

# Freikörperkultur

und Lebensreform

Reichsverband für Freikörperkultur e. V. (RFK)



Verlagsort Berlin  
1931 • Heft 3  
Preis 60 Pfg.

# Freikörperkultur und Lebensreform

PREV

Z e i t s c h r i f t  
des Reichsverbandes für Freikörperkultur e. V. (RFK)

Verantwortlicher Schriftleiter: Günther Preuß,  
Berlin-Baumschulweg, Neue Krugallee 224  
Rücksend. erfolgen nur, wenn Rückporto beigelegt ist.  
Geschäftsstelle des RFK: Berlin  
S W 61, Yorckstraße 22 (Laden)  
Fernruf: Bergmann 9390

Heft 3 / 1931

Verlag, Vertrieb und Anzeigenannahme:  
H. Apitz, Druckerei und Verlagsbuchhandlung, Berlin  
S W 61, Belle-Alliance-Str. 92. Fernruf: Bergmann 4776

Preis des Einzelheftes RM. 0,60

Bezugspreis einschl. Zusendung vierteljährlich RM. 1,65  
in geschlo-senem Umschlag RM. 2,40. Einzahlungen  
auf Postscheckkonto 66815 Freikörperkultur und  
Lebensreform, Berlin

## Auslandsberichte

Es sei erneut auf das zweite europäische Freikörperkultur-Treffen in Paris, Pfingsten 1931, hingewiesen. Wem es irgend möglich ist, der sollte sich als Vertreter der Fkk. in Deutschland, dem Mutterland der Bewegung, an diesem Treffen mit tatkräftiger Begeisterung beteiligen. Pr.

### Ansätze der Freikörperkultur-Bewegung in Italien

Von G. Preuß.

Auch in Italien hat im letzten Jahr eine der französischen Naturisten-Bewegung ähnliche Vereinigung, die „Unione naturista italiana“ von sich reden gemacht und bereits bedeutenden Umfang angenommen. Sie vertritt mit Eifer den Gedanken einer allseitigen Lebensreform und findet

keit, vegetarische Kost, hygienische und zweckmäßige Kleidung, Verbreitung von Anstand und Sittsamkeit und höheres Verantwortlichkeitsgefühl für die Kinder —. Aber (leider) . . . keine Nacktkultur!“

Aus Triest liegt eine Reihe von Briefen unseres Freundes Ernst G. Gorischegg vor. In seinem letzten Bericht heißt es u. a.: „— Die Absichten und Zwecke der „Associazione Naturista Italiana“ sind ziemlich die gleichen der Lichtbünde, nur ist vorläufig das Nacktbaden nicht im Programm einbegriffen und dies unter Berücksichtigung der hiesigen Gesetze. Auf dem Gelände ist daher das Badekostüm vorgeschrieben, doch — wie gesagt — ist dies noch nicht das letzte Wort.“ — Dem Schreiben lag ein Artikel



Teil d. „Lichtflotte“  
von Neusouland

Aufn. Paul Schulz,  
Berlin,  
Neusoulandbund

weitgehende Anerkennung. Allerdings hat diese Bewegung die letzte Konsequenz aller Lebensreform — das Bekenntnis zum nackten Menschen — vor allem im Hinblick auf die mannigfachen Hindernisse, noch nicht in ihre Zielsätze aufgenommen. Wesentlich für uns ist jedoch, daß ihre geistigen Führer die Freikörperkultur bejahen, wie die uns zugehenden Mitteilungen aus Italien zeigen. Ich zitiere zunächst aus einem Brief des Herrn Prof. Paoletti in Mailand:

„Man hat in Mailand (Corso Porta Nuova 34) einen Verein der „Naturisten“ mit folgendem Programm gegründet: — Wiedergeburt der menschlichen Rasse durch ländliches Leben in Licht und Luft, durch Gymnastik, Sauber-

der Tageszeitung „Il Piccolo“ bei über ein Interview, das Freund Gorischegg als Mitglied des Zentralkomitees der „A. N. I.“ diesem Blatt gewährte. Ich gebe hier Auszüge aus diesem Interview in der Uebersetzung wieder:

„Die Naturisten-Bewegung in Triest. — Rückkehr zu aufrichtiger Lebensart. — Eine Unterredung mit einem Mitglied des Zentralvorstandes.

