

Zeitschrift:	Das neue Leben - Im Lichte neuzeitlicher Erkenntnis : monatliche Zeitschrift und Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform
Herausgeber:	A. Vogel
Band:	1 (1929-1930)
Heft:	11
Artikel:	Sport und Nacktkultur
Autor:	Schmidt, Hans Walter
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-968586

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: 09.02.2026

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

des Genusses reiner Produkte aus der Schatzkammer der Mutter Natur, auch wenn die Sache noch so verkehrt eingenommen wird.

Die reine Pflanzenkost, vor allem die Rohkost, ist und bleibt die idealste und gesündeste Nahrung, denn sie enthält alle Aufbauwerte, sowie die reinigenden Säfte, die der Körper benötigt in der reinsten Form. Jede andere Nahrung, mit Ausnahme der Milch, die die gleichen Werte enthält, liefert uns solche nie in der reinen Form, wie naturreine Kost, da immer Schlacken oder schlackenbildende Verbindungen als Gifte in tierischer oder sonstiger denaturierter Nahrung (sogenannte Kulturnahrung) zu finden sind. Wie bereits öfters erwähnt, kommt es jedoch nicht nur darauf an, was man isst, sondern vor allem, wie man isst, denn man lebt bekanntlich nicht von dem, was man isst, sondern von dem, was man verarbeitet. In allem lasse man vor allem den Geist eines gesunden Sinnes walten und dann wird die erlangene Erkenntnis der neuen Ernährungslehre vielen, d. h. allen, die sie richtig erfassen und was noch wichtiger ist, auch befolgen, zum Segen und zu einer wirklichen Hilfe werden.

A. V.

SPORT UND NACKTKULTUR.

Dr. phil. Hans Walter Schmidt, Erlangen.

Sport! Das ist das Stichwort für die heutige Generation. Denn im Sport finden wir ganz richtig jenes Bollwerk gegen die Angriffe des entnervenden Wirtschaftslebens auf unsere Konstitution. Ein Volk, das Sport betreibt, wird Leib, Geist und Seele sich gesund erhalten und sie erstarken lassen, wenn widrige Geschicke der Weltgeschichte sie zermürben. Wir wissen, was wir an unserem Sport haben, und nehmen ihn dankbar in unsere Reihen auf. Wenn wir unsere Blicke rückwärts werfen und die Geschichte grosser Völker betrachten, dann haben wir ja Vorbilder in der Sportpflege, so im klassischen Altertum die Griechen und das Volk der Römer. Gymnastik! Das war der Born, aus dem sie schöpften, um ihren Körper zu pflegen, Körperschönheit und Körpergesundheit hervorzubringen und zu erhalten.

Gymnastik! Das ist auch für uns ein Wert, der uns das erreichen lässt, was einst die Alten erzielt haben. Was heisst aber Gymnastik? Wir finden hier den Wortstamm «gymnos», der der griechischen Sprache entnommen ist und nichts anderes bedeutet als «nackt». Gymnastik ist demnach nichts anderes als Nacktsport. Was heisst nun nackt? Doch wohl nichts anderes als «unbekleidet». Nacktsport sagt daher nicht etwa, dass der Sport um der Nacktheit willen getrieben werden soll, sondern dass hindernde Kleidung den Sport als solchen nicht beeinträchtigen darf. Die Kleidungs-

Auf die Freude, die in der Liebe wurzelt, wartet ein unaufhörliches
neues Jahr. Birnstiel.

frage ist es, die eine grosse Rolle in den Grenzen des Sports zu spielen hat. Und der sportlichen Gesundheitspflege haben wir es zu verdanken, dass wir heutzutage nicht mehr so wie früher mit behindernden Vatermörtern und Zylindern umhergehen, dass unsere Frauen nicht gesundheitswidrig eingepresst, in Kleider gehüllt sind, die an der freien Bewegungsmöglichkeit hindern. Der Sport hat uns eine Kleidung beschert, die den Formen des Körpers sich anpasst und die sie sich voll und natürlich entwickeln lässt.

Dies war der Anfangsgedanke der sogenannten Nacktkultur. Dieses Wort ist eigentlich falsch gewählt. Denn es ist, wie gesagt, keine Kultur der Nacktheit, sondern eine Hilfe für den Sport, wenn der Mensch der hindernden Kleidung sich entledigt. So aufgefasst, ist ein solcher Entschluss moralisch einwandfrei, weil hygienisch und den Menschen förderlich. Denken wir nur an unzivilisierte Naturvölker, die gar nicht das Bedürfnis haben, einen Aufwand von Kleidern um ihren Körper zu hängen, und in der Nacktheit etwas Natürliches erblicken! Etwas natürliches ist es auch für den sporttreibenden Menschen, wenn er sich derjenigen Kleidung entledigt, die ihn bei sportlicher Betätigung behindert.

Diese Nützlichkeit und Notwendigkeit der Nacktheit beim Sport wird aber auch gröslich missbraucht. Wo Nacktsport zu einer Nacktkultur wird, die allein den Akzent auf das Wort nackt legt, da beginnt bereits ein böser Zug nach unten mit dem Nacktsport sein böses Spiel zu treiben, um die Nacktheit nicht als Mittel zum Zweck, sondern als Zweck selbst erscheinen zu lassen. Nacktkultur, um mich wiederum dieses Wortes zu bedienen, die zu edlen Zwecken angewendet wird, darf nie verworfen werden. Und deswegen darf unsere sportlich durchgebildete Generation auch die Nacktkultur in solchen Grenzen weiter ausbilden, die ausserhalb der Unmoral liegen und Veredelung des Leibes, Geistes und der Seele erzielen lassen.

HEILDIÄTETIK. Dr. Felix L. Pinkus, Langwies (Graub.).

«Der Mensch ist, was er isst.» Ein Volkswort, das früher unbestrittene, selbstverständliche Erkenntnis war, dessen Wahrheit aber im Laufe der Zeiten auf dem Wege über die Banalität in Vergessenheit geriet, jedoch in der Tierzucht niemals ausser Acht gelassen wurde. Wachhunde wurden immer fast ausschliesslich mit rohem Fleisch gefüttert, um sie scharf zu machen, während dem Salonhündchen, bei dem solche Eigenschaft höchst störend wäre, eine möglichst ausgeglichene, gemischte, gekochte Kost vorgesetzt wurde. Ist in der Tierzucht die Eugenik immer selbstverständlicher Inhalt gewesen, so hat im Gegensatz hierzu

Schaffen ist Herzlust, schaffen macht reich. Huggenberger.