Zeitschrift: Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 33 (1976)

Heft: 11

Artikel: Warum "Sport für alle"?

Autor: Kasper, Peter

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-994399

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: 09.12.2025

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

JUGEND UND SPORT

Fachzeitschrift für Leibesübungen
der Eidgenössischen Turn- und Sportschule
Magglingen (Schweiz)

33. Jahrgang Nr. 11 November 1976

Warum «Sport für alle»?

Peter Kasper, Präsident der Kommission «Sport für alle»

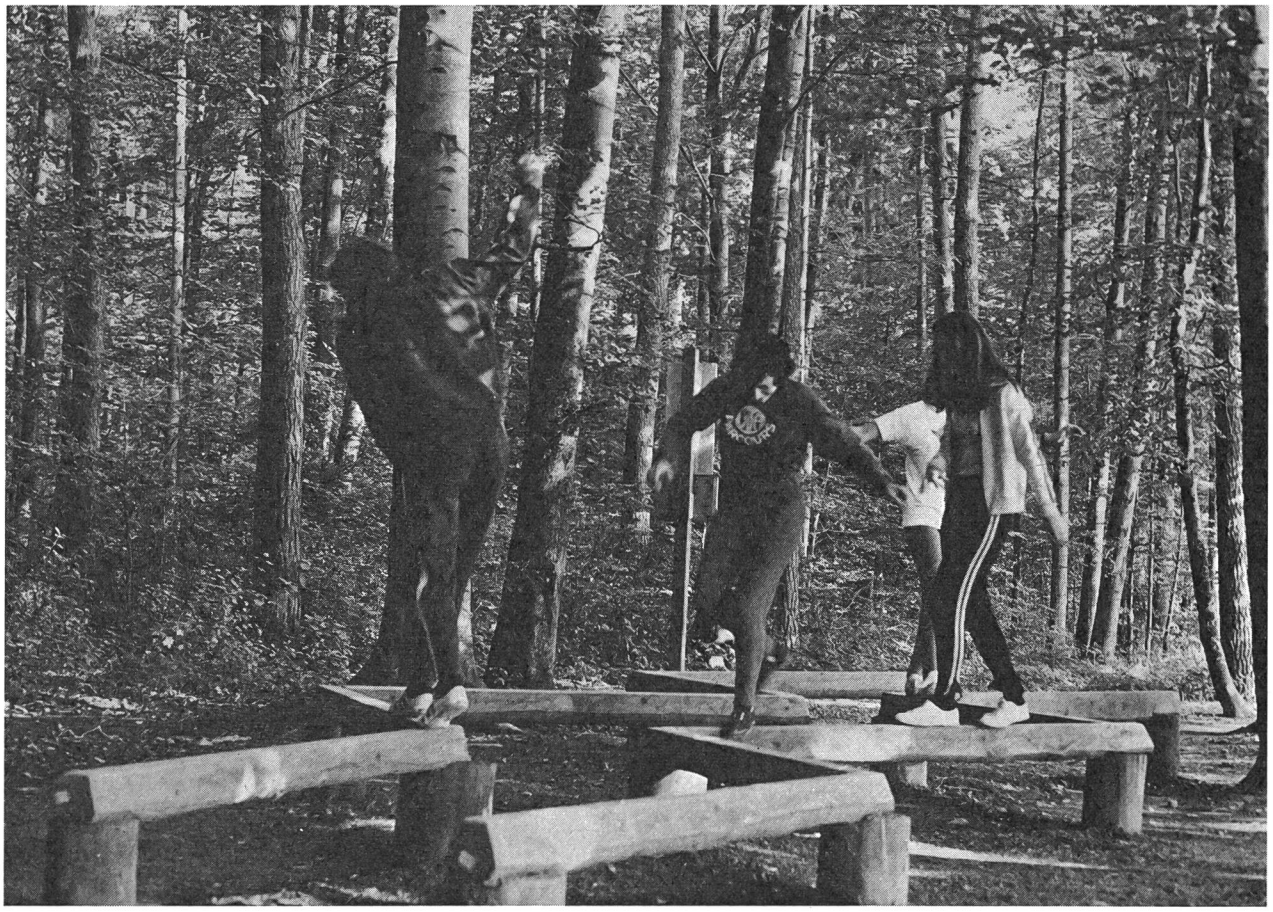
Motto:

«Die Menschen erbitten sich Gesundheit von den Göttern. Dass sie aber selbst Gewalt über ihre Gesundheit haben, das wissen sie nicht.»

