

Agitations-Funktion Nr. 4

Der Sport und das arbeitende Volk

Von Fr. Wildung



Schriften der
Zentral-Kommission für Arbeitersport und Körperpflege,
Berlin



A 80-10397

Verlag: Arbeiter-Turnverlag UG., Leipzig, Fichtestr. 36

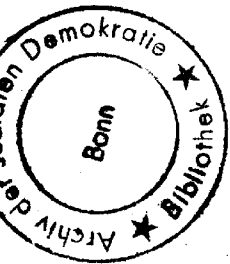


1. Vorbemerkung.

Der Titel dieser Schrift bedarf einer Erläuterung. Was ist Sport? In der Volksmeinung versteht man unter Sport vielfach irgendeine Liebhaberei. Der Modejüngling, der sich auf mondäne Art zu kleiden beliebt, bezeichnet das als „meinen Sport“. Der Angler, der stundenlang am Uferand sitzt und auf den Anbiß eines Fisches wartet, nennt das ebenfalls Sport. Von solchem „Sport“ soll hier gewiß nicht die Rede sein. Auch nicht von dem Sport, zu dem man sich tierischer oder anderer fremder Kräfte bedient, also nicht vom Pferde- und Autosport. Sport in unserem Sinne ist Leibesübung. Aber nicht schlechthin jede Leibesübung kann als Sport bezeichnet werden. Wer gemächlich seines Weges wandert, ohne Ziel und ohne die Absicht, eine bestimmte Wegesleistung zurückzulegen, treibt keinen Sport. Selbst der Bergsteiger, der von reiner Freude an seiner Kletterei geleitet wird, treibt damit ebenfalls keinen Sport, obwohl er im besten Sinne des Wortes seinen Körper übt, also Leibesübung betreibt. Wenn die Leibesübung zum Sport werden soll, dann muß das Leistungsprinzip hinzukommen. Der Wanderer, der sich das Ziel setzt, eine bestimmte Wegstrecke in einer bestimmten Zeit zurückzulegen, treibt Sport, denn ihm kommt es auf die Leistung an. Man kann also sagen: Sport ist Leibesübung unter Zugrundelegung des Leistungsprinzips. Das eigentliche Kriterium des Sportes ist aber der Wettbewerb, das Messen der Kräfte mit anderen. Mit der Formel: „Sport ist Kampf“ kommen wir der Sache aber auch nicht näher. Nicht rohe Kräfte sollen im Sport sinnlos walten, vielmehr ist das Wesen des echten Sports die Ritterlichkeit. Dem Engländer ist „sportlich“ gleichbedeutend mit „ritterlich“; ein besseres Wort für den Begriff hat die deutsche Sprache nicht hervorgebracht. Daß der heutige Sport noch recht weit von diesem Ideal entfernt ist, verkennen wir nicht, doch sind wir Arbeitersportler guten Willens, ihm nachzustreben.

Wir haben dieser Schrift den Titel „Der Sport und das arbeitende Volk“ gegeben. Es liegt aber nicht in unserer Absicht, uns auf den eben gefundenen engen Begriff des Sports zu beschränken. Wenn wir das Wort Sport statt Leibesübung anwenden, so geschieht es, weil es volkstümlicher ist.

Gibt es nun für das schaffende Volk einen besonderen Sport? Die Frage muß im allgemeinen verneint werden. Soweit die arbeitende Jugend Sport treibt, legt sie auch ihm das Leistungsprinzip und den Wettkampf zugrunde. Und sie betreibt dieselben Sportarten wie die bürgerliche Jugend, obwohl sie sich in ihrer Lebensweise sehr unterscheidet. Vielfach herrscht denn auch in Arbeiterkreisen die Ansicht vor, daß der Arbeiter, der schwere körperliche Arbeit zu leisten hat, im Sport eine weitere Zusatzarbeit leistet und damit Gefahr läuft, seinen Körper zu überanstrengen. Das ist keineswegs richtig.



Wohl erfordern alle Sportarten, die auf dem Leistungsprinzip aufgebaut sind, eine starke Aufwendung von Energie, mehr noch als gemeinhin die körperliche Berufsarbeit. Aber diese Arbeit ist doch von ganz anderer Art. Sportliche Arbeit ist freigewählte Betätigung, die dem körperlichen und geistigen Bedürfnis des Menschen, der sie betreibt, entspricht. Sportliche Arbeit ist auch in ihren Bewegungsformen durchaus verschieden von der Berufsarbeit, sie bewegt den Körper ganz anders als jene. Einen besonderen Sport für körperlich berufstätige Menschen gibt es also nicht und braucht es auch nicht zu geben. Wohl aber hat der Sport für die werktätige Bevölkerung in mancher Hinsicht eine andere Bedeutung als für den nicht körperlich tätigen Menschen, denn für ihn ist der Sport eine Gegenwirkung gegen die einseitigen Formen der Berufsarbeit, während er für den körperlich nicht tätigen Menschen der Ersatz für diese Arbeit ist. Im alten Griechenland, wo der Sport in hoher Blüte stand, bedeutete er den Ersatz für die körperliche Berufsarbeit und diente damit der körperlichen Entwicklung der herrschenden Klasse. Der moderne Fabrikarbeiter dagegen braucht den Sport als Ausgleich für die einseitige, freudlose Beschäftigung in geschlossenen, oft recht gesundheitschädlichen Räumen. Von den Vorteilen, die die sportliche Betätigung dem körperlich arbeitenden Menschen bringt, von den Freuden, die die sportliche Arbeit ihm vermittelt, soll in dem Nachfolgenden die Rede sein.

