

**Zeitschrift:** Das Schweizerische Rote Kreuz  
**Herausgeber:** Schweizerisches Rotes Kreuz  
**Band:** 77 (1968)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Jungsein mit der Jugend  
**Autor:** Kappeler, Ernst  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-975193>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 14.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Jungsein mit der Jugend

Ernst Kappeler

der Sport sei Sache der Jugend. Dem muss entgegen gehalten werden, dass der Sport in den höheren Altersstufen für die Erhaltung der Leistungsfähigkeit und der Gesundheit ebenso notwendig ist. Je früher mit dem Sport begonnen wird, um so besser. Wer nach dem 40. Lebensjahr mit der Ausübung sportlicher Tätigkeit beginnt, muss den Einschränkungen seiner Leistungsbreite durch die physiologischen Alternsvorgänge Rechnung tragen. Prinzipiell ist aber der Mensch bis zu seinem 60. Lebensjahr und in Einzelfällen auch darüber hinaus trainierbar. Die Wirkung auf den Organismus ist dabei um so intensiver, je früher mit dem Sport begonnen und je kontinuierlicher er durchgeführt wurde.

*Jokl* sowie *Hollmann, Valentin, Venrath, Kuhn, Reindell* und Mitarbeiter haben zeigen können, dass Menschen, die sich ununterbrochen sportlich betätigt haben, in ihrer Leistungsfähigkeit biologisch um 10 bis 20 Jahre jünger sind, als es ihrem kalendarischen Alter entspricht.

Für die Durchführung des Ausgleichssports im Alter kann kein allgemeingültiges Schema angegeben werden, da sich Art und Intensität nach dem Trainingszustand, dem Alter und der Leistungsbreite richten. Zu bevorzugen sind alle Uebungen, die den Organismus auf Ausdauer beanspruchen, da hier die günstigen Rückwirkungen am ausgeprägtesten sind. Lange Spaziergänge, Radfahren, Schwimmen, Laufen und die verschiedenen Ballspiele sind geeignet. Der Lauf kann auch auf engem Raum zu Hause durchgeführt werden. Wer Abwechslung liebt, kann sich an den zahlreich angebotenen Standgeräten (Fahrrad oder Ruderapparat usw.) betätigen. So verstandener Sport, wohl überlegt und regelmässig ausgeübt, ist ganz ohne Zweifel eines der wichtigsten prophylaktischen Mittel zur Hinauszögerung der Alternsveränderungen. Es genügt nicht allein, das Lebensalter zu verlängern, sondern es erwächst uns als Aerzten daraus auch die Pflicht, den Weg zu weisen, dass ein verlängertes Leben in körperlicher Rüstigkeit verbracht werden kann. Mit den einfachen Mitteln der Leibesübungen können wir, wenn sie richtig eingesetzt werden, erreichen, dass die Verlängerung der durchschnittlichen Lebenserwartung nicht nur einem verlängerten Feierabend, sondern einer Verlängerung der produktiven und damit lebenswerten Lebensspanne gleichkommt. Das sportliche Training beschleunigt die Entwicklung zum Manne und erhält dem Mann für ungewöhnlich lange Zeit die Jugendkraft.

Vor vielen Jahren, als ich noch ein junger Schulmeister war, den man auf der Schulreise kaum aus seiner Knabenschar herausfinden konnte, machte mir das Jungsein mit meinen Kindern noch keine Sorgen. Ich war selber jung und bewegte mich unbefangen in ihrem Kreis, rannte mit ihnen in der Pause um die Wette und spielte die wildesten Indianerspiele im Walde mit.

Heute ist es anders geworden. Das Rennpferd von einst ist in eine gemächerliche Gangart geraten und bleibt so gleich zurück, wenn die Füllen zu galoppieren beginnen. Es tanzt auch an Klassenabenden nicht mehr pausenlos mit, sondern sitzt mit hängenden Hufen an der Wand und schaut zu, wie sich die Jungen in den neuen feurigen Rhythmen biegen und drehen.

Bin ich meinen Schülern nun heute ferner als früher? Ich glaube nicht. Denn es kommt ja in unseren Bemühungen um die jungen Menschen nicht in erster Linie auf unsere äussere, sondern auf unsere innere Nähe an. Und die kann auch der grösste Altersunterschied nicht verstellen. In diesem Sinne möchte ich das Jungsein mit der Jugend verstehen.