In Triest hat sich eine Ortsgruppe der „Unione naturista italiana“ gebildet, die schon in andern Städten, wie Mailand, Rom, Genua und Turin, verbreitet ist. Verschiedene Länder und Regierungen haben nunmehr den volksgesundheitlichen und auch ästhetischen Wert dieser Be-

Ihre nassen Kleider zwingen. Dann bekommen Sie Ruhe.“ — Am ganzen Leibe zitternd befolgte sie meinen Rat. Immer stiller und ernster wurde der Kosak. Als die letzte Hülle fiel, verneigte er sich ehrerbietig, bat um Entschuldigung und schwamm eilends davon. Auch die Zuschauer gingen ihrer Wege, ohne sich nach der Dame umzublicken. Ich

sah noch, wie sie beglückt aufatmend die Arme der Sonne entgegenbreitete und dann ihre Kleider zum Trocknen aufhing. Diese Miß war auf etwas merkwürdige und gewaltsame Weise zur Freikörperkultur bekehrt worden.

(Fortsetzung folgt.)

PREV

## Werbung und Aufgaben für die Jugend im RFK.

Von Gr. Braunstein.

Wer die Jugend-Bewegung in Sport- und sonstigen Vereinen einige Zeit aufmerksam beobachtet, wird feststellen, daß gerade auf diesem Gebiet die verschiedenartigsten Erfolge zu verzeichnen sind. Während in einzelnen Vereinen alles ausgezeichnet klappt, kommt man mit der Jugend in anderen nicht nur nicht vorwärts, sondern der Betrieb geht langsam aber sicher zurück, bis eines Tages der richtige Mann als Führer die Angelegenheit in die Hand nimmt. Auch in unserem RFK. in den einzelnen Bünden steht die Jugend noch nicht dort, wo sie sein soll!

