

Nr. 3

Wacktheit verjüngt

BILDHEFTREIHE DER FREIKOERPERKULTUR

Natur-Kultur-Moral

mit 30 Freilicht-Aufnahmen

90 öst. Gr. 1

50 Pfg

4.-Kc



Natur — Kultur — Moral.

Als nacktes Wesen geboren, in seinen ersten Lebensmonaten ganz bestimmt und abhängig von seinen Trieben, ist der Mensch in erster Linie ein Naturwesen. In dem Maße, wie er heranwachsend seinen Geist entwickelt, lernt er seine Triebe, die wie alle Naturtriebe ebensogut aufbauend wie zerstörerisch wirken können, bändigen, veredeln, in den Dienst der Vervollkommnung seines und seiner Mitmenschen Daseinsformen stellen. Das Naturwesen wird kultiviert: Kultur erscheint als Veredelungsprodukt der Natur. Nicht verwechsle man damit Zivilisation und Technik heutiger Lebensgestaltung, die den Menschen gerade den Armen der Mutter Natur entrissen und in den Lebendigeren den Wunsch erweckt hat, sich zur Natur als der Quelle aller Kraft und Freude zurückzufinden. Der Mensch ist weiterhin ein Wesen, das auf die Gesellschaft seiner Mitmenschen angewiesen ist. Daraus ergibt sich die Forderung, die Beziehungen unter den Menschen so zu gestalten, daß bei größtmöglichstem Glück für den Einzelnen jede Schädigung der Gesellschaft vermieden wird. Die Gesamtheit dieser Forderung für die Sicherung der Gesellschaft nennen wir Moral. Natur — Kultur — Moral in ihren Beziehungen zum Menschen und zueinander sollen in diesen Blättern in Wort und Bild ihre schlichte aber einprägsame Darstellung finden.

Nature — Culture — Moralité.

L'homme étant né comme une créature nue, se trouvant pendant les premiers mois de sa vie tout à la merci et dépendant de ses instincts, est en premier lieu un enfant de la nature. Au fur et à mesure qu'il vient croître en développant son entendement, il apprend à dompter, à ennoblir et à mettre au service du perfectionnement des conditions de sa vie et de celle de ses semblables, ses instincts lesquels, à l'instar de tous les instincts naturels, sont capables de produire des effets soit constructeurs soit destructeurs. L'enfant de la nature se cultive; la culture se présente comme un produit ennobli de la nature. On ne doit pas confondre avec elle la civilisation et la technique de la formation moderne de vie, lesquelles ont justement arraché l'homme des bras de la Nature, tout en évoquant dans les esprits les plus impressionnés le désir de trouver le chemin qui les ramène à la nature, la source primitive de toute force et de toute joie. De plus, l'homme est une créature qui forcément cherche la société de ses semblables. Cela résulte dans l'appel de façonner les relations parmi les hommes de manière à éviter tout préjudice pour la société, tout en établissant le plus grand bonheur possible pour l'individu. C'est la totalité de ces appels en faveur de la sécurité du genre humain que nous appelons la morale. Et la morale de la culture naturelle dans ses relations à l'homme et parmi les hommes trouvera une représentation bien simple mais tout de même bien marquée, tant en paroles qu'en tableaux, dans les présentes feuilles.

Nature — Culture — Moral.

After having been born as a naked creature and being during the first months of his life wholly ruled by and dependent upon his natural impulses, man is first and foremost a natural being. In proportion as during his gradual growth, he is developing his mental capacities, he learns how to govern and to purify his impulses which, just as every other natural impulse, are apt as well to do constructive as destructive work, and moreover to put them to use in bringing to perfection the chances of his existence and those of his fellow-creatures. The natural being becomes a cultured being, culture resulting in an improved product of Nature. One should never confound it with civilisation and technical facilities for the modern shaping of life which have been tearing man from the arms of Nature and have been creating in the more sensitive the craving for finding their way back to Nature, the fountain-head of every force and joy. Man is moreover a being that depends upon the society of his fellow-creatures, and this results in the necessity of forming the intercourse among men so as to evade, with the greatest possible happiness for the individuals, all and any injury to society at large. It is the total of these necessities on behalf of the welfare of human Society which we are calling morality. The morals of Natural Culture in relation to man and among men are intended to be simply but markedly represented in the present pages both by word and in pictures.

