

**Zeitschrift:** Die Berner Woche in Wort und Bild : ein Blatt für heimatliche Art und Kunst

**Band:** 10 (1920)

**Heft:** 33

**Artikel:** Herrschaft des Geistes über den Körper

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-639304>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 14.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Polen selbstständig über die Friedensfrage zu verhandeln. Unglücklich ist ein solcher Bluff deshalb, weil England wesentlich lauter nach dieser Konferenz schreit als Russland. Man hat das in Revolutionsnöten tobende Land so lange hermetisch abgeschlossen, bis es die Zickzackwege, durch alle Irrtümer und Fehlgriffe kommunistischer Produktionsweise durchschritten und den Anfangsgrund einer neuen, selbstständigen Wirtschaft legen konnte. Je länger seine Abtrennung dauerte, umso sicherer mußte seine selbständige Entwicklung sich begründen. Die Sicherheit besteht vor allem in der neuen Arbeitsdisziplin, die, ob sie nun bürokratisch oder auf Grund der Rätesystems errichtet wurde, dem Osten jedenfalls einen gewaltigen Überfluß an schaffenden Kräften verbürgt. Die statistischen Zahlen des russischen obersten Wirtschaftsrates mögen angezeifelt werden, aber ihr Sinn ist klar: Wenn die Werkstätten des Reiches innerhalb weniger Monaten doppelt soviele Lokomotiven herstellen wie früher, so werden sie alsbald die amerikanische Konkurrenz entbehren können; die steigende Kohlenförderung im Donezbeden, das erst seit einem knappen Jahr wieder in bolschewistischen Händen liegt, besagt das Gleiche. Die rationell betriebene Ausbeute der kaukasischen Naphtaquellen ebenso.

Nun muß es jedermann auffallen, wie Russland sich trotz oder vielleicht gerade wegen des Polenkrieges dank den verdoppelten Anstrengungen zu erholen beginnt, während der Westen an allen Folgen des verschossenen Krieges leidet und unter beständiger Sabotage seiner Arbeiterklasse dahinsiekt. Es folgt daraus mit annähernder Sicherheit, daß in einer fortgesetzten Serie von Kriegen der Westen den Kürzeren ziehen wird. Keine Kriegsdrohungen der Ententemacht haben gegenüber den russischen Unterhändlern können ernst genommen werden. Die internationale Konferenz der Seefahrer in Genua, welche beschlossen hat, jeden neuen Weltkrieg durch den Generalstreik zu lähmeln, steht mit ihren Tendenzen nicht allein. Der ungarische Boykott hat bewiesen, welche Wege die mit Russland sympathisierenden Gewerkschaftsbünde einzuschlagen gedenken. Es versteht sich von selbst, daß solche Lähmungsaktionen sich nur gegen den Ententemilitarismus richten, während der russische frisch, vollblütig und gelenkig bleiben wird.

In dieser heillos tragischen Situation aber arbeitet, wie gesagt, der oberste Vertreter des ganzen Westens mit einem Bluffversuch, den er sogleich selber entlarven muß. Er steht vor der Tatsache, daß der polnische Waffenstillstand vorläufig an einer russischen Forderung gescheitert ist: Die Bolschewiki verlangen, daß die Unterhändler aus Warschau mit Vollmachten über die Unterzeichnung eines Vorfriedens ausgerüstet sein sollen. Damit wird der Plan der Londoner-Konferenz zerrissen. Deshalb der Bluff.

Aber einen Tag darauf, nachdem schon die Nachrichten über eine englische Flottenparade in der Presse zirkulierten, nachdem der alte Northcliffelügenapparat den Entwurf eines deutsch-russischen Bündnisses vom vergangenen März publiziert hatte, empfing Lloyd George doch Krassin und Kamenev und unterhielt sich mit ihnen fünfhalb Stunden lang über die schwedenden Fragen, vor allem über den russischen Vormarsch. Es mögen auch schon die grundsätzlichen Vorschläge der Russen besprochen worden sein. Berliner wollen wissen, Moskau werde eine großangelegte diplomatische Aktion unternehmen, die der ganzen bisherigen Entente-politik moralisch das Genick bräche. Kamenev komme mit bestimmten Vorschlägen an: Versammlung von Vertretern aller siegreichen und besiegten Staaten, Herstellung eines allgemeinen Weltfriedens auf Grund der 14 Punkte Wilsons usw.

