

## **Schmerzen im Sport**

"Die Tour der Leiden", so wird auch die Tour de France genannt. Schmerzen gehören dazu. Leistungsbereit sein heißt, bereit sein für den Schmerz.

### **Das Warnsystem wird bewußt ignoriert.**

"Schneller, höher, weiter..." diese Maxime hat sich jeder Hochleistungssportler auf die Fahne geschrieben. Wir alle kennen sie, die verzerrten Gesichter, am Boden liegend, beim Zieleinlauf, bei der Anfahrt zum Berg oder auch einfach so. Schmerzen, Schmerzen. Jede Menge davon. Nicht nur durch Verletzungen, sondern auch bei der normalen "Arbeit". Das Warnsystem Schmerz wird beim Hochleistungssport bewußt ignoriert.

### **Schwerste Schäden werden akzeptiert.**

Sportler jeder Sportart treiben ihren Körper an seine Grenzen und fast immer darüber hinaus. Sämtliche Stoffwechselsysteme des Körpers werden überlastet. Da werden auch schwerste Verletzungen als "berufsbegleitend" akzeptiert. Das gehört eben dazu.

### **Sport wird pervertiert.**

Sport wird so in vielen dieser Fälle seines eigentlichen Sinnes beraubt. Sport sollte nicht nur Körper und Geist fördern, er sollte vor allem Spaß machen. Und zwar zu jeder Zeit. Der Antrieb von Ruhm und Geld macht aus Sport schlichtweg einen Beruf, also Arbeit. Wird Sport, bewußt oder unbewußt, aus Gründen der Verdrängung, Kompensation oder Unzufriedenheit betrieben, könnte man ihn auch als Ersatzbefriedigung oder Ventil bezeichnen. Das ist innerhalb gesunder Grenzen durchaus akzeptabel. Werden diese Grenzen jedoch überschritten und Schmerzen regelrecht gesucht, so wird der eigentliche Sinn des Sport pervertiert.

Mag. Heinz Bédé-Kraut, +43 (0) 676 / 40 98 393

[www.bede-kraut.at](http://www.bede-kraut.at)