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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 13 (1956)

Heft: 3

Artikel: Der Gefährte

Autor: Kaech, A.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-991095

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: 02.10.2025

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 März 1956 | Abonnementspreis Fr. 2.30 pro Jahr | Einzelnummer 20 Rp. | 13. Jahrgang | Nr. 3

Der Gefährte

Comment admirer ton créateur,
si tu méprises ton corps ?
(Wie willst Du Deinen Schöpfer bewundern, wenn Du Deinen Körper missachtest?)

Jean Giraudoux.

Der Herrgott hat uns einen Körper gegeben. Er ist unser. Wir können uns weder von ihm trennen, noch einen Teil davon verkaufen, noch etwas Neues diesem Körper beifügen. Wir leben nicht nur durch unsern Körper, sondern auch mit ihm. Körperlich entspringen wir dem Mutterleib, durch den Körper zeigt sich unser Wachstum, unser Zerfall. Und mit dem Sterben des Körpers endlich verlassen wir das irdische Dasein. Von der Wiege bis zum Grabe also ist der Körper unser Gefährte, der unzertrennliche Weggenosse.

Lasst uns deshalb in Freundschaft mit ihm wandeln. Was heisst das?

Es heisst zuerst einmal, dass wir ihm mit Achtung begegnen. Mit derselben Achtung, die wir einem uns eng verbundenen Mitmenschen entgegenbringen.

Wir werden also den Körper nicht als etwas Geringes ansehen, sondern als etwas, das uns wert ist.

Dieser Werthaltung wegen werden wir zum Körper auch Sorge tragen. Wir werden ihn bestimmungsgemäss brauchen und nicht missbrauchen. Dazu gehört vor allem einmal, dass wir ihn in seinen natürlichen Funktionen erproben und nicht einzelne davon verkümmern lassen. Er soll den ganzen Bereich, der ihm gezogen ist, durchmessen können.

Es ist nicht eine Werthaltung des Körpers, wenn wir zulassen, dass er von Fettgewebe überwuchert, schlaff und hässlich wird.

Es ist nicht eine Werthaltung des Körpers, wenn wir versäumen, seine innern Organe bis zur vollen Leistungsfähigkeit zu üben.

Und es ist vor allem keine Werthaltung des Körpers, wenn wir ihm mit Schädigungs- und Giftstoffen zusetzen.

Was das Zusammenleben mit dem Körper schwierig macht, ist der Umstand, dass er sich verändert. Er verliert den Glanz der jugendlichen Form. Der Hochflug körperlichen Glückes, körperlicher Ekstase klingt ab. Die Hülle wird schwächlich, rissig, der Resonanzboden der Gefühle stumpf.

Wir wollen uns nicht von diesem alt gewordenen Körper abkehren. Wir wollen ihm vielmehr danken für den langen Weg, den wir gemeinsam zurücklegten. Für die Räume, die wir durchschritten, die Zeiten, die wir durchquert haben.

Und auch wenn der Körper müde geworden und geschrumpft ist, wenn die Augen trübe, die Beine steif, die Hände zitternd geworden sind, wird dieser alte Körper seine vornehmste Aufgabe doch erfüllen, bis er ganz zerbricht: Er wird das Gefäss, der treue Hüter und Bewahrer der Seele sein. Und so wie der Bogen in alten Geigen besonders tiefen, reichen Widerhall weckt, kann sich auch die Seele vielleicht in schönster Klarheit in diesem kaum mehr zu gebrauchenden Körper entfalten.

Wir wollen deshalb in Freundschaft mit unserem Körper das Stück Weges, das uns gegeben ist, wandeln. In Freundschaft und Respekt. Und in wunderndem Staunen über die Höhen, auf die er uns führt.

A. Kaech.

Aus dem Inhalt:

Der Gefährte

Vom sportgerechten Leben

Spielfeldmasse

Bücher und Zeitschriften

Streiflichter

Echo von Magglingen

Der freiwillige turnerisch-sportliche Vorunterricht im Jahre 1955