

# Un chrétien peut-il pratiquer tous les sports ?



L'apôtre Paul nous dit que nous sommes **corps, âme et esprit**. Pourtant le corps et les disciplines sportives sont quelquefois un peu mis de côté dans nos Eglises. Quel sport choisir, le choix est tellement large ? Individuel, collectif ? Que penser des sports de combat ou des arts martiaux ?

Un chrétien peut-il pratiquer tous les sports ?

Oui

Non

Je ne sais pas

2661 participants

C'est un fait reconnu, le sport pratiqué de manière raisonnable est bon pour la santé. On connaît tous des sports individuels comme la course à pied, la natation et la marche en montagne, ou des sports d'équipe comme le football ou le basketball.

Les sports de compétition ou d'équipe, par un consentement volontaire aux règles, peuvent contribuer à limiter la violence, développer le sens moral, l'esprit de groupe et la discipline.

Le fair-play, vous connaissez ?

## Arts martiaux et sports de combat

Les arts martiaux ont pour origine une pratique guerrière reliée à une religion orientale comme le bouddhisme, le confucianisme ou le taoïsme. Ils ont pour but un certain développement personnel et mêlent pratique de combat, connaissances diverses et une spiritualité. Exemples : le judo, le kung-fu, l'aïkido. A cause de leur dangerosité possible, des aménagements sont nécessaires pour en faire des sports de combat.

Les sports de combat ont pour but le divertissement et la compétition. Pour protéger l'intégrité des participants, ils sont soumis à des règles garanties par la présence d'un ou de plusieurs arbitres. On peut citer la boxe, la lutte, l'escrime ...

## Tous les sports, oui ou non ?

Voici quelques pistes de réflexion :

1. Le sport que je pratique me fait-il du bien physiquement, m'aide-t-il à me détendre, m'apporte-t-il un équilibre salutaire ?
2. Favorise-t-il les relations avec ma famille ou mes amis, ou est-il chronophage ?
3. Suis-je tenté de devenir un dieu du stade, une personne admirée pour ses exploits... ou sa silhouette ?
4. Si les sommes sont élevées, l'argent dépensé pour mon sport pourrait-il l'être plus "utilement" ?
5. Suis-je trop dépendant des hormones sécrétées lors de l'effort (dopamine, adrénaline...) ?
6. Mon sport de compétition est-il basé sur le respect de l'adversaire, le développement de l'esprit d'équipe et de la solidarité ?
7. En pratiquant tel sport ou art martial, suis-je le porteur, voire le promoteur, d'une idéologie ou d'une pensée orientales incompatibles avec l'Évangile ?

## En conclusion :

*Tout m'est permis. Certes, mais tout n'est pas bon pour moi. Tout m'est permis, c'est vrai, mais je ne veux pas me placer sous un esclavage quelconque. [1 Corinthiens 6.12](#)*

*Je vous invite donc, frères, à cause de cette immense bonté de Dieu, à lui offrir votre corps comme un sacrifice vivant, saint et qui plaise à Dieu. Ce sera là de votre part un culte spirituel. Ne vous laissez pas modeler par le monde actuel, mais laissez-vous transformer par le renouvellement de votre pensée, pour pouvoir discerner la volonté de Dieu : ce qui est bon, ce qui lui plaît, ce qui est parfait. [Romains 12.1-2](#)*

**Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !**



233 PARTAGES