Zeitschrift: Giovani forti, libera patria : rivista di educazione fisica della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Herausgeber: Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Band: 12 (1956)

Heft: 2

Vorwort: Rispetto del corpo

Autor: Kaech, Arnoldo

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: 11.08.2025

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

Eidg. Turn-und Sportschule Magglingen
Bibliothek

Berna G. A.

Giovani forti Libera patria

RIVISTA DELLA SCUOLA FEDERALE DI GINNASTICA E SPORT (SFGS) DI MACOLIN

Macolin s/Bienne 1956 - Anno XII - N. 2

Rispetto del corpo

Come fai a ammirare il tuo Creatore se sprezzi il tuo corpo?

Jean Girardoux

Dio ci ha dato un corpo. Esso è nostro. Noi non possiamo separarcene nè venderne una parte e neppure apportargli qualche nuovo complemento.

Noi non viviamo soltanto attraverso il nostro corpo ma con esso. Dal punto di vista corporale noi siamo nati dal seno materno: è attraverso il nostro corpo che si manifesta la nostra crescita, la nostra decrepitezza. È soltanto con la morte del corpo che noi abbandoniamo la nostra esistenza terrena. Così, dalla culla alla tomba, il nostro corpo è il nostro compagno di viaggio, il nostro amico inseparabile.

Pertanto è necessario comportarsi, nei suoi confronti, da veri amici.

Ciò significa, in primo luogo, che dobbiamo rispettarlo. Dobbiamo circondarlo delle medesime attenzioni che abbiamo verso gli esseri che ci sono cari.

Non dobbiamo, pertanto, considerarlo come qualcosa da sprezzare ma, al contrario, come un bene molto prezioso. Per preservare questo prezioso bene è necessario che abbiamo a attorniarlo del massimo rispetto. Lo useremo secondo la legge ma non ne abuseremo mai. Ciò implica, innanzitutto, che noi abbiamo a mettere alla prova tutte le sue funzioni naturali senza trascurarne una sola. Lasciamolo esaurire fino al limite massimo delle sue possibilità.

Non significa rispettare il proprio corpo il fatto di per-

Vittoria alata scultura in bronzo di Irma Russo - Giudici (Chiasso), challenge per il campionato svizzero di società, categoria I. P., dono del Governo del Cantone Ticino

mettere che abbia a coprirsi di un grosso strato di tessuto adiposo, che diventi anchilosato o brutto !

Non significa rispettare il proprio corpo il negligere di esercitare i suoi organi interni fino al loro completo esaurimento.

E soprattutto non significa rispettare il proprio corpo imponendogli dei cattivi compagni quali la nicotina, l'alcool e altri falsi amici di tal genere.

Ciò che rende difficile la coesistenza con il corpo è il fatto che esso subisce delle evoluzioni e si trasforma.

Perde lo splendore della giovinezza. La felicità corporale, l'estasi fisica si attenuano rapidamente. Il nostro rivestimento carnale si affievolisce, si deteriora, appassisce.

Ma noi non possiamo mancare di rispetto a questo corpo diventato vecchio. Al contrario vogliamo ringraziarlo ancora di più per il lungo viaggio che abbiamo effettuato assieme: per i grandi spazi che abbiamo percorso e per i lunghi anni durante i quali ci ha tenuto così fedelmente compagnia.

E anche quando il nostro corpo sarà diventato molto stanco e usato, quando i nostri occhi non vedranno quasi più, quando le nostre gambe saranno diventate rigide, quando le nostre mani tremeranno, noi ci ricorderemo che questo vecchio servitore avrà ben compiuto la sua missione sino al momento del suo disfacimento finale: sarà stato il tabernacolo, il fedele guardiano e il protettore della nostra anima.

E noi pensiamo che come l'archetto tira dei suoni particolarmente profondi e commoventi da un vecchio violino l'anima ha, forse, una luminosità più bella in questo corpo quasi inutilizzabile.

È per questo che vogliamo effettuare in perfetta amicizia con il nostro corpo il pezzo di strada che ci è stato assegnato per la vita. In perfetta amicizia e con il più grande rispetto. E nel miracoloso stupore sull'altezza sulla quale questo corpo ci ha condotti.

