

Die psychohygienische Bedeutung der
Selbstentfaltung am Feierabend

Von

Wolfgang Kretschmer

Alles was der Mensch tut, wandelt ihn im Augenblick - oder auch für lange Zeit. Da dies im Sinne der Verbesserung und der Verschlechterung seines Zustandes geschieht, so liegen in Berufsarbeit und arbeitsfreier Zeit positive Möglichkeiten und Gefahren. Es scheint vernünftig zu sein, die letzteren nicht durch eine laue neutrale Lebensführung zu bannen, sondern durch eine positive Lebensgestaltung aufzuheben. Der Mensch strebt nach Steigerung und nach Höhepunkten seines Selbstgefühls, und darin sind auch schon die Grundlagen der Gesundheit und die Keime des Schöpferischen beschlossen. Denn nicht monotones Gleichmaß, sondern Rhythmus erhält und fördert das Leben.

Man hat die Gestaltung der Freizeit zu sehr unter dem Gesichtspunkt des Ausgleichs einseitiger Beschäftigungen und Belastungen gesehen. Das ist zwar teilweise richtig aber erschöpft die Frage bei weitem nicht, weil dahinter lediglich ein primitiver Gedanke des biologischen Gleichgewichts steht. Primär wichtig ist aber die Darstellung der persönlichen Eigenart oder besser der in der Individualität verborgenen Erlebnis- und Handlungsmöglichkeiten. Wir können dies auch als die Selbstentfaltung bezeichnen. Denn wenn sich die persönliche Art nicht bestätigt, hilft auch der "Ausgleich" nur wenig.

Wir haben nun verschiedene Formen bzw. Stufen der Selbst-

entfaltung zu unterscheiden.

Bei der primitiven Trieberfüllung werden elementare Antriebe befriedigt, ohne Rücksicht auf ihren menschlichen Wert, so etwa der Bewegungsantrieb im Motorradfahren, das erotische Bedürfnis in impulsiver sexueller Betätigung, das Genußbedürfnis in Ess- und Trinkexzessen, das Geltungsstreben im öffentlichen Paradiereisen usw. Oft spielt hier das Prinzip der Kompensation eine Rolle, also: nach Bewegung Ruhe, nach Gleichmäßigkeit Abwechslung, nach Abhängigkeit Selbständigkeit u.ä. Es ist nun umstritten und auch nicht verbindlich zu klären, ob und inwieweit ein solcher primitiver Ausgleich eine wichtige Entlastung oder gar eine Lebensnotwendigkeit bildet oder inwieweit er durch andere höher bewertete Lebensformen ersetzt werden kann.

Auf der nächsten Stufe der Selbstentfaltung sucht der Mensch mit der frei gewählten Beschäftigung eine erfüllende Freude, jedoch ohne höhere oder höchste menschliche Ansprüche damit zu verbinden. Hierher gehören sportliche Ausübungen, Geselligkeit, gesellige Spiele, Tanz, viele Liebhabereien. Eine scharfe Grenze zur vorangehenden Stufe besteht nicht, wie überhaupt die höhere Form die elementarere irgendwie einschließt. Es kann hier also nur um den Schwerpunkt gehen. Dieser ist allerdings sehr wichtig, weil die Freude suchende Selbstentfaltung auf der Ebene allgemeinverbindlicher Werte liegt, die Persönlichkeit auswiegt und gesellschaftlich verbindet. Demgegenüber hat der primitive Ausgleich flüchtigen Charakter.

Die höchste Form der Selbstentfaltung wird durch das gebildet, was wir als Vervollkommnung der Persönlichkeit bezeichnen können. Der Mensch geht ethischen Initiativen nach, ver-

sucht sein Wissen zu erweitern, differenziert vorhandene Fähigkeiten und entwickelt zurückgebliebene. Das knüpft an der vorangehenden Stufe an, ist aber doch etwas Eigenständiges, insofern nicht das freudige Erfülltwerden sondern die geistige Aktivität den Ausschlag gibt. Diese Stufe ist ihres Anspruchs wegen im öffentlichen Bewußtsein nicht populär, spielt aber doch eine nicht unerhebliche Rolle.

Wie die Freizeit zu gestalten ist, dies kann nicht ohne Bezug zum Beruf verstanden und geplant werden. Der Beruf bestimmt, welchem Zwang der Mensch entrinnen muß, welche einseitige Belastung er ausgleichen möchte, wieviel Kraft und welche Art von Kraft nach der Arbeit zur Verfügung stehen. Als allgemeine Regel mag gelten, daß die Zufriedenheit im Beruf am ehesten Wohlbefinden und Gesundheit garantiert. Doch gibt es wichtige Einschränkungen. Oft wird nicht der ersehnte oder als ideal angesehene Beruf ergriffen, ohne daß der Mensch unglücklich werden müßte. Es gibt zwei Möglichkeiten, das Problem zu lösen. Entweder der Mensch gewöhnt sich an die Tätigkeit, lernt die neuen Erfahrungen schätzen und findet Befriedigung in der Beherrschung der Aufgaben, m.a.W. er lebt sich in den Beruf ein. Das ist der häufigste Fall. Oder er pflegt und entwickelt neben dem Brotberuf sein Hauptinteresse als Liebhaberei. Das setzt ein ungewöhnliches Maß an Energie und Konzentration voraus. Aber es hat Leute gegeben, die durch ihre Nebentätigkeit berühmter wurden als durch den anerkannten Beruf. Dieser Weg befriedigt nur, wenn eine fruchtbare Spannung zwischen beiden Polen der Tätigkeit besteht, wenn sie sich zumindest nicht gegenseitig stören. Muß das Nebeneinander erzwungen werden, so ist die Arbeit ungesund und unbefriedigend. Die fruchtbare Spannung zum Hauptberuf besteht darin, daß der letztere als Voraus-

setzung des ersteren bejaht wird und daß die ersteren Schwung und Freude für den Letzteren bereitstellen. Darüber hinaus hebt das Bewußtsein, zweierlei gut zu können, das Selbstgefühl.

Beide Lösungen, um den nicht voll bejahten Beruf annehmbar zu machen, die Angewöhnung wie die ergänzende Tätigkeit, werden jedoch nur unter folgenden Bedingungen erreicht. Der Beruf darf nicht als abstossend oder dem individuellen Geschmack grundsätzlich widersprechend erlebt werden. In diesem Fall wäre er eine schwere bleibende Last, die nur mit großer geistiger Kraft oder unter äußerem Zwang getragen würde. Der Beruf soll auch der Begabung so weit entsprechen, daß er ausreichende Leistungen erlaubt. Dürftige oder nur mit äußerster Kraft erzielte Erfolge lassen unbefriedigt. Interesse und Begabung gehen zwar nicht immer Hand in Hand. Aber wo das Interesse gering ist, kommt es um so mehr auf die Fähigkeiten an.

Gegenüber früheren Zeiten wird es zunehmend schwierig, zum Beruf eine Nebentätigkeit hinzunehmen. Die festen Arbeitszeiten und die darin eingesetzten Energiequanten erlauben es gewöhnlich nicht, zwei Berufe voll auszuüben. Unsere Arbeitsordnung drängt mehr und mehr auf Eingleisigkeit hin, woran auch die vermehrte Freizeit nichts ändert. Nur unter besonderen Umständen findet also eine Zusatzbeschäftigung mit hohen Leistungszielen ihren Platz, d.h. vor allem wenn sie nicht an festgelegte Zeit gebunden ist. Das geht am ehesten bei technischen (Basteleien) und künstlerischen Gestaltungen (Kunstgewerbe), aber auch bei der Musik. So kann jemand auf diese Weise ein geschätzter Solist werden. Auch die schriftstellerische Tätigkeit ist "nebenher" sehr beliebt. Sie kann den Möglichkeiten und den Interessen gemäß

beliebig in den Zeitplan eingeordnet werden. Gelegenheit zum Druck sind bei der großen Zahl von Zeitungen, Unterhaltungs- und Fachzeitschriften, Hauszeitschriften großer Unternehmen reichlich gegeben. Gewöhnlich findet der Interessierte seinen besonderen Schwerpunkt, was dann die Leistungen u.U. zur nötigen Reife gedeihen läßt und zu der einem Beruf entsprechenden Könnerschaft führt. Die wichtigsten Gebiete sind hier Lyrik, Theater, Erzählung, Berichte, Kunstkritik, Zeitkritik, politische Diskussion, weltanschaulicher und religiöser Essay. Nicht weit davon liegt die wissenschaftliche Darstellung. Wie die erwähnte Schriftstellerei, so kommt auch sie nicht nur aus der Feder des vielseitigen Akademikers sondern auch des anderweitig Tätigen, der gelegentlich zum nichtprofessionellen Fachmann geworden ist. Seit eh und je erhalten die Naturwissenschaften (Naturbeobachtung), die Technologie (Erfindungen) und die historischen Wissenschaften (Heimatgeschichte, Ahnengeschichte) einen spürbaren und wertvollen Forschungsbeitrag von "Liebhabern". Alle erwähnten Liebhaberberufe sind reizvoll und befriedigend, nehmen aber naturgemäß den größten Teil der Freizeit in Anspruch.

Trotz der beschriebenen Relativität bleibt doch das persönliche Interesse am Beruf die wichtigste Voraussetzung der Zufriedenheit. Es ist allerdings durch verschiedene Faktoren der heutigen Arbeitsorganisation bedroht, vor allem die Einförmigkeit und den indirekten bzw. distanzierten Bezug zum Tätigkeitseffekt. Hierdurch wird der Sinn der Arbeit über den reinen Broterwerb hinaus entleert. Das gilt ebenso für technische Ausübungen wie für das Kanzleigeschäft. Der Arbeitende kann diesen

Stil nicht ändern. Er kann sich aber durch Lektüre und Gespräch Überblick über Sinn und Nutzen seiner Tätigkeit sowie ihre Verbindung zu Nachbargebieten verschaffen. Manche Unternehmer unterrichten ihr Personal regelmäßig über Aufbau und Organisation und Entwicklung des Betriebes, desgleichen über Weg und gesellschaftlichen Wert der Arbeitsprodukte. Das greift in die Freizeit über und bildet den besten Weg, Interesse und Verständnis für die Arbeit zu wecken und zu bewahren. Mit der individuellen Zufriedenheit bessert sich auch das Gemeinschaftsklima. Es entsteht ein positiver Wirkungskreis.