Demokrit, 5. Jahrhundert vor Christus.

Selbst wenn die Einsicht vorhanden ist, dass Sport, bzw. Bewegung ein Erfordernis des Lebens ist, so ist das physikalische Gesetz der Trägheit des Menschen dagegen. Die Ueberwindung erfordert eine Antriebskraft, eines Anstosses von aussen. Leider fehlt es bei uns in der Schweiz in dieser Beziehung vielleicht stärker als in andern Ländern rings um uns, denn bei uns fehlt es vor allem ganz unten, also zuerst und zutiefst, an der Schule. Hier ist der Ausgangspunkt, hier müssen wir ansetzen, sicher auch die Kommission «Sport für alle», wenn es auch im Prinzip die Organisation «Jugend + Sport» ist, die hier zuständig ist. Wer einmal als Kind vernünftig an den Sport herangeführt worden ist, bleibt ihm sein Leben lang verbunden.

Den Schwankenden steht bei uns das Urteil der Gesellschaft entgegen, viel krasser als in England, Frankreich, Skandinavien usw. In den Augen vieler Menschen spielt der Sport heute leider immer noch die Rolle einer zwar staatlich zu tolerierenden, aber doch leicht geschmacklosen, ja fast anrüchigen Narretei, die einem erwachsenen Menschen schlecht oder überhaupt nicht ansteht. Zugegeben, so ganz schuldlos an dieser ablehnenden oder gar feindlichen Haltung ist der Sport selber vielleicht auch nicht. In einer Zeit, in der der Sport immer mehr zur Schau wird, in der die Zahl derer, die nur noch zuschauen, ständig zunimmt, in einer Zeit, in der wegen der uns allen nur zu gut bekannten Auswüchse des Sports selbst Einsichtige oft nicht mehr wissen, ob sie dafür oder dagegen sein sollen. In einer Zeit, in der Fernsehen, Radio und Presse vielleicht gelegentlich einen falschen Spiegel des Sports bieten, in dem sie suggerieren, dass der Kampf beispielsweise zweier Profi-Fussballmannschaften in einem Gross-Stadion, das krachende Getümmel beim Eishockey, der Boxmatch zwischen zwei Schwergewichts-Berufsboxern der eigentliche Sport seien. In einer solchen Zeit müssen alle diejenigen, die es besser wissen, ihre Stimme erheben und ihren Einfluss geltend machen, um den Sport wieder richtig zu sehen.



Es sind die Massenmedien, die nicht müde werden dürfen zu sagen, dass es ohne eine vernünftige Balance zwischen dem Geistigen und dem Leiblichen einfach keinen harmonischen Menschen geben kann.
Gestatten Sie mir etwas zurückzugreifen. Ortegay Gasset, der verstorbene spanische philosophische Schriftsteller, sagte einmal: Es gäbe nur einen wirklichen Niedergang in unserer Zeit, und dieser bestünde im Schwinden der Kräfte.
Der Philosoph Eduard Spranger hat unsere Zeit «ein Jahrhundert des Sports und des Rekords» genannt. Die Kultur sei so weit fortgeschritten, sagte er, dass die Menschen Gefahr liefen, ganz Geist zu werden und dabei vital, das heisst in der Dreieinigkeit der Grundrechte des Körpers, des Geistes und der Seele, abzusterben. Im Sport aber, so argumentiert Spranger, versuchen nun unsere Vital-Energien durch die Wertzone des Geistigen und Seelischen sich hindurch zu zwängen, und so entsteht jene vielsagende Spannung, mit der heute das öffentliche Interesse auf körperliche Leistungen gerichtet ist. Es drücke sich darin — sagt Spranger — die Angst der modernen Kulturmenschen aus, über Geistigkeit und Nervenkultur, die Basis des gesunden physischen Daseins zu verlieren.
Carl Jaspers sieht es ähnlich. Er sagt in seinem Buch «Die geistige Situation der Zeit»: «Im Sport schafft sich das Eigendasein als Vitalität Raum durch einen Rest von Befriedigung des unmittelbaren Daseins in Disziplin, Geschicklichkeit und Geschmeidigkeit.»
Heinz Mägerlein, der deutsche Fernsehkommentator, sagt: «Sport, die im grossen geschichtlichen Zusammenhang gesehen so plötzliche, ja überfallartige Erfüllung der zivilisierten Welt mit Leibesübungen, ist nichts anderes, als das Aufbegehren unserer animalischen Kräfte gegen die Bewegungseinschränkungen des technisierten Daseins. Dieser Trieb ist wie das Spiel der Tiere instinktgeboren. Eine Kompensation des durch die Technik ungesund eingeschränkten motorischen Bedürfnisses, zugleich aber auch der sich im technisierten Arbeitsprozess immer mehr ausbreitenden Seelenarmut.»
Karl Diem, der Vizepräsident des IOC drückte es aus mit den Worten: «Sport bedeutet Erneuerung aus kosmischer Lebenskraft.»