2. Die geistig-feelischen Werte des Sports.

Guths-Muths, der Begründer der Leibesübungen in Deutschland, nannte sie „Arbeit im Gewande jugendlicher Freude“. Es ist seitdem kein Wort geprägt worden, das besser die erzieherischen Werte der Leibesübungen zum Ausdruck bringt. Die beste Erzieherin der Menschen ist zweifellos die Arbeit. Kann aber die heutige Berufsarbeit den Anspruch erheben, auf die Erziehung des Menschen von günstigem Einfluß zu sein? Die Frage kann leider nicht bejaht werden. Die heutige Lohnarbeit ist ihres erzieherischen Charakters fast völlig entkleidet worden. Für die meisten Menschen gibt es überhaupt keine frei gewählte Arbeit mehr. Nur wenige können ihren inneren Empfindungen und ihrer Begabung entsprechend sich die Berufsarbeit wählen. Bei den gelernten Berufen entscheidet oft der Zufall oder wirtschaftliche Rücksichten, selten aber die Neigung des jungen Menschen. Unendlich viele schleppen durchs Leben einen verfehlten Beruf mit sich, ohne daß ihnen die Möglichkeit gegeben wäre, einen Berufswechsel, ihren Neigungen entsprechend, vorzunehmen. Dazu kommt, daß durch die fortgeschrittene Teilung der Arbeit diese immer einseitiger und eintöniger wird. Viele Arbeiter haben jahraus, jahrein, ein ganzes Leben hindurch dieselbe eintönige Teilarbeit zu verrichten. Geist und Seele können an dieser Tätigkeit keinen Anteil nehmen, und das Produkt, das hervorgebracht wird, ist nur ein winziger Teil eines größeren Mechanismus und gibt auch als schöpferische Leistung nicht die Spur einer inneren feelischen Befriedigung. In der Großindustrie hat der Zustand, daß ein Arbeiter ein Stück von unten an bis zu seiner Vollendung fertigstellt, fast gänzlich aufgehört. Damit ist dem modernen Berufsarbeiter die Schöpferfreude völlig genommen worden. Damit ist aber auch der erzieherische Wert

der Berufsarbeit zum großen Teile illusorisch geworden. Ferner kommt hinzu, daß alle moderne Arbeit mehr oder minder Lohnarbeit im schlechtesten Sinne des Wortes ist und dazu noch meist schlecht bezahlte Lohnarbeit. Der moderne Berufsmensch hat einen ständigen Kampf mit dem Unternehmertum um die Höhe des Lohnes, die Dauer der Arbeitszeit usw. zu führen. Bei aller Anstrengung bringt ihm seine Tätigkeit noch nicht soviel ein, daß er ein einigermaßen befriedigendes Kulturleben zu führen vermag.

Aus diesem zwiespältigen Zustand heraus erwachsen dem einzelnen und der Gesamtheit ungeheure bedenkliche, ja gefährliche Nachteile. Es ist nicht zu viel behauptet, wenn man sagt, daß fast alle Zerrwürfnisse im heutigen Familienleben, unendlich viele Krankheiten, Entartungen usw. allein daraus entstehen, daß der Mensch in seinem Berufsleben auf jede seelische Befriedigung verzichten muß. Mißgestimmt, vergrämt und verärgert kehren die meisten Menschen von ihrer Arbeitsstätte heim. Zerrwürfnisse und Streitigkeiten im Familienleben, Rohheiten im geselligen Verkehr sind die Folgen dieses Zustandes.

„Arbeit im Gewande jugendlicher Freude“ ist die Berufsarbeit nicht, sie ist mehr oder minder Sklavenarbeit geworden. Dauert aber dieser Zustand an, gelingt es nicht die kapitalistischen Methoden der heutigen Berufsarbeit rechtzeitig zu beseitigen, so dürfte unserer heutigen Kultur der Untergang in sicherer Aussicht stehen. Soll die Menschheit wieder gefunden, so wird der heutige Arbeitsprozeß einer gründlichen Umwandlung entgegengeführt werden müssen. Anstelle der rein freudlosen Lohnarbeit muß wieder eine Arbeit treten, die im besten Sinne des Wortes erzieherisch auf den Menschen einwirkt, Arbeit, die ihm Freude und innere Befriedigung geben kann. Kein vernünftiger Mensch wird aber so töricht sein, den industriellen Entwicklungsgang zurückschrauben zu wollen. Das „Zurück zur Natur“ eines Rousseau ist ein überwundener Standpunkt. Die Reform kann nur nach vorwärts gemacht werden.

Es wäre aber verfehlt, wollte die Arbeiterschaft sich damit begnügen, mittels des wirtschaftlichen und politischen Kampfes sich jenen Zustand zu erkämpfen. Es müssen alle Mittel und Wege benützt werden, um dem weiteren Verfall der Gesellschaft in sittlicher und gesundheitlicher Beziehung zu steuern, und das wird am besten dadurch geschehen können, daß neben der Berufsarbeit eine andere Arbeit tritt, die nicht nur dem Körper alle möglichen Formen der Bewegung bietet, sondern die auch die geistigen und und feelischen Bedürfnisse der Menschen voll auf befriedigt. Eine solche Arbeit ist der Sport. Wenn die sporttreibende Jugend von einer größeren Wanderung, wenn sie Sonntag abends nach getaner Arbeit vom Sportplatz heimkehrt, so wird sie immer das Gefühl vollster innerer Befriedigung haben. Sie wird sich glücklich fühlen, glücklich durch die verbrachte ganz ihrer Neigung entsprechende Tätigkeit. Wir schätzen an den Leibesübungen nicht in erster Linie die Stärkung des Muskels, sondern weit höher stehen uns die auf dem Sportplatz erworbenen feelischen Freuden, also die sittlichen Werte der sportlichen Arbeit. Und wer wollte bestreiten, daß gerade die heutige junge Arbeitergeneration dieser

Lebensfreude am meisten bedarf. Wie die Blume den Sonnenschein, so braucht das junge Menschenkind Luft und Lebensfreude. Ohne diese muß es seelisch verkümmern, ohne diese verlieren sich alle natürlichen edlen Regungen des Gemütslebens.

Freude ist die starke Feder in der gütigen Natur,
Freude, Freude treibt die Räder an der großen Weltenuhr.