Es scheint allerdings auch Menschen aller sozialer Stufen zu geben, die kein persönliches Interesse am Beruf haben, d.h. die nicht persönlich mit der Eigenart ihrer Berufsinhalte verbunden sind, ohne aber im geringsten darunter zu leiden. Es bedeutet ihnen nichts, was sie herstellen, verkaufen oder organisieren. Gewöhnlich ist bei ihnen das Gefühl wenig entwickelt oder verdeckt. Das "Interesse" wird i.w. durch den Verdienst und höchstensfalls den gesellschaftlichen Rang bestimmt. Von der Freizeit her können hier keine guten menschlichen Impulse zufließen. Sie bleibt auf der untersten Stufe der Triebbefriedigung. In Fällen, wo diese Lebenshaltung der Persönlichkeit nicht entspricht, z.B. echte Gefühlsstrebungen unterdrückt werden, können leicht innere Spannungen und Konflikte entstehen, deren Natur jedoch meist nicht erkannt wird. Die Lösung, sofern sie angestrebt wird, hätte von der freien Zeit her zu kommen, da sich am Beruf nichts mehr ändern läßt.

Es versteht sich, daß der Mensch im Beruf, der ja eigenes Interesse und gesellschaftliche Verpflichtung einschließt, sein Wesen, d.h. seinen Charakter und seine Talente, in hohem Maße ent-

faltet und entfalten muß. Je mehr dies geschieht, desto besser die Leistung und desto größer die Zufriedenheit. Doch kann der Beruf auch im besten Fall nicht den Menschen ganz ausschöpfen. Die Möglichkeit der Selbstentfaltung in ihm wird zudem durch die Entwicklung zur Spezialisierung im Sinne der thematischen Eingrenzung fortschreitend verringert. Damit befriedigt der Beruf immer weniger Bedürfnisse, nutzt aber auch immer weniger Fähigkeiten. An beidem aber hat der Mensch Interesse. So erhält die mehr und mehr sich ausdehnende berufsfreie Zeit zunehmende Bedeutung für die Gestaltung eines menschlich erfüllten Lebens. Die Entwicklung geht dahin, daß der Beruf als existenznotwendiges Übel angesehen wird, während das "eigentliche Leben" erst danach beginnt. Diese Entwertung des Berufs führt zwar zu einer für Individuum und Gesellschaft ungesunden Einstellung, die jedoch nur in engen Grenzen beeinflußt werden kann, solange große Arbeitsbereiche langweilig sind.

Die Freizeitbeschäftigung umfaßt grundsätzlich alle menschlichen Möglichkeiten des Tuns und Erlebens, sofern kein zu großer Aufwand damit verbunden ist. Dies bedingt einerseits das Reizvolle und Verlockende, zwingt aber andererseits zur Beschränkung und Eingrenzung. Wer alles haben will, wird nie zufrieden sein. Wer mit Besonnenheit richtig wählt, hat den größten Nutzen.

Grundlage jeder Persönlichkeitsentfaltung ist der Körperzustand, die Gesundheit, das heißt der angemessene Einsatz des Körpers. Die Körperbewegung läßt sich nicht vom seelischen Befinden trennen, denn Wohlbehagen ist stets psychophysisch, und nur mit Körperaktivität kommen wir zum Erleben. Hält man den Körper in Ordnung, so gleicht man nicht nur übersteigerte Lebensbelastungen

aus, sondern erhöht auch die Möglichkeiten des Lebensgenusses. Nur 5 Minuten Gymnastik täglich können die Körperbeherrschung und das Selbstgefühl beträchtlich verbessern. Wer sie nicht übt, hat weniger vom Leben. Auch der Spaziergang gehört zu den einfachsten Bewegungsformen. Daß ihn Angestellte, Beamte, Frauen und alte Leute bevorzugen, um eine ungesunde Seßhaftigkeit auszugleichen, darf nicht darüber hinwegtäuschen, daß er eine allgemeine seelische Bedeutung hat: der vertraute oder neu erschlossene Weg, der schöne Blick, die Naturnähe aber auch die unbeschwertere Bewegung des Leibes bringen Ruhe und Besinnung, Ausgewogenheit. Ähnlich ist es bei der anschließenden Stufe des Wanderns, das weit mehr besagt als den Ausgleich der Seßhaftigkeit oder einen Sport im engen Sinn. Hier genießt man den Reiz der improvisierten Existenz, etwa mit der Suche des Wegs und dem Imbiß. Das Gewohnte, auch die gewohnten Sorgen, rücken schon bei geringer Entfernung weit weg. Der Mensch legt eher das schablonenhafte Verhalten ab und kommt zu sich selber. Dies und gegebenenfalls die Nähe von Begleitern bedingen es, daß das gemeinsame Gehen die ideale Gelegenheit zum Gespräch und zur vertieften persönlichen Begegnung liefert. Alle ortsbeweglichen Formen des Körpereinsatzes wie Wandern, Skilaufen, Reiten, Schwimmen, besitzen folgende Vorzüge: sie verbinden unmittelbar mit der Natur, i. b. den Elementen (Luft, Wasser), sie aktivieren den ganzen Körper und damit ein ganzheitliches Körpergefühl, sie erschliessen den Raum und sie erweitern das Bewußtsein, wie es die motorisierte Bewegung nicht vermag, Das sind wesentliche Aspekte der Persönlichkeitsentfaltung.

Dem Bereich des Spiels kommt eine große fördernde Bedeutung

zu. Dies muß unterstrichen werden, weil heute das Spielen - insoweit es nicht als Sport gelten kann - leicht nicht als zeitgemäß angesehen und zugunsten motorisierter oder elektronischer Vergnügen zurückgestellt wird. Wesentlich ist, daß der Spieler etwas tut - auch wenn er nur eine Hand bewegt - und sich nicht passiv von irgendwelchen Annehmlichkeiten berieseln läßt. Dieses Tun dient aber nicht einem Nutzeffekt sondern geschieht um seiner selbst willen. Die Polarität zwischen Zwanglosigkeit und starker menschlicher Anteilnahme macht den Reiz des Spiels aus. Wenn auch nur eine der beiden Voraussetzungen ^{Spiel} fehlt, läßt es die Teilnehmer unbefriedigt und ist eben kein Spiel. Weder Leistungsanspruch noch Gleichgültigkeit haben hier Platz. In dieser Sicht sind Glückspiel und sportliches Wettspiel nur dem Namen nach "Spiel". Die Zwanglosigkeit sichert den Abstand von den gesellschaftlichen, i. b. beruflichen Verpflichtungen, die innere Anteilnahme garantiert Freude und Erfüllung, stiftet Gemeinsamkeit. Das Spiel ist halb Ernst, halb Laune. Das hängt mit seiner bildhaften Funktion zusammen. Es bildet Grundsituationen des Lebens ab, ohne dieses Leben zu sein: Aufstieg und Abstieg, Verbinden und Trennen, Gewinn und Verlust, Glücken und Mißlingen. In diesem Raum, den man nicht zufällig Spielraum nennt, herrscht eine Freiheit, die es sonst nicht gibt. Darin kann sich die Persönlichkeit mit ihren körperlichen Kräften, ihrem Temperament, ihrer Phantasie entfalten. Hier eröffnen sich besondere Weisen menschlicher Begegnung, der Abstimmung oder der Verstimmung, aus denen sich weitere verpflichtende Lebensentscheidungen ergeben können. Hier auch findet der Mensch Ausgleich und Lösung von Spannungen, innere Harmonie.

Denn die Forderungen sind mild und die Kräfte schwingen hin und wieder. Der Mensch fügt sich in eine Ordnung und bleibt doch unabhängig. Nimmt er teil, so fühlt er sich persönlich uneingeschränkt angesprochen.

Die Spiele haben sich bezeichnenderweise durch viele Generationen hindurch kaum geändert oder bereichert. Sie nehmen am technischen Fortschritt nicht teil, weil sie sonst ihren Zauber verlören, der aus der Unmittelbarkeit kommt. Im Spiel sind Menschen und Gegenstand, Mensch und Mensch verbunden. Es bildet darum einen wesentlichen Gegenpol unserer mechanischen Zivilisation. Der Mensch selber spielt, nicht eine Maschine. Man kann darum heute fast alle traditionellen Spiele empfehlen. Sie bereiten alle Freude, sofern die beteiligten Personen einigermaßen zusammenpassen. Man muß sie nur ohne Vorurteile erproben.

Es gibt solitäre und gesellige Spiele. Die Selbstbeschäftigung eignet sich für Menschen, die allein sein wollen oder auch müssen, wie Kranke und Rekonvaleszenten. Gerade dem Genesenden gibt das Spiel die ideale Gelegenheit, die Kräfte auf künftige Belastungen hin fortschreitend zu erproben, zu üben, zu entfalten. Beliebt ist das Zusammensetzen von Figuren oder Bildern aus zahlreichen, verschieden gestalteten Elementen, oder das Auseinandernehmen verschlungener Drahtkombinationen. Hier wird die räumliche Kombinationsgabe beansprucht und entwickelt. Ist das Lösen der Aufgaben geläufig geworden, so pflegen sie allerdings ihre Anziehungskraft zu verlieren und müssen eine zeitlang zurückgestellt werden. Anders ist dies beim Bauen mit Klötzen, das neben dem technischen Verständnis der Phantasie breiten

Raum läßt. Es ist keineswegs nur den Kindern vorbehalten! Beim Rätsellösen werden Kombinationsvermögen und Sachwissen angesprochen. Beim Kartenlegen (Patience) schließlich verbinden sich Zufall und Kombinationsgeschick.

Allerdings liegt der Schwerpunkt des Spielens auf der Gemeinsamkeit, die in hohem Maße seine Anziehungskraft bestimmt. Tischspiele: bei den Würfelspielen reizt das wechselnde Glück. Viele, besonders auch neuere erfundene, sind langweilig, weil der Aufbau zu wenig Spannung erzeugt. Am besten hält man sich an die bewährten wie "Mensch ärgere dich nicht" oder das traditionelle "Reutlinger Mutschelwürfeln" mit zahlreichen originellen, humorvollen und spannungsreichen Situationen. Um Geld wird nicht gewürfelt, wohl aber sinnvollerweise einmal um kleine ansprechende Sachgewinne, seien sie zum Essen oder zum Mitnehmen.

Während man zu den Würfelspielen mehrere Personen heranziehen kann und damit eine lebhaft bewegte Runde bildet, beschäftigen die Brettspiele meistens zwei Personen, schaffen eine intime Atmosphäre und erfordern Ruhe, Konzentration und Selbstbeherrschung. Unverändert brauchbar und beliebt sind Mühle, Dame und das anspruchsvolle Schachspiel. Beim letzteren bedarf es eines ausgeprägten abstrakten Vorstellungsvermögens, gleichmäßiger Konzentration und einer vorausblickenden Kombinationskraft. Wer das Spiel beherrscht, beweist, daß er jene Fähigkeiten besitzt. Das Schach, das lange dauert und viel Aufmerksamkeit erfordert, enthebt den Menschen dem Zeitlauf mit seinen Sorgen.

