

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 111 (1985)  
**Heft:** 14

**Illustration:** [s.n.]  
**Autor:** Stauber, Jules

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 19.03.2025

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



## Auf der Abmagerungswelle in den Frühling

Der Frühling erwacht. Wer's nicht spürt, der sieht's. Zum Beispiel in den Schaufenstern der Kleidergeschäfte. Oder in den Zeitungsanzeigen. Oder sonstwo.

Das Wichtigste am Frühling ist, dass sich der Mensch seiner Figur bewusst wird. Denn die Durchschnittsschweizerin und der Durchschnittsschweizer schleppen durchschnittlich je 7,8 Kilogramm Übergewicht mit sich herum. Idealgewichtige gelten deshalb als unterdurchschnittlich. Den Übergewichtigen stellt man die Unterdurchschnittlichen als Vorbild hin. Da diese Vorbilder in der Minderheit sind, wäre es einfacher, man würde den Spiess umdrehen: Dann müssten sich die Unterdurchschnittlichen der Mehrheit anpassen und so viele Kalorien in sich hineinstopfen, dass sie ebenfalls mit 7,8 Kilogramm Übergewicht in Erscheinung treten. Womit das Durchschnittsgewicht der schweizerischen Durchschnittsmenschen leicht erhöht würde: Die Eidgenossenschaft gewänne an Gewicht.

Aber in Wirklichkeit ist natürlich alles ganz anders. Irgendwelche Schlankheitsfanatiker halten den Übergewichtigen einen Spiegel und gleichzeitig eine Idealfigur vor Augen. Unter dem Motto «Schlank in den Frühling» stellen Zeitschriften und Zeitungen ihren Leserinnen und Lesern unvorstellbare Schlankheitskuren vor: Von der Bananenüber die Milch- und Eier- bis zur Salatdiät und von der Rindfleischüber die Kartoffel- bis zur Brotdiät gibt's einfach alles. Jede dieser Kuren verspricht sensationelle Gewichtsverluste. Wer noch mehr abmagern will, kann alle diese Kuren gleichzeitig durchführen, also das

gleiche essen wie vor der Diät. Dann wird er feststellen, dass alle diese Schlankheitskuren nichts nützen.

So sehr man sich im allgemeinen vor Verlusten hütet, so sehr scheint einem der Gewichtsverlust erstrebenswert. Aber gerade dieser Gegensatz macht's wohl aus, dass keine Schlankheitskur auf die Dauer etwas nützt. Denn jedes abgenommene Gramm wird später wieder angefressen. Wäre dies anders, gäbe es ja immer weniger Übergewichtige. Und im nächsten Frühjahr könnten keine Schlankheitskuren mehr empfohlen werden, es gäbe keinen Absatzmarkt mehr für Home-Trainer, spezielle Diät-Fertigmenüs, Schlankheitstees, Appetithemmer, Schwitzwäsche, Massage-Apparate usw., die Fitness-Center müssten schliessen.

Mit dem Ideal vom idealgewichtigen Menschen lässt sich offenbar Geld verdienen. Und deshalb wird's aufrecht erhalten. Wer Geld ausgibt für Schlankheitskuren, gibt nachher Geld für seine Gewichtszunahme aus – und kann danach wieder Geld für Schlankheitskuren ausgeben. Hätten diese Kuren tatsächlich Erfolg, würde der Wirtschaftszweig, den sie darstellen, absterben. Aber er blüht bekanntlich.

Warum also diesen ganzen Zirkus ums Idealgewicht mitmachen? Warum nicht einfach die 7,8 Kilogramm Übergewicht zum Ideal erheben? Es wäre doch einfacher, wenn man seines Übergewichts wegen kein schlechtes Gewissen mehr haben müsste. Schliesslich sind doch die Durchschnittsschweizerinnen und Durchschnittsschweizer mündige Bürgerinnen und Bürger, die sich keine Gewichtsnorm vorschreiben lassen sollten. Man müsste einmal eine eidgenössische Volksinitiative lancieren: Zur Erhöhung des Idealgewichts und gegen den Schlankheitsfimmel. Dann könnte man – zu Kuchen mit Schlagrahm – frohen Mutes den Kaffee wieder mit Zucker statt mit einem künstlichen Süsstoff geniessen ...