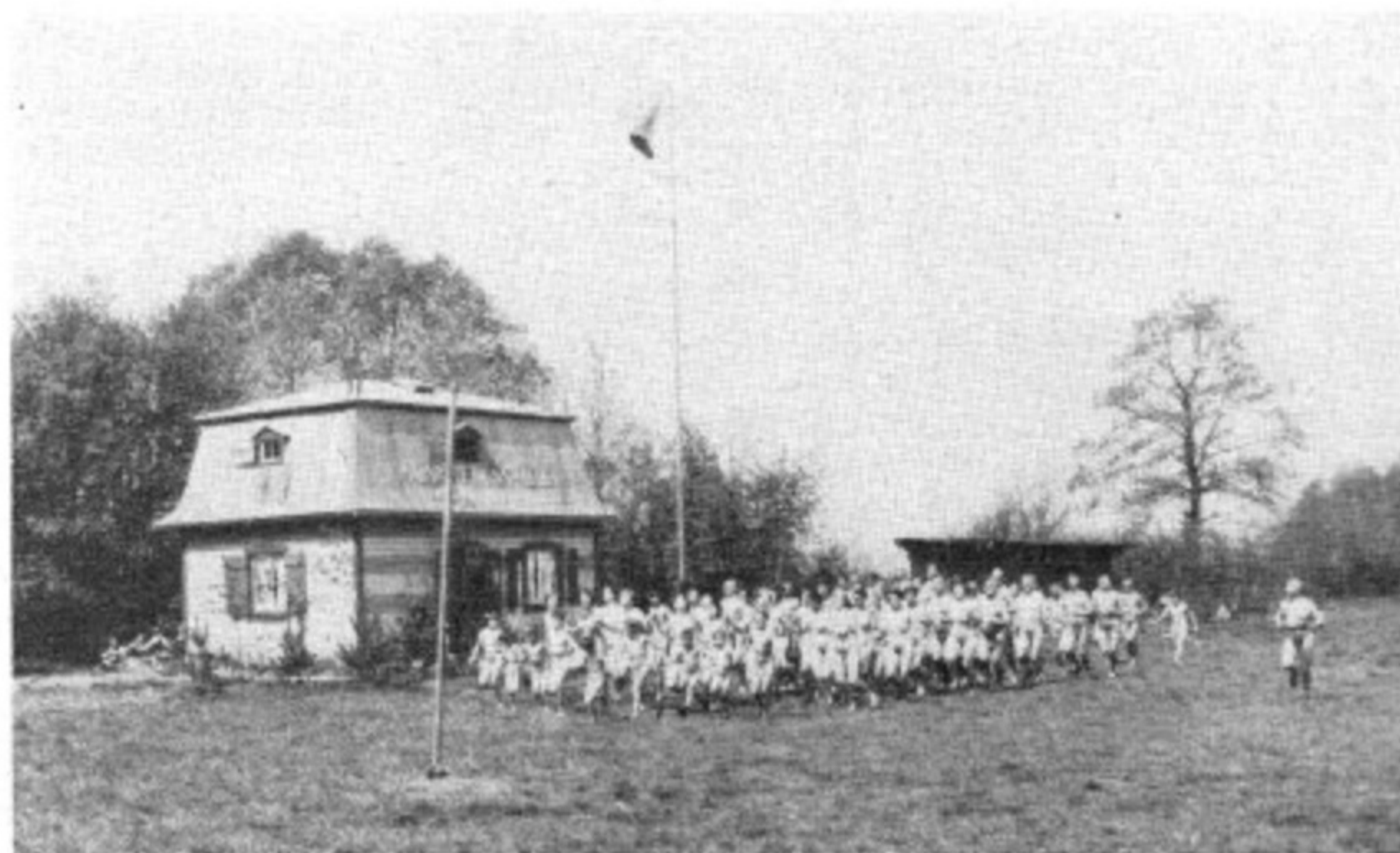
„Wer die Jugend hat, dem gehört die Zukunft!“ Es ist höchste Zeit, daß auch der RFK. mit seinen Jungscharen herausrückt, aber dazu genügen nicht die eigenen Kinder der Mitglieder, sondern hier steht uns der Weg frei, in die Masse zu dringen und aus dieser die Besten herauszuholen, bevor sie von irgendeiner Partei oder einem Vereine aufgesaugt sind. Wir haben gerade im RFK. mit unseren hohen Zielen und Idealen doch ein ganz besonderes Recht, uns mehr denn je um die heranwachsende Jugend zu kümmern! Im folgenden möchte ich mit einigen Erfahrungen den Anstoß zum Anfang geben, und sicher bleibt bei deren Nutzenanwendung der Erfolg nicht aus.

Langjährige Beobachtungen und Erfahrungen haben gezeigt, daß keine Einrichtung im Bundesleben und ihr gedeihlicher Fortgang derart stark von einer einzelnen Person abhängt, wie die der Jugendgruppe. Was hier ein einzelner Mann oder eine einzelne Frau leisten und erreichen kann, was aber auch eine einzige Person verderben und untergraben kann, das weiß jeder, der diesem Punkt auch nur geringe Aufmerksamkeit zuwendet. Hier gilt es nun als erstes, in den einzelnen Bünden und Gauen die geeignete Persönlichkeit zu finden, welche sich der Jugend mit Lust und Liebe annimmt und mit ihr jung sein kann und welche doch zur rechten Zeit den nötigen Takt und den sittlichen Ernst besitzt, um der Jugend auch Halt und Stütze sein zu können. Männer und Frauen, die diesen Anforderungen genügen, sind die berufenen Führer unserer Jugend,

