

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

**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

**Band:** 19 (1962)

**Heft:** [9]

  

**Artikel:** Dass der Mensch nicht verkümmere

**Autor:** Portmann, Adolf

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-991172>

### **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:** 07.01.2026

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

# Dass der Mensch nicht verkümmere

Von Prof. Dr. Adolf Portmann

Unser Werden beginnt für jeden von uns in der nahen und geschützten Welt im Leben der Sinneseindrücke und im strömenden Walten der Gefühle; im voll empfundenen Wechsel von Lust und Unlust, von Wachen und Schlafen, von Lächeln, Weinen und Schreien, von Wachen und Träumen, im Reich des spontanen Ausdrucks. Von den zwei grossen Möglichkeiten der Weltzuwendung ist zunächst die ästhetische durch das Walten der Gefühle am mächtigsten. Aber das Instrument der Zuwendung ist schon immer ein Ganzes; langsam, in kleinen Schritten entfaltet sich die zweite Welt der theoretischen Erfahrung, des Wissens um Ursachen und Folgen, des Verstehens von Tun und Lassen um uns herum.

Aufgabe aller Erziehung musste es sein, die lebendige Einheit des Werdenden als Ganzes tief ernst zu nehmen und zu ihren grossen Möglichkeiten zu entwickeln. Es muss uns vor Augen sein, dass die beiden Grundkräfte stets — auch später — in dieser Einheit wirken und dieser Einheit dienen sollten. Das Erleben der Welt durch alle Sinne und alle gestaltenden Kräfte unserer Bewegung, das Erleben des ganzen Existierens, ist doch etwas anderes, als das, was man spezialistisch abgrenzend als Leibesübungen gesondert hat. Wir sagen, die ästhetische Funktion verkümmere heute. Da, wo ihr Nahrung gegeben wird, geschieht es in einer trostlosen Weise, die einer Verwilderung den Weg bereitet. Die Fütterung durch Bildergeschichten, mit denen heute an das Auge appelliert wird, züchtet ein neues Analphabetentum. Die Traumsäle unserer Kinos und die Fernsehapparaturen stellen vor den Sinn eine zweite Welt, eine immer illusionistischer gestaltete Scheinwelt, welche dem trägen Geist eine Ersatzwelt vorzaubert, über deren Gegenwart er wie über eine Droge jederzeit verfügen kann.

Dieser Gefahr zu begegnen, scheint mir nun eine der bedeutungsvollsten Hoffnungen zu sein, die wir in die Leibeserziehung setzen dürfen: Die Erziehung des Leibes in zeitgemässer Form, das muss ja heissen, dass hier der ganze Mensch tätig ist — in seiner ursprünglichen Welt des unmittelbaren Erlebens von Raum und Zeit, von Bewegung und Rhythmus, vom Kreisen des Blutes und Rauschen der Wälder, von Wasser und Strömung, im Duft des Grases und der Erde, im Griff mit Fels und Stein. Es gilt nicht nur, auf Grund physiologischer und anatomischer Einsichten Übungen aufzubauen, welche in systematischer Ordnung alle Muskelgruppen durcharbeiten, durchtrainieren. Vielmehr ist uns die viel schwerere, bedeutendere Aufgabe gestellt, richtige Situationen zu schaffen, echte Lebenslagen, in denen die Entfaltung vielgestaltiger Bewegung und Beanspruchung von innen heraus, aus einer geistigen Bewegtheit aufs neue sinnvoll möglich wird — Situationen, die den ganzen Menschen durch den klaren Sinn ergreifen, den sie in sich tragen.

Diese Aufgabe mahnt an die Bedeutung des echten geisterfüllten Spiels, mahnt vor allem auch an die engen Beziehungen der Leibesübungen zu allem freien Gestalten der Bewegungskünste.

Ich denke in diesem Augenblick an eine Stimme, die vielleicht heute nicht so ohne weiteres gehört wird, die uns aber doch an wesentliches erinnert: Die Stimme Platons, der in der Erziehung der Staatsmänner auf so seltsame Dinge den grössten Wert legte wie Pflege von Musik, Rhythmik und Gymnastik, und dies nicht in einer engen Einstellung als gleichsam hygienische Ergänzung, sondern aus dem Wissen um den ganzen Menschen, aus dem der Sinn für das Mass und die Harmonie, für die richtigen Verhältnisse aller Dinge zueinander gefördert werden sollte.

## Zurück auf die Bäume

Von Jürgen Palm

Leibesübungen finden nicht im Urwald der Steinzeit statt, sondern in einer Übungsstätte, die dem Reissbrett des Architekten von heute entstammt. Der Mensch wird nicht erst Mensch, wenn er wieder auf die Bäume geht! Er muss seine lebendige Berührung zur Natur in sich und ausser sich inmitten dieser Zeit — zwischen Atomreaktor und Verkehrsflut — immer aufs neue zu verwirklichen suchen. Es muss denen gesagt werden, die eigentlich Großstadt und Technik abschaffen möchten, dass es keine Arche Noah gibt, um aus unserer Gegenwart zu fliehen und einen neuen Anfang zu setzen. Diese Arche Noah gibt es nicht. Der Mensch muss sich hier und heute ins Gleichgewicht setzen zwischen Natur und Erfindungskraft, zwischen Leben und Künstlichkeit. Kein Hochhaus kann je die Vollkommenheit eines Baumes erreichen. Aber das ist kein Grund, keine Hochhäuser zu bauen.

Doch der Mensch kann auch nicht auf Asphalt, in Polstersesseln und unter Neonlicht allein leben. Er muss sich ins Gleichgewicht setzen zwischen Natur und Technik. Wo dieses Gleichgewicht zerstört wird, da wird auch der Mensch zerstört.

Dieses Gleichgewicht ist nie sicher. Wir haben es nie in der Hand, es entgleitet uns, wenn wir uns zur Ruhe setzen. Der Mensch kann sich nicht zur Ruhe setzen. Wenn er sich nicht mehr bewegt — und diese Bewegung ist geistige Bewegung genauso wie körperliche

Bewegung —, wenn er sich also nicht mehr bewegt, fällt er hinter sich selbst zurück.

Das Tier braucht sich darum nicht zu sorgen. Es wird in das Gleichgewicht mit der Natur hineingeboren und vom Instinkt sein ganzes Leben hindurch darin gesichert. Der Mensch kann nie auf solche Sicherheit hoffen. Er hat sich über das Tier erhoben. Er hat keine Sicherheit, aber er hat Verstand. Er findet keine Antworten vor, aber er kann fragen. Er hat keinen endgültigen Besitz an der Natur, aber er kann sich anstrengen.

Der Mensch in der Gegenwart hat es in der Hand, ob er sich selbst in Schaumgummi einpackt. Er kann essen wie Lukullus, so bequem gebettet sein wie die Prinzessin auf der Erbse und mittels elektrischer Knöpfe helleres Licht, schnellere Fahrt, phantastischere Bilder erzeugen als Aladin mit seiner Wunderlampe. Soll er darauf verzichten und sich wieder in den Wald zurückziehen, um vom wilden Honig und von Heuschrecken zu leben? So unbequem das wäre, so wäre es doch eigentlich zu bequem, einfach aus der Gegenwart zu fliehen. Nein, dass der Mensch einen freien Willen hat, kann er auch im Zeitalter der Automation täglich beweisen. Zum Beispiel, dass ein Bauch nicht automatisch kommt, sondern wenn gutes Leben bei reichlichem Essen nicht durch reichliche Bewegung ausgeglichen wird.