Kartenspiele: Die Quartettspiele dienen mehr der Belehrung als der Spielfreude und finden darum nur bei Kindern während

kürzerer Zeit Anklang. Amüsant und die Kombinationsgabe mit einbeziehend ist ein Kartenlegspiel wie ller-Raus. Hier kann eine größere Zahl von Kindern und Erwachsenen vereinigt werden. Die Kartenspiele Erwachsener, manchmal auch von Jugendlichen geschätzt, sind ursprünglich und auch heute oft Glücksspiele um Geld. Verzichtet man auf dieses, so bleibt der Reiz, das Wechselspiel von Zufall und Kombinationsgabe zu geniessen. Alle klassischen Kartenspiele sind zu empfehlen. Wie bei anderen Spielen so kann auch hier der Wechsel der Spielart das Interesse fördern und aufrecht erhalten.

Anderer Art sind die Tischspiele, die körperliche Geschicklichkeit erfordern und üben. Beim Stäbchenabheben (Mikado) mischen sich Zufall und sichere Feinbewegung. Auch das Luftkegelspiel unterhält sehr gut. Es ist jederzeit zur Hand und macht von einer Einrichtung im Freien unabhängig. Weiter braucht man das Billard nicht als der Vergangenheit angehörig abzutun. Am besten ist die ursprüngliche einfache Form (d.h. ohne Falllöcher im Brett). Das Spiel gilt mit Recht als ruhig, gesammelt und vornehm. Auch wenn das Tischtennis schon zum Leistungssport geworden ist, bleibt es doch eine der angenehmsten beweglichen Unterhaltungen zuhause. Zum Unterschied von den vorangehend erwähnten Spielen vereinigt es nur zwei Personen. Weil aber das Zusehen spassig ist und man auch in kurzen Zeitabständen Teilnehmer tauschen kann, so ist es auch gesellig. Es beansprucht den ganzen Körper, und zwar in lockerer Spannung. Bodenspiele sind reizvoll, aber meist fehlt der Platz in der Wohnung.

Spiele im Freien schließen die Freude an Luft, Bewegungsraum und Natur ein. Auch wenn sie den Körper weniger belasten als der

eigentliche Sport, so sind sie doch erfrischend und gesund. Gewöhnlich handelt es sich um Ball- und Kugelspiele. Auch hier ergänzen sich Zufall und Geschicklichkeit, jedoch weiträumiger als im Zimmer, was den besonderen Reiz bildet. Der alt-herkömmliche Federball hat sich mit Recht wieder eingebürgert, auch wenn er durch Platzmangel oder durch die Konkurrenz anderer Freizeitvergnügen immer wieder zurückgedrängt zu werden droht. Er bietet eine ideale Beschäftigung zu zweit und kommt damit der heutigen Tendenz zu paarweiser Geselligkeit entgegen. Räumliche Begrenztheit^{(der Anlage} und Ausgewogenheit machen den Federball besonders wohltuend. Unter den traditionellen Kugelspielen, die sich für gesellige Gruppen am besten eignen, hat sich Boccia gut eingeführt. Als eine der seltenen Neuigkeiten im Spiel (und doch nur bedingt neu) breitet sich der Kleingolf aus. Er ist besinnlich, nimmt einige Zeit in Anspruch und gibt auch dem Einzelgänger Gelegenheit, sich zu beschäftigen. Unverdienterweise hat man bei uns das Kriquet nur sporadisch übernommen. Es ist aber nicht nur - wie in Großbritannien - ein Leistungssport, sondern auch ein hübsches Spiel. Schließlich hat sich auch das Kegelspiel erhalten, in seiner klassischen Form schwerfällig und ein, wenn auch einseitige, kraftheischende Körperübung. Es ist ausgesprochen gesellig. Freude am Krafteinsatz gehört dazu. Weniger Kraft und mehr unmittelbare Geschicklichkeit erfordert das Luftkegelspiel, das mit wenig Aufwand im Garten aufgebaut werden kann und im vollen Sinn Familie und Freundschaft dient. Alle angeführten Ball- und Kugelspiele kann man uneingeschränkt empfehlen, sofern im nötigen Fall der Spielplatz vorhanden und bequem zu erreichen

ist.

Alle Bewegungsspiele, gleich ob im Zimmer oder in der Freiluft, haben die Eigenart, in irgendeiner Form das Körpergefühl anzusprechen, bei richtiger Ausübung auch zu verbessern. Das gelingt besonders da, wo die Bewegung in einen Rhythmus hineinschwingt oder mit der Erfahrung sparsamer, lockerer und eleganter wird. Aber auch da, wo es nur um die Geschicklichkeit des Schlages oder Wurfes geht, ordnet sich und vervollkommnet sich die körperliche Leistung. Der Mensch schätzt und braucht diese Bestätigung. Schließlich bringen die Bewegungsspiele verschiedenartigen Ausgleich der Tätigkeit: Abwechslung gegenüber theoretischen Spielen, Ergänzung der intellektuellen Beschäftigung durch praktische, der sitzenden durch bewegliche. (Diese Kriterien lassen sich auch auf den Erholungssport anwenden.)

Auch die Schreibspiele sind nicht zu vergessen. Der Zufall wird hier genutzt, um Wissen und Phantasie auf den Plan zu rufen ("gefüllte Kalbsbrust") oder um heiter-komische Effekte zustande kommen zu lassen (Text mit Eigenschaftswörtern ausfüllen, die von den Mitspielern gesammelt werden). Die gemeinsame Heiterkeit, die durch Spielerei, unabhängig von der humorvollen Gabe eines Teilnehmers, zustandekommt, lockert und gleicht aus.

Das Spiel ist häufig nicht mehr als ein Zeitvertreib im wörtlichen Sinn. Man muß aber bedenken, daß alles, was der Mensch tut, und wäre es noch so einfach und anspruchslos, Erfahrung mit den Dingen und Menschen und mit sich selbst bringt und Keime eigener Entfaltung und schöpferischer Ideen einschließt, gleich ob sie wachsen oder nicht. Die jeweils gewählten Spiele sollten der individuellen Begabung entsprechen oder - negativ gesprochen -

nicht hauptsächlich auf dem Bereich liegen, der wegen eines Mangels (z.B. eines Körperschadens) schwierig zu erreichen ist. Nur das Entwicklungsfähige sollte man versuchen zu entwickeln.

In der musischen Beschäftigung öffnen sich die weitesten Horizonte und höchste Ziele der Selbstentfaltung. Man muß das passive Aufnehmen und das aktive Ausüben künstlerischer Gebiete unterscheiden. Die Tätigkeit hat eindeutig den Vorrang, weil sie Erleben und Handeln, d.h. den ganzen Menschen erfasst. Dieser Gesichtspunkt muß vor allem gesehen werden, weil heute, teils absichtlich, teils de facto, mit allen Mitteln die Passivität bequem gemacht und gefördert wird. Die Flut von Stoff, der sich so mit Rundfunk, Fernsehen und Reproduktionen über die Menschen ergießt, hat um so mehr Aussicht, ihr Ziel zu erreichen als es eine zusätzliche Energie bedarf, um persönlich aktiv zu werden. Das Kulturleben, welches ja von der freien Zeit abhängt, gestaltet sich mehr und mehr so, daß eine kleine Zahl Menschen tätig ist, damit eine große Masse passiv genießt. Diese Organisationsform scheint wirtschaftlich am meisten abzuwerfen. Sie widerspricht aber dem Prinzip der Freizeitnutzung, demgemäß eine möglichst große Zahl von Menschen musisch aktiv sein soll, um von der kleinen Zahl der "Größen" und ihren Vervielfältigungen möglichst unabhängig zu sein. Das heißt natürlich nicht, daß man sich von den Höchstleistungen abkehren müßte. Es geht vielmehr darum, nicht auf sie angewiesen zu sein, um Freude an den Künsten zu haben.

Die Virtuosen können nicht den Maßstab für die private musische Beschäftigung abgeben. Man treibt jedoch - nicht zuletzt aus wirtschaftlichen Gründen - die Leistungsansprüche mehr und

in die Höhe, was nicht nur den weniger begabten Professionellen, sondern auch den höher begabten Liebhaber entmutigen könnte. Die freie, d.h. nicht berufliche musische Beschäftigung muß sich also dem Leistungszwang entwinden. Zwar sucht jeder, der etwas lernt, sich zu vervollkommen. Doch muß er sich nach einer gewissen Zeit mit dem bestimmten, ihm gegebenen Niveau begnügen. Auch darin soll und kann er Befriedigung finden. Der Grundsatz der Zwanglosigkeit, den wir schon beim Spiel postulierten, ist auch bei künstlerischen Tätigkeiten zu beherzigen. Zwar herrscht hier ein größerer Ernst, insofern das Üben eine unabdingbare Voraussetzung bildet. Der Aufwand des Lernens, allein oder mit Lehrer, ist immer erheblich. Doch führt die musische Ausübung nur dann zum Wohlbefinden, zur Vertiefung des Lebens, wenn nicht fortwährend eine bestimmte Forderung drängt, sondern die Persönlichkeit frei genug ist, um ihren Interessen nachzugehen. Nur wenn dieser Spielraum offen ist, kann der Amateur die verschiedenen Möglichkeiten eines künstlerischen Bereichs erproben und erleben, was die Breite der Selbstentfaltung garantiert. Je höher aber das Leistungsziel gesetzt wird, desto einseitiger ist die Berührung mit dem Gegenstand. In diesem Zusammenhang ist es auch wichtig, daß bei gemeinsamer Ausübung (z.B. Musik, Theater) die Begabung der Einzelnen auf einem ähnlichen Niveau liegt. Bei zu starkem Gefälle geraten alle unter einen unbefriedigenden Druck zur Angleichung.

Beim Aufnehmen künstlerischer Werte kommt es darauf an, die Passivität nicht zu verabsolutieren. Die geistige Aktivität bestimmt entscheidend das Erleben. Sie wirkt schon in der Sammlung auf das Dargebotene, in der Intensität und Ausschließlich-

keit der Hingabe. Je nach Interesse und Kenntnis gliedert sich das Erlebnis: Formaler Aufbau, Ausdruck, Gattung, Stilperiode, historische Zusammenhänge usw. Diese Gliederung des Stoffes ergibt sich bei der aktiven Ausübung weithin von selbst. Sie muß aber beim passiven Hinnehmen bewußt gesucht werden. Dazu bieten heute zahlreiche Einführungen und Lexika, sowie Rundfunksendungen reichliche und bequem erreichbare Gelegenheit. Auch wenn es zunächst vom ästhetischen Standpunkt aus so erscheint, als spiele die geistige Ordnung keine wesentliche Rolle für den Genuß, der ja unreflektiert sein müsse, so zeigt die Erfahrung doch, wie sehr jene das Erlebnis differenziert und vertieft. Sie trägt wesentlich zu der Befriedigung und Harmonisierung bei, die vom Kunstwerk auszugehen pflegt. Auf der letzten Stufe wird die Kritik der künstlerischen Werte möglich, die auf ihre Weise besonders befriedigt, weil sie das Selbstbewußtsein des Menschen bestätigt. Daraus erhellt, daß im Aufnehmen künstlerischer Werte gestufte Ansprüche aber auch reiche Möglichkeiten beschlossen sind. Musische Beschäftigungen gedeihen also nur, wenn man nicht Koryphäen erreichen will, die doch nur als stille Vorbilder Anregungen geben sollen, aber auch wenn man sich nicht rein passiv zum Zeitvertreib angenehmen Eindrücken aussetzt.

