# Jugend, Freizeit und Erholung

Autor(en): **Brüning, Karl**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen**

Band (Jahr): **19 (1962)**

Heft [10]

PDF erstellt am: **25.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-991182

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

**Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

**http://www.e-periodica.ch**

gierungen in diesen die ganze Nation umfassenden Bemühungen festzulegen.
Darüberhinaus unternimmt der Ausschuss jetzt in grossem Umfang Schritte für die körperliche Aktivität auf dem Gebiete der Erholung und Gesundheitserziehung. Spezialprogramme für College-Studenten und Erwachsene werden erarbeitet. Eine Reihe Empfehlungen wurden an die Führer der Streitkräfte herausgegeben, und diese Empfehlungen werden jetzt in die Praxis umgesetzt. Dies ist ein ermutigender Fortschritt. Er kann aber nur als kleiner Anfang zu werten sein in einer Nation, wo 60 Prozent der Schulkinder n i c h t am regelmässigen Leibeserziehungs-Unterricht teilnehmen, wo Millionen Erwachsener die notwendigen regelmässigen Leibesübungen vernachlässigen, wo der Standard der körperlichen Vitalität von anderen entwickelten Nationen übertroffen wird.

**Die Stärke der Nation**

Als ich vor 18 Monaten zum «Feldzug gegen die Verweichlichung» aufrief, strich ich die Bedeutung der körperlichen Fitness für die Stärke unserer Nation heraus, die feine, aber nicht zu verleugnende Beziehung der körperlichen Kraft zu unseren Leistungen des Geistes, Mutes und Willens, die der Preis sind für die Erhaltung des Friedens und die Versicherung für ein weiteres Gedeihen unserer Zivilisation. An der Bedeutung dieses Problems hat sich nichts geändert. Aber die Fitness ist noch aus einem weiteren Grund lebenswichtig, weil sie die Grundlage für die Gesundheit und Vitalität des einzelnen Bürgers ist. Und diese beiden Faktoren sind wichtig, wenn es jedem Amerikaner frei stehen soll, den potentiellen Wert seiner eigenen Fähigkeiten zu verwirklichen und sein eigenes Ziel zu verfolgen.
Im Endergebnis steht es natürlich jedem einzelnen frei, seine eigenen Ziele zu verfolgen, nur dem losen Zwang einer freien Gesellschaft unterworfen, die letztlich der Sinn unserer Zivilisation ist. Die Regierung wird jedoch weiterhin bemüht sein, die Aufmerksamkeit des ganzen Volkes auf dieses Problem zu konzentrieren. Aber es ist absolut klar, dass die letzte Verantwortlichkeit für die Fitness des amerikanischen Volkes in der Zusammenarbeit und Bestimmung der Schulaussschüsse und Stadtbehörden liegt, sowie bei Tausenden von Gemeindevorsitzenden und Millionen von Vätern und Müttern. Nur durch ihre Mithilfe können wir darauf hoffen, ein stärkeres und kräftigeres Amerika zu entwickeln.