und diese müssen sich doch im RFK. in allen Gauen finden lassen, stammen wir doch meist aus dem Wandervogel, überhaupt aus der Jugendbewegung, und bestimmt uns die Einhaltung unserer Satzungen nicht schon allein zu solchen Führernaturen? Also auf zur Tat! — Vorleben ist alles! — Oder wollen wir noch länger zusehen, wie der Wettlauf der Parteien um diese jungen Menschen diese unjung macht? Denn die Parteiprogramme machen die Jugend unjugendlich und einem Ressortgeist dienstbar, der ihren natürlichen Hunger nach Luft und Sonne abschnürt, bis der müde gewordene und verbitterte „junge“ Mensch sich mit der Stimmung abfindet: „Wir können ja doch nichts machen und ändern, also wollen wir genießen und uns leidlich anständig durchs Leben schlagen.“ Mit diesem Stumpfsinn ist der Zweck erreicht, der Hauptfeind unseres Volkes großgezogen. Es ist also unsere Pflicht, sich an dem Kampf und Wettlauf um die Jugend zu beteiligen, und dazu ist die beste Zeit das herannahende Schuljahrsende mit seinen Entlassungen. An die Eltern dieser Entlassenen sollten wir uns wenden mit einem Flugblatt, welches auf die Gefahren der ins Leben Tretenden hinweist und als Werbung für die Jugendgruppen im RFK. gilt. Der Erfolg ist sicher, wenn wir dies alle Jahre tun würden.

Für den Jugendleiter beginnt dann aber die Hauptarbeit; denn für ihn gibt es keine besonderen Annehmlichkeiten. Auf ihn wartet Arbeit an allen Ecken und Enden. Ob er sich theoretisch mit der Jugend beschäftigt, ob er sie hinausführt auf den grünen Rasen, oder ob er mit seinen Jungen auf längere Fahrt geht an Ferien und Feiertagen, immer hat er viel Arbeit, und darum gehört schon eine gewisse Opferbereitschaft dazu. Aber auf diesem Wege erziehen wir dann die Jugend in den einzelnen Bünden zu Kämpfern der Freikörperkultur-Bewegung für alle Zeit!

Mögen diese Zeilen dazu beitragen, daß einmal glänzende Erfolge von unseren Taten künden und damit die Gefahr verscheucht wird, daß auch unsere Bewegung einmal verflacht und versandet, weil man vergessen hat, rechtzeitig um den Nachwuchs, um die Jugend zu sorgen!



Generalangriff der Lichtkämpfer —  
Aufn. Erich Weifle, Freikörperkulturbund  
Leipzig e.V.

# Die Nacktkulturbewegung. ein kulturfördernder Faktor?

Von Adolf Koch.

## I.

Jede Zeitepoche hat ihre bestimmten Ausdrucksformen. Ich erinnere an die Gotik im Mittelalter, die sich in der bildenden und darstellenden Kunst, in Bauwerken und Kleidung immer wieder als selbstverständlicher Bestandteil widerspiegelte, um ein Beispiel zu nennen. Das vorige Jahrhundert war vorwiegend auf Training des Geistes eingestellt. Das Leben des Einzelnen und der Gesamtheit zeigte eine entsprechende Gestaltung. Bis in das Kleinste ist das geistige Prinzip nachweisbar, das zu einem Uebertraining wurde. So zeigten z. B. die Stundenpläne in den Schulen im Höchstfall 2—3 Turnstunden in kleineren und größeren Städten, auf dem Lande und in kleinen Gemeinden für Jungen eine Turnstunde, für Mädchen keine! Dem gegenüber standen 24—36 „geistige Bildungsstunden“. Die Universitäten kannten bis vor ganz kurzer Zeit überhaupt keine Stunden für Leibesübungen. Ein kleiner Ausgleich gegenüber diesem geistigen Drill war die Militärdienstzeit. Die schwächeren Naturen hatten auch diesen kleinen Ausgleich nicht, denn sie waren militärdienstuntauglich. Der Idealtyp des Menschen war die mit Wissen und Wissenschaft vollgepfropfte Natur. Examen über Examen schafften äußere Bewertungsmaßstäbe und die einzige Möglichkeit, „aufwärts“ zu gelangen. So wurde das geistige Prinzip doch nur die Grundlage für eine äußere Form, für das Berechtigungswesen mit den vielen Zeugnissen einerseits, den Titeln, Orden und Ehrenzeichen andererseits. Der Geist war der Mittelpunkt, der Körper war nichts. Geistige Arbeit wurde geschätzt, körperliche Arbeit minder bewertet. Die sich kaum verstehenden Bevölkerungsklassen, die Unterschiede zwischen Geistes- und Handarbeiter fanden hier ihren natürlichen Boden.