Die Musik in der Freizeit hat eine vorrangige Bedeutung wegen ihrer unmittelbar ansprechenden und seelisch ausgleichenden Wirkung, aber auch ihrer gemeinschaftsbildenden Kraft. Sie löst und befreit allerdings nur als Musik und nicht als Musiker-satz und nur, wenn man sich ihr aufschließt, sie ernst nimmt. Langatmige, gekünstelte, unharmonische, intellektuell konstruierte Kompositionen helfen wenig, weil sie vielleicht die Neugier

reizen, aber keine echte Freude schaffen, worauf es allein ankäme. Ebenso wenig nützt die achtlos aufgenommene Musik als Geräuschkulisse, um die innere Leere zu verdecken. Dauermusik vom Lautsprecher belastet den Organismus und stört das Gespräch. Wahlloses Hören zeigt, daß jeglicher Geschmack fehlt, und verhindert die Entwicklung des unterscheidenden Wertgefühls. Für den Augenblick das richtige, (d.h. auch die Stille) zu wählen, darin beweist sich die Individualität des Menschen, daraus entspringt auch die Genugtuung, das Wertvolle zu genießen und nicht nur das zufällige Verfügbare zu verzehren. Der Wert der Musik steigt auch nicht mit ihrer Lautstärke. Der starke Sinnesreiz ist ungesund. Auch die beste Komposition wird, zu laut vorgetragen, in Kürze unerträglich. Und erst die schlechte... Der Lautsprecher (nomen est omen) beschwört das Ende der Musik. Das Angemessene, zum rechten Zeitpunkt, in der rechten Lautstärke zu wählen, darauf käme es an und dadurch allein ist die Musik dem Wohlbefinden zuträglich. Andernfalls verflacht sie, ist lästig, stört, beelendet.

Auch das Musizieren ist von der technischen Entwicklung weitgehend unabhängig. Mit elektronischer Übertragung werden die überlieferten Spielweisen und Klänge vermittelt. Die Kunst geht in erster Linie in die Breite und Tiefe, nicht vorwärts. Das Ausüben ist weiter an die Unmittelbarkeit gebunden. Der Mensch musiziert, nicht die Maschine. Mechanisierte Musik langweilt. Der selbst erzeugte und gestaltete Ton befriedigt am meisten beim Spielen und Hören. Darum muß das richtige Verhältnis zwischen Tonaufnahme und unmittelbarer Musik gefunden werden. Zwar gibt es hier keine feste Regel. Doch empfindet der echte Musiker den direkten Umgang als den Mittelpunkt und das Wesentliche, den Lautsprecher als wertvollen Zusatz. Das Musizieren und das Teil-

nehmen daran wird nie von der elektronischen Wiedergabe verdrängt werden und soll es auch nicht. Denn sie hat zwei wichtige menschliche Vorteile. Der Musikant kann sich im Instrument und gegenüber den Hörern, der Hörer als Partner und Kritiker gegenüber dem Musikanten individuell aussprechen. In diesem Aussprechen und Austauschen liegt aber gerade die Befriedigung, die anders nicht gefunden werden kann und die auch nicht von der Virtuosität abhängt. Ein anderes Problem der Technisierung ergibt sich aus dem Musizieren vor dem Mikrofon oder mit direkt verstärktem Ton (z.B. Spezialgitarre). Nicht nur der Klang verliert hier in beiden Fällen trotz aller Raffinessen seine Natürlichkeit, sondern es kann auch der Versuchung, die Lautstärke bis zur Grenze des Erträglichen zu steigern, nicht widerstanden werden. Die Begleitererscheinungen wurden schon gestreift. Hier ist noch zu sagen, daß diese Art des Musizierens sich durchaus asozial auswirkt. Der unnatürliche, nicht auf das Ohr abgestimmte Lautsprecherkrach macht nervös, lenkt vom Gespräch ab und verhindert jeden Versuch dazu. Wer dabei nicht nervös wird, muß in einen Zustand selbstzufriedener Betäubung versinken und sich gegenüber allen feinen Reizen abstumpfen, die nicht nur einen ästhetischen Genuß bedingen, sondern auch das mitmenschliche Leben angenehm gestalten. Echte Geselligkeit gedeiht nur in jener Mittellage, von der aus man steigern und abschwächen, in der man geben und nehmen kann. Im Dauerfortissimo gehen jedoch alle menschlichen Regungen unter. Die meisten Europäer könnten aus folgender Erfahrung großen Nutzen für ihre freie Zeit ziehen: Ein lediglich mit zwei Streichern und einem Zymbel ausgestattetes Zigeunertrio kann einen Saal voll Menschen in Atem halten. Warum? Weil nicht die

Lautstärke sondern Rhythmus und Ausdruck, dh. die zeitliche Gestaltung den eigentlichen musikalischen Effekt bedingen. Nur wer mit der Zeit umzugehen weiß, kann musizieren! Und nur wer sich langweilen muß, erschlägt sich mit der puren Kraft! So demonstriert die Tanzkapelle, die ohne Verstärker nicht auskommen vermeint, den vollendeten Bankrott des Musizierens. Es kann sehr hilfreich sein, sich zu fragen, warum ein echter Musiker beim Vorspiel nie vor ein Mikrophon tritt und warum die beste Tanzmusik von den sensibelsten Instrumenten hervorgebracht wird. Zwar stellt sich das Lautsprecherproblem im besprochenen Sinn fast nur bei minderwertiger Musik. Da diese aber in alle sozialen Schichten Eingang gefunden hat, so ist es ein Freizeitproblem ersten Ranges. Gitarre, Streicher, Holzbläser, da liegen die Schätze! Fort vom Lärm, fort vom Lautsprecher beim Musizieren!

Die Musikformen, mit denen man sich beschäftigt, richten sich nicht nur nach dem Geschmack, sondern auch nach dem jeweiligen Zweck. Unterhaltungsmusik versetzt in eine angenehme Stimmung, ohne hohe Ansprüche zu stellen. Sie ist ausgesprochen gesellig, denn man darf und kann sich bei ihr unterhalten. All diese Kennzeichen verschwinden, sobald sie - was heute oft geschieht - in Getöse und harten Rhythmus übergeht. Gegenüber derart primitiven Formen hat sie etwas gepflegtes. Es ist durchaus an der Zeit, die sog. Kaffehausmusik wieder zu Ehren zu bringen, die jetzt fast nur noch der alten Generation nahesteht, jedoch eine unersetzbare Funktion erfüllt, z.B. indem sie das Gefühl anspricht. Ohne Gefühl gleitet die Selbstent-

faltung auf die unterste Stufe. In der Unterhaltungsmusik treffen sich die Bereiche von Volksmusik, Tanzmusik, Operette und Oper. Wer den wirklichen Geschmack der Zeitgenossen und nicht den vorgegebenen kennt, weiß, daß diese Formen noch nicht am Ende angelangt sind. Die Abwehr der Unterhaltungsmusik beschriebener Art seitens vieler Jugendlicher hängt z.T. damit zusammen, daß man früher zu sehr einseitig die nationale deutsche Tradition herausstellte und auch diese wiederum einseitig gemäß einem bestimmten jüngeren bürgerlichen Ideal. Das galt z.B. für Volkslied und Volkstanz. Sobald wir jedoch weiter zurückgehen oder die Grenzen der eigenen Kultur überschreiten, so kommt uns eine große Fülle von Melodien und Rhythmen entgegen, die niemand als langweilig bezeichnen kann. Wir finden da u.a. jene prägnante Trockenheit, die heute oft gesucht wird aber auch eine Abgründigkeit des Gefühls, die sich vom flach Sentimentalen weit entfernt. Der ganze slawische Bereich hat hier einen großen Reichtum anzubieten, aber auch der spanische Kulturkreis. Die französische Volksmusik wird bei uns grob unterschätzt. Man muß sich in diese zunächst fremdartigen Musikformen einleben, um sie zu verstehen oder gar vorzutragen. Man erfaßt sie aber auch nur in ihrer Eigenart, wenn man sie nicht - wie es jetzt gern geschieht - mit seichter, unverbindlicher jazzartigen "Musik" vermischt und auf eine Ebene mit ihr stellt. Nur wer die einschneidende Kluft zwischen beiden Erscheinungen erkennt und die Unterschiede zu würdigen weiß, nimmt am selbstentfaltenden und bildenden Wert der Volksmusik teil. Er liegt in der Unmittelbarkeit und Echtheit des Gefühls, in der Entfaltung schicksal-

hafter Lebensspannungen (Freude-Unglück) und in der kosmischen Weite des Ausdrucks, um nur ein paar grobe Hinweise zu geben.

Die im 19. Jahrhundert eintstandenen Blaskapellen, bes. in Böhmen zu großer Fertigkeit entwickelt, bieten eine populäre Art Unterhaltungsmusik. Sie wirken bei öffentlichen Festlichkeiten mit und sind ideal für große Menschenansammlungen im Freien. Auch wenn ihre Funktion vom Geschmack wie von der Verwendungsmöglichkeit her begrenzt ist und es schwieriger wird, den Nachwuchs zu rekrutieren, so könnte es doch nur vom Standpunkt der Großstadt aus so erscheinen, als sterben sie aus. In den Blaskapellen sammeln sich nette ernstere Menschen aus der breiten Bevölkerung, die das Opfer bringen, in der Freizeit zu üben, um sich an der gemeinsamen Musik und am öffentlichen Auftreten zu freuen.

Alle erwähnten Formen der Unterhaltungsmusik lassen sich uneingeschränkt zur Erprobung empfehlen, sind jedenfalls nicht veraltet.

