

"Ich konzentriere mich auf das Ziel und nicht auf die Hindernisse."  
Vitali Klitschko – Boxer

## **Fit for Christ 2004**

### **Sommer – Griechenland – Olympia**

Du fragst dich, was dieser Artikel mit dir zu tun haben soll? Was soll das - du bist doch kein Sportler, der zu den olympischen Spielen antrat? Doch du hast ganz richtig gelesen: Auch du bist ein „Athlet“! Denn Paulus vergleicht das Leben von Christen gern mit dem Wettkampf von Sportlern. („Ihr wisst doch, dass von allen Läufern bei einem Wettkampf im Stadion nur einer den Siegeskranz bekommt. Darum lauft so, dass ihr ihn bekommt!“; 1. Korinther 9,24)

Christen und Sportler haben eine Menge gemeinsam, denn beiden geht es um optimale Zielerreichung. Jesunachfolge ist mehr als ein einfacher „Spaziergang“, mehr als Fitnessgymnastik zum eigenen Vergnügen – als Christ wirst du, wie in einer Olympiade, gefragt, das Leben als Christ erfordert deinen ganzen Einsatz!

Der weltbekannte „Athlet“ Paulus hat dafür ein „Trainingsprogramm“ entworfen, das ich im Folgenden vorstellen möchte.

Paulus Motto: „Mein Bestes für das Höchste!“, brachte ihm viele Siege. Davon schreibt er in einigen seiner veröffentlichten Briefe an Freunde und Gemeinden. Er selbst ist motiviert durch sein einzigartiges, einmaliges Ziel. Darüber schreibt er in einem seiner „Fit for Christ“ Bestseller (auch bekannt unter dem 1. Korintherbrief 9, 24 ff.). Er nennt vier Dinge, die Christen von Sportlern lernen können:

#### **1. Gib alles! (V. 24)**

Paulus erzählt von einem Läufer. Seine Freunde, die Korinther, konnten sich das gut vorstellen, denn alle drei Jahre fanden die sog. Isthmischen Spiele, die nur noch von denen in Olympia übertroffen wurden, in Korinth statt. Bei diesen Spielen traten auch viele Sportler am Start an, obwohl nur einer den Lauf gewinnen konnte. Paulus fragt, ob bei einer solchen Gewinnaussicht der Sportler erst gar nicht antreten solle? Er startet – natürlich!

**Gib alles!** – werden wir aufgefordert. *Lauft so, dass ihr ihn erlangt!*

Jeder weiß, dass nicht alle Läufer am Start auch Gewinner sein können. Unser Leben als Christen fordert vollen Einsatz – unseren Einsatz und nicht das Zuschauen beim Tun der Anderen. Paulus geht es bei diesem Beispiel um unsere Anstrengung, unseren Einsatz, unsere Zielstrebigkeit und nicht zuletzt: unser Durchhaltevermögen. Paulus geht es darum, dass wir im Glauben unterwegs bleiben, dass wir laufen und nicht stehen bleiben. Und es gibt einen großen Unterschied zwischen den „normalen“ Sportleren und christlichen „Athleten“ in der Häufigkeit der Zielerreichung. Denn im Gegensatz zu den Sportlern kommt bei uns Christen nicht nur einer nach all seinen Mühen und Anstrengungen ins Ziel, sondern ALLE – wie viel mehr kann das den Einsatz prägen!

„Gib alles!“ - das kann z. B. konkret heißen:  
Überlege, wo du nur halbe Sachen machst! Wo gibt es Situationen in deinem Lebensalltag, in denen du immer wieder sagst: „Eigentlich müsste ich doch ..., hätte ich..., warum habe ich nicht,...?“ - Situationen, in denen du dein Christsein nur im Konjunktiv lebst. Fange mit einem konkreten Schritt an und setze etwas von diesen Dingen, die dir gerade in den Sinn kommen, um. Lass sie nicht vorübergehen, um dann erst darüber nachzusinnen!  
Beginne nicht erst mit 30 oder 40 konkret nach Gott zu fragen. (Pred 12,1 Und denke an deinen Schöpfer in den Tagen deiner Jugendzeit, {bevor} die Tage des Übels kommen und die Jahre herannahen, von denen du sagen wirst: Ich habe kein Gefallen an ihnen!)  
Es gibt weitreichende Entscheidungen auf unseren Weg in den Himmel. Da muss man sich vorbereiten um nicht auf die Nase zu fallen. Fang z. B. an für deinen zukünftigen Mann/Frau zu beten, wenn du noch unverheiratet bist.  
Was können wir von Sportlern lernen? **Gibt alles!**