## II.

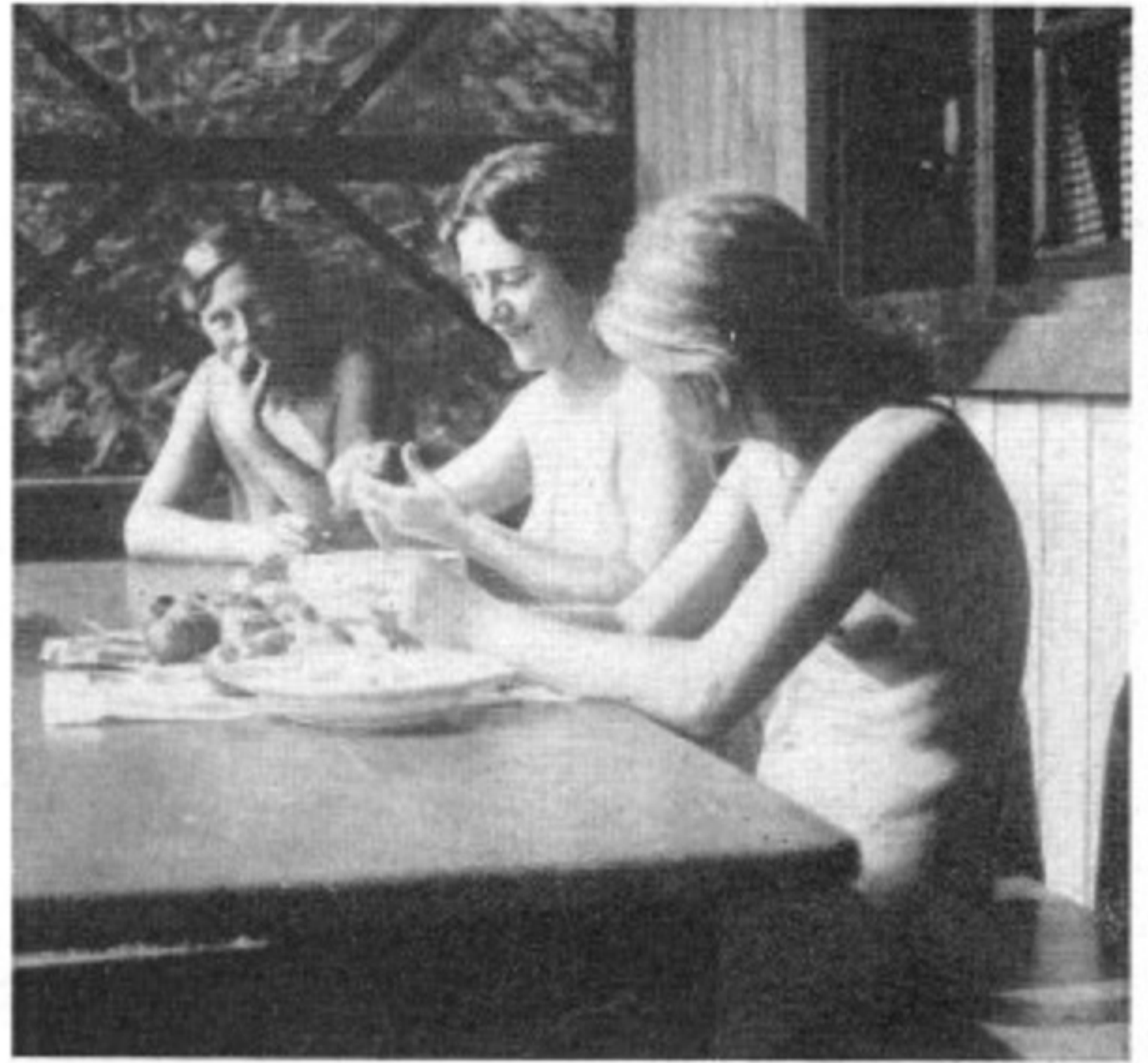
Der Mensch der Gegenwart, auch der Jugendliche, ist das Produkt jener geistig überbetonten Epoche. Die Mechanisierung in Büro und Fabrik im letzten Jahrzehnt tat das ihrige zu einer weiteren Unterdrückung freier Körperbewegung. Der Mensch fühlt sich als Teil einer Maschine, als Teil eines mechanischen Geschehens, als winziges Teilchen eines laufenden Bandes: es fehlen ihm die Möglichkeiten zur Naturverbundenheit, weil er das Stück Natur, was er selbst ist, nicht kennt. Der Mensch der Gegenwart kann also nicht harmonisch sein, sondern führt ein gespaltenes Dasein. Diese Gespaltenheit ist um so größer, je mehr der Mensch dem mechanischen Milieu unterliegt. Diese Gespaltenheit drückt desto schärfer, je mehr die soziale Not der Zeit durch schlechte Bezahlung, Ueberstunden, Wohnungsnot auch dem Wollenden nicht die Möglichkeit einer Gegenentfaltung gibt. War im vorigen Jahrhundert wenigstens der Geist noch Mittelpunkt und der Glaube an den Intellekt vorhanden, so hat die technisch mechanisierte Gegenwart den ohnehin schon unterdrückten Leib zu einer willenlosen seelenlosen Form gestempelt.