Nirgend tritt die Dekadenz unserer Kultur,-- soweit von ihr zu reden ist - so deutlich und so aufdringlich in Erscheinung wie in der Schlagermusik und dem damit unmittelbar verknüpften Tanz. Das Gefälle vom Besseren zum Schlechteren ist verloren gegangen und so auch die Aufstiegsmöglichkeit. Denn die minderwertigsten Formen haben alle Kreise der Bevölkerung erfasst. Wir haben zwar Geselligkeit aber keinen Gesellschaftstanz, weil es keine Gesellschaft gibt sondern nur einen Haufen von Individuen, die sich bestenfalls nach Einkommen und Berufsart gliedern. Der gesellschaftlichen Entdifferenzierung entspricht auch der Verfall der Form. Der geordnete Gruppentanz

spielt keine Rolle mehr. Der isolierte Tanz der Paare ist meist beengt, kleinschrittig. Wo es Platz gibt, sind die freien Bewegungen schlenkernd, selten elegant und insgesamt auf Enthemmung eingestellt. Wo die halbe Menschheit am Schreibtisch oder im Auto sitzt, kann die graziöse geordnete Bewegung offenbar nicht gedeihen. Dieser Abstieg darf nicht dem erhöhten Interesse am Rhythmus in unserem Jahrhundert zur Last gelegt werden. Das wäre nur zu begrüßen. Denn der Rhythmus ist eine intensive Naturkraft, elementar vertiefend und befreiend. Doch der "Geist" von Musik und Tanz bestimmen auch in dieser musischen Kategorie den menschlichen Wert: Individuelle Ent-hemmung und Betäubung, erotischer Kontakt oder gemeinsame Erweiterung des Bewußtseins ins Überindividuelle. Die letztere Dimension bestimmte den mehr ekstatischen Volkstanz, den europäischen wie den außereuropäischen, aber auch auf höherer Ebene den echten Gesellschaftstanz, in dem sich neben der Freude an schöner Bewegung der gegenseitige Respekt, die Gesittung ausdrückte.

Seit dem ersten Weltkrieg kann man von einem Wiedererwachen des Interesses an Volksmusik und Volkstanz reden und zwar mit Einschluß des außerdeutschen Bereichs, von dem außerordentlich anregende Impulse ausgehen. Allein das Hören der Tanzmusik kann sehr begeistern. In ganz Europa gibt es heute einen kleinen, aber lebendigen und ernstesten Kreis von Liebhabern der volkstümlichen Tanzmusik und des Volkstanzes, welche die nationale Tradition pflegen und Fremdes erproben. Dabei befinden sich viele Jugendliche und Studenten. Sie alle spüren die trotz der

Lebhaftigkeit ruhige und menschlich weite Atmosphäre, die tragende Kraft des Bleibenden, die sich wohltuend von dem neuerungssüchtigen, effekthascherischen modischen Tanzrummel abhebt. Hier sind wertvolle und erweiterungsfähige Ansätze-allerdings abseits des Unterhaltungstanzes. Dieser Letztere wird sich vorläufig nicht wandeln lassen, weil neben dem vulgären Geschmack die ganze wirtschaftliche Macht der Vergnügungsindustrie dem entgegensteht. Unter den Volkstänzen ließ sich am ehesten Interesse erwecken für die der polnischen Provinzen, musikalisch und in der Ausführung angenehm, abwechslungsreich und für uns nicht zu fremd. Wer einmal englische und gaelische Landtänze erlebt hat, wird nicht mehr sagen, Volkstänze seien langweilig. Für besondere Liebhaber geeignet, dafür aber ungewöhnlich reizvoll, sind die Männertänze des Balkan aber auch die Rundtänze beider Geschlechter aus Jugoslawien, Rumänien und Bulgarien. Ich sage hier nichts neues. Alles ist bis in die letzte Zeit hinein erprobt worden - leider zu selten.

Auch an Versuchen, den echten Gesellschaftstanz wieder zu beleben, hat es nicht gefehlt in den vergangenen Jahren. Doch sind sie mit den interessierten Kreisen entstanden und vergangen. Z.T. wurden sie auch von exklusiven, modisch-wichtigtuerschen Tendenzen getragen und waren darum nur kurzlebig. Wo man sie lernte, machten sie allerdings große Freude durch das Stilvolle und Anmutige, das Musik und Ausübung gemeinsam haben. Zu denken ist an Menuet, Contredanse u.ä., die sich am ehesten in unseren Geschmack einfügen. Doch gibt es bei echtem Interesse keine Grenze nach rückwärts. Selbst Renaissancetänze können Gefallen finden.

Der gepflegte Tanz ohne wurstige Lässigkeit und ohne Laszivität steigert die Lebensfreude, weil in ihm Bewegung, Schönheit und Eros zusammenfließen. Er hätte heute eine überaus wichtige Funktion, um Körpergefühl und innere Harmonie zu fördern.

Im Theaterspiel verbinden sich Sprache, Dichtung (gehobene Sprache) und Bewegung (Ausdruck). Durch die szenische Gestalt, d.h. durch den Austausch von Gedanken und Gefühlen zwischen verschiedenen Personen, ergeben jene Elemente einen kaum ausschöpfbaren Reichtum an Darstellung und Erlebnis. Das Laientheater hat in den letzten Jahrzehnten einen starken Aufschwung genommen und eignet sich i.b. für die Jugend, die hier - nicht ganz zu Unrecht - alle Lebensmöglichkeiten vergegenwärtigt und vorweggenommen sieht. In der Tat gäbe es keine andere Möglichkeiten, die zahllosen Situationen des Lebens kennenzulernen, sich in sie einzufühlen, in ihnen sicher, mit Ernst und doch ohne eigentliche Verantwortung (ohne Risiko) aufzutreten. Der Selbstentfaltung ist in den vielfältigen Rollen und den Weisen, sie aufzufassen, ein weiter Spielraum gelassen. Der Mensch tritt in der Rolle nicht nur aus sich heraus, sondern wird auch ein anderer. Diese Verwandlung macht den besonderen Reiz des Theaterspielens aus.

Über diese menschliche Funktion hinaus bildet das gute Theater - wie jede gute Literatur - durch wertvolle Gedanken und poetische Schönheit. Dieser Vorzug bleibt auch dem, der nicht spielt sondern zuschaut und der sich von den Rollen bestätigt findet oder in ihnen Ideale erkennt.

Auch für die Wahl des Theaterstücks gilt es, daß nicht

die Modernität sondern die Substanz den Ausschlag geben sollte. Andernfalls bleibt man unausweichlich im sauren Pessimismus oder der zeitgebundenen Dialektik stecken, wenn nicht gar geschmacklose Spielerei und Effekthascherei das Feld beherrschen. Es versteht sich, daß von solchen Formen, trotz aller Neuheit, keine bildende und entfaltende Wirkung ausgeht. Schadenfreude kann nicht Freude, bitterer Groll nicht Trauer, kalter Trieb nicht Leidenschaft, Kritik nicht Leben ersetzen. Es hat weder etwas mit Kunst zu tun, noch führt es den Menschen innerlich weiter, wenn auf der Bühne nur Unvollkommenheit und Misere bestätigt werden oder wenn der Humor des Lustspiels bitter geworden ist. Das zeitkritische Stück wird nicht nur von der Jugend geschätzt sondern hat auch eine positive Bedeutung in der gesellschaftlichen Selbstbesinnung. Nur: das künstlerische Niveau kann nicht weit hinauf gelangen; das Denken, der Witz wird angeregt, nicht das positive produktive Gefühl. Wie in allen Künsten, so ist auch hier die Lebensechtheit der Maßstab, d.h. die Ganzheit des Menschen muß erscheinen, nicht das Bruchstück und die Ungereimtheit den Eindruck der Leere und des Uernstes erzeugen.

Die Erfahrung zeigt, daß die zeitlosen Stücke nach wie vor die größte Zugkraft beim Zuschauer haben und auch beim Laientheater beliebt sind, manche zeitgenössische nicht ausgenommen. Lustspiele eignen sich für die Liebhaberbühne am besten. Das besondere Pathos der Tragödie stellt zunächst höhere Anforderungen. Es besteht also kein Grund, das Repertoire zugunsten modischer oder politischer Tendenzen einzuschränken. Nur das z.B. in Süddeutschland übliche, nach wie vor aner kennenswerte Volks-

theater hat enge thematische Grenzen. Es kann in ihnen bestehen, solange es in der Tradition wurzelt und vom Interesse der Bevölkerung getragen wird. I.Ü. gehört das Experiment zum Wesen des Theaters und bestimmt wesentlich seinen Reiz. Allerdings Experiment am richtigen Platz und im rechten Maß. Es hilft menschlich weder den Spielern noch den Zuschauern, wenn klassische Stücke verstümmelt oder mit geschmacklosen Zutaten versetzt werden oder wenn perverse Extravaganzen der Inszenierung oder des Textes das Feld beherrschen. Auch das Theater erfreut, erhebt, regt zum Denken an, erfüllt den Menschen. Verstimmung kann er sich woanders besorgen, ebenso psychologische Analyse. Wie beim Konzert, so müßte auch beim Theater das Publikum seine Rechte wahrnehmen und anstatt in Schafsgesinnung jeden Narzismus der Intendanten hinzunehmen, das zu fordern, was ihm bekommt. Sonst: arme Freiheit! Aufgabe der Bühnenkunst ist es nicht, Probleme auszubreiten, sondern sie in einen höheren Zusammenhang zu stellen. Das kann selbst in einem bescheidenen Lustspiel geschehen.

Die Beschäftigung mit Kunstmusik dürfte heute die wichtigste anspruchsvolle Erfüllung der Muße bilden, dank Rundfunk und Schallplatte, während rein quantitativ die kunstlose akustische Konfektion überwiegt. Zwei Möglichkeiten stehen offen: der Besuch des Konzerts und der Lautsprecher (Hören); das Liebhabermusizieren (Spielen). Auch wenn man sich in jedem Alter durch passives Aufnehmen in die große Musik einleben kann, so bildet doch Jugendzeit die beste Voraussetzung für ihr Verständnis. Die Empfänglichkeit des Jugendalters bahnt oft eine Eindringlichkeit des Erlebens, die später nicht mehr erreicht wird.

Die Kunstmusik aktiviert intensiv das Innere. Sie weckt und prägt die Feinheit der Empfindung (zumindest der akustischen) und des Gefühls für menschliche Werte. Sie vertieft und bereichert damit die Erlebnisfähigkeit sowie die mitmenschliche Feinfühligkeit. Das letztere kommt nur da in Gefahr, wo die Introversion einseitig kultiviert wird und der Erlebnisüberschwang die geistige Aktivität lähmt oder die eitle Selbstgefälligkeit des Spielers die Mitwelt nur noch unter dem Gesichtspunkt des Applauses gelten läßt. Die Kunstmusik tröstet, löst, erhebt den Menschen, weil sie die Welt der lebendigen Harmonie unmittelbar einwurzelt. Sie schwingt zwischen Spannung und Lösung, Oben und Unten, Wohlklang und Klangspannung, Hin und Her usw. Ihre Geistigkeit ist gefühlsgetragen und dadurch sehr weit. Die sog. moderne Musik kann diese Bedingungen nicht erfüllen, weil sie im bewußten Gegensatz zu ihnen entstanden ist, und hervorgebracht wird. Statt Ausgewogenheit dominieren hier Mißklang, Lärm, komplizierte Architektur, ermüdende Länge, Weiterdrängen zum nächsten ohne Rückschwingen zum Ausgang, kalter Intellekt. Ihr psychohygienischer Wert ist durchaus negativ zu beurteilen. Sie hat Effekte, ist ungewohnt, überwindet das Alte, reizt Eitelkeit und kritischen Wortschwall. Daß sich jemand bei ihr naiv und innig freute oder von ihr entrückt würde, worauf es allein ankäme, wird man vergeblich hoffen.

