



EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser!

Fit in den Frühling! Wenn das mal so einfach wäre ... Vor ein paar Wochen wurde in mein betagtes Auto eingebrochen. Eigentlich gibt es da nichts zu holen. Das sah der Einbrecher jedoch anders, nahm meine bereits ziemlich ausgetretenen Laufschuhe mit – und verhinderte so mein „Fit in den Frühling“-Programm.

Es gibt schlechtere Ausreden, oder? Als ich unser Titelthema intensiver bearbeitete, wuchs in mir allerdings der Wunsch, mich wieder mehr zu bewegen, öfter laufen zu gehen. Die positiven Aspekte und Vorteile eines sportlich aktiven Lebens sind einfach zu verlockend. Ich werde mir also demnächst neue Laufschuhe zulegen.

Es ist erstaunlich, wie häufig in der Bibel Sport als Beispiel für ein zielorientiertes und diszipliniertes Leben verwendet wird. So schreibt der Apostel Paulus: „Ihr wisst doch, wie es ist, wenn in einem Stadion ein Wettlauf stattfindet: Viele nehmen daran teil, aber nur einer bekommt den Siegespreis. Macht es wie der siegreiche Athlet: Lauft so, dass ihr den Preis bekommt! Jeder, der an einem Wettkampf teilnehmen will, unterwirft sich einer strengen Disziplin. Die Athleten tun es für einen Siegeskranz, der bald wieder verwelkt. Unser Siegeskranz hingegen ist unvergänglich. Für mich gibt es daher nur eins: Ich laufe wie ein Läufer, der das Ziel nicht aus den Augen verliert, und kämpfe wie ein Boxer, dessen Schläge nicht ins Leere gehen“ (1. Korinther 9,24-26).

Diesen Gedanken greift auch unser Autor Ray Harris auf. Er schildert, wie sein Sohn Colin die 7600 km von der Ost- zur Westküste Kanadas lief – und was ihn dieser Lauf lehrte.

Gute Vorsätze für einen gesunden Lebensstil sind sicher eine gute Idee – wenn man sie in die Praxis umsetzt und das verwirklicht, wovon man überzeugt ist. Nur so kommt man auch tatsächlich fit in den Frühling. Ähnlich ist es mit dem Glauben. Solange dieser nur Theorie ist und nicht im alltäglichen Leben praktiziert wird, kann er seine heilende und rettende Wirkung nicht entfalten.

Mich ermutigt sehr, dass man Fitness und Glauben gut kombinieren kann. Unsere Autoren Jacqueline und Jörg Walcher-Schneider bringen das auf den Punkt: „Die Zeit des Trainings am Morgen vereinbaren wir gleich mit einem Gebet für den Tag. So können wir Seele, Geist und Körper im Einklang für die Herausforderungen des Tages vorbereiten.“

Ähnlich positive Erfahrungen wünscht Ihnen

Ihr

Andreas W. Quiring
Redaktion