Naturaleza — Cultura — Moral.

El hombre nacido en estado de desnudez y hallándose durante los primeros meses de su existencia enteramente bajo la influencia y dominación de sus instintos, es en primer término un ser de la naturaleza. En la medida que viene creciendo y desarrollando sus facultades mentales, aprende a dominar, ennoblecer y poner al servicio del perfeccionamiento de las formas de su vida y de la de sus prójimos sus instintos los que, iguales a todos los instintos de la naturaleza, son capaces a conseguir unos resultados ya constructores ya destructores. El que fué un ser de la naturaleza se va cultivando y la cultura viene a ser un producto ennoblecido de la naturaleza. No se debe confundir con ello la civilización y la técnica de los modernos elementos formantes de la vida, las que justamente arrancaban al hombre de los brazos de su madre naturaleza inspirando en los hombres más entusiásticos el deseo de regresar a la naturaleza a la que reconocen como siendo el origen de toda fuerza y gozo. Además es el hombre un ser que de todos modos debe buscar la compañía de sus prójimos. De ahí nace la exigencia de establecer las relaciones entre los hombres en forma tal que, a pesar de la felicidad más amplia posible de cada individuo, se evite cualquier perjuicio de la compañía. La totalidad de esas exigencias en pro de la seguridad de la sociedad es lo que llamamos la moral. Y es la moral de la cultura natural respecto á sus relaciones con el hombre y entre los hombres que en estas hojas deberá ser sencilla pero enfáticamente representada tanto por palabra como en cuadros.

Nacktheit verjüngt!

Von Therese Mülhause-Vogeler.

Jedem, der einmal den Versuch gemacht hat, ältere Leute zu dem Eintritt in eine Freikörperkulturorganisation zu bewegen, wird sicher schon der Einwand gebracht worden sein: „Ich sympathisiere durchaus mit der Sache, ich könnte mir sehr gut vorstellen, ja, ich tue es sogar, daß ich für mich allein, an einem abgelegenen Ort meine Sonnen- und Luftbäder nehme. Aber in einem Kreise von vielen jungen, kraftvollen, schönen Menschen — — — nein, ich würde mich geniert fühlen wegen meines immerhin schon ein wenig ramponierten Körpers.“

Ganz besonders häufig findet man diesen Einwand bei älteren, zur Fülle neigenden Frauen. Nun stimmt ja die Anschauung nicht ganz, daß wir in der Bewegung vorwiegend „junge, kraftvolle, schöne“ Menschen hätten, denn leider sind die wirklich tadelfreien Körper dank einer durch jahrhunderte vernachlässigten Körperkultur und einer ständigen Verschlechterung der Daseinsbedingungen (in Hinsicht auf ihre Natürlichkeit und Körpergemäßheit) ziemlich selten geworden. Der Ausgleich, den der Sport langsam zu schaffen beginnt, hat sich noch nicht durchgehends bemerkbar gemacht, ja vielfach wird durch einseitiges Training der Ausgleich hintangehalten. Denn bekanntlich trainiert jeder im Sport nicht die Anlagen, die schwach sind, also der Herausbildung im Interesse der Körperharmonie bedürften, sondern seine besondere „Begabung“ auf sportlichem Gebiete, um später erfolgreich Rekorde brechen zu können.

Woher kommt denn nun das Vorurteil, daß die Bewegung fast nur junge und schöne Menschen habe? Fragt man danach, so heißt es: „Ja, die Bilder in Euren Zeitschriften beweisen uns das.“ Es stimmt sicher, daß wir besonders für die größeren „Aufnahmen, Titelbilder u. ä. möglichst schöne Körper wählen, wenn auch da für den sorgfältigen und ästhetisch geschulten Betrachter noch manches zu wünschen übrig bleibt. Denn, wenn wir auch die Aesthetik nicht in den Vordergrund rücken, wenn auch das, was die Freikörperkultur unbestrittenermaßen auf diesem Gebiete durch Körperschulung erreichen kann, nur Nebenergebnis ist, (wenn auch ein erfreuliches), bei den Bildern müssen wir, trotz aller Wahrhaftigkeit und Lebensnähe, zu einem Teil auf die ästhetischen Bedürfnisse der Menschen Rücksicht nehmen. Bei einer gewissen Gruppe von Bildern fällt dies allerdings weg, und zwar bei denen, die sich als Geländeaufnahmen, als Darstellungen aus dem Geländeleben zeigen. Wer da einmal aufmerksam studiert, wird auch Gestalten finden, die nicht mit irgend welchen ästhetischen Maßstäben gemessen werden dürfen. Denn: und das müssen wir immer wieder betonen: die erste Aufgabe der Freikörperkultur ist gesundheitlich und sittlich, nicht ästhetisch. Vielleicht ließe sich über zukünftige