Für mich heißt da aber auch, sich wie die Sportler in allen Dingen auf das Ziel zu konzentrieren. „Lass den Herrn die Quelle deines Lebens sein, und er wird dir schenken, was dein Herz begehrt.“

Und: Immer Im Glauben unterwegs sein bedeutet für mich auch, nie stehenzubleiben, sich immer wieder neu über den Glauben und Sichtweisen Gedanken zu machen, also auch rational geistlich auf dem Weg zu bleiben.

## **2. Lebe diszipliniert! (V. 25)**

Paulus spricht von einem Kämpfer. Dieser Boxer beherrscht sich selbst und seinen Körper. Er kann ihn nicht nur im Kampf geschickt koordinieren, sondern bereits im Training entscheidet sich, ob er einmal siegen wird oder nicht.

Stell dir den Boxer vor, wie er nach dem Kampf aussieht. Die blauen Flecke, das geschwollene Auge – vielleicht ist auch etwas gebrochen, er ist erschöpft und nass geschwitzt. Dieser Mann hat sich den Pokal etwas „kosten lassen“. Die griechischen Athleten waren bereit, sich dem strengen, zehn Monate währenden Training uneingeschränkt zu unterwerfen – für ihren Preis. Und dieser Preis zur Zeit des Paulus (ein Lorbeerkrantz) war nicht von langer Dauer. Ein paar Tage und der Lorbeerkrantz war verwelkt – kein Preisgeld wie heute.

Bei Christen gibt es keine Verlierer, Gott wird Lohn austeilen - gemäß unserem Einsatz (1 Kor 3,8.14). Weil aber der Lohn von unserer irdischen Leben abhängt, haben wir nur hier auf der Erde die Möglichkeit lohnenswerten Einsatz zu bringen. Übrigens ist es nicht verwerflich, sich von dem Gedanken des Lohnes motivieren zu lassen. Errettet aus Gnade und nicht Werken und voller Einsatz stehen parallel nebeneinander. Das eine nur zu leben und das andere zu lassen würde bedeuten, beide Gedanken zu schmälern.

Der Preis des griechischen Athleten war vergänglich, unser Preis ist unvergänglich!

„Lebe diszipliniert!“ - das kann z. B. konkret heißen:

Lass nicht alles auf dich zukommen, sondern trenne dich von überflüssigen Ballast, Zeitdieben, Verpflichtungen. Z. B. welche Newsletter, Zeitschriften und Werbeblätter willst du nicht mehr lesen. Teile deine Zeit bewußt ein. Überlege mit was du deine Gedankenwelt füllst.

Richte dein Leben so ein, dass du nicht zu viele Verpflichtungen hast. Lebe nicht über dein Einkommen, über das, was du dir leisten kannst: in Bezug auf Handy, Technik, Auto, Haus oder Computer.

Was können wir von Sportlern lernen? **Gib alles! Lebe Diszipliniert!**

### **3. Sei nicht lässig! (V. 26)**

Fast zum Schluss eine Warnung – Sei nicht lässig!

Paulus hätte doch auch sagen können: „Ich laufe geradenwegs auf das Ziel.“ oder „Ich kämpfe treffend.“. Aber Paulus macht deutlich, dass viele Christen bereits damals im Gegensatz zu ihm nachlässig waren, und dadurch Schaden erlitten. Viele Christen verschwenden ihre Kraft wenn sie kein klares Ziel haben. Mit Luftschlägen kann man als Christ ebenso wenig Punkte machen wie ein Boxer.

Sei nicht lässig! – das kann z. B. konkret heißen:

Schreibe dir auf, welche Ziele du für den kommenden Monat, diesen Herbst,

dieses Jahr hast. Bete konkret dafür und vergiss nicht aufzuschreiben, wann und wie es erfüllt wurde und danke Gott dafür.