# Jugend, Freizeit und Erholung

Karl Brüning

Der Mensch hat von jeher versucht, sein Dasein, das Leben mit seinen Bedürfnissen zu erleichtern und zu verbessern. Die Zivilisation hat aber auch bei diesem Versuch sehr viele Imponderabilien mit eingehandelt, die der Menschheit nicht besonders gut bekommen sind. Mögen auch verschiedene Errungenschaften nur subsidiär anzusprechen sein, die Schäden menschlicher, gesundheitlicher und kultureller Art sind schwerwiegend genug, um Reformbestrebungen einzuleiten. Was die Technik und die Industrialisierung an Leistungen menschlichen Geistes vollbracht haben, ist grossartig. Aber es ist nicht zu leugnen, dass parallel mit diesen Erfindungen und Forschungen eine Entnervung und langsame Erkrankung des Individuums eintritt, die äusserst gefährlich erscheint. Das Hetzen, Gehetztsein, das Fehlen der Mitte, die riesigen beruflichen Forderungen, der Existenzkampf bringen Zustände mit sich, die nicht menschlich sind. Aus diesem Grunde hat man vor allem in Schweden und in den USA in den letzten Jahren Massnahmen eingeleitet, die in der Forderung gipfeln: Mehr Freizeit und Erholung und Beschränkung der Arbeitszeit.
Diese Forderungen des arbeitenden Menschen sind nicht ungehört verhallt. Sie sind nicht als Ausgleich oder präventive Medizin gedacht, sondern stellen ein neues Programm dar, dessen Auswirkungen noch nicht abzusehen sind. Die Freizeit, die zur Verfügung steht, oder zur Verfügung gestellt wird, ist etwas Kostbares. Der Mensch ist darin frei und ungebunden als Freier. Er kann also tun und lassen, was er will. Das Individuum, die Persönlichkeit wird im Schillerschen Sinne diese freie Zeit, die es absolut gar nicht gibt, auswerten und ausfüllen, ohne auf Vorschläge, Schemen und Normen zu achten. Diese Freizeit will nicht gestaltet werden nach bestimmten Richtlinien, sondern sie will von jedem Menschen intuitiv erlebt und erfasst werden, d. h. das Tun soll frei und unabhängig sein. Die Kunst, Literatur, das Wandern, Skifahren, Kanufahren, werden im grossen Gebiet der Leibesübungen eine Vielfalt von Möglichkeiten als Partner vorfinden, der zur Freiheit und damit auch zur Erholung führt.
Dieses Erholen holt seine Anhänger und Freunde! Es ist kein Holen von äusserlichen Dingen und nur körperlichen Kräften, genauso wenig wie das Finden das gleiche wie Erfinden ist. Die Erholung steht erst am Ende eines Prozesses; auf lange Sicht gesehen, muss eben jeder Mensch prophylaktisch arbeiten, seine Freizeit einhalten und sich erholen. Die Manager-, die vielen Herz- und Kreislaufkrankheiten sind Ausdruck der Störung des biologischen Lebensrhythmus, wie ihn unsere Zeit ausser acht gelassen hat. Erst wenn die Erkenntnis von der Oekonomie der Kräfte Allgemeingut geworden ist, kann unser Volk wieder gesunden. Und dazu gehört auch die richtig mit Spiel, Sport und Turnen dosierte Freizeit, die dann in die Erholung einmündet.
Ueber den «Zweiten Weg» können Turnen, Sport und Spiel sich langsam zu einer solchen Recreation-Bewegung auswachsen. Erstaunlich ist dabei die Tatsache, wie eifrig die Gremien der Erwachsenenbildung, so manche Jugendorganisationen, Parteien und Gewerkschaften das Problem erkannt und ihre Bereitschaft erklärt haben, auf diesem Gebiet eng mit der deutschen Turn- und Sportbewegung zusammenzuarbeiten. Schliesslich gibt es noch viele neue Formen, über die sich der körperlich unterentwickelte Zeitgenosse an den Sport heranführen liesse; diese liegen auch im Wandern, Zelten, in der Urlaubsreise mit Schwimmen oder Skifahren, im Wanderrudern usw.
Die Fünftagewoche bringt auch für den Sportler neue Probleme. Wenn schon die Freizeit und Erholung einer eingehenden Besprechung unterzogen werden sollen, so müsste gerade der arbeitsfreie Samstag uns dazu veranlassen, mehr Kräfte als bisher zu mobilisieren. Sportplätze, Hallen und Bäder sollten mehr als bisher allen offenstehen, die die Wohltat sinnvoller körperlicher Betätigung im Sport erfahren wollen. Sie müssten ihnen offenstehen ohne Mitgliedszwang, vielleicht auf dem Wege eines Kurses oder einer Sportabzeichen-Vorbereitung. Hier geht es nicht nur darum, für die deutsche Turn- und Sportbewegung die Basis der Leibeserziehung zu vergrössern und möglichst vielen Menschen zugänglich zu machen, sondern auch einen Beitrag zur Bewältigung des Freizeitproblems zu leisten.