Ausblicke auf die ästhetische Auswirkung der Freikörperkultur manches sagen. Doch ist das alles im Augenblick noch verfrüht oder Aufgabe einzelner kleiner Gruppen. Wollten wir das ästhetische Moment in den Vordergrund rücken, wir beschränken damit die Freikörperkultur gerade auf jene Menschenkreise, die ihrer physischen Beschaffenheit nach sie am wenigsten nötig hätten, wir verleugneten die gesundheitlichen und sittlichen, kurz die sozialen Aufgaben der Freikörperkultur.

Es ist bei aller Achtung vor den möglichen Erfolgen einer körpergerechten Schulung und Lebensführung ein Ding der Unmöglichkeit, den Leib für immer schön, frisch und ästhetisch einwandfrei zu erhalten, und die Jugend wird dem Alter gegenüber da immer im Vorteil sein. Insbesondere ist der Leib der Frau, zumal nach mehreren Schwangerschaften und Geburten, gewissen Deformierungen unterworfen, das Verblühen tritt besonders nach Beendigung des Klimakteriums rascher und auffälliger in Erscheinung als beim Manne. Sollen nun alle diese Menschen, die zum größten Teil ohne ihr eigenes Verschulden solche Deformierungen aufweisen, von den Freuden der Freikörperkulturbewegung ausgeschlossen sein? Ist es nicht ein sehr unsozialer, ein nahezu unmenschlicher Standpunkt zu behaupten, daß sie nicht auf die Gelände gehören? Stellen wir uns damit nicht in eine Reihe mit jenen, die von der „gottgewollten Ungleichheit“ zwischen den Menschen in dem Sinne sprechen, daß es immer Bevorzugte und Benachteiligte geben müsse? Daß man die Benachteiligten noch stärker herabdrückt, leiblich und seelisch, indem man sie von allem, was zu ihrer seelisch und leiblichen Besserung beitragen könnte, ausschließt? Mehr noch, schadet man nicht vielleicht sogar der Bewegung mit solchem Vorgehen?

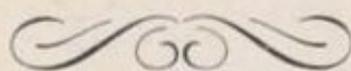
Ja, man schadet ihr! Denn der Mensch ist ja nicht nur Leib, er ist auch Seele, er ist auch Geist. Wollen wir den Erfahrungsreichtum der Aelteren ausschalten, zugunsten der größeren Beweglichkeit und Experimentierlust der Jugend? Hat nicht jeder Aeltere, der sich zu uns bekennt, damit bewiesen, daß er noch in gewissem Grade jung ist? Daß er neben dem Verständnis für die Jugend seinen reicher ausgebildeten Geist, seine verständnisvollere Art sich in den Mitmenschen einzufühlen, mitbringt? (Halt! ich weiß, ihr lieben jungen Freunde, was ihr sagen wollt: daß das Alter auch manchmal behindert im Mitgehen mit euch und euren Ideen. Laßt euch ruhig hier und da ein bißchen Mäßigung auferlegen. Länger überlegt hat noch kaum je geschadet, und Jugend übereilt gern. Aber ich weiß, — leider, — daß es auch Fälle gibt, wo ihr recht habt. Doch sind die in der Minderheit, werden meist schnell erkannt und der Einfluß innerlich Verkalkter, — die übrigens längst nicht immer ältere Leute sind, — abgebogen.)