## III.

Turnen und Sport haben den Versuch gemacht, eine Ausgleichsmöglichkeit zu schaffen, konnten aber den Menschen nicht schaffen, der die Gegenwart meistert, der in der Zeit steht und zugleich über ihr. Turnen und Sport standen neben dem bisherigen Leben des Einzelnen und der Gesamtheit als losgelöste Erscheinungsformen. Irgendwelche Beziehungen zur persönlichen Gestaltung haben nur diejenigen wenigen gefunden, die zufällig durch die Jugendbewegung gegangen sind. Auch die Gymnastik in sogenannten bürgerlichen Kreisen blieb mehr oder weniger Modeerscheinung, niemals aber dauernder oder gar beeinflussender Lebensbestandteil.

## IV.

Es ist aber nicht zu leugnen, daß die Beschäftigung mit dem Körper — sei es im Turnen, sei es im Sport, sei es



Auch draußen schaltet die tüchtige Hausfrau!

auf einem Nacktkulturbadeplatz, sei es in der körperbetonten Modeform, sei es im Kabarett oder auf der Bühne — Kenntnisse vom Körper überhaupt vermittelt hat, die vorher nicht mehr vorhanden waren. Das müssen wir ehrlich zugestehen, wenn uns auch die vielen mondänen „Körpererkennungsformen“ nicht zusagen. Wer aber heute an den Ufern unserer märkischen Flüsse und Seen die Wochenendbewegung verfolgt, der wird den Unterschied gegenüber der Zeit von 1900 mehr als deutlich empfinden. Langsam erwacht etwas Sehnsucht nach Erde, Suchen in der Natur, — wenn auch zumeist mit Grammophon, Jazz und Radio. Es gilt auch nicht hier Wertmaßstäbe anzulegen, sondern nur sachlich festzustellen, was vorhanden ist. In diesen Gegenwartszuständen liegen aber die Grundlagen für einen neuen modernen und freien Menschen, der nicht mehr willenloser Sklave seines mechanischen Arbeitsmilieus ist.