3. Die gesundheitliche Bedeutung des Sports.

Wenn Sport Arbeit ist, so ist er zugleich Muskelanspannung und damit Bewegung des Körpers. Bewegung aber ist das Merkmal des Lebens. Wir müssen an dieser Stelle darauf verzichten, die vielseitigen Einwirkungen der Leibesübung auf den Körper in ihren Einzelheiten zu erörtern. Bekannt ist wohl allgemein, daß körperliche Tätigkeit und Anstrengung auf die Bildung unserer Muskeln von großer Wirkung ist. Beispiele gibt es im Leben dafür genug. So wird der Lastträger z. B. stets einen breiten, starken Rücken und kräftige Beine haben. Vielsach ist man der Meinung, daß die in diesem Berufe tätigen Leute von Natur aus so stark und kräftig veranlagt seien. Das ist ein Irrtum. Die kräftige Muskulatur ist vielmehr eine Folge der einseitigen Muskelanstrengung. Das rührt daher, weil der angestrenzte Muskel besser ernährt wird als der untätige. Unsere Muskeln sind bekanntlich der Kraft- und Wärmeherd unseres Körpers. In ihren unzähligen Zellen findet der Verbrennungsprozeß unseres Körpers statt. In diesem Verbrennungsprozeß werden jene Substanzen frei gemacht, aus denen sich die Zelle des tierischen Körpers aufbaut. Diese Substanzen entstammen der Pflanze, und da die Pflanze ausschließlich der Ernährung des menschlichen und tierischen Körpers dient, so wird diese Substanz mit der Nahrung dem Körper zugeführt. (Die Behauptung, daß die Pflanze ausschließlich der Ernährung des tierischen und menschlichen Körpers dient, mag bei dem Laien einige Verwunderung erregen, da doch feststeht, daß sehr viele Tierarten sich ausschließlich vom Fleisch anderer Tiere nähren und auch der Mensch ein „fleischfressendes Tier“ ist. In Wirklichkeit ernähren sich die fleischfressenden tierischen Lebewesen nur auf einem Umwege von der Pflanze; denn das Tier, dessen Fleisch sie essen, hat die in seinem Fleisch enthaltenen Nährsubstanzen erst von der Pflanze empfangen.) Von der Pflanze empfängt der tierische Körper auch die Energie, die seinen Muskeln innewohnt. Die Pflanze entnimmt diese Energie vermittels des Grüns ihrer Blätter vom Sonnenlicht, speichert sie als Spannkraft in sich auf, vermittelt sie ihren Frächten, und durch diese werden sie wiederum dem tierischen Körper zugeführt. Gelöst wird diese „lebendige Substanz“ in unserem Körper durch den bereits erwähnten Verbrennungsprozeß. Dieser entsteht dadurch, daß wir den in uns aufgenommenen Kohlenstoff durch die Lungen dem in der atmosphärischen Luft vorhandenen Sauerstoff zuführen. Wo Kohlenstoff und Sauerstoff miteinander eine Verbindung eingehen, entsteht bekanntlich eine Verbrennung oder Oxidation, wie der Fremdausdruck lautet. Dieser Verbrennungsprozeß spielt sich in den Zellen unserer Muskeln ab, wo das Blut die Aufbaubsubstanzen und den Sauerstoff miteinander vereinigt. Mit anderen Worten: In unseren Muskeln vollzieht sich der Stoffwechselprozeß unseres Körpers.

Versuchen wir diesen Stoffwechselprozeß in wenigen Worten zu erläutern. Unser Körper ist bekanntlich ein Zellenstaat, d. h. eine Vielheit von einzelnen Lebenszellen. Wie bekannt, gibt es auch Wesen, die aus einer einzigen Zelle bestehen. Nur vermittels des Mikroskops können wir sie wahrnehmen. Sie vermehren sich durch die Spaltung. Ähnlich diesen einzelligen Lebewesen sind auch die Lebenszellen, aus denen sich unser Körper aufbaut. Die Lebensdauer der einzelnen Zellen ist sehr beschränkt, und dementsprechend ist ihre Vermehrung eine außerordentlich rapide. Sie vollzieht sich in geometrischer Form. Durch die Spaltung einer einzelnen Zelle entstehen zwei selbständige Zellen und durch weitere Spaltung 4, 8, 16, 32 usw. Auch die Lebenszellen unseres Körpers haben nur eine beschränkte Lebensdauer. Dazu kommt, daß unser Körper bei der Geburt nur einen sehr kleinen Zellenstaat darstellt im Vergleich zum vollentwickelten Körper. Der Zellenstaat muß also wachsen, an Zahl der Zellen zunehmen, wenn der Körper sich voll entwickeln soll. Daraus entspringt die natürliche Notwendigkeit, daß der Neuaufbau von Zellen in unserem Körper dem natürlichen Abgange der verbrauchten Zellen bei weitem überschreiten muß. Von der Mehrproduktion an Zellen in unserem Körper hängt seine Entwicklung ab. Je größer der Überschuß der neubauten über die Zahl der abgestorbenen Zellen ist, um so besser ist die Entwicklung des Körpers gewährleistet, um so größer wird der Zellenstaat. Dieser sich fortwährende Aufbau und Verfall von Lebenszellen, das ist der Stoffwechselprozeß.

Der Stoffwechselprozeß unseres Körpers wird durch die Bewegungsreize um das vielfache vermehrt. Der Verbrennungsprozeß wird weit intensiver. Um das volkstümlich zu erklären, mögen uns einige Beispiele dienen. Wenn jemand eine Wegstrecke von 100 Meter unter Anspannung all seiner körperlichen Kräfte zurücklegt, so wird sein Körper nach einer kurzen Zeitspanne von etwa 14 Sekunden in Schweiß gebadet sein. Die Tatsache, daß der Körper schwitzt, beweist, daß in dieser kurzen Zeit der Anspannung der Verbrennungsprozeß im Körper ganz erheblich zugenommen hat, denn der Schweiß ist ja ein sicheres Anzeichen von im Körper erzeugter Wärme. Nehmen wir nun ein entgegengesetztes Beispiel. Entkleiden wir unseren Körper und legen uns, ohne uns in Decken einzuhüllen, hin. Wir werden selbst bei gewöhnlicher Zimmertemperatur bald ein starkes Frösteln bemerken. Das ist wiederum ein Zeichen dafür, daß in diesem Zustande der Ruhe der Körper nicht so viel Wärme produziert hat, um die ihm durch die kühle Umgebung entzogene Wärmemengen zu ersetzen. Aus diesem Beispiel ergibt sich also, daß im Zustande der Bewegung im Körper mehr Wärme produziert wird als im ruhenden. Daraus ergibt sich weiter, daß der Verbrauch während der Bewegung weit intensiver ist als in Ruhelage, und weiter ergibt sich daraus, daß mehr Baustoffe während der Bewegung nutzbar gemacht worden sind, daß also der Stoffwechselprozeß eine starke Förderung erfahren hat. Alle Muskeln, die während der Bewegung in Tätigkeit gesetzt wurden, sind damit weit besser ernährt worden als im ruhenden Zustande. Freilich hat während der Bewegung eine größere Verausgabung von Energie stattgefunden. Aber wir bemerken, daß der Wärmezustand des

