainer der U20-Nationalmannschaft ernannt. Egervári kannte viele Spieler bereits und setzte gezielt darauf, eine funktionierende Einheit zu formen. Dabei ließ er der Mannschaft bewusst Freiräume, ohne die Anforderungen zu reduzieren. Diese Herangehensweise zeigte sich auch in der Vorbereitung auf wichtige Spiele. Während Gegner teilweise mit strikten Abläufen arbeiteten, lag bei uns der Schwerpunkt auf einem ausgewogenen Verhältnis zwischen Anspannung und Entlastung. Gleichzeitig wurden Leistungen intern klar und offen bewertet.

Die Grundlagen für diese Entwicklung waren jedoch bereits zuvor gelegt worden. József Both hatte früh erkannt, wie entscheidend internationale Spiele für die Entwicklung einer Mannschaft sind. Diese Erfahrungen erwiesen sich als wesentlich für die spätere Leistungsfähigkeit.

Nach der erfolgreichen Qualifikation gingen wir mit entsprechendem Selbstvertrauen in die Europameisterschaft. Es folgten Siege gegen Bulgarien und Spanien. Im Spiel gegen Spanien traf Olivér Nagy gegen David de Gea. Erst im Nachhinein wurde deutlich, auf welchem Niveau sich diese Begegnung bewegte. Auch weitere Spieler dieser Generation entwickelten sich zu internationalen Leistungsträgern. Im Laufe dieser Jahre ergaben sich immer wieder Begegnungen mit Spielern, die später ebenfalls auf höchstem Niveau spielten. Besonders in Erinnerung geblieben ist mir Wojciech Szczęsny, mit dem sich über mehrere Turniere hinweg ein wiederkehrender Kontakt entwickelte. Unsere Wege kreuzten sich später erneut im Vereins- und Nationalmannschaftsebene.

Die Mannschaft erreichte ihren größten Bekanntheitsgrad jedoch bei der Weltmeisterschaft 2009 in Ägypten. Bereits die Europameisterschaft hatte Aufmerksamkeit erzeugt, doch erst dieses Turnier führte zu einer breiten öffentlichen Wahrnehmung. Die Resonanz im eigenen Land war außergewöhnlich. Die Mannschaft wurde von vielen Menschen getragen und unterstützt. Diese Entwicklung stand im Kontrast zur damaligen Situation im ungarischen Fußball, in der Erfolge auf höchstem Niveau eher selten waren. Die Leistungen im Nachwuchsbereich vermittelten eine neue Perspektive. Sie zeigten, dass eine positive Entwicklung möglich ist. Für mich persönlich stellte dieses Turnier einen wichtigen Meilenstein dar. Sowohl die Atmosphäre während der Spiele als auch die Reaktionen nach der Rückkehr verdeutlichten das Ausmaß dieses Erfolgs. Rückblickend lässt sich sagen, dass diese Phase für die Mannschaft, die über mehrere Jahre zusammengewachsen war, einen entscheidenden Abschluss bildete.