Ja, und dann denkt einmal an die älteren Frauen! Sie mögen

nicht mehr so mittoben, wie es die jüngeren gern tun. Dann sind die Kinder auf dem Gelände, die spielen, und da kann es nicht schaden, wenn hier und da der wachsame Blick einer älteren Frau mit mütterlicher Liebe auf ihnen ruht. Und Kinder haben sehr selten ästhetische Vorurteile. Ihr Urteil geht geradewegs auf die Seele des andern, die sie, — man weiß nicht recht, mit welchen Gaben, — sofort ausspüren. Ich werde ein Bild nicht vergessen, das ich einmal erlebte. Auf dem Gelände lebhafter Betrieb, Frauen, Männer mit Medizin- und Faustball beschäftigt, im Schwimmbecken trainierend. In einer Geländeecke, auf einem saftiggrünen Rasenplätzchen eine alte Frau, vielleicht über die sechzig schon hinaus. Ein zweijähriges Mädchen schlief in ihrem Arm, Köpfchen an die welke, schlaffe Brust der Frau geschmiegt, vier oder fünf andere saßen um sie herum und lauschten; denn sie erzählte den vom Spiel ermüdeten Kindern etwas, ein Märchen vielleicht, eine kleine Geschichte. Diese alte Frau anzusehen war bestimmt kein ästhetischer Genuß, ihr rundlicher Leib hatte seine Formen verloren, dem faltigen Gesicht fehlte der Schmelz der Jugend. Aber es lächelte Güte, und die grauen Augen strahlten Liebe, und die Kinder fühlten sich wohl in ihrer mütterlichen Nähe. Ueber diesem Bilde liegt eine moralische Schönheit von solcher Eindruckskraft, daß eine noch so gut erhaltene Körperschönheit damit nicht hätte wetteifern können.

Will man die kontinuierliche Entwicklung einer Bewegung nicht gefährden, so braucht man in ihr beides, Jugend und Alter, in gemeinsamem Schaffen. Jugend allein würde immer wieder neu beginnen, würde gleichsam sich die Welt neu erschaffen wollen, Alter allein würde stagnieren, würde den Zusammenhang mit der Entwicklung verlieren. Darum Jugend und Alter in der Bewegung, ohne Rücksicht auf ästhetische Fragen, die uns immer zweitrangig bleiben müssen. Und so ist es ja auch in der Tat. Und wenn es in den Bildern nicht immer so zum Ausdruck kommt, so liegt es auch ein bißchen daran, daß sich ältere Menschen ungern photographieren lassen. Sie wissen, daß im Bilde Jugend und Schönheit werbender sind. Und Seele und Geist sind verborgene Größen, die aus den Bildern nur für die sprechen, die Körperformen und Bewegungen deuten lernten. Und diese sind noch zu wenige.

Aber wenn ganze Gruppen aufgenommen werden, dann ihr lieben Aeltern, macht mutig mit. Denn in Gemeinschaft mit den vielen anderen, eingefügt in den Rahmen der Natur, werdet ihr keinem natürlich Empfindenden Anstoß geben, wie an einem blütenvollen Baum die ersten ansetzenden Früchte nicht stören, an deren oberen Ende noch die welken Blätter einstiger Blütschönheit hängen. Wesentlich ist, daß ihr innerlich jung bleibt und das trifft bei uns zu, denn: Nacktheit verjüngt!



