Körpers noch eine ganze Weile anhält, nachdem die Bewegung längst vollendet war. Die Steigerung des Verbrennungsprozesses ebbt erst allmählich ab und dauert noch eine ganze Weile an, während der eine Verausgabung von Energie nicht mehr stattfindet. Alle jeht nutzbar gemachte Nahrung des Muskels kommt ihn nun voll zugute. Darin liegt das ganze Geheimnis der Wirkung der Bewegung auf unseren Körper. Je vielseitiger nun diese Bewegung ist, je mehr alle Teile der Gesamtmuskulatur an ihr teilnehmen, um so vollständiger ist die Wirkung auf den gesamten Körper. Ein solcher Körper wird sich in allen seinen Teilen gleichmäßig entwickeln und daraus in mehrfacher Beziehung Vorteile ziehen. Durch die Kraft der Muskulatur wird er leistungsfähiger, durch die gleichmäßige Entwicklung wird er harmonisch und endlich wird er geschickt und gewandt. Das letztere bedarf noch einer besonderen Erklärung.

Bekanntlich werden unsere Muskeln durch einen Willensimpuls in Tätigkeit und Bewegung gesetzt. Dieser Willensimpuls oder Willensreiz wird über die Nerven zu den einzelnen Muskeln geleitet. Der Wille bedient sich dazu der sogenannten motorischen Nerven, die sich von den Empfindungsnerve dadurch unterscheiden, daß sie ausschließlich eine Leitung vom Gehirn zu den Muskeln darstellen. Nun wissen wir, daß es auf der einen Seite Menschen gibt, die außerordentlich gewandt sind, während wir auf der anderen Seite solche haben, die an Plumpheit und Unbeholfenheit ihresgleichen suchen. Woher kommt dieser Unterschied? Er erklärt sich daraus, daß der Organismus der gewandten Menschen weit besser funktioniert als der des plumpen und unbeholfenen. Die bessere Funktion setzt die funktionelle Fähigkeit des motorischen Nervensystems voraus. Diese aber ist das Ergebnis von Übung. Wir wissen, daß zu jeder Tätigkeit, die mit komplizierter Bewegung unserer Muskeln verbunden ist, eine längere Übung gehört. Am meisten kommt das bei solchen Bewegungen zum Ausdruck, die mit Fingerfertigkeit verbunden sind. Der Erdarbeiter, dessen Finger gewohnt sind, den Spatenstiel zu umkrampfen, wird erst bedeutender Übung bedürfen, um einigermaßen geschickt Klavier zu spielen. Die Scheuerfrau wird sich schlecht zur Bedienung der Schreibmaschine eignen. Beide aber können durch anhaltende Übung noch im fortgeschrittenen Alter ein gewisses Maß von Fingerfertigkeit erwerben. Ganz besonders ist dies aber während des Wachstumsstadiums möglich. Durch dauernde Übung einer Tätigkeit schleift sich das Gehirn die Nervenbahnen zu den betreffenden Muskeln ein. Der Versuch, den betreffenden Muskel zu beherrschen und seinem Willen gefügig zu machen, wird vom Gehirn so lange fortgesetzt, bis das gewünschte Ergebnis erzielt ist. Zu jeglicher Bewegung sind ganze Partien unseres Muskelsystems in Tätigkeit zu setzen und von ihrer sicheren Zusammenarbeit hängt die Vollendung der gewünschten Bewegung ab. Wir nennen das die Koordination unserer Muskeln. Bei vielen Arten der körperlichen Tätigkeit, besonders aber beim Turnen, wird weit mehr die Gewandtheit und Geschicklichkeit unseres Körpers gefördert als der Kräfteerwerb gedient. Wir sprechen ja, ohne uns viel bei der Sache zu denken, von turnerischer Gewandtheit, athletischer Stärke usw. und kennzeichnen damit unbedenktlich, daß turnerische Übungen in der Hauptsache

der Förderung der Gewandtheit, während athletische mehr der Mehrung der Kraft dienen.

Wir haben also gefunden, daß die Gewandtheit in erster Linie das Ergebnis von Übung ist. Und da im sportlichen Betrieb das Wesen der Dinge die Übung ist, so wird damit die funktionelle Fertigkeit des Organismus außerordentlich gefördert.