Es gibt oft Erwachsene, die glauben, ihr eigenes Jungsein damit beweisen zu müssen, dass sie die Jungen noch bis ins vorgerückte Alter nachzuhahnen suchen. So ungefähr, dass man Mütter und Töchter auf der Strasse kaum voneinander zu unterscheiden vermag, oder Väter und Söhne gemeinsam hurrabrüllend einem Fussballmatch beiwohnen.

Doch auf diese Nähe kommt es nicht an. Im Gegenteil. Sie macht uns oft gerade in den Augen der Jungen nur lächerlich. Weil wir ja äusserlich, trotz aller Bemühungen, nie mehr so jung werden wie sie. Und das wissen sie ganz genau und wachen über unser Aeltersein, wenn es uns einmal gelüsten sollte, ungestraft in ihr eigenes Reich vorzustossen.

«Wie? Du willst noch tanzen? Aber Vater, dazu bist du doch viel zu alt!».

Es hat keinen Sinn, sich in solchen Situationen auf einen Wettbewerb einzulassen. Wir haben das letzte Wort nicht. Die Kinder haben es. Und es heisst: Jugend.

Auch Versuche einer mehr oder minder geschickten Rechtfertigung, wie: «Was glaubst du eigentlich. Ich bin auch einmal jung gewesen!» oder: «Glaubst du, du seiest der erste Mensch, der jemanden gern hat?» — sie nützen wenig. Denn das Kind ist der erste Mensch, wenn es ein Gefühl zum erstenmal empfindet. Und es fördert unsere Kameradschaft mit ihm keineswegs, wenn wir der starken Einmaligkeit seiner ersten Empfindung stets unsere

zehn- oder hundertfache Erfahrung und Ueberwindung desselben Gefühls entgegenstellen.

Weder die Macht unseres Aelterseins noch die angestrebte innere Nähe und Bruderschaft dürfen das Kind aus sich selber verdrängen oder seelisch vergewaltigen. Es hat sein eigenes Leben. Und es lebt dieses Leben zum ersten und einzigen Mal. Auch wir, die wir erfahrener sind, haben sein Leben nicht gelebt. Nur unser eigenes. Wir müssen daran denken.

Darum ist unser Jungsein mit der Jugend nicht ein Ergrifen, sondern ein Begreifen des jungen Menschen. Ein Begleiten seines ureigenen Weges. Nicht ein gewalt-sames, eigenmächtiges Umbiegen in unsere Strasse. Das Kind muss hie und da falsche Pfade einschlagen. Trotz unserer Erfahrung.

Welch goldenes Zeitalter wäre angebrochen, wenn alle Erfahrungen der Geschichte in den heutigen politischen Gesprächen und Entscheidungen fruchtbar würden!

Das Kind kann sich unsere Vernunft nicht zu eigen machen. Und doch ist gerade das für uns Erwachsene, vor allem für uns Eltern, das Schwerste: Diesen schmalen und eigenwilligen Pfad des Kindes anzuerkennen, diesen unfer-tigen Weg, den wir nicht in unsere Richtung hinüber-zwingen, sondern nur mit unserer Anteilnahme begleiten dürfen. Je behutsamer wir es tun, desto weniger Ent-täuschungen erleben wir.

Man kann mit Recht einwenden, dass die Jugend von heute doch eher zu viel Freiheit geniesse, und dass sich viele Eltern reichlich wenig Zeit nehmen, sich um sie wirklich zu kümmern. Auch, dass es heute viele Eltern hat, die sich wohl bemühen, selber jung zu sein, aber nicht mit ihren Kindern, sondern ohne sie.

Es sind meistens jene, die dann in den seltenen Begeg-nungen mit ihren Kindern glauben, mit Zwang und Ver-boten, Ohrfeigen und brusk hingeworfenen Rügen ihren Mangel an ständiger Verantwortung und Hingabe auf-holen zu können. Weil sie die Zeit für ihre Kinder reut, erziehen sie, wenn ihnen die Kinder gerade unter die Augen kommen — und auf eine Art, die das Wort Er-ziehung Lügen straft. Denn Erziehung braucht Zeit; vor allem Zeit.