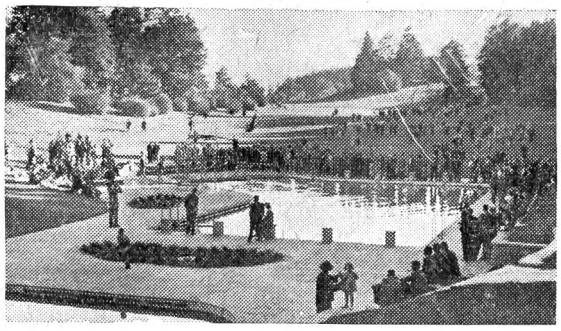
Arnoldo Kaech

Macolin

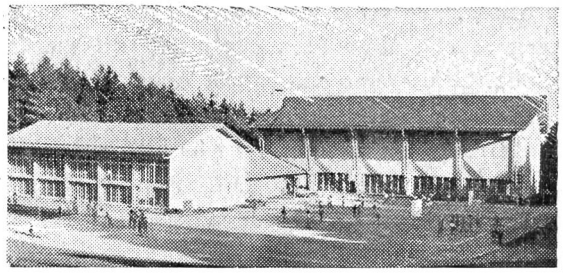
Nelle edizioni tedesca e francese è uscito dai torchi della Tipografia Pierre Boillat, di Bienne, il libro « **Macolin** » redatto dal segretario di lingua romanda alla S.F.G.S., l'amico Francis Pellaud. Davvero non ci si poteva attendere meglio sia dal lato tipografico che da quello redazionale in quanto il libro, che si pensava dovesse essere soltanto una guida, è riuscito una magnifica documentazione sul nostro massimo istituto, un'abbondante fonte di informazioni, una « storia », quasi, del movimento ginnico e sportivo svizzero che è culminato con la creazione della Scuola federale di ginnastica e sport sulla tanto suggestiva montagna di Bienne.

La prefazione è dovuta al distinto direttore signor Arnoldo Kaech, articoli portano le firme del Generale Guisan, del Capo del D.M.F. Paul Chaudet, del Consigliere federale Max Petitpierre, del Consigliere di Stato Max Gafner, del sindaco di Bienne Eduard Baumgartner, del presidente dell'ANEF Roberto Zumbühl, del presidente del comitato olimpico svizzero Marcel Henninger, del dir. Kaech e del capo dell'I.P. Ernesto Hirt.

Magnifiche fotografie, dovute all'appassionato fotografo di Macolin Walter Brotschin, completano la bella edizione che uscirà presto anche nelle lingue italiana e inglese e che sinceramente e simpaticamente raccomandiamo a tutti i ticinesi (e ai monitori I.P. in particolare) complimentando anche Francis Pellaud per la riuscitissima realizzazione che, oltre all'essere utilissima, piacerà moltissimo a tutti. **(a. s.)**



La magnifica piscina e le grandi palestre della S. F. G. S. di Macolin (illustrazioni dal libro di Francis Pellaud)



Notizie liete di primavera

Come ogni anno, come sempre la primavera ha qualche cosa di nuovo, di bello, diremmo anche di inatteso da offrirci. Ancora non si erano azzardati il primo verde a filare il grigio dell'inverno, i primi fiori a bucare il fogliame secco, quando l'almanacco annunciò la primavera che, a sua volta, tanto per non mancare all'appuntamento, ci sorprese con una lieta novella, un felice evento nella grande famiglia dell'I.P. ticinese: l'Aldo Sartori, il nostro caro capo dell'ufficio cantonale, lasciava le ormai anguste terre degli « scapoloni » per salpare verso quelle primaverili di una nuova vita.

Ci giunse la cara, simpatica nuova come una prima, leggera folata di zeffiro primaverile, lasciandoci un poco incantati, sorpresi — forse l'uomo si lascia eternamente sorprendere per poter restare fanciullo, giovane oltre gli anni, o almeno illudersi così del tempo —, ma sulla sorpresa nacque, fiorì più bella la viva gioia e l'intima partecipazione. Con questi sentimenti di gioia, di partecipazione che qui gli rinnoviamo unitamente alla sua gentile consorte l'abbiamo seguito nel primo passo sulla strada che apre orizzonti nella nuova vita.

E così oggi, da questo nostro giornaletto I.P., e in ciò sicuri interpreti di tutti i membri dell'I.P. ticinese, torniamo a rinnovar loro gli auguri più belli e caldi per una vita generosa, chiara di soddisfazioni e di felicità.

Taio

È nato Luca-Fabrizio

Taio è diventato papà di un vispo e sano maschietto che si chiamerà Luca - Fabrizio. Associandoci alla gioia comprensibile dei felici genitori Taio e signora Francesca, con i quali vivamente ci complimentiamo, porgiamo al piccolo Luca tutti gli auguri più belli per una vita cosparsa di gioia e di prosperità. **(s.)**