## Frühaufsteher

Der Frühaufsteher ist immer der bessere Mensch. Er tritt auf den Balkon hinaus, noch im Nachthemd, macht dort seine Freiübungen – jeder, der will, kann zusehen. Doch wer ausser den Frühaufstehern geht schon zu so früher Stunde auf den Balkon?

Niemand. Deshalb wohl begibt sich der Frühaufsteher, dessen Leitspruch heisst: Morgenstund' hat Gold im Mund, gerne auf die Strasse. Dort kann er nicht übersehen werden, wie er im Trainingsanzug seine Runden im Quartier zieht, selbstverständlich immer an der Tram- oder Bushaltestelle vorbei.

Richtig, es gibt zweierlei Frühaufsteher: Den freiwilligen, der nicht müsste, aber will, und denjenigen, der nicht möchte, aber muss.

Und vor dem letzteren produziert sich der erstere.

Schliesslich steht der freiwillige Frühaufsteher mit rosarotem Gesicht in der Strassenbahn, sein Körper ist straff, strotzt vor Gesundheit, auf den Lippen bildet sich ein haftendes Lächeln der

Überlegenheit. Wenn er aussteigt, dieser freiwillige Frühaufsteher, tänzelt er elastisch zwischen den Leuten hindurch, wiegt sich zur Tür, federnd nimmt er den Tritt und wippend erreicht er das Trottoir.

Mit ausholenden Schritten eilt er durch die Strassen, mit energischem Druck öffnet er die Tür zum Bürogebäude, verachtet den Lift, springt stattdessen die Treppe hoch, immer zwei Stufen auf einmal.

Und während die Kollegen schweigend am Pult sitzen, hüsteln, wischt sich der Frühaufsteher stolz den Schweiß von der Stirn. Wie die Eitelkeit schon am frühen Morgen hellwach ist.

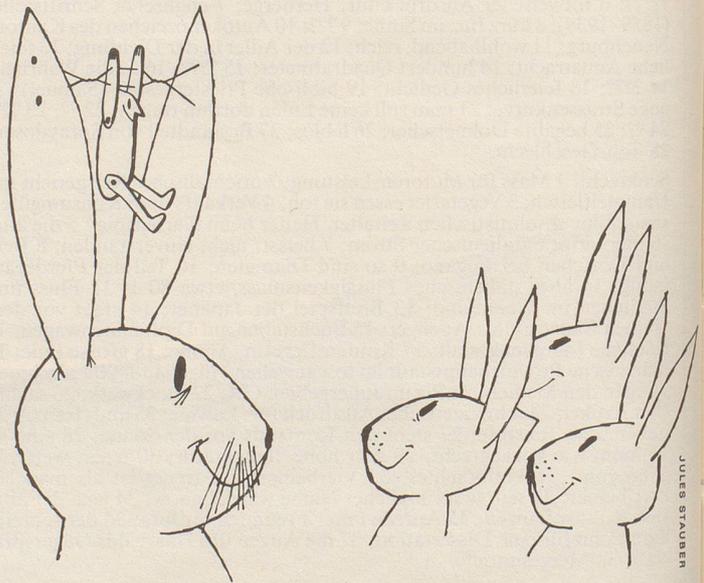
Ja, was täten die Frühaufsteher, wenn sie niemand beachtete?

## Furcht

*Träume lassen sich nicht einfangen, sie lassen sich auch nicht bestechen.*

*Der Traum ist immer ehrlich.*

*Deshalb fürchten wir uns vor ihm.*



## Trickkünstler

Immer wieder aufs neue staune ich über die Trickkünstler und Zauberer, obwohl ich weiss, dass es nichts als Fingerfertigkeit und Täuschung ist, was mir als echt vorgegaukelt wird. Aber gerade das Wissen darum weckt meine innere Anteilnahme – bei den Politikern weiss ich nie, was nun wirklich echt und was nur vorgetäuscht ist.

Das ist ein wesentlicher Unterschied.