

Zeitschrift: Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 10 (1953)

Heft: 6

Artikel: Ich gab dir die Fackel im Sprunge... : Gedanken zu einem anonymen Gedicht aus dem Stefan-George-Kreis

Autor: Scheller, Thilo

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-991217>

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: 14.02.2026

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

Starke Jugend Freies Volk

Monatsschrift
der Eidgenössischen Turn- und
Sportschule (ETS.) in Magglingen



Magglingen, im Juni 1953

Abonnementspreis Fr. 2.30 pro Jahr

Einzelnummer 20 Rp.

10. Jahrgang

Nr. 6

Ich gab Dir die Fackel im Sprunge...

Gedanken zu einem anonymen Gedicht aus dem Stefan-George-Kreis

Wenn die Alten das Leben in einem Abbild sichtbar machen wollen, dann stellen sie es in der Gestalt eines strahlenden Jünglings dar, der in der erhobenen Rechten eine lodernde Fackel hält, aus der die Lohe lebendig herausschlägt, während die Linke eine schwelende Fackel in die dunkle Erde taucht, sie sanft zu verlöschen.

Wer lange Zeit still an einem offenen Feuer sass, der weiss, dass Feuer etwa Urlebendiges ist und uns durch das ganze Leben begleitet. Das heimliche Feuer hinter der Hecke, das wir als Knaben schürten, das Fackeltragen der Jünglinge in ihrem Sturm und Drang, das Schmiedefeuer und der glühende Hochofen des schaffenden Mannes, das Herdfeuer der Frau und der wärmende Ofen des Alters, das seine Weisheit ausstrahlt, bis der Tod sie leise auslöscht.

Überall wird das Dunkel durch Fackeln erhellt, die einstmals der Himmelstürmer Prometheus den Göttern geraubt, um mit dem Feuer den Menschen eine Urmacht in die Hände zu geben, die ihnen, wie alle Dinge, zum Guten und zum Bösen gereichen konnte.

Aber am schönsten und reinsten brennt doch das Feuer in der Brust der Jünglinge. Sie durchstossen das Zielband nach drängendem Lauf, sie sprengen die geballten Kräfte ihres Leibes, indem sie sie springen machen in die Höhe, in die Weite und an federnder Stange baumwipfelhoch über den Sand; sie spielen das kühne Spiel mit dem Schwerpunkt, der wie ein Ball in ihre Mitte geworfen, sich schwingt und wirbelt und die kühnsten Leibeskünste wagt.

Dort tragen schnellfüssige junge Läufer den Staffelstab dahin (einstmals war es die hölzerne Hülse, in der die Botschaft der Könige von riesigen Läufern durch die Länder getragen wurde, bevor der Mensch sich den Dampf und den Strom der Elektronen dienstbar gemacht hatte), sie tragen mit dem Staffelstab wie eine Fackel ihren Willen zum Sieg an das Ziel, aber jeder nur ein kraftvoll erfülltes Stück, dann nimmt der nächste Läufer ihn auf, weiter, der

Schwung bleibt im Schwung, das Feuer bleibt Feuer und weiter stürmt der Läufer dem nächsten zu, wer achtet noch des Abgelösten, der nach Atem ringt, den er auf seiner Bahn dem Siege geopfert? Die Herzen und Augen der Zuschauer sind beim Stab und das Brausen der Menge ist um ihn, wenn er durchs Ziel getragen wird.

Nach einer Idee des Neugestalters der Olympischen Spiele wird alle vier Jahre die brennende Fackel aus Hellas, vom olympischen Herd, geholt und, von Hand zu Hand durch Jünglinge zu der Feierstätte getragen, das festliche Feuer zu entflammen. Sie tragen es durch den Raum, den Menschen bewohnen. Und ebenso werden Fackeln von den Jünglingen getragen durch die Zeit von Hellas bis heute. Und die sie trugen und tragen werden, sind immer wieder die Jünglinge.

