

Vom Sinn des Sports

Christian Macheck

Warum treibt der Mensch Sport oder sollte es tun? Was macht die Faszination des Sportes eigentlich aus? Was ist der „Sport“ überhaupt? Der Sport ist zunächst eine Tätigkeit des Menschen, die auf die Entfaltung bestimmter körperlicher Fähigkeiten ausgerichtet ist. Meist steigert diese Tätigkeit das körperliche und auch seelische Wohlbefinden.

Der Sport hat, so können wir zunächst festhalten, etwas mit dem Phänomen Leben zu tun. Und die tiefere Erfassung des Lebens lässt uns immer erkennen, dass das Leben uns nicht einfach nur gegeben ist, sondern immer auch aufgegeben ist, ja, sogar sportlich aufgegeben. Hält der Sport somit eben bewusst oder unbewusst die Erinnerung in uns wach, dass das „strebend sich bemühen“ (Goethe) stets zum Leben gehört?

In unserer heutigen Massengesellschaft ist der Artikel „Sport“ scheinbar eine sehr wichtige Nebensache geworden und scheint im Zuge der Kommerzialisierung aller Lebensbereiche zu einer Ware für viele Schaulustige verkommen zu sein. „Sport“ scheint sich zunehmend auf einem passiven „Sportkonsum“ zu reduzieren – doch ist dem wirklich so? Entartet der Sport zu einem Sportkult? Laut statistischen Erhebungen betreibt immerhin die Hälfte der Bevölkerung regelmäßig Sport. (Ideal wären eine Stunde oder ca. 5000 -10000 Schritte täglich.)

Ist nun der Sport bloßer Materialismus? Der Sport und der sportliche Wettkampf beanspruchen auch eine geistige Dimension zu haben, schon seit seinen Anfängen. Selbst Religion zu sein war etwa der Anspruch des Olympismus, in der Antike und auch in der Neuzeit. Der Neubegründer der Olympischen Spiele, Pierre de Coubertin (1863-1937), sprach dies klar aus, etwa in seinem Gedicht Ode an den Sport. Sport steht tatsächlich in einem Wertzusammenhang und stellt selbst sogar ein sittliches Ideal dar, weil es ihm auch um einen Dienst am Menschen geht.

Wo treten nun das Ideal und die sittliche Idee des Sports hervor? Zunächst im Vitaltrieb. Der Vitaltrieb, der sich im Sport äußert, sorgt zuerst für Pflege und Entwicklung der

leiblichen Existenz. Er sorgt für unsere Gesundheit, die zu achten unser Recht und unsere Pflicht ist. Nicht zu missachten ist hierbei auch die Förderungen unserer Wehrfähigkeit, die in der Vergangenheit der Sport oft fördern sollte. In seiner Leiblichkeit kann der Mensch ganzer Mensch sein und der Sport verleiht diesem Faktum erst den eigentlichen Ernst – oder gibt diesen Ernst zurück. Der Mensch ist eine psychosomatische Einheit, Leib und Seele machen ihn erst zu einem ganzheitlichen Wesen.

Neben der Vernunftbegabung weist die Seele des Menschen ein Strebevermögen aus. Dieses Strebevermögen äußert sich durch den Vitaltrieb im Willen. Der Wille ist ein Streben auf ein Ziel hin, im Sport ein Streben an die eigenen Grenzen und über diese hinaus. Der Sport „berührt“ die Seele, wo er zur Entfaltung der Willenskraft beiträgt, die eben geistig ist. In anderen Worten: Der Sport hilft uns einen Willen zu entwickeln durch den wir höheren Maßstäben erst gerecht werden können. Der hl. Paulus spricht vom Leben als Ganzes als einen Wettkampf und Faustkampf um einen unvergänglichen Siegeskranz, den es zu erlangen gilt (*1 Kor 9,24*).

Im sportlichen Vollzug des Willens bestätigt somit der Sport eben „naturrechtliche“, d.h. anthropologische menschliche Eigenheiten. Unsere ureigene, spezifische Wesensnatur wird durch den Sport verfestigt. Insbesondere ruft der Sport uns stets in Erinnerung, dass das Leben des Menschen der Überwindung, auch des Kampfes bedarf, was z. B. in der Bibel bei Jakobs Ringen mit Gott offenbar wird (*Gen 32, 23-33*). Arthur Schopenhauer meinte entsprechend: „Hindernisse überwinden ist der Vollgenuss des Daseins.“

Der Vitaltrieb kommt im Sport insbesondere als eine erfahrbare Tatsache zur Entfaltung, wenn er als Spiel schöpferische Kräfte freisetzt. Als Spiel ermöglicht der Sport in seiner sozialen Dimension Lebensfreude und ist darüber hinaus Verzauberung, Vorwegnahme des Kommanden, Vergessen der Lasten des Alltags. Das Vitale ist eine Wirklichkeit der menschlichen Existenz und nur in dieser kann der Mensch das sittlich Gute tun. Wie sagten bereits die alten Römer? *Mens sana in corpore sano*: Ein gesunder Geist ist in einem gesunden Körper (und dafür sollte entsprechend des vollständigen Spruches des Dichters Juvenal gebetet werden).

Doch kann der Sport nur „gelingen“, wenn sportethisch die Einhaltung von Regeln geachtet wird und das gefördert wird, was wir Tugenden nennen. Zur Tugendhaftigkeit

erzieht der Sport selbst: etwa zu Disziplin, zum Ehrgeiz, zum rechten Maß, sowie zu Fairness oder Tapferkeit im Wettkampf. Der Sport trainiert zur Gewohnheit im Guten – er trainiert die Muskeln der Seele. Somit fördert er entscheidend die Ausformung dessen, was wir Charakter nennen.

Und nicht zu Unrecht fordert und fördert der Sport als körperliche Ertüchtigung den Sinn für das Selbstbewusstsein, Stärke und damit eben auch Wehrhaftigkeit. Die wertvollste Gabe des Sports, die unser Menschsein bestärkt, ist und bleibt jedoch die Lebensbejahung, die optimistische Lebensgestaltung und die Lebensfreude. Sport führt zur Teilhabe an einem Fest des Sports, was mehr ist als der Konsum eines Spektakels. Der Sport kann zu einem Fest des Lebens werden, weil wir hier seinem schöpferischen Urgehalt nahekommen.

