



Kennst Du das Geheimnis des Stahls?

Wenn Du keine Antwort auf diese Frage weißt, sollte Dich das nicht beunruhigen. Ich weiss nicht wieviele tausend Tonnen Stahl ich seit dem Beginn meiner Karriere bewegt habe, aber bis heute kann ich auf diese Frage keine genaue Antwort geben. Vielleicht ist es gerade das, was mich heute noch nach 15 Jahren motiviert, Stahl zu stemmen. Ich könnte mir bis heute ein Leben ohne ein hartes Training im Fitnesskeller nicht vorstellen, es wäre sinnlos. Es gibt für mich wohl kaum etwas *geileres*, als die Muskeln bis zum totalen

Versagen zu belasten, das Strömen des Blutes in den aufgepumpten Muskeln spüren zu dürfen, nach einem seriösen Arbeitstag während meinem Training so richtig die Sau rauszulassen. Ein Tag ohne Schmerzen ist kein guter Tag.

Leider bin ich während all dieser Jahre immer wieder vom richtigen Weg abgedriftet, sei es aus beruflichen oder gesundheitlichen Gründen. Dies bedauere ich oftmals. Die Jahre verfliegen doch so schnell, einst warst Du ein junger unermüdlicher Bursche, heute bist Du öfters müde und hast schon graue Strähnen. Glücklicherweise fand ich immer wieder den Weg zurück, den Weg zurück zum Glück. Je älter Du wirst, desto länger brauchst Du um Dich zu erholen. Doch ein Trost bleibt, je älter Du wirst, desto genauer weisst Du, was Du willst. Ich bin heute wahrscheinlich ehrgeiziger als je zuvor.

Ich bin ein pflichtbewusster, fleissiger, sehr ehrgeiziger Mensch, der oft mit dem Kopf durch die Wand rast, mit Biegen und Brechen ohne Rücksicht auf Verlust auf sein Ziel zusteuert. Wenn ich jemand hasse, dann sind's die Weicheier unserer Gesellschaft, Leute, die für all ihre Misserfolge Entschuldigungen suchen, Leute, die nicht ehrlich mit sich selbst sind. Diese Leute bringen's in ihrem ganzen Leben meistens zu nichts, insgeheim bewundern sie diejenigen, die vor Ehrgeiz nur so strotzen. Biertrinken ist ihr Hobby und am vertrauten Stammtisch sind sie die grössten. Sie sind auch Sportler, aber leider nur als Zuschauer am Fernseher.

Zum Thema Doping im Sport möchte ich auch noch etwas vermerken. Nehmen wir mal an, Du rückst gegen vierzig und fühlst Dich etwas ausgelaugt, bist sexuell nicht mehr so aktiv und gehst mit diesen Problemen zum Doktor. Was macht er mit Dir; klar, er verschreibt Dir eine Hormonkur. Aber wehe Dir, wenn Du Sportler bist und leistungssteigernde Substanzen zu Dir nimmst. Die ganze Welt wird Dich verachten und mit dem Finger auf Dich zeigen. Du bist ein Versager. Sinn oder Unsinn...

Nun bleibt nur noch zu hoffen, dass ich noch viele Jahre Gewichte stemmen kann, dass ich auf meinem sportlichen Pfad weiterhin motiviert bin, und dass ich von meinen Vorbildern nach wie vor inspiriert werde. Es lebe Arnold, Dorian, Ronny, Markus Rühl und alle die ihnen noch folgen werden.

NUR DIE STÄRKSTEN WERDEN ÜBERLEBEN