

Raus aus dem Alltag

Spiel, Sport und Bewegung als wunderbares Suchtmittel gegen die große Krise

Von Andreas Müller

Die Welt ist komplex und längst über Kontinente hinweg im Zustand globaler Wolken, die sich wechselseitig durchdringen und verstärken. »Omnikrise« nannte Zukunftsforscher Matthias Horx den aktuellen Zustand des »blauen Planeten« unlängst bei einem Symposium in Frankfurt am Main zur Zukunft des Sports. Statt in Mutlosigkeit und Trübnis zu verfallen, gab sich der Horx prompt wie einer, der im dunklen Raum für Helligkeit sorgt.

Seine These: Praktisch auf jede Krise habe Sportliches eine erfreuliche Antwort, Sport könne als gigantisches Medium in weltumspannender Dimension Gutes bewirken. Warum? Weil der Sport als »Bastion der Regelbasiertheit« den Menschen selbst dann noch helfe, wenn für sie die Orientierungslosigkeit überhandgenommen habe. Aber eben nicht im Sport, der von der größten weltumspannenden Bühne bis in die kleinste Teildisziplin beim dörflichen Sportfest hinein weiterhin über Regeln verfüge, die einzuhalten und zu bewahren seien und gewissermaßen einem »ewigen Zertifikat« gleichkämen. Auch darum und nicht nur der Spannung und emotionaler Beteiligung wegen sitzen Menschen zwischen Olympia und Bundesliga millionenfach vor TV-Geräten. Sie wollen – merkwürdige VAR-Entscheidungen im Profifußball einmal außen vor – Wettkämpfe nach sportlichen Regeln mitverfolgen in einer Welt, deren Konturen sich immer mehr aufzulösen scheinen. Es sind gefühlt oft genug einzig die Regeln des Sports, die bis ins Detail verlässlich bleiben und noch weitaus direkter gelten, sobald der Mensch selbst zum aktiven Sportler wird, egal wo, in welchem Metier und auf welchem Niveau.

Der Bedarf von Milliarden Menschen an Orientierung verleihe dem Sport vor allem in der »Omnikrise« laut Horx »eine weltpolitische Dimension, die immer bedeutsamer wird«. In Relation dazu erscheinen andere Potentiale des Sports, wiewohl sie für sich betrachtet gewaltig sind, beinahe niedlich. Tiefe soziale Verwerfungen in der Gesellschaft bis hin zu Rissen in der Familie? Ungesunde Trends zur »Fehlindividualisierung« und zum Autismus inklusive des Trends zur Bindungsunfähigkeit und Einsamkeit? Sport in Gemeinschaft, ob passiv oder aktiv, wirkt stark dagegen an. Ein »Megatrend« wie stundenlanges Daddeln an mobiler Technik? Unmöglich ohne persönliche Kollateralschäden durchzuhalten bei völliger Bewegungslosigkeit. Der zunehmende Trend nach vollkommener Gesundheit, ewiger Jugend und einem langen Leben? Ohne Sport, Spiel und körperliche Ertüchtigung ein Wunsch, der unerfüllt bleibt. Eine andere Entdeckung: Frauen bleiben neuerdings gern unter sich in bislang von Männern dominierten Sportarten wie Surfen, Boxen oder Biking. Das ist neu wie der Trend zum »Resonanzsport« Tanzen – Körpernahes vielleicht für Paare, die sich ansonsten nicht mehr viel zu sagen haben, oder für Singles auf Partnersuche im echten Leben ohne Websites.

Als Reaktion auf Trends, seien sie langlebig oder Strohfeuer, vermag der Sport in unterschiedlichster Ausprägung immer tiefer in die Zivilgesellschaft einzudringen, beobachtet der Zukunftsforscher. Das fünfbuchstabile Phänomen kann vielgestaltig und wandlungsfähig sein wie Zeus in der griechischen Götterwelt. Nicht nur organisiert in rund 86.000 Sportvereinen ist er zu Hause, sondern zunehmend in kleineren Trainingsstudios, in Gyms oder dem Ambiente von Privatkлубs, wo es nicht nach Aromen feiner Zigarren und Cognacs duftet, sondern durchaus strenger riechen darf. Es gebe neue Arten von Angeboten, die sich in ihren Bezahlformen mehr oder weniger von der Vereinsstruktur unterscheiden. Einen regelrechten Boom beim kommerziellen Training erleben gerade die Fitnessstudios. Jeder sechste Bürger in der Altersklasse »Ü15« geht dort inzwischen ein und aus. Eine taufrische Studie berichtet, dass 2025 bundesweit insgesamt 12,36 Millionen Menschen in solchen Studios angemeldet waren, die ihr verstaubtes Image als »Muckibuden« längst abgelegt haben. Vor drei Jahren schwitzten dort noch über zwei Millionen weniger.

