

**Zeitschrift:** Schweizer Schule  
**Herausgeber:** Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz  
**Band:** 25 (1939)  
**Heft:** 2

**Artikel:** "Mens sana in corpore sano"  
**Autor:** Schönenberger, J.B.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-541901>

#### 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:** 07.02.2026

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

# SCHWEIZER SCHULE

HALBMONATSSCHRIFT FÜR ERZIEHUNG UND UNTERRICHT

OLTEN + 15. JANUAR 1939

25. JAHRGANG + Nr. 2

## „Mens sana in corpore sano“

Der römische Satiriker Juvenal hat dieses geflügelte Wort zuerst gesprochen. Seither ist es tausendmal, bald dem ursprünglichen Sinn entsprechend, fast noch öfter in irgend einer Verdrehung nachgesprochen worden. In seiner zehnten Satire beklagt Juvenal die Kurzsichtigkeit damaliger Menschen, die allen Wert auf einen gesunden Körper legten, und sagt: es sei vielmehr zu wünschen und darum zu beten, dass in einem gesunden Körper auch eine gesunde Seele wohne: „Orandum est, ut sit mens sana in corpore sano“. Man sieht, wie unzutreffend Fanatiker der Körperkultur dieses Wort eines heidnischen Dichters gebrauchen zur Stützung ihrer Auffassung: mit einem gesunden Körper sei auch die gesunde Seele gegeben.

Gewiss stehen Leib und Seele in vielfacher, auch ursächlicher Abhängigkeit zu einander. Trotzdem besitzt nicht jede gesunde Seele auch einen gesunden Körper. Wie kränklich war z. B. der Geistesriese St. Paulus, wie schwächlich der grosse Leo XIII.! Ebenso wenig besitzt jeder gesunde Körper auch eine gesunde Seele, sonst wären die Athleten und Berufsboxer unserer Tage notwendig auch geistig grosse Menschen. Auch da schreiten die Tatsachen hohnlachend über den Materialismus hinweg.

Allein wie jede, so hat auch diese Einseitigkeit ihren Wahrheitskern. Eine gesunde Seele vermag die Gesundheit des Körpers zu erleichtern und zu fördern. Ein gesunder Körper ist nicht nur ein willigeres und leistungsfähigeres Instrument der Seele, son-

dern selbst Ursache grösserer Frische und Regsamkeit für sie. Darum hat jede echte Erziehung Seele und Leib, vor allem die Seele, die den Leib belebt und führen soll, zu berücksichtigen, den Leib aber weder einseitig zu bevorzugen noch auch zu vernachlässigen.

Man legt heute mit Recht auch in der Schweiz hohen Wert auf die staatsbürglerliche Erziehung; allein auch da verfällt man zuweilen wieder der Überbetonung des bloss Körperlichen in Pflege, Erfüchtigung und Training, vor der schon Juvenal seine Zeitgenossen gewarnt hat. Man vergisst vielfach, dass auch der gesundeste Körper mit dem besten Training für die Wehrkraft des Vaterlandes erst dann zuverlässig wertvoll wird, wenn die Seele entsprechend ausgerüstet ist, wenn sie echt vaterländische Gesinnung, starke Liebe und Treue gegen das Vaterland ihr eigen nennt, d. h. wenn auch die Seele wirklich gesund ist.

Gesundheit der Seele? Nach christlicher Auffassung ist nur die Seele wirklich gesund, die mit Gott, ihrem Schöpfer und Herrn, verbunden ist, sich selbst und ihren Körper auf den Wegen des natürlichen und übernatürlichen Sittengesetzes zum Ziele leitet, also nur die sittlich-religiös harmonische Seele! Nur der so gesunde Mensch wird das Vaterland gebührend schätzen und lieben, nur er wird auch ihm gegenüber unter allen Umständen treu seine Pflicht erfüllen.

Darum liegt in der sittlich-religiösen Er-

ziehung unseres Volkes ein fundamentaler Teil auch der staatsbürgerlichen Erziehung. Ein christlicher Staat wird daher schon im Interesse des Staatswohles die sittlich-religiöse Erziehung seiner Bürger nicht nur nicht hemmen und einschränken, sondern mit allen geeigneten Mitteln schützen und fördern. Es stünde ohne Zweifel innenpolitisch besser um unser Vaterland, wenn diese Einsicht stets Gesetzgebung und Regierungsmassnahmen geleitet hätte.