Einer von ihnen aus einem Kreis, der eigenwillige Formen prägte, die Würde des Menschen darzustellen, hat es in einem Gedicht gültig ausgesprochen, einer, der wusste, dass wir von Stufe zu Stufe weiterzuschreiten haben und uns nicht anklammern dürfen an den Augenblick da jedermann die Fackel in unserer Hand sieht, der Künftige hat sie zu übernehmen, nicht, damit er im Lichte strahle, sondern dass er sie weitergebe, die kostbare Last. Und was jener Jüngling in seinem Gedicht dem Einen sagt, das sagt er Allen:

Dass wir den Auftrag haben, das glühende, lodernde Leben weiterzutragen. — Wohin? Vielleicht zurück

Aus dem Inhalt:

Ich gab Dir die Fackel im Sprunge ... / Sport und Rauchen
Bilder lehren / Methodik unter uns / Psychologische Aspekte im Sport
Blick über die Grenzen / Bücher und Zeitschriften
Begegnung mit der Vorunterrichts-Laufbahn
Ferien-Kurse 1953

dorthin, wo es einst Prometheus geraubt hat, zu den Göttern, um olympisch zu reden; in unserer Sprache gesprochen, hat jeder das Stückchen aufleuchtender Ewigkeit, das Gott ihm zu Leben gab, weiterzutragen von Gott... zu Gott...! Lasst uns froh sein der strahlenden Jünglinge mit Fackeln in den Händen, die immer aufs neue das Dunkel übermügen; denn das ist ja das Tröstliche in dieser leidvollen Welt, dass alles Leben immer um einen Schritt schneller ist als der Tod, dass alles Licht immer um einen Funken heller ist als die Dunkelheit, dass alles Gute immer um einen Herzschlag stärker ist als das Schlechte, sonst lohnte es sich nicht zu leben, wie jener Dichter es deutet:

Ich gab Dir die Fackel im Sprunge,
Wir fassten sie beide im Lauf.
Beflügelt von ihrem Schwunge
Nimmt nun sie der Künftige auf.
Drum lass mich! Und bleib ihm zur Seite,
Bis fest er die Lodernde fasst.
Im kurzen, doch treuen Geleite
Ergreif er die kostbare Last.
Du reichst ihm, was ich dir gegeben
Und sagst ihm, was ich dir gesagt.
So zünde sich Leben an Leben,
Denn mehr ist uns allen versagt...

Thilo Scheller. «Deutsches Turnen» Nr. 23/1952

Sport und Rauchen

von Dr. Rolf Albónico

Im Zusammenhang mit unseren Betrachtungen über das Thema «Der Sportler und seine Gesundheit» ist es nicht anders möglich, als auch das Rauchproblem zu streifen.

Vorweggenommen sei, dass der oft vertretene Standpunkt der Raucher, das Rauchen sei ihre private Angelegenheit, über die sie niemandem Rechenschaft schuldig seien, nur bedingt stimmt. Dass der rauchende Sportler zum unfairen Kämpfer werden kann, ist am Schlusse der nachfolgenden Ausführungen abgeleitet; hier sei auf die Erscheinung des Passivrauchens hingewiesen. Das Rauchen birgt nämlich nicht nur für den Raucher selbst Probleme, sondern auch für alle diejenigen, die gegen ihren Willen zum Einatmen von Tabakrauch gezwungen werden. Nur wenn die unter diesem Gesichtspunkt sich ergebenden — und übrigens durch die Gebote der Wohlanständigkeit bedingten — Rücksichten gegenüber den nicht-rauchenden Mitmenschen beobachtet werden, kann das Rauchen als private Sache betrachtet werden. Die dem Rauchen innewohnenden Gefahren, von denen uns Aerzte und Hygieniker in unmissverständlicher Deutlichkeit stets von neuem berichten, gilt es allerdings dabei in Kauf zu nehmen. Der Raucher muss damit rechnen, früher oder später gesundheitlichen Tribut entrichten zu müssen für sein Vergnügen. Es ist nicht Zweck dieser Ausführungen, alle die sicheren, wahr-scheinlichen und möglichen Folgen des Rauchens aufzuzeigen; doch wird es den rauchenden Sportler interessieren, dass erwiesenermassen Herzbeschwerden bei Rauchern häufiger auftreten als bei Nichtrauchern, dass die Atmung und der ganze Vorgang der Sauerstoffversorgung des Körpers durch das Rauchen spürbar in Mitleidenschaft gezogen werden, dass chronisches Rauchen die Verdauungsvorgänge ungünstig beeinflusst und auch die Nerven angreift. Die leicht zu erkennenden Symptome dieser vier Schädigungsgruppen sind folgende (sie können von jedem Raucher — sofern er sich selbst gegenüber ehrlich genug ist — mehr oder weniger festgestellt werden):

