

Zeitschrift: Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen
Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen
Band: 24 (1967)
Heft: 4

Artikel: Mein schlechtes Gewissen
Autor: Meier, M.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-995035>

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: 29.01.2026

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

Mein schlechtes Gewissen

Public Relation und Leibesübungen

In verschiedenen Ländern bemühen sich staatliche und private Organisationen, durch besondere Massnahmen den Bewegungsmangel und die daraus entstehenden Zivilisationsschäden zu beheben. Auch Deutschland ist auf diesem Gebiet sehr aktiv. Ich denke dabei besonders an das Sportabzeichen, an die Wanderbewegung «Der goldene Schuh», usw. Eine Spezialabteilung im Deutschen Sportbund widmet sich ausschliesslich der Bewegung «Der zweite Weg». Diese Abteilung hat schon verschiedene Broschüren herausgegeben, welche sehr originell und witzig für Turnen, Spiel und Sport von jung und alt werben. Ausserdem werden auch regelmässig die Zeitungen mit kurzen, originellen Aufrufen bedient. Der Verantwortliche dieser Bewegung, Jürgen Palm, führt eine sehr gute Feder. Hier ein kleines Beispiel:

«Guten Abend, schlechtes Gewissen

Guten Abend... nein, ich möchte nichts verkaufen... so warten Sie doch, bevor Sie die Tür zuknallen. Nein, auch keine Sammlung für's Winterhilfswerk, und wen Sie wählen, ist mir auch egal. Ich bin kein Befragungsinstitut, ich bin Ihr schlechtes Gewissen. Nicht zuknallen, warten Sie. Es wäre eine zu heftige Anstrengung, Sie bekämen einen roten Kopf von der Mühe und ich gequetschte Zehen, mein Fuss steckt nämlich dazwischen. Vielleicht können wir meinen Vorschlag beim Spaziergehen bereden. Nein, setzen möchte ich mich nicht. Ich möchte Sie nämlich auf Trab bringen, verzeihen Sie das harte Wort. Ihr Arzt hat Ihnen gesagt, Sie sässen zuviel, Sie wögen zuviel, und das Herz, na ja, setze Wohlstandsspeck an. Sehen Sie, ich, Ihr schlechtes Gewissen, steige mit Ihnen morgens auf die Waage. Ich kenne Ihre Kummerfalten, mit denen Sie die Kilos klettern sehen. Es quält mich auch, wenn Sie tief ausatmen müssen, um den Jackenknopf zu schliessen. Ich sitze neben Ihnen im Auto und möchte Ihnen am liebsten den Zündschlüssel klauen, damit Sie sich für den Weg zum Briefkasten auf die eigenen Füsse machen und sich nicht für jede Kleinigkeit hinter das Steuer klemmen.

Sie haben ganz schön etwas geschafft: Auto vor der Tür, elektrische Waschmaschine für Mutti und Flugreise nach Mallorca. Man sitzt, man geniesst und dreht Däumchen. Was die Ärzte da von Kreislaufschäden erzählen, ist wieder einmal übertrieben, sagt man sich und nimmt noch eine Portion Schinken. Als Sie gestern der Strassenbahn nachliefen, habe ich gesehen, wie weit Sie es gebracht haben, mein Lieber. Nach 50 Metern waren Sie fertig, Sie japsten wie ein Ertrinkender. Nein, nein, ich sage es Ihnen auf den Kopf zu: Sie sind zu bequem geworden.

Wenn ich mich jetzt mit Ihnen über das letzte Spiel unterhalte, dann leuchten Ihre Augen, was? Sie haben die Tabellen im Kopf, Sie sehen jedes Spiel Ihrer Klubs; Sie sind bestens im Bilde. Sie wissen auch genau, wie man spielt — ich kenne Ihre Zwischenrufe von der Tribüne. Aber sagen Sie mal, wann haben Sie eigentlich das letzte Mal selbst Ball gespielt, Sie Theoretiker, Sie?

Es tut mir ja ein wenig leid, dass ich Ihnen soviel Vorwürfe mache. Aber — verstehen Sie bitte — es bleibt mir nichts anderes übrig. Wenn Sie Ihr schlechtes Gewissen nicht genügend reizt (Donnerwetter, Sie gehören doch noch nicht zum alten Eisen), dann reizen die anderen Verführer, die höchst bequemen Aufzüge, Verkehrsmittel, Sitzmöbel um so mehr zur Bequemlichkeit.

So und jetzt gehen Sie für eine Stunde nach drüben in die Turnhalle, bringen Sie Ihre Gelenke bei Gymnastik und Prellballspiel allmählich wieder in Übung. Morgen früh im Büro wird es in den Waden etwas kneifen — Muskelkater. Aber glauben Sie mir, Sie sind dann stolz darauf. Und mich, Ihr schlechtes Gewissen, sind Sie los. Guten Abend!»

Sie gehen sicher mit mir einig, dass diese Art von Propaganda und Werbung sehr sympathisch ist und wahrscheinlich dazu dient, dass der eine oder andere Leser gezwungen wird, über «sein schlechtes Gewissen» nachzudenken.

Die Natur gibt das Kind als ein untrennbares Ganzes, als eine wesentliche organische Einheit mit vielseitigen Anlagen des Herzens, des Geistes und des Körpers. Sie will entschieden, dass keine dieser Anlagen unentwickelt bleibt. Wo sie wirkt, wo das Kind rein und treu durch sie geleitet wird, da entfaltet sie auch die Anlagen seines Herzens, seines Körpers zugleich in harmonischer Einheit. Die Entwicklung des einen ist nicht nur mit der Entwicklung des andern unzertrennlich verbunden, sondern sie entwickelt auch eine jede Anlage vermittelt der andern und durch sie. Die Entfaltung des Herzens wird ein Mittel, selbst auch den Geist, die des Geistes den Körper und umgekehrt zu entfalten.

Pestalozzi