Fortschritt zum Rückschritt

Autor(en): **Müller, Walter**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport**

Band (Jahr): **53 (1996)**

Heft 4

PDF erstellt am: **30.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-993272

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

Fortschritt zum Rückschritt

Walter Müller
Bild: Daniel Käsermann

Entlastungstechnik im Alltag: Mit der Beförderung aufwärts und abwärts – mit der Kondition nur abwärts.

Es wird immer wieder nach Gründen gesucht, warum der heutige Mensch sich zu wenig bewegt. Dieser Suche kann eine gewisse Naivität nicht abgesprochen werden.

Offensichtlich ist man sich zu wenig bewusst, dass der Mensch ein Bequemlichkeitsfanatiker ist. Er ersetzt seine eigene Bewegung, wo immer nur möglich, durch Transporte mit Fremdenergie: Lift, Rolltreppe – aufwärts, abwärts. Zudem ist er ziemlich Auto-verrückt. Und es gilt als unintelligent, diese technischen Einrichtungen nicht zu benutzen.

Das sind keine an den Haaren herbeigezogene Beispiele – das ist ganz einfach Alltagsgeschichte. Meine langjährige Tätigkeit als Sportlehrer und Trainer zeigt mir, dass auch Sporttreibende sich im Alltag so verhalten.

Als Senior blicke ich zurück in meine Kinder- und Jugendzeit noch vor dem Zweiten Weltkrieg. Abgesehen von ein paar Nutzfahrzeugen sah man auch in Stadtvierteln praktisch keine Autos. Und nirgends Rolltreppen, nur selten Lifts. Es gab Strassenbahnen, aber keinen Busverkehr. Die Wege zur Schule oder zur Arbeit waren oft einfach Fusswege und verlangten den Einsatz von Bio-Energie! Das gab im Lauf einer Woche eine schöne Anzahl von Kilometern. Es muss nicht speziell betont werden, dass zu jenen Zeiten die Quartierstrassen Spiel- und Tummelplätze der Jugend waren.

Oder nehmen wir den alpinen Skisport als weiteres Beispiel. Mit primitiven Ausrüstungen, heute kaum mehr vorstellbar, erlernten wir das Skifahren auf den sogenannten Idiotenhügeln am Stadtrand. Was lernten wir zuerst? Etwas, das heute kaum mehr ein Skischüler richtig lernt: das Aufsteigen, im Treppen- oder Grätenschritt, vor jeder Abfahrt, aus eigener Kraft. Die Fremdenergie Skilift war unbekannt; Beinkraft, Herz und Kreislauf waren dauernd gefordert.

Waren wir damals weniger bequem? Ehrlicherweiser – von Ausnahmen abgesehen – nein! Nur – der so «grossartige» technische Fortschritt war noch nicht so weit gediehen, um unsere eigenen, für die Existenz notwendigen Bewegungen, zu ersetzen. Wir waren genötigt, uns mit eigener Kraft vorwärts, aufwärts und abwärts zu bewegen. Wir konnten den allgemeinen Bequemlichkeitsdrang gar nicht ausleben, wie das heute möglich ist.

Ich bin der Ansicht, dass die Jungen – heute wie damals – bezüglich körperlicher Kondition nicht von den Eltern, sondern von äusseren Umständen erzogen werden, entweder durch die Härte der Natur oder von der Weichheit der technisierten Zivilisation. Der so oft bewunderte Fortschritt produziert zum grossen Teil Entlastungs-Techniken. Sie kommen dem Bequemlichkeitsdrang entgegen und schaffen stets neue künstliche Bedürfnisse.

Es ist paradox: Einerseits viel Palaver um Fitness und andrerseits immer mehr technische Finessen zur Schonung und damit zur Dekadenz der eigenen körperlichen Kräfte. Der sich heute so frei fühlende, motorisiert mobile Mensch rast in eine neue Unfreiheit: Er wird total abhängig von der Allmacht der Fremdenergie. Aber in einer Zeit, in welcher der Mensch eine bessere Beziehung zu Druckknöpfen als zum eigenen Körper hat, muss das offenbar so sein. Der Kampf zwischen der Bio-Energie und der Fremdenergie wird zugunsten der letzteren entschieden, sehr zur Freude jener Kräfte, die für den wirtschaftlichen Erfolg verantwortlich sind.

Aber – wo lernt das Kind, lernt der Mensch das natürliche, mit der Bewegung koordinierte Atmen? Wo erleben wir die Kraft dieser uns von einer höheren Macht ausgeliehenen Lebensordnung? Ist der Körper eine Quelle der Kraft oder der Last? Ist er kräftig oder lästig...?

Der Sportlehrerberuf ist eigentlich der einzige Beruf, der keine körperliche Bequemlichkeit zu verkaufen hat. Aber das ist eine schwere Sache! Lustvoller Sport ist gut, aber die Angst vor der Anstrengung im Kampf gegen Unlust und Bequemlichkeit stellt den gesundheitlichen Wert laufend in Frage, besonders im Hinblick auf lange, auf lebenslange Wirkung.

Noch bewegt sich der Mensch... Aber wir müssen uns sehr hüten vor der Diktatur der Technomanie, vor der Gefahr, dass immer mehr technischer Schnick-Schnack unter dem Zauberwort Vermarktung uns vom eigentlichen Leben wegführt. ■