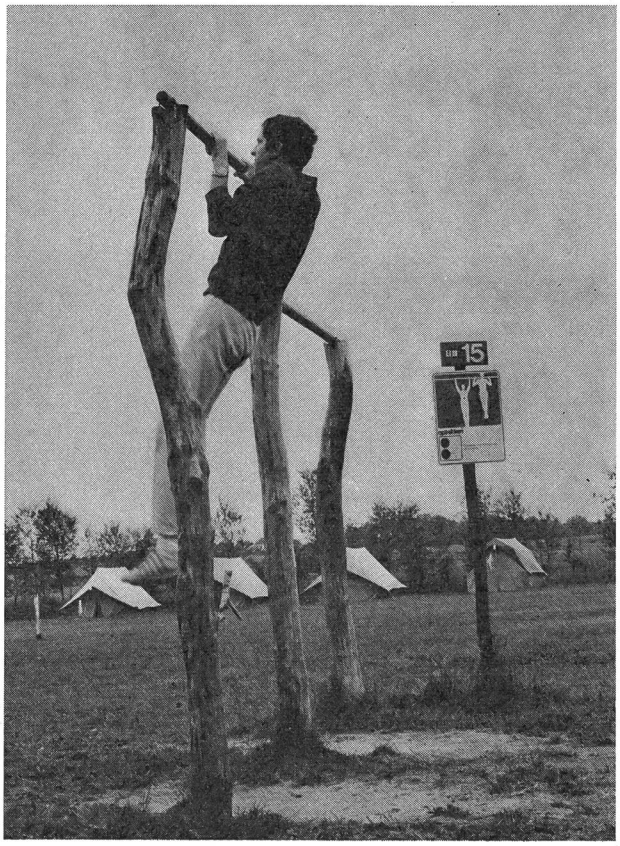
Nun ist unser Zeitalter zweifellos von sportlichen Interessen erfüllt. Nur ist leider die Wirkung der Mikroben nicht überall die gleiche:

— *Beim vitalen Menschen* ersteht der Drang zur Selbstausübung, zur Bewegung, zum aktiven Mittun. Diese Menschen empfinden es als einen seelischen Genuss, eine Sache um ihrer selbst willen zu tun. Sie fühlen sich darin geadelt, gegenüber dem Zwange des sonstigen Daseins, das ja immer weniger freie Entschlüsse und Entscheidungen erlaubt.

— *Beim Nichtvitalen* aber reicht das Interesse im allgemeinen nur bis zur Zuschauertribüne. Bei diesen nun müssen wir ansetzen, bei den Nichtvitalen.

Noch zu Beginn dieses Jahrhunderts haben die Menschen selbst gesungen, getanzt, gespielt und auch geturnt. Dann aber sind sie allmählich dazu übergegangen, sich etwas vortanzen, vorsingen, vorspielen zu lassen. Dann kam der Film, dann das Radio und schliesslich das Fernsehen. Jetzt sind viele Millionen Menschen nicht einmal mehr als Zuschauer dabei, wenn getanzt, gesungen, gespielt, wenn Sport getrieben wird. Jetzt sitzen sie nur noch stumm, wenn möglich mit einem Glas Alkohol vor sich, vor den Bildschirmen, vor einer blutleeren, eigentlich gespenstischen Welt, zu der jede unmittelbare Beziehung vollständig verloren gegangen ist. Es ist doch so, dass es nicht massgebend ist, wie oft man zugeschaut hat, es zählt nicht für die Gesunderhaltung und die körperliche Frische, die ja doch auch Voraussetzung für die Freude am Leben, ja