Beim Hören der Kunstmusik spielt die Wahl eine wesentliche Rolle. Die Abgrenzung gegenüber der Schlagermusik stellt hier kein Problem dar, weil der kategoriale Unterschied noch von den meisten erkannt wird. Zu verwischen droht jedoch die Grenze

gegenüber der modernistischen Komposition. Das Prinzip des Potpourri, des Musiksalates hat sich im Konzertsaal weitgehend durchgesetzt. Gewöhnlich kommen in zeitlicher Reihenfolge klassische Stücke, zuletzt die modernen. Abgesehen von der Geschmacksverirrung ist dies psychohygienisch anfechtbar. Wenn die Diskordanz den Schluß bildet, gehen die Hörer verstimmt und unerfüllt hinaus und vermögen bestenfalls durch Rückbesinnung auf das vorangegangene Schöne den Ausgleich zu finden. Das Publikum hätte Gelegenheit, dieser Tyrannei zu entrinnen, wenn es statt seiner Schafsmentalität dagegen opponierte. Denn der Hörer bestimmt, was gespielt wird. Der Konzertagentur kommt es nur auf die volle Kasse an. Konzerte eines Komponisten oder einer Stilperiode wären anzustreben. Auch das gehört zur Freizeitgestaltung. Das andere Problem der Wahl betrifft den Geschmacksumfang. Je enger dieser auf einen Komponisten oder eine Zeit begrenzt ist, desto einseitiger ist die Persönlichkeit. Es kann darum wertvoll sein, und den eigenen Horizont erweitern, wenn man versucht, sich in andere Musik als die gewohnte einzuleben. Jede Musikform spricht eine bestimmte menschliche Seite an und kann sie entwickeln.

Die Hausmusik bildet die Grundlage der Musikausübung und des Musikverständnisses. Sie gibt, gleich ob allein oder gemeinsam gespielt, eine einzigartige Befriedigung. Allerdings muß in möglichst frühem Alter mit einem Instrument oder mit dem Singen angefangen werden. Der Erwachsene schwingt sich meist nicht mehr auf. Wer Hausmusik fördern will, muß sich also an die Eltern und Lehrer wenden. Vorbild und ansprechende Unterweisung erreichen am meisten. Auch wenn die Hausmusik heute

in Bedrängnis geraten ist, so kann doch keine Rede davon sein, daß sie aussterbe und darum keine Aufmerksamkeit mehr verdiene. Ebenso wenig ist sie ausschließlich den Hochbegabten vorbehalten. Allerdings stehen ihr einige Hemmnisse entgegen. Das Üben braucht Zeit und Ausdauer. Die steigenden Schulanforderungen lassen den jungen Menschen geizig mit seiner Freizeit umgehen und eher die Ungebundenheit suchen. Zweitens verführt das große Angebot an virtuoser Kunstmusik (auch das Konzertangebot, auf die Gesamtbevölkerung gerechnet, steigt) dazu, auf eigene Tätigkeit zu verzichten. Zuzuhören ist bequemer. Man hört nur das Beste, demgegenüber die eigene Leistung nicht bestehen könne und minderwertig sei.

Das schwierigste Problem aber wird durch den Geschmackszerfall gestellt. Wo man dem Kind von klein auf nur den letzten Abfall vorsetzt (dafür sorgen die Erzieher und Rundfunkleiter), da können sich jene Geschmacksgrundlagen, die für Kunstmusik aufnahmefähig machen, nicht entfalten. Ist dieser Kreislauf zwischen Alt und Jung einmal in Gang gekommen, so wird es sehr schwierig, ihn zu verlassen. In vergangenen Generationen war jeder Jugendliche genötigt, durch den Kirchenbesuch wenigstens mit einer gewissen Form von Kunstmusik regelmäßig in Berührung zu kommen, und zwar auch dort, wo nie ein Konzert veranstaltet wurde. Heute ist das nicht selbstverständlich. Es gibt viele Familien, wo das Kind nur schlechteste Musik hören muß, und zwar die ganze Freizeit hindurch. Aber auch da, wo es zunächst Interesse an der Kunstmusik entwickelt hat, kann dieses während

der Reifezeit (sie ist ja die Schlagerzeit - und mit welcher Intensität!) fortgeschwemmt werden. Also eben in dem Alter, wo das Musikverständnis sich entscheidend differenzieren und vertiefen könnte, wird der äußerste Tiefpunkt erreicht! Gewiß gibt es auch nicht selten eine Zweigleisigkeit. Sie ist jedoch unaufrichtig und daher menschlich unfruchtbar. Der Schlager ersetzt zwar äußerlich das, was früher die Volksmusik zu geben hatte, Innerlich kann er es jedoch nicht, weil er nur die ärmlichsten Schichten von Wille und Gefühl anregt. Es gibt bislang kein Mittel gegen den Geschmackszerfall. Darum bedarf die Liebhabermusik einer starken Stütze und aufmerksamen Pflege. Gerade nach den schwersten Stürmen der Pubertät sollten viele Möglichkeiten gegeben und es sollte empfohlen werden, neu anzusetzen, d.h. Musik zu lernen oder weiter zu üben. Was die Liebhabermusik neben der künstlerischen Befriedigung anziehend macht, ist die Gelegenheit, im Familien- oder Freundeskreis vorzuspielen, oder mit einer konzertierenden Gruppe in die weite Welt zu reisen, was heute häufiger denn je geschieht. Gewiß bleibt der Mensch nur dann beim Spiel, wenn es ihm gelingt, bis zum reifen Alter genug technische Fertigkeit und musikalisches Verständnis zu erwerben, um den Charakter eines Stücks irgendwie zu gestalten und sich selbst in ihm auszudrücken. Es bedarf also keiner Vollendung, sondern eben der zwei erwähnten Punkte. Daß dazu ein gewisses Maß an Begabung und Interesse gehört, ist selbstverständlich. Auf musischem Gebiet läßt sich nichts erzwingen, sondern nur Angelegtes entwickeln.

Hinsichtlich der Instrumente ist zu berücksichtigen, daß man mit seltener gelernten (z.B. Holz- und Blechinstrumente) schneller Anschluß an musizierende Kreise bekommt als mit Geige oder Piano. Das Singen, gewöhnlich im Chor, muß besonders hervorgehoben werden, weil es den Körper am unmittelbarsten und natürlichsten einbezieht. Die Atmung festigt und vertieft sich. Dies wirkt auch seelisch harmonisierend und lösend. Zum gemeinsamen Singen kann man die meisten Menschen bringen und auch verhältnismäßig schnell einüben. Hat jemand darüber hinaus die Gabe, allein vorzutragen, so findet er darin eine ideale Gelegenheit, sich individuell auszudrücken. Beim Singen sind Kunst- und Volksmusik besonders breit und fließend miteinander verknüpft, was eine reiche Auswahl sichert und jedem Geschmack entgegenkommt.

Was die Musikgattungen anbelangt, so läßt sich nicht viel zu dem Gewohnten und Bewährten hinzufügen. Die nationalen Grenzen zu überschreiten lohnt sich auch hier. Besonders reizvoll, wenn auch wenig gewürdigt, ist die alte französische Musik vom 17./18. Jhdt. Mit ihrer Eleganz, Leichtigkeit, Heiterkeit, rhythmischen Feinheit und Lebenszugewandtheit bildet sie den idealen Gegenpol zur deutschen Auffassung. Ihr Bildungswert liegt darin, daß sie den Erfahrungshorizont erweitert und die Empfindung entfaltet. Auch die keiner Empfehlung bedürftige russische Kunstmusik gibt kontrastreiche Anregungen, starke und extreme Erlebnismöglichkeiten. Mit den Gattungen verhält es sich wie mit allen musischen Beschäftigungen: Es muß das richtige Verhältnis zwischen

zwischen Vielfalt (Abwechslung) und Tiefe (Gründlichkeit) gefunden werden.

Die, bildende künstlerische Beschäftigung spielt eine geringere Rolle als die musikalische, allein deshalb, weil sie mehr Zeit beansprucht. Passiv: zum Unterschied von Hören kann man beim Betrachten nichts anderes tun. Aktiv: 5 Minuten zeichnen führt meist nicht weit: 5 Minuten musizieren kann schon sehr befriedigen. Bildnerisches Tun setzt auch eine höhere Begabung voraus, ohne die sie nicht befriedigt. Zur inneren Befreiung kommt es erst bei wirklich künstlerischen Leistungen, während sie musikalisch schon mit einfacheren Mitteln erreicht werden kann, z.B. im Singen. Darum wird oft das Kunstgewerbe oder Kunsthandwerk vorgezogen - und mit Recht. Das Ziel ist hier weithin festgelegt, die Vollkommenheit erreichbar, da man meist Vorbereitetes fertigstellen darf (Bemalen, Verzieren u.ä.). Die Geschlechter unterscheiden sich vorläufig dadurch, daß die Frauen Handarbeiten und Handwerk, die Männer nur Handwerk treiben. Handarbeiten sind nichts veraltetes. Das weibliche Geschlecht sollte sich aber die bewährte Weisheit zunutze machen, daß mechanisch wiederholte Griffe am besten in Gesellschaft Gleichbeschäftigter von der Hand gehen. Dabei hilft nicht nur das Gespräch, sondern auch das Singen.

Nur ignorante Überheblichkeit schämt sich des gemeinsamen Singens und sieht darin nur den Ausdruck des gemeinen Volkes. Der Lautsprecher kann wesentlich tiefrangiger stehen.

Kunstgewerbe wird heute in der Schule weit mehr gepflegt als früher, leider eher bei Mädchen als bei Buben. Man muß es neben und nach der Schule pflegen, um eine befriedigende Fertig-

keit zu erreichen. Es ist nicht so wichtig, daß das Geschaffene einen praktischen Zweck erfüllt. Die Freude kommt vielmehr durch das Herstellen selbst und dessen Anerkennung durch Andere. Trotz den erwähnten Einschränkungen behält das freie künstlerische Schaffen seinen Wert (Zeichnen, Malen, Plastik) und bleibt eine der beliebtesten Liebhabereien. In den meisten Fällen bedarf es eines sachkundigen Unterrichts (die Schule genügt gewöhnlich nicht) - evtl. auch Fernunterricht -, um durch die ersten Schwierigkeitsetappen durchzuhelfen und den Spielraum zu gewinnen, in welchem sich der Mensch selbständig ausdrücken kann und so Zufriedenheit findet. Der Selbstentfaltungswert jeder bildnerischen Tätigkeit liegt in folgendem: der Schaffende ist sinnlich aufgeschlossen den Gegenständen zugekehrt. Er prüft wahrnehmend und geht mit dem Stoff um, ja er handhabt dessen Widerstand (Werkstoff, Farbe, Stift usw.). In diesem Kreislauf ist der Künstler weltzugewandt. Demgegenüber dient die Technik dem Musiker nur zum Vergegenwärtigen der Innerlichkeit. Sie zielt nach innen. Das Bilden aber holt den Menschen aus sich heraus und lehrt ihn Gegenständliches spüren, darstellen und schließlich mit einer Idee erfüllen. Dabei bleibt die Frage offen, ob diese Idee subjektiven Ursprungs ist oder vom Gegenstand entbunden wurde. Der Liebhaber malt, was ihm Freude macht und sucht nicht Geltung durch krampfhaftes Modernität.

