

Zeitschrift: Schweizerische Lehrerinnenzeitung
Herausgeber: Schweizerischer Lehrerinnenverein
Band: 30 (1925-1926)
Heft: 1

Artikel: Bode-Kurs
Autor: Reber, R.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-311892>

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: 02.01.2026

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

Bode-Kurs.

Vom 11. bis 25. September 1925 durften in St. Gallen 68 Kursteilnehmerinnen, im Alter von 15 bis 50 Jahren, die lebensfrohe Arbeit Dr. Bodes kennen lernen. In der Hadwig-Turnhalle, die uns in verdankenswerter Weise vom Schulvorstand, Herrn Stadtrat Dr. Nägeli, zur Verfügung gestellt wurde, nahmen neben eifrigen Mitgliedern unserer städtischen Damenturnvereine und solcher benachbarter Orte, Primar-, Fach- und Musiklehrerinnen an den Kursen teil. Dr. Bode und seine nimmermüde Assistentin, Frl. Seliger, verstanden es in ausgezeichnete Weise, die Lust und das Interesse am Unterricht zu wecken und rege zu halten.

Die Arbeitsgemeinschaft in der Kursleitung, die den Kursen Dr. Bodes eignet — ist meines Erachtens nicht zufällig, sondern bewusst. Sie bietet den Vorteil der Ergänzung, der gegenseitigen Entlastung und erspriesslicher, ziel-sicherer Weiterarbeit. Die Erkenntnis, dass man aufeinander angewiesen ist, hat sich hier bereits durchgerungen. Der Mann ist vom Urteil der Frau abhängig, wenn er eine Gymnastik für diese schaffen will. Letzten Endes kann aber nur die Frau als geeignete praktische Vermittlerin weiblicher Turnkunst in Frage kommen.

Dieser Grundsatz hat heute mehr Berechtigung als je und dürfte auch andernorts beherzigt werden, selbst wenn es Überwindung kostet, mit der Tradition zu brechen und der Frau auf einem Gebiete Zugeständnisse zu machen.

Die Kunst Dr. Bodes, die viel zu lebenskräftig ist, als dass ich sie „System“ nennen möchte, birgt Natürlichkeit und Wahrheit und fordert solche; ferner beansprucht sie den ganzen Menschen. Wer über körperliche Gesundheit verfügt, dem bedeutet seine Übungsart ein frohes, volles Einsetzen von Willenskraft und Ausdauer; überdies vermittelt sie ein feines Empfinden für Körper-rhythmus. Ein unbestimmtes Etwas reisst mit fort und nimmt körperlich und seelisch gefangen. Wenn man der Gymnastik Dr. Bodes auf den Grund sieht, so hat man das Gefühl, sie verlange fortwährend Höchstleistung, ohne auf dem Boden des Wettkampfes zu stehen. Die Einschaltung von Entspannungsübungen und Teilbewegungen haben den Zweck, die Turnerin zu befähigen, diese Höchstleistung ohne nutzlose Energieverschwendung zustande zu bringen.

Die suggestive Kraft des Künstlers und seine Musik mögen mitwirken, die Turnerinnen in Bann zu halten. Diese Mittel wirken aber bei jedem Unterricht, bei der Jugend sowohl als bei den Erwachsenen. Auch Ermüdungserscheinungen sind natürlich, wo das Training fehlt. Wie vielseitig der Körper eben geübt sein muss, um als „durchgeturnt“ zu gelten, das spüren wir an den Muskelschmerzen, die sich bei jeder *ungewohnten* Arbeit häuslicher oder sportlicher Art einstellen. *Schwächliche Naturen* geben sich nach meinem Dafürhalten höchstens im *Wettkampf über ihre Kräfte* aus. Ein kritisches Auge wiegt und wägt und scheidet aus, ohne menschlicher Tätigkeit den ihr eigentümlichen Zweck zu rauben oder zu beeinträchtigen.

Eines möchte ich nicht unerwähnt lassen. Schon in der ersten Stunde fiel mir auf, dass uns der „runde Rücken“ geschenkt wurde und an dessen Stelle die Streckung vermehrte Berücksichtigung fand. Dafür sind wir Dr. Bode dankbar, und unwillkürlich erinnern wir uns des Dichterwortes von Geibel:

So lang du wallst auf Erdenbahnen,
Dem Irrtum, Freund, entgehst du nicht;
Doch lässt dich Irrtum Wahrheit ahnen,
Irrtum ist Farbe, Wahrheit Licht.

