

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 111 (1985)  
**Heft:** 22

**Artikel:** Schlank und rank - wem zum Dank?  
**Autor:** Regenass, René / Richard, Jean-Paul  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-611254>

#### **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:** 13.01.2026

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

# Schlank und rank – wem zum Dank?

Die Menschen leben in einem ständigen Glaubenskrieg. Ist ein Mensch von etwas überzeugt, dann will er auch den Nachbarn überzeugen. Lässt sich dieser nicht überzeugen, dann ist er kein Nachbar mehr, sondern

**Von René Regenass**

irgend etwas, was sich nicht aussprechen lässt.

Warum der heutige Mensch so reagiert, weiß ich nicht.

Ich kann mir jedenfalls nicht vorstellen, dass der Neandertaler so war. Der hatte andere Sorgen.

Ob dick oder dünn: auch das wird so ungefähr alle zehn Jahre zu einem Glaubenskampf hochstilisiert. Und als Vorboten eines solchen Ideologiefechts sind die Propheten zu finden. Ich erinnere mich an einen solchen, er hieß Gaylord Hauser. Er schrieb Bücher über das Schlankwerden. Wer nach seiner Anleitung ass und lebte, der konnte nicht dick werden. Wer es dennoch wurde, nun ja – der gehörte nicht mehr zur Sekte der Hausianer. Die Frauen waren damals, vor rund zwanzig Jahren, begeistert von diesem Gaylord Hauser, er war ihr Lord. Eine Grundwelle erfasste vor allem die bereits Dicken. Auch sie hatten eine Chance, die umgekehrte: wieder dünn zu werden.

Die Männer, das muss gesagt sein, nahmen diesen Stellungskrieg um Kilos und Pfunde nicht so ernst. Hingegen die Frauen. Sie stiegen auf die Barrikaden. Die Waage wurde zum Götzen, der Zeiger daran zum Fetisch. Die englische Modepuppe Twiggy war mit ihrem spindeldürren Körper das Mass aller Dinge.

Niemand stellte mehr die Frage: Warum wollen die Frauen so dünn sein? Der Grund entzog sich jeder rationalen Überlegung. Wie eben bei jedem Glauben. Ob das Dünne nun wirklich Vorteile bringt, darüber machte sich niemand mehr Gedanken.

Dabei war es ja auch schon anders. Zur Zeit Rubens' zum Beispiel war Fülligkeit gesucht, runde, weiche Formen waren «in». Da gab es auch in den Kleidern nichts zu deuteln, niemand verwechselte eine Frau mit einem Jungling.

Jetzt gilt das nicht mehr. Auch die Kleider tendieren zum Unisex. Und das bedingt, dass der Körper schlank und rank ist. Selbst der Sport hilft wacker mit am Image, dass nur ein schlanker

Körper ein schöner und gesunder Körper sei. Leider sind die Sportler gar nicht die Gesündesten. Aber das steht auf einem andern Blatt.

Die Frage jedenfalls bleibt: Ist Schlanksein nicht bloss ästhetischer, sondern wirklich auch gesünder? Die Ärzte werden bestimmt ja sagen. Überflüssiges Gewicht belastet den Kreislauf, das Herz.

Doch es gibt ein gewichtiges Argument, das für die Dicken spricht: sie sind umgänglicher, gemütlicher, nicht so spitz und aggressiv. So will es die Verhaltensforschung. Wahrscheinlich ist schon etwas dran. Und solange die Männer mehr zu sagen haben als die Frauen, wird dieses Phänomen bei den Männern naturgemäß deutlicher. Schon Cäsar wusste um die vorteilhaftere Gemütslage der Dicken, indem er nach Shakespeare gesagt haben soll: Lasst wohlbelebte Männer um mich sein. Diese waren (und sind) eher träge, zum Essen und Trinken aufgelegt, weit weniger zum Konspirieren und Revolzen. Brutus, so muss ich annehmen, war ein schlanker, zäher und nervöser Typ.

Die Modeschöpfer müssten eigentlich ebenfalls eher für die Dicken sein, vor allem jedoch die Tuchfabrikanten. Es braucht wesentlich mehr Stoff, um dicke Menschen einzukleiden.

Ich weiß nicht, auf welche Seite ich mich schlagen soll: zu den Dicken oder Dünnen. Jetzt, wo bald wieder die Badesaison beginnt, wird mir Anschauungsmaterial genug geboten, damit ich mich entscheiden kann. Dicke Männer, das darf ich vorweg sagen, finde ich nicht unbedingt ästhetisch, besonders, wenn der Gürtel der Hose den Körper unter dem wabbelnden Bauch auf eine seltsame Weise abschnürt; und oft haben die Beine keinen Anteil an der Beleibtheit: spinnenhaft zittern sie nach unten und drohen stets einzuknicken.

Die Frauen aber, nun, sie dürfen bei mir schon ein wenig runde Formen haben. Sehe ich die Rippen und Hüftknochen der Schlanken, so wendet sich mein Blick im Bad gerne jenen zu, die mehr Gewicht auf die Waage bringen.

Im Grunde, so meine ich, ist es doch egal; seien eben alle, wie sie sind. Nicht jeder, der dick sein möchte, wird es, und nicht jeder, der mit allen Regeln schlank werden möchte, erreicht sein Ziel. Ich glaube, dass zu jedem Menschen der Körper gehört, den er ohne Eingriff sein eigen nennt. Eine Veranlagung ist auch Ausdruck des einzelnen Charakters, der Seelenlage.

Nein, ich brauche keinem Schlankheitsfetischisten auf den Leim zu kriechen, bei mir pocht die Pharmaindustrie mit ihren

Schlankheitsmitteln an die falsche Tür. Ich bin nun einmal von Natur aus schlank und werde es wohl bleiben.

Pervers allerdings finde ich den ganzen Rummel. In einer Zeit, wo Millionen Menschen hungern und täglich Tausende an Hunger sterben, ist es geradezu blasphemisch, das Wohlstandsamt mit pharmazeutischen Mitteln und bewusstem Fasten abmagern zu wollen. Aus dieser Sicht wird für mich die Frage «Schlank oder dick?» zu einer Frage der Moral. Wer sich dickfrißt, sollte an die leeren Teller der andern denken, und wer unbedingt ein paar Pfund abspecken will, der sollte sich daran erinnern, dass es Menschen gibt, für die ein Pfund mehr schon eine Überlebenschance bedeutet.

Also, was soll der Rummel? Mich kotzt er an.

**HOTEL  
ORSELINA**  
6644 ORSELINA  
Telefon 093/33 02 32  
Familie Amstutz