Noch mehr! Die gesunde, d. h. sittlich-religiös harmonische Seele hat selbst im medizinischen Sinne auch hohen Wert für den Leib. Darauf weisen bedeutendste Aerzte hin und sagen: „Die christlichen Sittengesetze sind zugleich auch erprobte Gesundheitsregeln.“ Die heutige Betriebstechnik dagegen zehrt an der Nervenkraft und wird vor allem bei der Jugend zu einer Gefahr für die Sittlichkeit. Die ungeheure Reklame hetzt das unterbewusste Sinnesleben. Die Hast auf allen Gebieten, die masslose Gewöhnung ans Radio lassen die innere Sammlung und Gründlichkeit nicht aufkommen. Sinnliche Ueberreizung und Mangel an Innerlichkeit aber tragen dazu bei, dass heute so ungewöhnlich viele Anomalien auftreten, und das schon bei den Jugendlichen. Wo Geist und Wille nicht geordnet sind, wo die sittlich-religiös harmonische Seele fehlt, nehmen die Leidenschaften überhand, werfen den Menschen aus dem Gleichgewicht heraus, richten bei ihm und rund um ihn ungeheuerliche Verheerungen an und schwächen so Wehrfähigkeit und Wehrkraft eines Volkes.

Von Nordamerika sagt der Nobelpreisträger Alexis Carrel, dass daselbst Geisteskrankheiten häufiger seien als die Schwinducht. Auf 22 Einwohner komme dort ein Geisteskranker. Allein wir brauchen nicht über den Ozean zu fahren, um die Verheerungen zu sehen, welche die Entgeistigung und Verweltlichung des privaten und öffentlichen Lebens angerichtet haben. Es hat kei-

nen Wert, den Kopf in den Sand zu stecken. Es steht bei uns nicht besser. Auf 4 Millionen Einwohner haben wir 200,000 geistig und körperlich Anormale (cf. Stat. Jahrbuch 1935), also auf 20 Einwohner eine Anomalie. Das ist nicht verwunderlich bei der heutigen Veräusserlichung, die selbst in bürgerlichen Zeitungen und Zeitschriften, — vergleiche Theater und Filmzensuren, Skandalberichte, Empfehlung von Verhütungsmitteln etc. —, erst recht in der marxistischen Presse eine bedenkliche Stufe erreicht hat, nicht verwunderlich bei der Raschheit, mit der die Eindrücke wechseln; aber gerade das zeigt, wie nötig die Jugend von heute nicht nur eine gründliche Erziehung zur Selbstbeherrschung hat, sondern wie dringlich sie der christlichen Belehrung und vor allem der göttlichen Gnade bedarf. Alles ruft nach der gesunden Seele im gesunden Körper.

Generalstabsarzt Prof. Dr. Waldmann schreibt: „Wer die Wehrfähigkeit des Volkes will, muss auch den Auswüchsen bei den Jugendlichen entgegentreten, wie dem Zigaretten- und Alkoholmissbrauch, dem Herumstreunen mit lockern Mädchen etc. All das sind Nervengifte, die die Spannkraft des Körpers lähmen.“ Es werden darum Eltern und Erzieher, Lehrmeister und Professoren, Schul-, Gemeinde- und Kirchenvorstände, Polizeiorgane überall und allen Ernstes zum Rechten sehen müssen, soll anders die geistige und körperliche Wehrkraft unseres Landes auf die Höhe kommen und auf der Höhe bleiben.

Und nicht bloss die geistige und körperliche Gesundheit der männlichen, sondern auch diejenige der weiblichen Jugend ist hochbedeutsam für die Wehrfähigkeit und Wehrkraft des Landes, denn die weibliche Jugend von heute stellt die Mütter von morgen, denen wir die immer wieder heranwachsende Soldatenjugend zu danken haben. Die Tüchtigkeit und Züchtigkeit der Mütter verbürgt zum schönen Teil

die Tüchtigkeit und keusche Tapferkeit des Volkes.