Es darf einer Mutter nicht genügen, ihr Kind einfach zu Bett zu schicken und das Licht zu löschen. Sie bleibt noch eine Weile am Bett stehen und wartet. Vielleicht hat ihr das Kind noch etwas zu sagen. Aber auch, wenn es nichts sagt, werden gerade diese paar Minuten gemeinsamer Stille viel wichtiger sein als manches gut gemeinte Wort. Die Seelen begegnen sich. Unser Innerstes ist da. Und beide sagen ja. Zu etwas Unaussprechlichem: Zur Liebe.

Dann kann man das Licht löschen. Das Kind ist ein-gebettet in unsere Nähe. Auch der Schlaf nimmt es nicht fort.

Dieses Bewusstsein der inneren Nähe und die gemein-same Geborgenheit, in der Eltern und Kinder ungeteilt zu Hause sind — diese unteilbare innere Gemeinsamkeit rückt die kleinen Erziehungsschwierigkeiten ins richtige Mass und nimmt ihnen jede weltbewegende Tragik, in-dem sowohl Erzieher wie Zögling nach kleinen Ent-gleisungen immer wieder zurückkehren in die unverlierbare Verbundenheit allen Lebens, das uns zusammengibt, ob wir nun einige Jahrzehnte mehr oder weniger zählen, und unser Sinnen und Denken nicht immer in dieselbe Richtung zielt.

Empfinden wir dies nicht, verlieren wir uns immer wie-der auswegslos in streitbaren Situationen, sehen aneinan-der empor und verrennen uns in Kurzschlusshandlungen, die wir später bereuen.

Da sollte dann immer jemand da sein, der uns die Augen aus der kurzsichtigen Enge in die Weite öffnet, aus der übersteigerten augenblicklichen Sorge in die Gnade des gemeinsamen Daseins.

Das Erfassen des Menschen bleibt immer nur Stückwerk. Insbesondere das Erfassen des jungen Menschen, der ständig im Werden steht. Wie könnten wir ihn gültig beurteilen, wenn wir uns selber doch nie ganz zu erfassen vermögen, die wir doch ruhiger, abgeklärter und er-kennbarer sein sollten.

Aber darf nun der junge Mensch wissen, dass wir mit uns selber auch nicht immer im klaren sind?

Ja, er soll es sogar wissen!

Wir dürfen ihm nicht ein totes und erstarres Antlitz zeigen, nur um sicher zu scheinen. Zeigen wir ihm ge-trost das unfertige, das «junge», das suchende Gesicht. Seien wir jung mit der Jugend, indem wir uns selber in die Reihe der Werdenden, der ständig Suchenden und ewig Unvollkommenen stellen.

Das schade unserer Autorität?

Ja, der falschen Autorität vielleicht. Die wahre und leben-dige Autorität aber wird durch unsere Ehrlichkeit nur gestärkt. Wir haben vor dem Kind nichts zu verbergen. Wir machen ihm nichts vor. Wir sind, wie wir sind.

Der Abstand der Jahre bedingt nicht dieselbe innere Trennung. Im Gegenteil. Wir müssen die äussere Ferne mit der inneren Nähe und Verwandtschaft zu überbrücken suchen, nicht mit der Distanz noch verdoppeln.

Man schämt sich immer, sich unverhüllt, rein mensch-lich näherzutreten. Das Kind verbirgt. Der Erwachsene verbirgt. Und oft schämt sich der Erwachsene noch mehr

# Aus unserer Arbeit

als das Kind. Vielleicht weil er in dessen offenen Unvollkommenheiten die eigenen verborgenen lästig wiedererkennt und von sich wegschiebt.

Und doch wird uns nur das Eingeständnis der eigenen Fehler von den Vorurteilen befreien, die uns vom Kind trennen. Selber Fehler eingestehen, reisst Schranken nieder und befreit die gehemmten Gefühle auf beiden Seiten. Aber es darf kein einseitiger Pakt sein, in dem sich der Erwachsene zuerst seiner eigenen Unfehlbarkeit versichert.

