

Glaube und Sport vereint im Training

Von Jascha Richter

Arbeitskreis Kirche und Sport

Donnerstagabend, 20.53 Uhr – die letzten Minuten des Trainings sind angebrochen. Unser Trainer kündigt die wohlbekannte letzte Übung an: drei Runden um das Spielfeld laufen, der Vordermann gibt das Tempo vor, alle sollen durchtrotzen. Jedes Mal dasselbe, bei keinem Training eine Ausnahme. Auf die Frage, warum diese Übung zum Schluss gemacht wird, lautet die Antwort: „So übt ihr Kondition, achtet aufeinander und spornt euch gegenseitig an.“

In Lukas 11,1 heißt es, dass die Jünger Jesus gefragt haben: „Herr, lehre uns beten.“ Sie wollten von ihm lernen, wie ein Gebet aussehen soll, damit sie es richtig machen. Daraufhin gab Jesus ihnen folgendes Gebet: „Wenn ihr betet, so sprecht: Vater! Dein Name werde geheiligt. Dein Reich komme. Gib uns unser tägliches Brot Tag für Tag und vergib uns unsere Sünden; denn auch wir vergeben jedem, der an uns schuldig wird. Und führe uns nicht in Versuchung.“

Jesus lehrt seine Freunde ein Gebet, das für ihn ausdrückt, was wirklich wichtig in der Beziehung zu Gott ist. Dieses Gebet wird in jedem Gottesdienst, jeder Andacht und bei vielen Zusammenkünften von Christinnen und Christen gesprochen. Auch in anderen Weltreligionen gibt es wiederkehrende Gebete, die immer wieder rezitiert werden – Worte, die verbinden und Zugehörigkeit vermitteln.

Glaube und Sport regen ihre Akteure an, sich gegenseitig zu inspirieren – eine bessere Version von sich selbst zu schaffen als diejenige, die man bisher war. Gemeinsam unterwegs sein – nicht allein. Glaube lebt von Gemeinschaft. Schon im Matthäus-Evangelium spricht Jesus: „Denn wo zwei oder drei versammelt sind in meinem Namen, da bin ich mitten unter ihnen.“ Auch jede Person, die einen Einzelsport betreibt, ist nicht allein unterwegs: Trainer, Kameraden, Freunde und Familie begleiten den Weg.

Mit dem Wissen, dass wir nie allein sind – egal in welcher Situation unseres Lebens: beim Verfolgen unserer Ziele, beim Erleben von Niederlagen oder beim Feiern von Siegen. Gemeinsam mit anderen und gemeinsam mit Gott können wir diese Erfahrungen machen. Und das Gebet kann uns dabei ein Training sein, eine Übung, um die jeweilige Situation zu verinnerlichen. Nicht umsonst beten viele Weltsportlerinnen und -sportler vor Wettkämpfen. Sie erden sich durch etwas Bekanntes, durch etwas, das sie eingeübt haben.

Glaube und Sport vereint im Training.