4. Die soziale Bedeutung des Sportes.

Körperlich gesunde und gewandte Menschen bedeuten ohne weiteres eine Bereicherung der Gesellschaft. Erstens wird dadurch die Leistung in der Berufsarbeit in mehrfacher Hinsicht gefördert, zweitens entstehen weniger Krankheiten. Die Vorteile, die dem einzelnen Menschen aus der sportlichen Tätigkeit in allen bisher erörterten drei Richtungen erwachsen, bedeuten in Summa eine erhebliche Verbesserung der Lebensfähigkeit eines Volkes. Es bedarf kaum eines Hinweises, daß dadurch die biologischen Grundlagen der Gesellschaft gebessert werden. Körperlich gesunde Menschen werden eine lebensfähigere Nachkommenschaft erzeugen als krankhafte entartete Individuen. Damit erlangt der Sport eine weit über das Interesse des einzelnen hinausgehende Bedeutung für die Gesellschaft. Er wird damit zum Gesundbrunnen für das Menschengeschlecht. Ein Volk, das es versteht, seine Jugend dem Sport zuzuführen, wird weniger Krankenhäuser und weniger Irrenanstalten zu erhalten haben. Also auch in wirtschaftlicher Beziehung erwächst einem solchen Volke ein gewaltiger Nutzen. Ein solches Volk wird aber auch den Kampf ums Dasein bei weitem besser bestehen können, weil es gesunde und leistungsfähige Bürger sein eigen nennen darf. Die Volkskraft wird in starkem Maße gefördert werden. Aber auch der Einzelne empfängt aus der sportlichen Tätigkeit erhebliche Vorteile. Nicht nur, daß er leistungsfähiger in seiner Berufsarbeit wird, er wird auch von Krankheiten weniger befallen werden, er wird gesunde und kräftige Kinder haben und dadurch in den Stand gesetzt sein, den Kampf ums Dasein weit besser zu bestehen als andere, deren Lebensfähigkeit keinerlei Verbesserung durch Selbsthilfe erfahren hat. Daß ein solches Volk auch in seiner Wehrfähigkeit bei weitem anderen Völkern voraus sein wird, sei nur nebenbei erwähnt. Für die Arbeiterklasse ergeben sich daraus besondere Vorteile. Eine kräftige, gesunde, lebensfrohe Arbeiterschaft wird in ganz anderem Maße sich ihrer Haut gegenüber ihren gesellschaftlichen Feinden gewachsen zeigen als eine durch Not, Krankheit und Entbehrung zermürbte Arbeiterschaft. Der Zustand, den die sozialistische Arbeiterschaft erstrebt, kann nur erreicht werden, wenn Hand in Hand mit der politischen und gewerkschaftlichen Aufbaubarbeit die Gesundung und Kräftigung der Arbeiterklasse geht. Darum sollten die beruflichen Faktoren der Arbeiterbewegung der sportlichen Betätigung der Arbeiterjugend weit mehr Sympathie entgegenbringen. Sie würden dadurch zu gleicher Zeit erreichen, daß die heute mit der Ausübung des Sports unstreitig verbundene Vereinsmeierei erheblich eingedämpft würde.

Alle ihre wertvollen Wirkungen auf das Volksleben werden die Leibesübungen erst dann hervorbringen können, wenn dieses hervorragende Mittel der Volkserziehung von der gesamten Gesellschaft erkannt und in seine Rechte eingesetzt worden sein wird.

5. Sport und Schönheit.

Biblische Schöpfungsgeschichte in Luthers herrlichem Deutsch: „Gott schuf den Menschen sich zum Bilde, zum Bilde Gottes schuf er ihn.“ In dem Wunderwerk der Schöpfung Mensch hat sich die Gottheit selbst materialisiert. Sie selbst ist wesenslos, ist Geist, der Mensch ist ihre Verkörperung, ist das höchste und schönste Gebilde, das der Geist sich vorzustellen vermochte, ist Vollendung, materialisierte Gottheit. Dieses Wunderwesen begreift sich selbst nicht, kann sich selbst nicht fassen. Darum sucht es nach einem höheren, übernatürlichen Wesen, dem es gleicht, dem es Ebenbild ist, und er schafft sich dieses höhere Wesen doch stets wieder nach dem eigenen Bilde. Vollenderes als sich selbst kann er sich nicht vorstellen. So ist der Sinn der Bibelworte, daß es eine höhere Kombination zwischen Geist und Materie als den Menschen nicht gibt. Alles, was dem Menschengestalt an Gutem und Schönem vorschwebt, das findet er immer wieder in sich selbst und in der eigenen Gestalt verkörpert. Darum strebt er danach, sich selbst zu vervollkommen, seinem eigenen Wesen in höchster Vollendung nahezu kommen. Dabei mußte er der Bildung seines geistigen Teils die meiste Sorgfalt widmen, weil er in viel geringerem Maße von Natur aus sich entwickelt als der körperliche Teil. Je höher die menschliche Gesellschaft sich entwickelt, um so komplizierter wurde ihr Geistesleben, und danach richtete sich auch das Maß der Anstrengung, das der Einzelne und die Gesellschaft aufwenden mußte, die geistigen Kräfte auszubilden. Das führte ganz konsequent zu einer Vernachlässigung der Körperbildung. Ganz abgesehen davon, daß zeitweilig in der Vorstellung der Menschen Körper und Geist als einander feindliche Stoffe auftraten, daß das „Fleisch“, die Materie, der höchsten Vollendung des Geistes hinderlich sei, ja sogar als „sündig“ den Geist ins Verderben gestürzt habe und immer wieder zu verderben suche, brachte der Kampf ums Dasein in der menschlichen Gesellschaft es mit sich, daß dem Körper sogar die notwendigste Pflege entzogen wurde. Gewinnsucht und Habgier auf der einen, bittere Not auf der anderen Seite führten zu Mißachtung und Mißhandlung des Körpers. Die Entwicklung des Produktionsprozesses vollendete dieses Martyrium des Körpers. Allmählich wurden die Sünden gegen den Körper so groß, daß der Mensch diese Sünden durch die Kleidung verdecken mußte, sich seines Körpers zu schämen begann und ihm äußerlich durch die Kleidung eine Veränderung seiner natürlichen Formen zu geben suchte. So konnte die Redensart „Kleider machen Leute“ entstehen. Die „Mode“ wurde zu einer alles beherrschenden Macht, der Körper zum Kleiderständer herabgewürdigt, allen möglichen Deformierungen unterworfen, bis zur Verstümmelung.

Diese Entwicklung hat zur Entartung geführt, tausende von Krankheitserscheinungen gezeitigt und bedroht die Menschheit in ihrem Bestande.

Der Sport ist auch hier ein sehr heilfames Gegenmittel. Man sehe sich nur einmal einen solchen Sportplatz an, und schon an der natürlichen Bekleidung des Körpers sieht man, daß hier eine ganz andere Lebensanschauung herrscht. Gänzlich verschwunden die Anschauung von der „Sündhaftigkeit“ des Körpers, verschwunden auch jenes, unser Gesellschaftsleben so arg vergiftende Verhältnis beider Geschlechter zueinander. „Mode“ vielleicht in dem Bestreben, die natürliche Schönheit des Körpers noch in höherem Maße anschaulich zu machen. Jedenfalls natürliches Empfinden für natürliche Formen und damit eine Befreiung des Schönheitsbegriffes. Endlich Körperpflege in höchster Potenz: Körperübung zum Zwecke seiner Höherentwicklung, der Steigerung seiner Leistungsfähigkeit, der Verfeinerung seiner Bewegungsformen, kurz und gut Körperbildung.