## V.

Und was hat das alles mit Nacktkultur zu tun? Soweit die Nacktkultur aus Baden in Licht, Luft und Sonne besteht, — was sicher besser ist und gesünder als mit Kulturläppchen — also im wesentlichen aus Weglassen der Badehose, gliedert sie sich ein in die beginnenden neuen Formen vorhin geschilderter Art und verdient schon aus diesem Grunde Förderung und Unterstützung, weil die Nacktkulturbewegung den weitesten Schritt vorwärts getan hat. Es gibt aber in sozialistischen Kreisen eine andere, weitgehendere Bewegung, die heute zusammengefaßt ist im Verband Volksgesundheit und ihren typischsten Ausdruck gefunden hat in einigen „sozialpädagogischen Freikörperkulturschulen“ in Berlin, Hamburg und Elberfeld.

Diese Bewegung geht bewußt aus von dem gespaltenen Menschen der Gegenwart und will in ihrer Zielstellung Körper und Geist in Einklang bringen, gleichzeitig aber auch den unterdrückten Leib fähig machen, sich den veränderten Berufs- und Lebensformen der Gegenwart anzupassen, biologisch gesehen: einzugliedern. Der Leiter des Preuß. Instituts für Sexualwissenschaft schreibt einmal treffend: „Da der Mensch ein Stück Natur ist, und Liebe das aufbauende Element des Lebens, so folgern wir: Starkes Leben äußert sich in einheitlicher Liebe zur Natur und zum Menschen. Mensch und Natur sind eines nur.“ Ähnlich äußerte sich auch R. Ungewitter, einer der ältesten Vorkämpfer in „Nacktheit und Moral“. Diese Äußerung kann zugleich als Zielstellung aufgefaßt werden, aus der sich folgende Auswirkungen ergeben: Die Nacktkulturbewegung hat auszugehen von der Erkenntnis, daß Kultur



„Ringelplatz“

Phot. Holl, Bund der Lichtfreunde, Münch.

An der Fähigkeit, sich an den tausendfältigen Schönheiten und Offenbarungen der Natur erfreuen zu können, ist mit Recht die Kraft und der gesunde Sinn eines Volkes oder einzelner Menschen zu erkennen.

Zum Glück gibt es noch eine große Zahl, die den Unfug flacher Vergnügungssucht ablehnen. Wohl in keinem anderen Volke ist das Streben nach Lebensreform so lebendig wie in unserem. Der spöttische Unterton früherer Jahre, der aus der Bezeichnung „Lebensreformer“ sprach, ist längst geschwunden. Große Beachtung bringen weite Volkskreise den Forschungen der Lebensreform entgegen, insbesondere denen der Ernährung, der Körperpflege, der Kleidung und Lebensführung.

Die Reform der Lebensweise umfaßt nicht allein eine vernünftige Einteilung und Beachtung der täglichen Lebensführung. Mehr und mehr wird die ebenfalls ausschlaggebende Bedeutung einer Schulung und zielfesten Beherrschung der Gedanken der seelischen und geistigen Kräfte erkannt und beachtet.

Es gibt aber viele Menschen, die wohl alle Ernährungsünden peinlich vermeiden oder mit ganzer Hingabe seelische Kräfte schulen und dennoch Grundlagen außer acht lassen, deren Beachtung durchaus notwendig ist. Eine wirkliche Reform des körperlichen und geistigen Lebens ist nur gemeinsam mit einer ernstesten Körperschulung möglich. Die beste Ernährung kann die körperliche Übung nicht ersetzen, wenn Berufstätigkeit täglich schädigend auf den Körper einwirkt. Noch einschneidender trifft dies bei der Jugend zu. Hier sind im Leben vieler Reformer sehr bedenkliche Mängel und Lücken vorhanden. Einer großen Zahl sind gymnastische Übungen und eine gymnastisch eingestellte Lebensführung noch gänzlich unbekannt.