Für die Älteren bedeutet das, im Bewusstsein ihrer kürzeren Zeit, die sie noch haben, ihr Leben zu klären, Dinge vielleicht zu ändern. Als Älterer solltest du ja in diesem Punkt den Jüngeren voraus sein (gesund halten)! Was können wir von Sportlern lernen? **Gib alles! Lebe diszipliniert! Sei nicht lässig!**

#### **4. Schaffe gute Gewohnheiten! (V. 27)**

Das Trainingsprogramm für Christen – Schaffe gute Gewohnheiten oder anders ausgedrückt: Unterwerfe deinen Körper. Was heißt das konkret? Schlachter 2000 und Luther 1984 schreiben statt unterwerfen bezwingen. Die NEÜ übersetzt es so: *sondern ich treffe mit meinen Schlägen den eigenen Körper und mache ihn mit Gewalt gefügig. Ich will nicht anderen predigen und selbst disqualifiziert werden.*

Wir sollen den eigenen Schweinehund (Sünde) – „schlechte Gewohnheiten“ besiegen. Dazu ist es nötig erst einmal die Trainingsdefizite (Sünde) zu erkennen. Wir sollen Sieger über diesen eigenen Schweinehund bleiben. Das heißt, dass nach dem Erkennen diese Trainingspunkte angegangen werden müssen. Die Bibel bezeichnet diesen Prozess auch als Heiligung. Denn, wenn man nicht aufpasst, erleidet man Verlust und disqualifiziert sich. Unterwerfe deinen Körper. – Wem? Den Gefühlen, die heute hier und morgen da hintreiben? Wohl nicht! Um zielstrebig das himmlische Ziel zu erreichen, spielt unser Wille eine große Rolle. Was ich will, das kann ich. Rückblickend ausgedrückt: Die Entscheidungen (mein Willen) in der Vergangenheit machen mich zu dem, was ich heute bin. Ich bin heute das, was ich sein wollte und ich werde in Ewigkeit das sein, was ich heute will (oder eben nicht wollte – wegen meiner Faulheit).

Schaffe gute Gewohnheiten! – das kann z. B. konkret heißen:

Pünktlich zu sein.

Regelmäßig Bibel lesen.

Finanziell Gott von seinem Einkommen etwas Gott zur Verfügung stellen.

Für einen Anderen, der immer wenig Geld hat, wäre eine Hilfe ein Notizbuch, in das Einnahmen und Ausgaben aufgeschrieben werden.

Unterwerfe deinen Körper heißt für mich, in dieser aus Fitness- und allzu körperbewussten Zeit auch, das „Äußerliche“ nicht zu übertreiben, seinen Körper zu pflegen (er ist ja auch „Haus Gottes“), aber nicht ihn zum „Heiligtum“ zu machen, ihn nicht wichtiger nehmen, als Gott!

Was können wir von Sportlern lernen?

- 1. Gib alles!**
- 2. Lebe diszipliniert!**
- 3. Sei nicht lässig!**
- 4. Schaffe gute Gewohnheiten!**

Zum Schluss widmen wir die Aufmerksamkeit einigen Trainingsschwerpunkten, die man(n) und Frau von dem Athleten Paulus gewonnen hat.

In unserem Dienst für Gott müssen wir darauf vorbereitet sein, **Rechte zu opfern und Freiheit aufzugeben**. Wir müssen als **selbstlos** angesehen werden und darauf vorbereitet sein, **finanzielle oder zeitliche Einbußen** um des Evangeliums willen hinzunehmen. Es muss, entsprechend der jeweiligen Begabung, ein **volles Engagement** für die Ausbreitung des Evangeliums vorhanden sein. Man beachte die **Notwendigkeit zum Opfern** von Zeit und Energie, **um Sünder zu retten**. Wir sollten im Kopf behalten, dass es **einen "Preis" zu gewinnen** gibt. **Selbstdisziplin ist nötig. Das Leben, das viele schwache Christen führen, können wir nicht leben.**

Sebastian Schreiter [HYPERLINK "mailto:s.schreiter@web.de"](mailto:s.schreiter@web.de)  
[s.schreiter@web.de](mailto:s.schreiter@web.de)