Wie fremd und unnahbar muss doch den Schülern ein Lehrer oder den Kindern ein Vater sein, dessen vermeintliche Vollkommenheit kein Herannahen der minder «vollkommenen» Kinder zulässt. Sie werden ihn vielleicht eine Zeitlang bestaunen oder bewundern, nie aber wirklich lieben. Die Liebe aber ist das einzige Erziehungsmitel, das alles Verstehen und Verzeihen in sich schliesst, zugleich aber auch alle gemeinsame Kraft des guten Willens für eine bessere und menschenwürdigere Welt befreit. Vergessen wir nie: Wir sind alle noch auf dem Weg. Die Jungen am Anfang der Strecke, wir Aelteren in der Mitte oder am Ende. Aber wir gehen alle noch mit. Wir werden alle.

Jeden Tag, jede Stunde.

Und wenn wir «Erwachsene» und «Junge» heissen nach der Zahl der Jahre, so sind wir vor der Ewigkeit und vor Gottes Antlitz alle nur Kinder, in dieses kurze, gemeinsame Leben gestellt, damit wir uns lieben.

## ALLGEMEINES

In den letzten Jahren sind auf dem Gebiete der Behandlung plötzlich und lebensbedrohend gefährdeter Patienten entscheidende Fortschritte gemacht worden. Die in der Klinik üblichen modernen Verfahren können zum Teil auch an der Unfallstelle, am Krankenbett und auf dem Transport angewendet werden. Um dem Arzt einen Ueberblick über diese oft über Leben oder Tod entscheidenden Massnahmen zu vermitteln, veranstaltete die *Schweizerische Aerztekommission für Notfallhilfe und Rettungswesen* des Schweizerischen Roten Kreuzes zusammen mit der Gesellschaft der Aerzte in Zürich am 5. Oktober im Congresshaus Zürich einen Fortbildungskurs, zu dem sich über 2000 Aerzte einfanden. Mittels Eidophor-Fernsehanlage wurde aus dem Kantonsspital ein eindrückliches Programm übertragen, das unter der Leitung von Professor Dr. G. Hossli, dem Direktor des Institutes für Anästhesiologie der Universitätskliniken des Kantonsspitals, abgewickelt wurde. Es zeigte unter anderem lebensrettende ärztliche Sofortmassnahmen bei Verkehrsunfällen, schweren Unfällen in Gewerbe, Industrie und Haushalt, einschliesslich Elektounfällen, Verbrennungen und Vergiftungen sowie das Eingreifen des Arztes bei anderen lebensbedrohenden Situationen wie Herzversagen, Hirnschlag, Erstickungsgefahr bei Neugeborenen und bei Ertrinkungsunfällen. Ferner wurde der Transport mit zeitgemässen Notfallwagen und auf dem Luftwege (durch die Schweiz. Rettungsflugwacht) demonstriert.

Von interessierten Kreisen ist ein für die Schweiz einheitliches Kennzeichen für Arztautos im Notfalleinsatz geschaffen worden. Es handelt sich um eine Leuchtausrüstung in oranger Farbe mit einem schwarzen Kreuz und der Beschriftung «Arzt, Notfall». Die Ausrüstung wird mittels Magneten auf dem Autodach befestigt und ist mit einer Blinkleuchte ausgerüstet. Das Kennzeichen ist von der Polizeiabteilung des Eidgenössischen Justiz- und Polizeidepartementes bewilligt worden, und eine erste Versuchsserie wird gegenwärtig erprobt.

Die Maisammlung 1967, die wie üblich vom Schweizerischen Roten Kreuz gemeinsam mit dem Schweizerischen Samariterbund organisiert worden war, schloss mit einem Nettoergebnis von Fr. 1 589 000.— ab, was eine Erhöhung von 2 Prozent gegenüber dem Vorjahr bedeutet. Das Bruttoergebnis belief sich auf Fr. 1 889 000.— Nach dem zwischen den beiden Organisationen vereinbarten Schlüssel entfallen Fr. 455 000.— auf den Schweizerischen Samariterbund und Fr. 1 134 000.— auf das Schweizerische Rote Kreuz.

## Ehrung einer Schweizer Krankenschwester

In Bern überreichte kürzlich Professor Dr. A. von Albertini, Präsident des Schweizerischen Roten Kreuzes, im Auftrage des Internationalen Komitees vom Roten Kreuz Schwester Helen Nussbaum die «Florence-Nightingale-Medaille», eine Auszeichnung, die alle zwei Jahre an 36 Krankenschwestern in der ganzen Welt verliehen wird, die sich in schwierigen Situationen besonders bewährt oder für ihren Berufsstand Wesentliches geleistet haben.