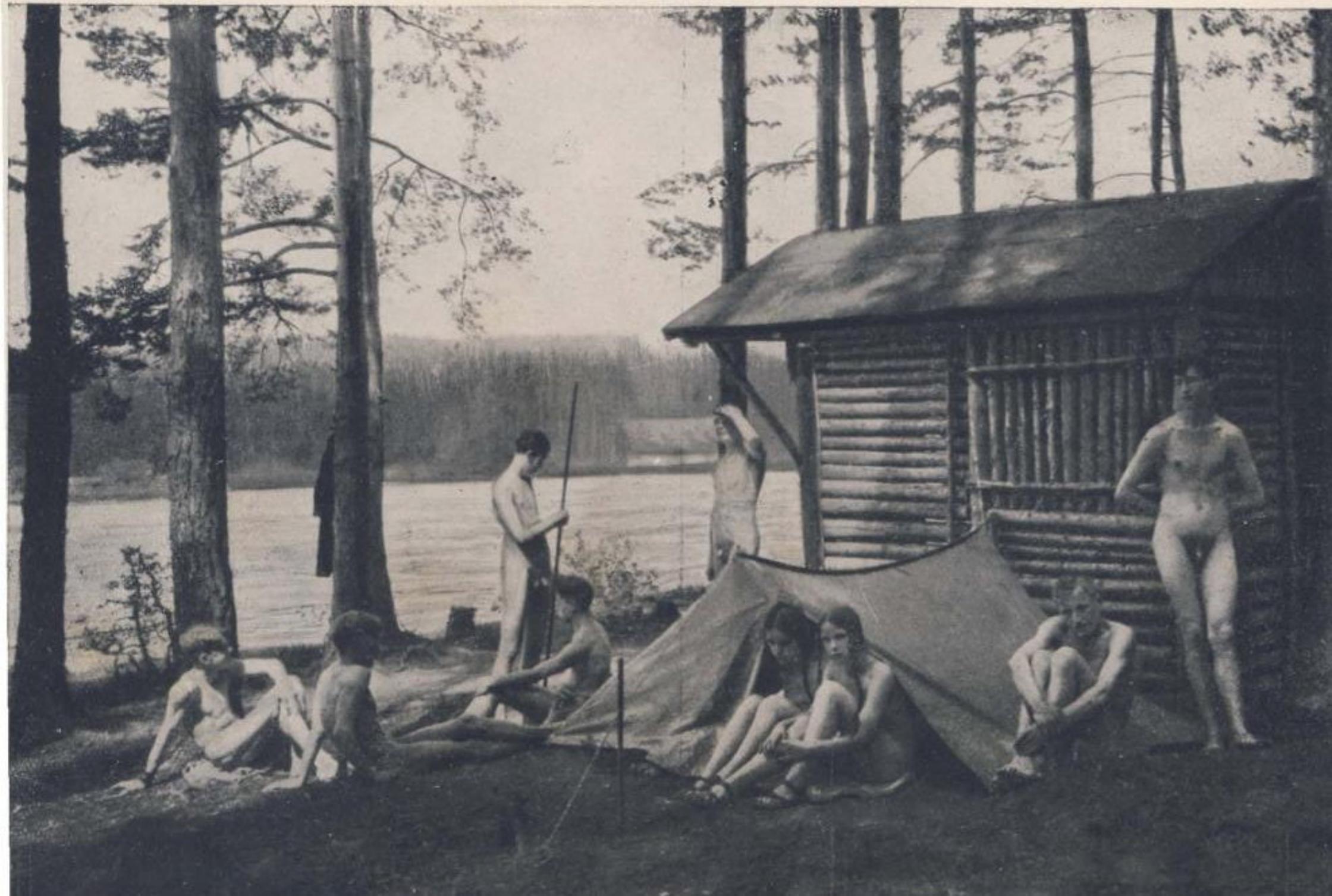


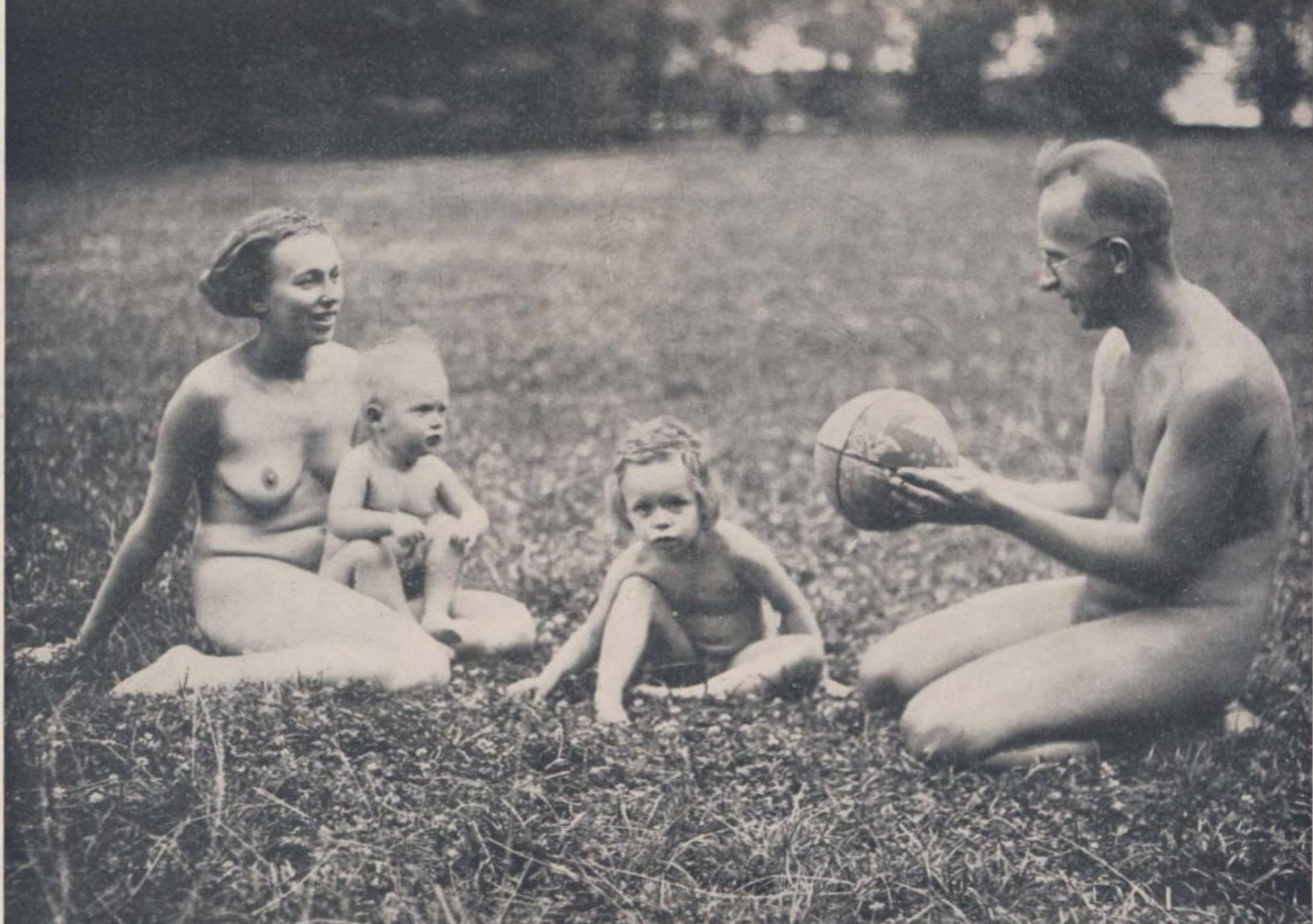
















LICHT-LAND

Blätter für Freikörperkultur und Lebenserneuerung

Die Halbmonatsschrift

mit anregenden Beiträgen und vielen Bildern

Erstattet Bericht

über Veranstaltungen, Tagungen, Vorgänge etc. in, für und gegen die Freikörperkulturbewegung

Kündigt an

die Veranstaltungen der Freikörperkulturbünde, -stätten und Schulen.

Orientiert

— über Gelände, Ferienheime, Stand der Bewegung im In- und Ausland

Erörtert

— Zeit- und Tagesfragen, Probleme der Lebensgestaltung und Gesundheitspflege

Einzelheft Mk. 0.45
pro Vierteljahr Mk. 2.50
incl. Porto

Sachendes Leben

Die Monatsschrift

der Freikörperkulturbewegung

Reich illustriert, künstlerische Ausstattung

Prominente Mitarbeiter

Körperkultur — Körperfreude

Lebensgestaltung — Zeitfragen

Gesundheitspflege — Erziehung

Reiseberichte — Erzählungen

u s w.

Einzelheft Mk. 0.90
pro Vierteljahr Mk. 2.50
incl. Porto



Zu beziehen durch alle Buch- und Zeitschriftenhandlungen
oder direkt vom

ROBERT LAURER VERLAG
EGESTORF [(BEZIRK HAMBURG)]

Postscheckkonto Hamburg 56239

Probehefte kostenlos vom Verlag gegen Portoeinsendung