Solche Meldungen können gemeine Enten sein; sie beweisen trotzdem, in welche Aufregung der Westen geraten ist angesichts des mobilen roten Ostens, der zu Verhandlungen bereit scheint, sich jeden Augenblick mit Vorschlägen verneigt, trotzdem er ohne Verhandlungen leben könnte, während die

Vertreter der alten Staaten, voll Misstrauen gegenüber dem Gegner, gegenüber auch dem eigenen Grund, auf dem sie ruhen, Drohungen ausstoßen und dennoch nicht zuschlagen dürfen.

Ja, sie dürfen nicht schlagen. Ein Blinder allein sieht das nicht. Und solche Blinde scheinen die Militäristen zu sein. Die polnischen Generäle vollziehen Rückzug um Rückzug, rühmen in ihren Bulletins die Heldenataten der Armee, und die Ententegeneräle sprechen von einem lang andauernden Widerstand und trösten, die Lage Polens sei weit davon entfernt, dem Ende nahe zu sein.

Mittlerweile setzen Russen und Polen ihre Kämpfe und Verhandlungen fort. Polen wird als Bedingungen stellen: Anerkennung seiner Souveränität, Nichteinmischung Russlands in seine inneren Verhältnisse. Russland hat ein Hauptinteresse daran, die wirtschaftliche Verbindung mit Deutschland freizubekommen; in Voraussicht kommender Judenprogramme verlangt es Sicherheit für alle Juden und Kommunisten. Es kann selbstverständlich seine Forderungen so hoch stellen, wie Österreich gegenüber Serbien anno 1914, um die Fortsetzung des Krieges zu erzwingen. Dann wird auch die Diplomatie Frankreichs kein Auskunftsmitteil mehr kennen als die Logik der Generäle.

Was dann kommen wird: Verleugnung der deutschen Neutralität, weißer Schreck im unbefestigten Polen, Bürgerkrieg in Deutschland, Krieg Russlands gegen Rumänien, die Verbrüderung Ungarns mit Polen und der Entente, wer weiß!

Aber es ist nicht gesagt, daß England diesmal der Militärlogik erliegen muß. Nachdem Lloyd George Polen preisgab, indem Kamenev empfangen wurde, kann er trotz allen Zusamminkünften mit Millerand in Folkestone, Boulogne oder sonstwo nicht mehr den Krieg um Polens willen entfesseln helfen. Die Situation ist gepanzt. Ist Englands Besinnung nicht mehr Überlegenheit, sondern reine Ratlosigkeit?

-kh-

## Herrschaft des Geistes über den Körper.

Es gibt gar nichts Wichtigeres für den Menschen, als daß er so früh wie möglich lernt, von der Macht seines Geistes über den Körper ausgiebigen Gebrauch zu machen und den Körper einfach an Gehorsam zu gewöhnen. Wenn man später von jeder körperlichen Schwäche und Verstimmung abhängig ist und sich und andern damit die Laune verdritt, dann verwünscht man es, daß man sich immer gehen ließ in der Jugend — aber dann hat der Körper sich die Nerven meist schon so untertan gemacht, daß es zu spät ist.

Heiter und lebendig bei starkem Kopfweh und Zahnschmerzen bleiben, nicht jeder Ermüdung nachgeben, gerade und fest bei Tisch sitzen, auch wenn man umfallen möchte, fest auftreten beim Gehen, wenn man schleichen möchte, sich keinerlei Gejämmer erlauben, sich nicht gegen Kälte verweichlichen, schlecht schmeckendes Essen mit Heldenkraft herunterschlucken, nicht gleich jedem kleinen Unwohlsein Gehör schenken — damit erobert man sich seine Freiheit und kann etwas Tüchtiges in der Welt vollbringen.

(Aus: Försters „Jugendlehre“, Verlag G. Ritters, München.)

## Ergebnung.

Weil aus jedem Unterliegen  
Neugeboren ich erstehe,  
Gott, glaub' ich an dich.  
Weil zum großen, vollen Siegen  
Du gebietend dein „Bergehe“  
Forderst, beug ich mich.

Gustav Hans Graber.