sogar für jede geistige Leistung ist. Es zählt einzig, wie häufig man selbst etwas getan hat. Mägerlein sagt hiezu: «Ein Berg, an dem man hundertmal mit dem Auto vorbeigefahren ist, ist sicher hundertmal weniger wert, als derjenige Berg, den man mit seinen Füssen bestiegen hat.»
Jedermann, nicht nur der Reiter, weiss, dass man ein Pferd nicht in den Stall stellen und es einfach dort stehen lassen darf, sondern dass es bewegt werden muss. Wird es nicht bewegt, geht es zugrunde. Das ist ein Naturgesetz. Und diesem Naturgesetz unterliegt auch der Mensch, wie alle anderen Lebewesen. Aber was wir dem Pferd selbstverständlich zubilligen, gewähren sich sehr viele Menschen nicht. Dabei wird diese Bewegung im Alltag, und natürlich auch in den Ferien, immer wichtiger. Vor allem, weil die Menschen noch viel mehr sitzen als früher, weil sie sich, nur noch von einem Motor angetrieben, herumfahren lassen.



Der Mensch wird heute älter als früher, und damit ist uns eine sehr grosse neue Aufgabe gestellt. Es geht doch sicherlich nicht darum, nur ein paar Jahre länger leben zu können, sondern diese gewonnenen Jahre sollen lebenswert sein, sollen Freude bereiten, und dazu gehört zuallererst, dass man gesund ist. Gesund ist aber nur derjenige Mensch, der Bewegung hat, der seinen Körper fit hält.
Den Hauptwiderstand dagegen unternimmt leider der Mensch selber. Jener Mensch, der in diesem Zusammenhang gesehen nur noch von Dummköpfen «homo sapiens» genannt werden kann. Dieser Mensch wünscht Tabletten, Spritzen, Hormone, aber auf den Gedanken, dass er selber viel Wichtigeres, viel Entscheidenderes und sogar noch viel Billigeres zu seinem gesunden Leben bis ins hohe Alter beitragen kann, darauf kommt er in den meisten Fällen nicht. An der Kommission «Sport für alle» und an ihnen, den Massenmedien, liegt es, den Menschen davon zu überzeugen.

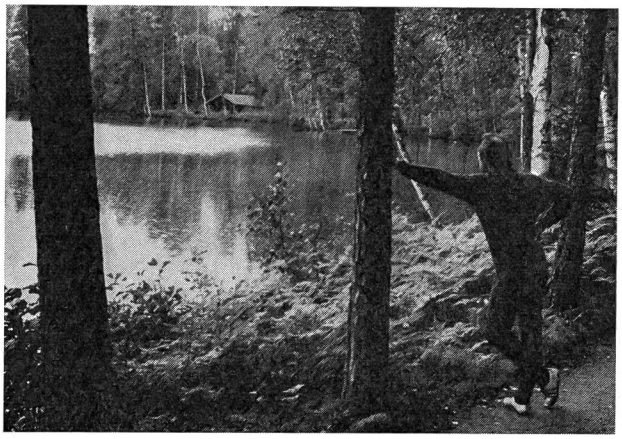
> Nicht das Viele, das man zwischen Weihnachten und Neujahr isst, nicht dieses Zuviele macht fett, sondern jenes Zuviele, das man zwischen Neujahr und Weihnachten isst.

Es gibt zahlreiche Leute, die eine aktive Ferienzeit verbringen wollen, und sie nehmen auch den Anlauf dazu. Aber damit ist es nicht getan, es ist hier genau so wie mit dem vielen Essen. Denn ganz sicher ist doch, dass die 340 Tage im Jahr, während denen man im Büro sitzt, wichtiger sind, als die paar Ferientage. Ganz abgesehen davon, dass ausgiebiger Sport während den Ferien, ohne dass der Körper an den 340 übrigen Tagen, die ihm vorausgehen, wenigstens hin und wieder ordentlich bewegt wird, auch nicht das Richtige ist, ja womöglich sogar gefährlich sein kann. Wer aber dann etwas Sport treibt, den inneren «Faulpelz» überwindet und die sportliche Betätigung wenigstens so weit treibt, dass er sich anstrengen muss, der freilich sollte schon bei der Wahl seines Ferienortes für aktive Sportferien richtig wählen, denjenigen Ort, der zu aktiven Ferien geeignet ist und nicht jenen, der zu noch vermehrtem Faulenzen einlädt.
Nun hier gibt es sehr viel zu tun. Auch an unseren schweizerischen Kurorten. Auch sie müssen die notwendigen Voraussetzungen schaffen, damit der Mensch wenigstens während den Ferien seinen Körper entsprechend in Schwung bringt.