Durch Rauchen wird der Puls erhöht, der Blutdruck gesteigert, die Blutgefässe verengt und das Herz im normalen Rhythmus gestört. Von diesen Erscheinungen bis zu eigentlichen Herzbeschwerden und -schädigungen ist oft ein kleiner Weg.

Die als Folge des Rauchens vorzeitig eintretende Ermüdung ist die Wirkung des im Rauch enthaltenen Kohlenoxydes auf das Blut. Dieses Gas wirkt durch seine grosse chemische Affinität zum Hämoglobin der roten Blutkörperchen sauerstoffentziehend. Weniger Sauerstoff hat aber geringere Leistung und schneller eintretende Ermüdung zur Folge. Diese Erscheinung treffen wir vor allem beim inhalierenden Raucher.

Die nachteilige Wirkung des für den Sportler besonders schädlichen Inhalierens liegt darin, dass durch die Berührung des Rauches mit den Lungenbläschen die nikotinresorbierende Fläche sehr gross wird; so nimmt der inhalierende Raucher bis zu siebenmal mehr Nikotin ins Blut auf als der Raucher ohne Lungenzüge. — Ebenfalls mögliche, dem Sportler kaum willkommene Folgen des Inhalierens sind geringe Lungendehnbarkeit und damit verbunden geringe Vitalkapazität, Lungenfasskraft.

Von den chronischen Katarrhen vieler Raucher, als Folge der ständigen Reizung der Atmungsorgane durch die verschiedenen Gifte — Blausäure, Ammoniak, Schwefelwasserstoff, Benzopyren, neben dem Nikotin — sei nicht speziell die Rede.

Es ist bekannt, dass Tabak mit der Zeit den normalen Appetit verdirbt und dazu führt, dass überhaupt nicht mehr richtig gegessen wird. Der physiologische Vorgang ist der, dass ein Teil des Nikotins mit dem Speichel in den Magen gelangt und hier die für das Hungergefühl und die Verdauung unentbehrliche Saftausscheidung hemmt.

Von den vielen Argumenten, die zugunsten des Rauchens ins Feld geführt werden, ist eines für den aktiven Sportler von besonderer Bedeutung: «Rauchen wirke beruhigend», ist eine oft gehörte Redensart, der jedoch die Tatsache gegenübersteht, dass das Rauchen im allgemeinen eher an- und aufregt, dass also seine Wirkung auf die Nerven eher nachteiliger Art ist. Schlafstörungen dürften zum mindesten dem Wettkampfsportler kaum erwünscht sein.

Gesamthaft betrachtet muss für den Sportler die gesundheitliche Seite des Rauchens etwa wie folgt beurteilt werden:

Wenn auch zugegebenermassen die individuellen Unterschiede hinsichtlich der Disposition zu den möglichen Rauchschäden sehr gross sind, ist es doch in keinem Falle gerechtfertigt, für sich absolute «Rauchfestigkeit» zu beanspruchen. Mit gesundheitlichen Schäden oder zum mindesten Störungen irgendwelcher Art muss also gerechnet werden. Daraus ergibt sich, dass zum mindesten alle diejenigen Sportler, die angeblich ihren Sport aus gesundheitlichen Gründen betreiben, nicht Gewohnheitsraucher sein dürften.

Ob der Wettkampfsportler rauchen darf, ist eine Frage, die für Aerzte, Sportlehrer und Trainer schon längst entschieden ist. Nur bei den Wettkämpfern selber scheint die Erkenntnis der Unvereinbarkeit von Rauchen und Höchstleistung noch nicht durchgedrungen zu sein. Tatsache aber ist, dass Rauchen und Höchstleistung zwei Dinge sind, die sich endgültig nicht miteinander vertragen. Nicht nur ist die Gefahr der Schädigung bei der gewaltigen zusätz-