Obwohl es eine Anzahl ausgezeichnete Lehrbücher gibt, scheuen viele, sich mit der Gymnastik zu beschäftigen, weil ihnen das Vertrauen in die eigene Kraft fehlt. Diese Einstellung ist entschieden falsch.

Keiner leidet eindringlicher unter den zerrütteten Verhältnissen unserer heutigen Zeit als der Mensch, der strebend sich nach gesunden Verhältnissen sehnt. Für ihn wird die Ferienzeit von besonderer Bedeutung. Gerade er vermeidet mit Sorgfalt diejenigen Orte und Gegenden, die von großstädtischer Zivilisation bereits erobert wurden. Es gibt schon eine kleine Zahl Ferienheime, die sich ganz auf reformerische Grundlage eingestellt haben. Einige sind, wenn auch recht einfach, so doch vortrefflich geleitet und haben sich einen Freundeskreis geschaffen.

Anmerkung. In der nächsten Nummer werden die vorstehenden Ausführungen Freund Suréns im Hinblick auf

einen neuen großzügigen Geländeplan durch ihn noch weiter ergänzt.

Pr.

## Dies und Das

### Ein Beispiel „christlicher Liebe und Barmherzigkeit“.

Unser Freund August Knobling war bis Ende vorigen Jahres zum Zwecke seiner Ausbildung als Nervenarzt in der St. Josefs-Heilanstalt in Berlin-Weißensee tätig. Weil er sich zur Freikörperkultur bekennt, entließ man ihn. Wie er uns mitteilt, wurden während seiner Tätigkeit auch die sozialen Verpflichtungen (Urlaub, Sozialversicherung) ihm gegenüber nicht erfüllt bzw. verweigert, bis ihn die barmherzigen Brüder eben gänzlich hinaussetzten. Er ist nun schon seit vier Monaten arbeitslos.

Freund K. ist Mitarbeiter verschiedener Zeitschriften unserer Bewegung und schrieb u. a. bereits in „Sonne und Leben“ einen längeren Aufsatz über „Metaphysik und Freikörperkultur“.

### Der „Lichtherr“.

Kurzes Zwischenspiel aus dem praktischen Leben — zur Erweckung des Schamgefühls.

Ort der Handlung: An der Kasse im Stadtbad Berlin-Mitte am Nacktbade-Abend.

Personen: Das Mädels an der Kasse, ein Helfer, der „Lichtherr“.

Helfer: Den Ausweis bitte!

(Der Lichtherr zeigt ihn vor.)

Helfer (zur Kasse gewendet): Für einen Mann, bitte!

Der Lichtherr: „Erlauben Sie gefälligst, ich bin ein Herr!“

Aus.

Verein oder — Bewegung?

Woran erkennt man aber im Lichtkleid den Lichtherrn unter den Lichtfreunden?

Antwort: An der unsichtbaren Badehose!

F. L.

### Schund und Schmutz.

Der Verlag unserer Zeitschrift erhielt am 10. 2. 31 von einem Herrn S. aus Lemgo einen Brief, der wie hier folgt beginnt:

„Sehr geehrter Herr Apitz! Ich lese gerade in Ihrer Freikörperkultur-Zeitschrift „Figaro“ (erscheint nicht im Apitz-, sondern im Auffenberg-Verlag), hinten auf der Umschlagseite, aus dem Inhalt Original-Photos von Absteige-Quartieren und prostituierten Typen. Ich möchte nun mal bei Ihnen anfragen, ob Sie da Postkarten von nackten Mädchen und Männern haben, wie sie doch oft in diesen Absteige-Quartieren gemacht werden. Sie wissen wohl Bescheid, was ich meine, ich mag mich nicht so recht ausdrücken.“

Drücken Sie sich ruhig aus, Herr S., Sie suchen also mehr oder weniger Schweinereien und glauben sie im Verlag des „Figaro“ zu finden. Hoffentlich täuschen Sie sich. Ganz sicher sind wir unserer Sache allerdings nicht, denn der „Figaro“ gehört noch immer zu den Zeitschriften, die