Bei der Erziehung der Mädchen zu körperlicher Ertüchtigung aber hat man sorgfältig Rücksicht zu nehmen auf die weibliche und christliche Grundhaltung der Seele. Das hat Carlotta Alfieri, die Gattin des italienischen Propagandaministers in schöner und feiner Weise ausgesprochen. „Die Vernachlässigung religiöser Grundsätze oder der Pflichten gegen die Familie kann durch keine Bedürfnisse der Turnhalle und des Wettkampfes gerechtfertigt werden. Dem allzu freien sportlichen Kostüm folgt bald die Freiheit der Geste und des Benehmens. Wenn bei Luft- und Sonnenbad das edle Schamgefühl die Leitung verloren hat, ist das ein bedauerliches Kennzeichen des Zeitalters und des irregeleiteten Lebensgefühls der Gegenwart.“

Staatsbürgerliche Erziehung! Die Kirche hat den Ruf gehört. Sie hat, lange bevor erscholl, gute staatsbürgerliche Erziehung geleistet und beste Patrioten herangebildet,

die auch in kritischer Stunde nicht versagten. Sie nimmt den Ruf neuerdings auf und wird fürderhin auch hier ihre Pflicht noch sorglicher erfüllen. Aber man sorge auch von zuständiger Seite, dass die heute so sehr gefährdete Sonntagsheiligung und christliche Jugendbelehrung in Kirche und Verein nicht auch noch von staatswegen, statt energische Förderung, neue Erschwerungen erfahre. Derselbe Juvenal, der das Wort: „Mens sana in corpore sano“ geprägt, hat in seiner 14. Satire eindringlich den verheerenden Einfluss des schlechten Beispiels auf die Jugend geschildert und dann die treffliche Bemerkung hinzugefügt: „Maxima debetur puero reverentia. — Der Jugend gebührt höchste Ehrfurcht.“ Darum vermehrte Hochschätzung des Kindes, vermehrte Hilfe und Behütung für das Kind, damit in seinem gesunden Körper eine gesunde Seele lebe, wachse, blühe und zur vollen Reife gelange, auch zum Wohl unseres Vaterlandes.

Schönbrunn. J. B. Schönenberger.

## Schule und Mission in einem Jahrbuch

Die Schule steht heute ganz besonders ein für die geistige Landesverteidigung. Das ist nicht gegen jemand, gegen das Fremde, sondern wird sich einfach hin für die Pflege unserer schweizerischen Eigenart einzusetzen haben. Das darf uns aber nicht abhalten, auch die allgemein-menschlichen Belange zu berücksichtigen und zu betonen. Neben dem eigenen Volke gibt es noch die Menschheit. Politisch und rassisch genommen können die anderen Menschen uns fremd sein; vom allgemein-menschlichen Standpunkt aus gehören wir alle zusammen. Menschen sind wir doch alle. Darum muss auch in der Schule neben der Verteidigung des Nationalen auch das Uebernationale, Allgemein-menschliche berücksichtigt werden.

Gilt das schon für den rein natürlichen Bezirk, so hat es ganz besondere Geltung im christlichen und übernatürlichen Sinne. Die Völker sollen eins werden in dem einen christ-

lichen Glauben. Es gibt kein auserwähltes Volk mehr. Die Religion kennt keine Grenzpfähle. Die Kirche wendet sich an alle Menschen und alle Völker und schliesst keine einzige Rasse aus. Die kirchliche Geographie ist nicht partikulär, sondern allgemein. Darum ist es unsere Pflicht, den Heiden das Evangelium zu verkünden. Nicht nur Sache der Autorität wird es sein, sondern die Aufgabe aller Gläubigen, die Mission in ihr Interessengebiet einzubeziehen. Was wir tun zur religiösen Betreuung des eigenen Volkes, ist recht und lobenswert. Vergessen wir aber dabei nicht, dass die grosse Sorge um die ganze Menschheit Christensorge ist und zur Aufgabe wird für jeden Einzelnen. Darum wird die katholische Schule die Missionspflege in ihr Programm schreiben müssen.

Das Thema „Schule und Mission“ kann in doppelter Beziehung aufgefasst werden. Zunächst wäre es als die Arbeit der Schule für