Der professionelle Vorausschauer Horx fand Erstaunliches heraus. Nicht noch mehr und immer mehr an Herumsitzern und Bewegungsmuffeln prognostiziert er für eine allerdings fernere Zukunft, sondern das Gegenteil davon – falls es gelingt, »ein Bewusstsein dafür zu schaffen«, dass Bewegung »tägliche Normalität« wird, »ein Bedürfnis« werden müsse. Horx zufolge dürften sich Menschen dann regelrecht in den Sport flüchten und seine Kräfte als unverzichtbaren persönlichen Helfer für Körper, Geist und Seele entdecken. Infolge neuer Gewohnheiten sei denkbar, dass Sporttreiben für jedermann zu einem selbstverständlichen Teil des Lebens wird, so natürlich zum Alltag gehöre wie Zähneputzen. Ein Vorausblick mit historischer Fußnote. Schon 1959 hatte ein gewisser Walter Ulbricht die These vertreten: »Jedermann an jedem Ort – einmal in der Woche Sport!«

Im Idealfall dürfe, so Horx, in der modernen Gesellschaft die tägliche Einheit an Bewegung durchaus zu einer Art von Sucht geraten. Soll heißen, zu einer positiven Abhängigkeit von einer Droge, die im Unterschied zu anderen den großen Vorteil hat, ohne jedwede Schäden für Leib und Leben so ganz nebenbei von eigenen Sorgen und Nöten und vom Zustand der weltweiten »Omnikrise« abzulenken – wenigstens für die »Zeitweil« einer sportlichen Übungs- oder Fernsehstunde bis zur nächsten, um es einmal mit Günter Grass zu sagen. Alle, die zu Hause kranke oder gebrechliche Angehörige pflegen und sich hin und wieder bei einem Stündchen am Tischtennis- oder Volleyballnetz oder gymnastisch von solchen Strapazen erholen, wissen, was damit gemeint ist. Mal abschalten, das tut gut.

So gewaltig könnte der körperliche und psychologische Drang nach eigener und regelmäßiger sportlicher Betätigung künftig werden, dass er dereinst womöglich ganz und gar außerhalb des organisierten Sports ausgelebt wird und es »gar keine Vereine mehr bräuchte«. Eine Mutmaßung des vortragenden Futurologen, wie sie beim Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) als Veranstalter dieses Frankfurter »Dialogforums Sportentwicklung« Ende März mit rund 500 Teilnehmern vielleicht etwas zu futuristisch anmutete. Sport und Bewegung für alle, doch künftig komplett ohne Dachverband? Dahin soll es nicht kommen, wie die beiden DOSB-Vizepräsidentinnen Kerstin Holze und Miriam Welte ausführten und ihrerseits in die Zukunft des Dachverbandes schauten. Zumindest bis 2035. Als »Nord- und Leitsterne« strebe man in der

nächsten Dekade folgende strategische Ziele an: Erwachsene sollen sich in zehn Jahren durchschnittlich 150 Minuten pro Woche bewegen und damit mindestens doppelt soviel wie bisher. Sämtliche Kinder sollen es dann wöchentlich auf 90 Minuten bringen, was derzeit gerade mal 20 Prozent von ihnen gelingt.

Bis 2035 gedenkt der Dachverband weiterhin, von derzeit 29 Millionen Mitgliedschaften auf 35 Millionen zu klettern sowie die Anzahl von lizenzierten Übungsleitern von momentan 500.000 auf 1,5 Millionen zu verdreifachen. Schließlich soll im Spitzensport sommers wie winters weltweit ein Platz unter den »Top 5« zur Regel werden. Und: Der »kleine Sport« an der Basis bei den Vereinen soll bis 2035 eine einhundertprozentige Willkommenskultur in sicherer, echt sportfreundlicher Atmosphäre gewährleisten. Der I-Punkt auf allem: In zehn Jahren sollen alle Menschen in diesem Land in höchstens 15 Minuten Wegzeit von der Haustür entfernt eine moderne, komfortable, einladende Sportstätte vorfinden. Mitunter ist der Vorausblick hochgefährlich und nährt Phantasien, über die selbst optimistische, sportaffine Zukunftsforscher den Kopf schütteln.

<https://www.jungewelt.de/artikel/521021.sport-und-zukunft-raus-aus-dem-alltag.html>