



Warum machst du Sport?

Tobias Vorholzer

1. Einleitung

Wir wollen uns heute mit der Frage beschäftigen, was unsere Motivation ist Sport zu machen. Und um die Frage zu beantworten nimm dir einmal Zeit und beantworte folgende Fragen für dich:

Was erwartest du wirklich von deinen Erlebnissen im Sport?

Wenn du erfolgreich bist, was an dieser Erfahrung bringt dich dazu weiter zu machen?

Wenn du zu kämpfen hast oder verlierst, was motiviert dich weiter zu machen oder hindert dich daran?

2. Motivationsgründe für den Sport

Und vielleicht geht es dir wie mir, dass du auf die Fragen Antworten hast wie:

- Ich spiele, weil ich gern gewinne
- Ich spiele, um den Spaß beim Spielen zu erleben
- Ich spiele, um die Anerkennung oder den Respekt von Gegner, Eltern, Freunden oder Frauen zu bekommen
- Ich spiele, um Erfüllung zu erlangen und meinen Traum ausleben zu können
- Oder vielleicht auch ein anderer Grund...

3. Die tiefere Motivation für Sport

Die Wahrheit ist, dass es eine tiefere Motivation gibt, warum wir es lieben Sport zu machen. Und wenn wir diese Motivation erkennen, verstehen wir wie wir Freude durch Sport erleben und Gott wirklich die Ehre geben können:

Philliper 4,13

“Alles kann ich durch Christus, der mir Kraft und Stärke gibt.”

Ein toller Vers, den sich viele Sportler tätowiert haben. oder ihn vor dem Spiel beten.

Doch lasst uns den Kontext etwas näher anschauen:

Philliper 4,10-12

10 Ich habe mich sehr gefreut und bin dem Herrn von Herzen dankbar, dass es euch wieder möglich war, mich finanziell zu unterstützen. Ihr wart zwar immer dazu bereit, aber wurdet in letzter Zeit durch die ungünstigen Umstände daran gehindert.

11 Ich sage das nicht, um euch auf meine Not aufmerksam zu machen. Schließlich habe ich gelernt, in jeder Lebenslage zurechtzukommen.

12 Ob ich nun wenig oder viel habe, beides ist mir durchaus vertraut, und ich kann mit beidem zufrieden sein: Ich kann satt sein und hungern; ich kann Mangel leiden und Überfluss haben.

Welches Wort fasst diesen Artikel zusammen? Zufriedenheit

4. Das Geheimnis echter Zufriedenheit

Paulus sagt, dass er gelernt hat, in jedem Umstand zufrieden zu sein. Wenn er Erfolg hat oder nicht, wenn er hunger hat oder satt ist. Wenn er an der Spitze ist oder ganz unten.

Wie hat er das gelernt?

Lesen wir den nächsten Vers: Phil 4,13

Redet Paulus darüber, den entscheidenden Elfmeter zu verwandelt oder die letzten 100 Meter durchzuhalten? Nein, es geht darum, egal ob du Erfolg hast oder verlierst – im Sport oder im Leben – du findest Zufriedenheit allein in Jesus!

Wir glauben, dass wir durch den Vers Erfolg bekommen, aber was wir wirklich bekommen ist alles, was wir wirklich brauchen im Leben.

Mehr befriedigend als Anerkennung von Menschen zu bekommen, ist es, gar nicht mehr diese Anerkennung zu brauchen!

Willst du wirklich lernen warum du Sport machst?

Wahrscheinlich ist es im tiefsten Sinn, das Streben und Gefühl nach Zufriedenheit

Das ist die Karotte die vor all den Motiven und Motivationen steht die du herausfinden konntest, die wie bei einem Esel vor dem Kopf hängt.

Die Lüge die wir glauben, ist, dass ich jedes Ergebnis im Sport durch Gott erreichen kann.

Die Wahrheit ist, dass ich Zufriedenheit habe durch Jesus, egal wie das Ergebnis ist.

Das ist der Unterschied.

Es ist überhaupt nicht schlecht, sich nach Zufriedenheit zu sehnen. Es ist sogar zutiefst menschlich. Es ist ein Problem, wenn wir versuchen es durch Sport zu bekommen.

Wenn wir dauernde Befriedigung wollen duch Sport, muss das Ziel sein es durch Gott zu erreichen und nicht durch die Ergebnisse.

Ein Spiel wird niemals tiefste Zufriedenheit geben. Das bedeutet nicht dass Spiele dann unnötig sind. Nur dass sie niemals gedacht waren dich zu befriedigen.

Wir werden immer enttäuscht werden, wenn wir versuchen, uns mit “gemachten” Dingen zu erfüllen.

In unserem Herzen steckt der Wunsch und das Verlangen nach Zufriedenheit. Und dass kann nicht durch temporäre oder einmalige Dingen gesättigt werden. Es braucht eine Lösung die über das irdische hinaus geht. Das ist nicht Fußball, oder Geld. **Und diese Lösung heißt Jesus.**

Unsere Motivation Sport zu machen sollte sein, ihm Ehre zu geben und zu wissen, dass wir in ihm alles haben!

Wir brauchen nichts zu erlangen, da uns jegliche Hoffnung, jeglicher Ansporn, jegliche Anerkennung bereits durch Gott und in Jesus gegeben wurde. In ihm sind alle Bedürfnisse, die wir durch den Sport zu stillen versuchen, bereits gestillt. Dadurch erleben wir erfüllende Freude, unabhängig von unseren Umständen.

Stell dir einmal vor das deine Motivation das Lenkrad in deinem Auto ist. Wenn es richtig justiert ist fährt das Auto von ganz alleine gerade aus. Umgekehrt, wenn es nur ein bisschen davon abweicht wirst du unausweichlich abdriften ganz ohne das Lenkrad zu berühren. Im Leben braucht es nicht viel um unseren Fokus auf Gott zu verlieren. Im Sport geht es ganz schnell dass wir vergessen warum wir das machen was wir machen. Wir sind auf das Spiel fokussiert. Wir wollen gewinnen. Wir sind nicht auf Gott fokussiert. Aber die Frage warum wir wettkämpfen ist viel wichtiger als das Ergebnis.

Why we compete is more important than how we compete.

Kurt Earl (Founder Compete4Christ)

Wenn wir unsere Motivation und Identität in Jesus gesichert haben, sind wir nicht mehr von dem Ergebnis eines Spiels abhängig. Wir können uns messen, ohne Angst vor der Niederlage oder des Versagens zu haben.

Zufriedenheit zu haben bedeutet nicht, dass ich keinen Anreiz mehr habe kompetitiv zu sein, sondern dass ich noch mehr Kraft habe und freier bin alles zu geben, da meine Grundzufriedenheit gesichert ist.

Wenn unsere Motivation richtig ausgerichtet ist, führt uns Sport hin zur Gewissheit, dass unsere Zufriedenheit allein in Jesus liegt und der Sport ein einzigartiges Geschenk Gottes ist, diese Freude zum Ausdruck zu bringen.

5. Unser Tipp an dich

Suche dir eine Regelmäßigkeit, die dich beim Sport daran erinnert, was deine Motivation ist (Schienbeinschoner mit Botschaft, Armband, Gebetsritual...).