Damit bekommt das Kulturleben der Gesellschaft erst wieder eine gesunde natürliche Basis. Der ganze Mensch als eine geistig-körperliche Einheit steht wieder im Mittelpunkt der Kultur, nicht nur mehr seine Werke, seine Maschinen, seine Paläste, sein Kapital. Das Urbild aller Schönheit, der Menschenkörper, als Träger des Geistes und der Seele, wird wieder in seine Rechte gesetzt, seine Mißhandlung wird als „Sünde“ empfunden, seine Veredelung als Kultur.

Darum ist der Sport zugleich Befreier für den gemarterten, geknechteten und mißhandelten Proletarier. Er, der seinen Körper in einem langen Leidensgang zu Grabe tragen mußte, der schmutzig, entstellte und vergiftet ein Hohn auf das Wort vom Ebenbild Gottes war, findet sich im Sport wieder zum wirklichen Leben zurück. Hier darf auch er sich an der Schönheit des Körpers freuen, hier darf er stolz den Nacken heben und Mensch sein. In diesem Sinne ist Arbeiter-Sport ein höherer Begriff als Sport schlechthin, er ist ein Emporheben der tiefuntersten Gesellschaftsschichten zum Kulturleben. Es gibt keine wahre Kultur ohne die breiten Massen der Arbeiterklasse, erst aus ihrem ursprünglichen Boden kann wahre Menschheitskultur erblühen. Dann wird auch der Satz erst Wahrheit: Mens sana in corpore sano.

6. Programm und Ziele der Arbeiter-Sportbewegung.

Die Arbeiter-Sportbewegung hat den Zweck, durch Stärkung der Volksgesundheit und Volkskraft zur allgemeinen Hebung der menschlichen Gesellschaft beizutragen. Wer ein solches Ziel verfolgt, muß notgedrungen dort einsehen, wo der größte Tiefstand der Gesellschaft ist, in der Arbeiterklasse. Die wirtschaftliche und kulturelle Hebung der Arbeiterklasse ist das große Problem der Neuzeit, um das sich alle anderen Fragen der Gesellschaft gruppieren, es ist die „soziale Frage“, also schlechthin die Gesellschaftsfrage.

Lange Zeit hat man in der deutschen Arbeiterklasse die Frage ausschließlich mit politischen und wirtschaftlichen Mitteln zu lösen versucht. Man folgte den Lehren Lassalles, der den Grundsatz aufstellte, die Arbeiterklasse müsse ihre ganze Stoßkraft stets auf einen Zentralpunkt ihrer Bestrebungen konzentrieren, um erst an einem entscheidenden Punkt den Sieg zu erringen.

um dann das Ziel weiter zu stecken. Das allgemeine Wahlrecht war damals das große Ziel, das Cassalle im Auge hatte. Vom Standpunkt eines überragenden Führers mochte diese Einstellung richtig sein, und in den Anfängen der Arbeiterbewegung mußte jede, nicht unbedingt notwendige Zerspaltung gewiß streng vermieden werden. Sobald aber die Bewegung sich auszuwuchs zu einer das Gebiet des Tageskampfes weit überschreitenden Klassenbewegung auf allen Gebieten des gesellschaftlichen Lebens mußte eine einseitige Zielsetzung und entsprechende strategische Einstellung überwunden werden. — Das allgemeine Wahlrecht kam als eine notwendige Begleiterscheinung der kapitalistischen Entwicklung Deutschlands unter preussischer Führung. Damit war der Arbeiterbewegung eine sichere Basis des politischen und weiterhin auch wirtschaftlichen Kampfes gegeben worden. Nun hörte eine enge Zielsetzung von selbst auf und es begann die Periode der Massenorganisation und ihre Schulung für die höheren Ziele des Sozialismus. Cassalle schien überholt, Marx und Engels fanden mit ihren weltumspannenden Ideen das Interesse der erwachenden Arbeiterschaft und die Bewegung ward zu einer alle Gebiete des Gesellschaftslebens umfassenden Kulturbewegung der Arbeiterklasse.

Das Sozialistengesetz hemmte die Bewegung äußerlich im Fortschreiten, gab ihr aber in hohem Maße einen revolutionären Charakter und vollzog die fast vollständige Loslösung von der bürgerlichen Welt und Lebensanschauung. Als es gefallen war, fand die Bewegung den Boden vorbereitet für jene bewundernswerte Entwicklung, die wir in den letzten drei Jahrzehnten erlebt haben. Zusammen fiel dieser Aufstieg mit der Ära des letzten Hohenzollern, dessen unglaubliche Methoden, ein großes, rasch aufsteigendes Volk zu regieren nicht wenig zu der eigenartigen Entwicklung der Arbeiterbewegung mehr im schlechten als im guten Sinne beigetragen haben. Manches Hohle, sich selbst Überschätzende, das der Bewegung anhaftete und zu dem Zusammenbruch nach der Revolution nicht wenig beigetragen hat, ist Geist von dem Geist der Ära Wilhelm II.

Vielleicht ging die Bewegung nach dem Fall des Sozialistengesetzes allzu schnell in die Breite und ins Oberflächliche. Vielleicht verlor sie damit den Blick für die praktischen Voraussetzungen des Sozialismus — es ist hier nicht der Ort, darüber zu reden — sicher scheint mir nur das Eine: Wir müssen in der Zukunft solider bauen.