Beim Betrachten werden Gegenstand und Idee sinnlich erschlossen und verinnerlicht. Der Beschauer lernt, die Welt auf verschiedene Weise sehen. Je mehr er sich diesen Aspekten innerlich anpassen kann, desto weiter entfaltet er sich selbst,

wird seine Phantasie angeregt, desto reicher wird sein Erleben. Während bis zum ersten Weltkrieg der Radius des Anerkannten (haupts. deutscher und italienischer) recht eng war, finden heute viele Menschen Gefallen an der byzantinischen Kunst, ja an manchen exotischen Erscheinungen. Angesichts der großen Überschwemmung mit Reproduktionen, aber auch mit unmittelbaren Eindrücken beim Reisen hängt es von der Wahl ab, ob der Mensch am Kunstwerk reift. Nur der Anfänger betrachtet in einem Museum alle Bilder. Später streift sein Blick über die Wände und er verweilt nur bei Bildern, die ihm auffallen, die ihn anziehen. Trotz dem Nutzen der Vielseitigkeit sollte der Liebhaber Schwerpunkte wählen, die ihn in die Tiefe führen. Es ist reizvoll, ungebildete aber frische natürliche Menschen in eine Kunstsammlung zu führen. Sie bemerken andere Einzelheiten als der Erfahrene, aber vielleicht wichtige. Überhaupt liegt die Feintuerei und modische Exklusivität der echten Kunst fern. Diese ist grundsätzlich für alle da. Kunstbetrachtung (gleich ob Original, Diapositiv oder Druck) kann in Gemeinschaft wesentlich an Anziehungskraft gewinnen, besonders wenn nicht nur einer einen Vortrag hält sondern alle diskutieren. Es werden dann, gleich auf welchem Niveau, viele Gesichtspunkte geäußert, die zueinander in Wechselbeziehung treten. Nur der Kenner hat zuweilen das Bedürfnis, allein mit dem Kunstwerk zu sprechen.

Ziel der bildnerischen Beschäftigung ist das Hervorbringen oder Aufnehmen des Lebendigen, gleich ob nur Sachen oder Lebewesen gemeint sind. Die dekorative oder ornamentale Kunst ist zwar nicht objektiv, verlebendigt aber die Flächen, macht sie vertraut. Sonst ist die Kunst nur im Ringen mit der gegenständ-

lichen Welt lebendig, weil sich eben das Leben nicht vom Raum und Zeit ablösen läßt. Freude am Gegenstand muß ins Kunstwerk hineingelegt sein und aus ihm hervorgehen. Hier befindet sich auch der psychohygienische Drehpunkt. Was nur subjektives Fragment der Künstlerseele oder was tot ist, kann weder lösen, noch erfreuen, noch erheben. Damit scheidet aus der erfüllten Freizeit der größte Teil des Modernismus aus. Beziehungslose, bruchstückhafte, oder grelle Effekte, zerstückelte Formen, geschmacklose Farben, verzerrte Gestalten, primitive Figuren können so wenig erfreuen wie rationale Konstruktionen von Linien und Farben, die kalt lassen. Extrem stilisierte oder gegenstandslose Darstellungen vermögen zwar manchmal entsprechend disponierte Menschen stark zu treffen oder zu erschüttern. Man kann auch darüber endlose Reden halten. Ich habe es jedoch noch nie erlebt, daß sich jemand dabei von Herzen wohlgeföhlt hätte. Man ist gezwungen, sich auf das subjektive Spiel des Künstlers einzulassen oder Abstand zu halten. Es gibt also eine narzistische Kunst, die etwas von engen Eigenbereich sichtbar macht. Sie ist Symptom der Persönlichkeit, was bei seelisch Kranken vielleicht eine kompensierende Hilfe bringen mag. Daneben gibt es eine produktive Kunst, die versucht, Außerindividuelles zu gestalten, zu verlebendigen und mitzuteilen. Subjekt und Welt klingen zusammen. Zweifellos hat nur diese Aussicht, den Menschen weiterzuführen, zu entfalten, während die erstere, von Einzelperspektiven abgesehen, ihn um sich selbst dreht und modische Wichtigtuerei begünstigt. Wenn man also auf die Muse der Muße Einfluß nehmen will, muß man sich der Frage der menschlichen Funktion der Kunst stellen. -

Beschäftigung mit bildenden Künsten soll sich vom Zwang der Vollkommenheit freihalten, braucht also weder den Meister noch den Kenner anzustreben, sondern läßt dem Werden im Schaffen wie im Verstehen breiten Raum.

An eine Beschäftigung in der Freizeit, die ebenso zu einer Fertigkeit führt wie sie Freude macht, denkt man seltener: Die Sprechbildung und das daraus hervorgehende Vortragen. Sprechlehrer gibt es an allen Universitäten und Musikhochschulen. Sie wirken aber auch außerhalb dieser Bezirke. Ziele sind der Vortrag von Lyrik und Prosa, gute Aussprache im täglichen Leben und i. b. auch die Überwindung des mundartlichen Akzents. Der Weg führt so zum Theaterspiel, zur ernsten und heiteren Rezitation. Andererseits verbessert die Sprechbildung Selbstsicherheit und Körpergefühl (Atmung). Künstlerische Höchstleistungen werden auch hier nicht gefordert. Jede Entwicklungsstufe hat ihren Wert, subjektiv und gesellig.

Das gesellige Leben stellt die leichteste und zugleich schwierigste Aufgabe. Es braucht nicht immer die höchsten menschlichen Stufen zu erklimmen. Vielmehr kommt es darauf an, daß es von innen her bejaht und gestaltet wird. Je mehr Aufwand man treibt, desto langweiliger wird es. Je unmittelbarer, sich die Menschen verbunden fühlen, desto einfacher werden die verknüpfenden Mittel. Das anspruchslose Gespräch ohne Lautsprecherbegleitung kann auch heute noch manche Menschen ganz in Bann schlagen. Das ist nur dann der Fall, wenn weder Eitelkeit noch Taktik sondern gegenseitige menschliche Anteilnahme die Atmosphäre beherrschen. Etwas erleben zu wollen ohne selbst geben zu wollen, das ist das Ende auch der äußerlich bestens vorbereiteten Geselligkeit.

Geselligkeit ist die ursprünglichste und beste Form, um den seelischen Horizont zu erweitern. Man ist bei geliebten, befreundeten, verehrten, interessanten Menschen. Man erfährt Neues, bildet sich bestenfalls, erlebt die Wesensart anderer, d.h. den Reichtum menschlicher Nuancen. Man regt sich gegenseitig an, bringt sich in andere Stimmungen. So selbstverständlich dies erscheint, so wenig wird die Möglichkeit angemessen ausgeschöpft. Exzess und Sensation werden oft gesucht und mögen z.T. eine primitive Ausgleichsfunktion besitzen, geben aber keine echte Befriedigung und die Menschen können sich daher - mangels differenzierten Umgangs - fremd bleiben. Auch die besonders von der Jugend geschätzte formlose Verbrüderung bringt leicht eine gleichgültige, oberflächliche, läppische oder provozierende Atmosphäre, die durch Lautsprecherkrach und Alkohol notdürftig erträglich wird. Nur bei günstiger Stimmung und persönlicher Abstimmung glückt es, diesen dürftigen Rahmen auszufüllen. Man versuche es einmal mit einer Ordnung und einer guten Form, die - so war es früher - zwanglos gehandhabt wird! Die vorgegebene Form erleichtert den Ablauf der Geselligkeit, während die Improvisation hohe menschliche Anforderungen stellt oder durch irgendeine Art Rummel ersetzt werden muß. Die Umgangsform sorgt dafür, daß die Teilnehmer sich einander vorstellen, sich abwechselnd miteinander unterhalten (nicht nur an ihrem Platz oder in ihrer Gruppe stecken), daß keiner für sich bleibt und sich langweilt. Solange diese Bedingungen nicht beachtet werden, führen auch Ratschläge zur Gestaltung der Gemeinschaft nicht weit.

Zum andern ist es nützlich, wenn die Geselligkeit einen

bestimmten Inhalt, wenigstens als Schwerpunkt, hat. Da es nicht immer einen witzigen Dauerunterhalter gibt, hilft es, ein Gesprächsthema vorzusehen oder aus dem Gespräch heraus auf ein interessanteres oder tieferes Thema hinzusteuern, um so dem Zwang der Wiederholung des gleichen Banalen zu entgehen. Günstig sind Einlagen von Musik, einen (kurzen) Vortrag, kleineren Vorführungen (z.B. Zaubern), Spielen. Hingegen besteht die Gefahr, daß Diapositive, Schallplatten und Filme die Gemeinschaftsatmosphäre zerreissen, wenn die Gäste nicht sorgfältig daraufhin ausgewählt und nicht einwandfrei verbindliche Themen gefunden werden. Die Einlagen müssen kurz sein, sonst ist es keine Geselligkeit, sondern eine Unterhaltung oder Belehrung als Veranstaltung. Allgemein muß bedacht werden, daß gemeinsames Handeln die beste Gemeinschaft stiftet. Es ist heute abgekommen, neben den Freunden auch die Feinde zu sich einzuladen oder Gegner bei Gesellschaften zusammenzuführen. Das setzt eine tragfähige Gemeinschaftsatmosphäre voraus. Andernfalls setzen sich Frost und Verstimmung durch. Doch ist es eine der vornehmsten Funktionen der Geselligkeit, Spannungen auszugleichen, wodurch sie ungeahnte Großzügigkeit und Weite erhält.

Ideale gesellige Anlässe sind Ausflüge mit Picnic oder gemeinsame Wochenendreisen, die nicht unbedingt weit gehen müssen. Dabei irgendeine Besichtigung, ein Rundgang, alles locker aufgereiht.