Gegen Irrtümer, wie sie einem gelegentlich im Mädchen- und Frauenturnen begegnen und an schlechte oder übereifrige Kopien mahnen, sträubt sich natürliches Empfinden. Wo man es nicht in der Hand hat, solche Irrungen mit allen Mitteln zu bekämpfen, hüte man sich wenigstens vor deren Nachahmung.

Eine freudige und angenehme Empfindung dagegen bedeutet es immer, schon bekannte Wahrheiten durch neue Erfahrungen oder auf andern Wegen bestätigt zu finden und Anregungen zu neuen Problemen und neuen ästhetischen Wahrheiten zu erhalten.

Ein herzliches „auf Wiedersehn“ denn und freundlichen Dank allen für getane Arbeit.

R. Reber.

Die Schrift.

Zur Ausstellung im Kunstgewerbemuseum Zürich.

Mit grösster Sorgfalt sind von der Direktion des Kunstgewerbemuseums unter Assistenz von Th. G. Wehrli, Lehrer für Schriftunterricht an der Gewerbeschule Zürich, auserlesene Schriftstücke, Vertreter ganzer Kulturepochen und Kulturgebiete zu einer fesselnden Ausstellung zusammengetragen worden. Die Stiftsbibliothek Einsiedeln, das Schriftmuseum Heintze und Blankerts, Berlin, die Zentralbibliothek Zürich u. a. haben ihre bedeutendsten Werke geliehen und helfen mit, die Entwicklung der Schrift im Abendlande zu illustrieren.

Hand-Schrift, in allen Formen, ist ursprünglicher Ausdruck der menschlichen Psyche. Unbewusst legt der Schreiber, der Schriftkünstler, sein Ich in seine Schriftzüge und so lässt uns denn die Handschrift nicht nur auf Sinnesweise und Denkart ihres Urhebers nachempfindend schliessen, sondern Schrift wird auch zum beredten über Raum und Zeit hinwegführenden Ausdruck menschlicher Kultur. Wir können uns beim Betrachten alter Handschriften, gleichgültig aus welcher Zeit sie stammen, ahnend in jene fernen Zeiten zurückschicken, wie wir uns aus den persönlichen Schriftzügen ein Bild unserer Mitmenschen zurecht legen können und aus Erfahrungsschlüssen auf deren Handlungsweise, auf deren Charakter schliessen können.

In der kargen Uncial-Schrift finden wir — es braucht keine grossen Fachkenntnisse — die Ideen des frühen Mittelalters-Asketismus, als Ausdruck der damaligen Seelenzustände der Schreibkundigen, und des Schreibens kundig waren damals, als Schrift nicht Allgemeingut war, die künstlerisch schaffenden Mönche, die ihre Ideen der Volksmasse durch das gesprochene Wort, in überzeugender Rede, verkündeten und sie gleichzeitig, den Kulturwert der geschriebenen Schrift völlig beherrschend, auf Pergament niederlegten mit dem klaren Bewusstsein, dass das Mittel «Schrift» ihre Gedanken über ihre Zeit und über ihren engern Landesstrich, in dem sie persönlich zu wirken hatten, hinauszutragen geeignet sei. Dies ein Beispiel. Was aber ist es, das uns, die wir nicht in erster Linie an historischen Tatsachen Interesse haben, im wesentlichen fesselt bei allen Handschriften, was *jeden* gefangen nimmt, beim Betrachten eines alten Schriftstückes? Es ist die *künstlerische Form* der Schrift, die Form des Buchstabens an sich, des einzelnen Lautzeichens, des *Schrift-Zeichens* überhaupt, das aus der Hand des Schreibers ausfliesst und eben *sein* Zeichen ist, *seine* Form, die ihrerseits eine natürliche Folge des verwendeten Schreibwerkzeuges ist. Die Schriftform, die Beziehungen der einzelnen Buchstaben zu einander, also das Schriftornament, unterliegen den Gesetzen der Kunst