Mit dem Fall des Schandgesetzes fielen auch die Schranken gegen die Organisationsfähigkeit und der freien Vereinsbildung. Nun wurden auf allen Gebieten des geselligen Lebens Vereine gegründet, um sich von der bürgerlichen Bevormundung loszulösen. Auf dem Gebiete der Bildung, der Kunst, des Gesanges, des Sports und leider auch mancher weniger nützlicher Gebiete entstanden selbständige Vereine, die sich alsbald zu Verbänden organisierten. Der dem Deutschen anhaftende leidige Hang zur kleinlichen Vereinsmeierei machte sich auch in der Arbeiterbewegung breit. Jedes dieser Gebilde wollte natürlich in seiner besonderen Art der Arbeiterbewegung dienen, aber nur wenige haben sich dazu geeignet erwiesen. Richtig war aber das

Bestreben, die Arbeiterschaft aus der Beeinflussung durch bürgerliche Vereinsgebilde loszulösen und besonders die heranwachsende Jugend in einer ihr zusagenden Form an die Arbeiterbewegung zu fetten. Von Erfolg gewesen sind die Bestrebungen auf den Gebieten der volkstümlichen Kunst- und Leibespflanze; auf beiden Gebieten haben wir heute machtvolle Organisationen, die zur Befestigung der Arbeiterbewegung erheblich beigetragen haben. Am stärksten hat sich die Arbeiter-Sportbewegung entwickelt.

Vielfach ist nun die Meinung vertreten worden, auch die Arbeiter-Sportbewegung sei der Gesamtbewegung der Arbeiterklasse nicht dienlich, da einmal der Sport geeignet sei, zufriedene Menschen zu schaffen, die sich mit den gegebenen Tatsachen der kapitalistischen Gesellschaftsordnung abfinden, und weil zweitens die sportliche Arbeit zu stark die Jugend und die Funktionäre belaste und sie damit von der politischen Tätigkeit fernhalte. Genossen, die so urteilen, sind mit ihrer Zeit nicht fortgeschritten, sind zu einseitig in der Parteischablone befangen und kennen nicht das moderne Leben und Denken des jungen Geschlechts. Die Arbeiterbewegung ist längst über das Stadium einer reinen Parteibewegung hinaus, sie ist zu einer großen Kulturbewegung geworden, die aus vielen Quellen gespeist wird. Daran ändert auch die Tatsache nichts, daß der jehige Rückschlag uns zwingen sollte, in Zukunft solider zu bauen. Gewiß ist vieles überflüssig und schädlich, es ist aber töricht, dazu auch das zu rechnen, das sich für jeden sichtbar bewährt hat. Was jenen ersten Einwand, der Sport mache zufriedene Leute, betrifft, so ist daran etwas Wahres, eben darin liegt ja seine große Bedeutung. Aber eben darum besteht die Arbeitersportbewegung, um zu verhüten, daß diese gute Wirkung des Sports sich auf politischem und wirtschaftlichem Gebiete zugunsten des Bürgertums auswirkt, wie das etwa in den angelsächsischen Ländern der Fall sein mag. Richtig ist, daß der Sport in den Händen des Bürgertums eine gefährliche Waffe gegen die Arbeiterbewegung ist, weil er das ist, eben deshalb mußte die Arbeiter-Sportbewegung entstehen, um nicht nur dem Bürgertum diese Waffe zu entwenden, sondern sie gegen das Bürgertum zu kehren und damit für die Arbeiterbewegung dienstbar zu machen. Wenn es richtig ist, daß nur ein starkes und gesundes, körperlich und seelisch widerstandsfähiges Proletariat den Sozialismus erkämpfen kann — und unsere Zeit hämmert uns die Wahrheit dieses Satzes geradezu ein — dann muß die Arbeiterschaft den Sport als ein ihr dienendes Mittel anerkennen und fördern. Sie muß es aber auch aus dem Grunde, um die arbeitende Jugend, die, ohne sich um Parteimeinungen zu kümmern, Sport treibt, von der Beeinflussung des Bürgertums in dessen Sportvereinen fernzuhalten. Vornehmlich in den Turnvereinen wird ein gefährlicher Nationalismus getrieben, der mit den Gedanken des Vergeltungsstrieges spielt und in den Gehirnen der Jugend jene gefährliche Mentalität erzeugt, daß kein anderes Mittel als ein neuer Krieg das deutsche Volk aus seiner elenden Lage befreien könne. Von einer solchen Gedaneinstellung in außerpolitischer Richtung fährt eine gerade Straße zur innerpolitischen Reaktion, wie sie uns in der deutschvölkischen Bewegung entgegentrifft. Gerade für

die körperlich gesunde Jugend ist der Vergeltungstriebgedanke ein gefährliches Gift, denn diese Jugend ist von Natur aus kampflustig und hat zudem eine natürliche Abneigung gegen die außenpolitische Bedrückung, deren wirkliche Ursachen sie nicht kennt und begreift. Daß Sportgeist aber an sich kein Kriegsgeist ist, beweisen England und Amerika, wo der Sport in hoher Blüte steht, der Krieg aber leidenschaftlich gehaßt wird. Die Arbeitersportlerchaft hat diesen gesunden Sportgeist, der Menschen bilden, aber nicht Menschen vernichten will. Diesen will sie in die Herzen der Jugend verpflanzen. Und sie ist überzeugt, daß sie damit dem deutschen Volk einen besseren Dienst erweist als jene bürgerlichen Sportler, die den Teufel mit Beelzebub austreiben wollen. Die große Mehrheit der Arbeitersportler lehnt aus dieser Mentalität heraus es aber auch ab, Soldaten für erträumte Revolutionsheere heranzubilden. Sie will die Jugend der Arbeiterschaft gesund an Leib und Seele machen, damit sie für ihren Befreiungskampf aufs beste vorbereitet wird, aber sie lehnt jeden Kriegsgedanken grundsätzlich ab. Dabei ist der Bewegung jeder Feminismus fremd, im Gegensatz zu manchen anderen Organisationen unserer Zeit, der Antikriegsgedanke entspringt nicht einer weiblichen, sondern einer stark männlichen Gefühls- und Geistesrichtung, einer Humanität, die ihre Wurzeln in der Wertschätzung des gesunden und kraftbewußten Menschentums hat.