Die erwähnten Spiele sind größtenteils gesellig und werden, von den erläuterten psychologischen Implikationen abgesehen, hauptsächlich um der Geselligkeit willen gesucht. Die Spieler lernen nicht nur, sich aufeinander einzustellen, aufeinander in verschiedenen, evtl. gespannten Situationen Rücksicht nehmen, was keine Plage zu sein braucht. Das Spiel

gibt auch Gelegenheit, sich auf verschiedene Weise zu äußern, wie es sonst nicht geschähe. Die Spieler lernen sich so vielseitig kennen und verstehen. Humorvolle Einfälle würzen und verstärken die Gemeinschaft.

Die musischen Beschäftigungen sind fast alle gesellig orientiert und können insoweit auch als Formen der Geselligkeit gelten. Sie bilden dann ideale Inhalte oder Kristallisationspunkte des Gemeinschaftslebens. Die Hausmusik schließt alle Beteiligten in einer feierlichen Stimmung zusammen. Man kann das gemeinsame Musizieren als einen Dialog auffassen, in welchem sich individuelle Eigenart ausspricht und austauscht. Das Volkslied bildet den natürlichsten Ausdruck einer im Gefühl sich vertiefenden Gesellschaft. Gemeinsames Erleben verbindet.

Das Tanzen wird meist als Inbegriff der Geselligkeit angesehen. Hätten wir einen Gesellschaftstanz, so träfe dies zu. Tatsächlich gibt es aber nur eine Ansammlung von Paaren, die sich des Lautsprecherlärms wegen nur zeitweise unterhalten können. Das Suchen eines Partners oder das Bleiben beim Vorhandenen, die Selbstisolierung der Paare, machen den Tanzboden zu einem unsozialen Ort. Man versucht gelegentlich, diesen Individualismus durch Tanzspiele zu unterbrechen. Aber es fehlt die eine echte gesellschaftliche Form tragende Grundhaltung. Hier hilft nur die Rückkehr zum guten Ton, der ja nicht entstanden ist, um die Leute zu plagen, sondern um Gemeinschaft auf taktvolle Weise in Gang zu halten.

Im Theaterspielen wirken die Menschen sehr eng zusammen, sind aufeinander angewiesen. Sie lernen sich unmittelbar

kennen und kommen sich schnell nahe. Auch die unvermeidlichen komischen Aspekte beim Proben verbinden. Diese gesellige Bedeutung muß sehr hoch eingeschätzt werden.

Ganz anders als der gesellige Kontakt mit Gleichgesinnten ist die Fürsorge für Andere. Junge Leute (es ist aber keine Grenze nach oben gesetzt) betreuen Patienten in psychiatrischen Kliniken, Bettlägerige in Krankenhäusern und Insassen von Altersheimen (Unterhalten, Vorlesen, Begleiten auf Spaziergängen). Auch Hausbesuche bei einsamen Personen gehören dazu. Ein derartiges soziales Wirken ist nicht nur nützlich und wird dankbar anerkannt. Es bereichert auch den, der sich der Mühe unterzieht, durch vielfältige Erfahrungen und Einblicke in meist unbekanntere Lebensbereiche. Nicht wenige Menschen beschäftigen sich in der Freizeit mit Kindern (Erzählen, Vorlesen, Spielen, Unterhalten). Tatsächlich gehört dies zu den wichtigsten geselligen Gelegenheiten, weil es den Erwachsenen lockert, unmittelbar erfreut, anpassungsfähig und umstellungsfähig erhält, kurz seelisch erfrischt.

Der Verein war nicht nur früher einer der wichtigsten geselligen Anlässe sondern ist es auch heute noch. Irgendein gemeinsames Interesse: Beruf, Musik, Tiere, Sport, Diskussion, Sammeln usw. verbindet die Mitglieder und führt sie zu Gesprächen oder Tätigkeiten zusammen. Der Verein ist nicht eine veraltete bürgerliche Einrichtung, sondern in vielen Fällen die einzige Möglichkeit, um Freizeitbeschäftigungen gewinnbringend und dauerhaft nachzugehen. Daneben wird die freie flüchtige Form des Zusammenschlusses heute zunehmend gepflegt, besonders von der Jugend und Studenten. Auch sie hat ihren

Reiz, wenn Form und Ziel übereinstimmen. Auch der Stammtisch gehört hierher, der seinen Wert behält, insofern es hier nicht um den Warten sondern um die Sache geht, nämlich die regelmäßige Aussprache in kleinem Kreis. Es gibt Stammtische auf höchstem intellektuellen Niveau.

Um die Freizeit möglichst vielseitig und in Gemeinschaft nutzen zu können, bedarf es umfangreicher Einrichtungen, die über die Reichweite des Privatmanns hinaus gehen. In Großbritannien und den südeuropäischen Ländern wird diese Funktion vom Club, der Gesellschaftshaus und sportliche Vorkehrungen umfaßt, erfüllt. Auch wenn derartiges eine breite wirtschaftliche Basis voraussetzt und darum der besser verdienenden Sozialschicht vorbehalten ist, so behält doch das Prinzip seinen unersetzlichen Wert und legt es uns nahe, darüber nachzudenken. Der gesellige Stil des Clubs ist persönlich, erleichtert den menschlichen Anschluß, und die Jugend nützt alle Vorteile gemeinsam mit den Erwachsenen. Demgegenüber sind die bei uns entstehenden kommunalen Einrichtungen (z.B. Schwimmbäder) unpersönlich, weil öffentlich, und die Jugend sondert sich völlig von den Erwachsenen ab. Die Clubform kann natürlich in verschiedenen Stufen des Umfangs verwirklicht werden, wodurch sich die finanzielle Belastung den jeweiligen Erfordernissen anpasst. Z.B. gibt es lokale Gesellschaften mit Bibliothek, regelmäßigen Vorträgen und Essen, sowie Festlichkeiten. Die Studentenverbindung mit Gesellschaftshaus ist ebenfalls nicht überholt sondern stellt die adaequate Gemeinschaftsform dar, sofern sie den Schwerpunkt auf stilvolle

Geselligkeit, musische und intellektuelle Aktivität legt und nicht ihre Mitglieder mit überflüssigen Zeremonien und Exzessen belastet.

Soll sich der Club als Freizeitrahmen ausbreiten, so darf er nicht zu exklusiv sein und muß doch ein gutes Niveau erreichen. Hierin liegt die Schwierigkeit, aber auch die Aufgabe. Das gesellige Leben muß in einem durchführbaren regelmäßigen Zeitplan eingeordnet sein, wenn es nicht schnell verfallen soll.

Will man die Freizeit erfreulicher und vielseitiger gestalten helfen, so muß man sich aufs ganze gesehen bemühen, das Niveau anzuheben. Denn die unterste Stufe der primitiven Triebbefriedigung findet der Mensch mit unfehlbarer Sicherheit. Dazu braucht er keine Ratschläge.

Sucht man jedoch wertvolle Beschäftigungen, so erkennt man, daß es keine grundsätzlich neuen gibt, sondern nur altbewährte, die es wieder zu entdecken gilt. Die sind zugleich die billigsten und jedem zugänglichen. Bei selbstentfaltendem Tun kommt es nicht darauf an, ob es alt oder neu ist, sondern ob es etwas taugt. Wer sich "modern" amüsieren will, braucht ebenfalls keine Belehrung. Jede Illustrierte ermuntert ihn dazu. Allerdings muß er dann nicht nur viel bezahlen (Motorfahrzeug, Nachtlokal, Modekleidung, Alkohol, exklusiver Sport, Glücksspiel usw.) sondern sinkt auch auf eine dürftige Stufe hina b (Eitelkeit, Blasiertheit, Selbstbetäubung u.ä.). Besonders bei der Jugend ist die Gefahr groß, aus Protest und Unabhängigkeitsstreben heraus diesen Weg zu gehen und die dem Alter entsprechende besonders große Selbstentfaltungsmöglich-

keit zu verscherzen.

Nur die Selbstbesinnung, die Prüfung des eigenen Lebensstils schafft die Voraussetzungen für eine Besserung, und wäre sie noch so bescheiden. Das Selbstbewußtsein muß sich aber gegen kollektiven Zwang (Vorbilder im Umkreis und geschäftliche Suggestionen) durchsetzen. Das spezifisch demokratische Problem liegt darin, daß Alle große individuelle Rechte beanspruchen, um dann doch das zu tun, was die Mehrheit sucht, nämlich das Minderwertige. Es fehlt die hinaufführende Anschauung. Auch der König tanzt heute nach der schlechtesten Musik, die er finden kann. Das Wertgefälle ist flach geworden. Man will nicht wählen, sondern sofort genießen. Damit gerät man in die Fänge der Wirtschaft, die der Hauptfeind des menschlichen Wertes ist (aber nicht sein müßte). Doch nur, wenn die Masse den Wert fordert oder das schlechte nicht kauft, gibt der Geschäftsmann knurrend nach. Die Konsumgüter sind aber fast durchweg Freizeitgüter!

Eine Aktion für die wertvolle Freizeit hat die Wirtschaft gegen sich und muß den Menschen zur Selbstbesinnung (d.h. zur Erkenntnis, daß auch das höhere Niveau anziehend ist) und zur Ablösung von den allgemeinen Genußschemata bringen. Hierzu sollte man an die Würde, den Stolz, die Freiheit appellieren und auf das Erbärmliche der Schafsgesinnung hinweisen.

Folgende Prinzipien werden von vielen zumindest verstanden werden:

1. Die Freizeit dient nicht der körperlichen und geistigen Passivität, die den Menschen gesundheitlich und ethisch erschlaffen ließe. Vielmehr fordert sie die sinnvolle

(u.U. zweckfreie) Aktivität: urteilen und wirken.

2. Die Freizeit gibt Gelegenheit, das zu tun, was der Beruf nicht erlaubt und damit besondere Fertigkeiten und schöne seelische Fähigkeiten zu entfalten.
3. Hierbei ist eine gewisse Leidenschaft, ein Streben, selbständig oder gemeinsam etwas Abgeschlossenes zu schaffen, oder aufzunehmen, unerlässlich. Ohne ein wenig Ehrgeiz würde es langweilig.
4. Aber der Mensch soll in der Freizeit von den Spannungen möglichst frei sein, die ihn innerhalb seiner Pflichten belasten (Existenzsicherung, Leistungsverantwortung, Rangunterschiede).

Die negativen Emotionen des Alltags sollen nicht provoziert werden (Rivalität, Geldgier u.a.). Darum wird auch nicht um Geld gespielt.

5. Der seelische Raum soll sich erweitern. Es soll in erster Linie das Gefühl entwickelt werden. Dieses entscheidet über das menschliche Niveau, nicht der äußere Aufwand oder der Vollkommenheitsgrad des jeweiligen Inhalts.
6. Neue Beschäftigungen soll man nicht überheblich von sich weisen, sondern man lernt sie nur durch Versuch und Erfahrung kennen. Neben dauerhaften Liebhabereien gibt der Wechsel innerhalb der bewährten Möglichkeiten Freude.