> «Der Mensch von heute muss erkennen, dass Gesundheit kein automatischer Besitz ist, sondern, dass Gesundheit fortwährend neu erworben werden muss, und damit eine stete körperlich-seelische Aufgabe darstellt.»
>
> (Rendel)

Der Mensch ist zum Gehen und nicht zum Fahren «konstruiert» worden. Wenn er dies einmal einsieht, dann haben wir schon sehr viel gewonnen. Im Grunde genommen kommt es gar nicht so sehr darauf an, welchen Sport man treibt, sondern dass man etwas tut. Natürlich gibt es eine Rangordnung, natürlich schliesst sich einiges aus, aber die Hauptsache ist doch erst einmal, dass geschwommen, gewandert, geritten, radgefahren, gestiegen, skigelaufen, eislaufen, Tennis, Volleyball, Fussball, Handball, Golf usw. gespielt wird. Dies hat mehr Reize in sich als der allerschönste Jass, oder der allerschönste Hock am Stammtisch. Grundsätzlich muss gelten, dass jede Form sportlicher Betätigung besser ist als keine. Dabei gibt es ja etwas, das mindestens ebenso wichtig wie der rein körperliche Gewinn sportlicher Betätigung ist, und das ist die Freude, die der Sport allen, den Jugend wie den Alternden, den Frauen und den Männern, schenkt. Die Freude nach einer sportlichen Betätigung, diese Freude ist eine so ursprüngliche, dass wir schon deshalb den Sport preisen sollten, weil er sie uns schenkt. Vergnügen im Sport, darum geht es. Und Vergnügen wird mit dem zunehmenden Sport für jeden einzelnen kommen.

> «Der primäre Sinn des Sports liegt in der spielerisch-zwecklosen Bedeutung, in der Representation eines Stücks unmittelbarer Gegenwart und unverstellten Lebens, eines Feldes mit eigener Dynamik, eines Raumes elementarer Selbsterfahrungen mit ein wenig Wagnis und noch kalkulierbarem Risiko, vor allem aber schliesslich in der Möglichkeit eines Handelns, das Barrieren des alltäglichen Lebens überspringt.»
>
> (Prof. Ommo Grupe)

Aus diesen weisen Worten resultiert, dass es uns vor allem erlaubt ist, im Sport Dinge zu tun, die uns Vergnügen bereiten, Dinge, die wir nur um des Vergnügens willen tun und aus keinem anderen Grund. Sport wird oft noch falsch verstanden. Manche sagen: «Das soll Vergnügen bereiten», oder «sich anstrengen, sich quälen, atemlos werden, nach Luft ringen müssen, in Schweiss geraten», ist das Sport? Wenn die Leute so fragen, dann müssen wir uns doch zugestehen, dass oft der Sport auch falsch dargestellt ist. Es ist eine Existenzfrage des Sportes, dass er sich nicht aus einer wunderbaren Manifestation des Natur- und Lebenstriebes in einen immer glänzenderen — Zirkus — verwandelt. Zirkus, Schausport, ist nicht das, war wir wollen. Wir wollen Aktivität. Sport treiben heisst doch auch: mehr zu uns selber zu finden und nicht uns in der Hetze unseres Berufslebens zu verlieren, keine Zeit mehr zum Denken zu haben, Sport treiben heisst auch — in der Einhaltung der ritterlichen Regeln, die ihm innewohnen beispielsweise — unsere Bemühungen darauf zu richten, insgesamt wieder fröhlicher, wieder friedfertiger und damit ganz schlicht gesagt menschlicher zu leben.
In den Ferien sollte man es lernen und beginnen, im Alltag fortsetzen.
Zum Schluss noch einmal zurück ins Altertum, denn damals begann schon das, was man heute an und für sich längst wissen sollte.
Eines ist von Bedeutung: *von selbst kommt wirklich nichts.* Xenophon, ein Schüler von Sokrates, sagte vor rund 2400 Jahren:

«Es ist eine Schande vor lauter Nachlässigkeit alt zu werden, ehe man sich auf dem Gipfel seiner möglichen Schönheit und Stärke gesehen hat. Dies aber kann man doch unmöglich ohne dass man sich übt, denn von selbst kommt es nicht.»