Aus der eben gekennzeichneten Gefühls- und Geistesrichtung heraus entspringen auch andere aktivere Methoden des Klassenkampfes, als sie bisher der Arbeiterklasse, trotz ihrer großen Meister, vielfach eigentümlich waren. Wir wollen nicht über das Elend und die Not des Proletariats jammern, wollen nicht Mitleid erwecken, durch Elendsstatistiken an das Gewissen appellieren, sondern handelnd den Geist der Auflehnung gegen jede Menschenunwürdigkeit zu wecken suchen. Sport ist Kulturforderung, ist Auflehnung gegen den Geist des Duldens und Resignierens und der Bedürfnislosigkeit. Heraus mit der proletarischen Jugend aus den Schlupfwinkeln des Elends, Mut und Selbstvertrauen gestärkt, den Willen zum Leben geweckt und in die richtigen Bahnen geleitet, das ist moderner Klassenkampf. In dieser Richtung wollen wir der Arbeiterklasse behilflich sein, den Weg zu neuem Aufstieg zu finden, indem wir die Jugend mit unserem Geist zu erfüllen suchen. Dazu muß uns aber die organisierte Arbeiterschaft helfen. Wir wollen immer nur als ein Teil der Bewegung wirken, niemals Sonderwege gehen, denn nirgends kennt man den Weg der Einigkeit und der Geschlossenheit besser als bei uns.

7. Sport und Arbeitszeit.

Wenn bisher der Sport ein Vorrecht der Herrenklasse war, so hatte das in der Hauptsache den Mangel an Zeit bei den werktätigen Volksschichten zur Ursache. Dieser Zeitmangel hat die Entwicklung des Sports lange Zeit sehr gehemmt. Günstiger befand sich das Turnen, das in geschlossenen Räumen bei künstlichem Licht ausgeübt werden kann, während der Sport den freien Platz und Tageslicht erfordert. So ist die lange Arbeitszeit in

Fabrik und Kontor für die Entwicklung der Leibesübungen in Deutschland von bestimmendem Einfluß gewesen. Das Jahn'sche Turnen konnte unter ihr besser gedeihen, als der auf die Tageszeit angewiesene Sport. Während des Krieges wurde aus dem angeführten Grunde die Einführung der sogenannten Sommerzeit von allen Sportlern lebhaft begrüßt, weil dadurch eine Tageslichtstunde gewonnen wurde. Bei langer Arbeitszeit ist aber diese Maßnahme von so großem Nachteil für viele Arbeiter, daß ihre Wiedereinführung mit Recht abgelehnt worden ist. Vom sportlichen Standpunkt muß auch gefordert werden, daß der Arbeiter im Beruf nicht gezwungen wird, den ganzen Vorrat seiner Energie und gar darüber hinaus zu verausgeben. Für die Ausübung des Sports muß ihm noch genügend Spannkraft bleiben, sonst verliert die sportliche Arbeit für ihn allen ihren Wert und vollendet nur das Maß der Überanstrengung.

Von verschiedenen Leuten ist geltend gemacht worden, daß für gar viele Männer und Frauen, die in leitender Stellung wirken oder im öffentlichen Leben stehen, der achtfündige Arbeitstag niemals existiert habe, und doch müßten diese Persönlichkeiten oft viel anstrengender arbeiten, als der Berufsarbeiter und Angestellte, der vielfach nur schematische Arbeiten ausführe. Man zieht daraus die Schlussfolgerung, daß eine längere Arbeitszeit ohne Schaden für die Gesundheit sehr wohl möglich sei und daß eigentlich viele Arbeiter es weit besser hätten, als die führenden Personen im politischen und staatlichen Leben. Im allgemeinen mag davon wenig richtig sein, man verkennt aber die Dinge gründlich, wenn man die übliche Lohnarbeit mit der Tätigkeit führender Persönlichkeiten, Gelehrter, Minister usw. vergleicht. Auch der geistig geweckte Lohnarbeiter, der müde und abgeradert von der Arbeitsstätte heimkehrt, verrichtet oft noch stundenlang geistige Arbeit, die er mehr als Erholung als Belastung empfindet. Die Anstrengung in der Berufsarbeit ist in der Hauptsache durch die Gleichmäßigkeit und kontinuierliche Eintönigkeit der Verrichtung bedingt. Gehirn und Muskeln ermüden durch einseitige Dauerleistungen viel mehr, als durch eine Tätigkeit, die durch Abwechslung und verschiedenartige Reize in ihrem Lauf unterbrochen wird. Dazu kommt, daß jede Arbeit führender Personen eine ganz andere seelische Befriedigung gibt, als die ihres schöpferischen Wertes fast völlig entkleidete moderne Lohnarbeit. Diese letztere gibt dem Leben kaum noch einen Inhalt, das Gemüts- und Seelenleben wird von ganz anderen Faktoren geleitet, die Lohnarbeit wird fast nur noch als ein notwendiges Übel empfunden, das lediglich dem Erwerb der Substanzmittel dient. Je mehr die Arbeit notwendigerweise zur Teilarbeit wird, desto schärfer tritt diese Tatsache hervor.

Lohnarbeit, ganz gleich ob sie am Schraubstock oder am Schreibpult verrichtet wird, ist ermüdende Dauerarbeit geworden, weil der Arbeiter zu ihr nur noch in einem ganz losen Verhältnis steht, sein Seelenleben an ihr keinen Anteil hat. Darum ist die Forderung nach Verkürzung der Arbeitszeit in körperlicher und seelischer Beziehung begründet; von ihrer sozialen Berechtigung braucht hier nicht gesprochen zu werden.

Wir möchten behaupten, daß der Sport ein sehr notwendiges Korrelat der Lohnarbeit ist. Alles, was letztere dem Arbeiter nicht mehr geben kann infolge ihrer notwendigen Entwicklung, gibt ihm dieser in hohem Maße. Was dem Gelehrten seine Wissenschaft, dem Politiker sein Ideenkampf, dem Künstler seine Kunst ist, lebensnotwendige Arbeit und Bewegung, das ist dem Sportler seine „Arbeit im Gewande jugendlicher Freude“. Da wir aber den Sport nicht als Beruf wollen, sondern als Erziehungs- und Kulturmittel für alle werktätigen Menschen, so müssen wir fordern, daß jedem Menschen neben seiner Berufsarbeit noch so viel Zeit bleibe, daß er diesen Kult ausüben kann. Darum sind wir Sportler so überzeugte Anhänger des Achstundentages, weil er uns die Zeit gibt, in Licht und Sonne unsere sportliche Arbeit zu verrichten.

