

Willenssteigerung durch Körperkultur

Es ist ein verhängnisvoller Irrtum, zu glauben, daß der Mensch mit den gleichen Schwächen und Gebrechen, mit denen er zur Welt gekommen ist, auch ins Grab gelegt werden muß. Kein Mensch stirbt so, wie er geboren worden ist. Sein körperlicher Zustand hat sich seiner Lebensweise entsprechend mehr oder minder verändert. Wenn unsere, in allen zivilisatorischen Belangen gewiß recht vorgeschrittene Zeit sich einer Errungenschaft — fast möchte man sagen, einer Entdeckung — rühmen darf, dann ist es die Entdeckung der Werte des Körpers. Es ist erfreulich, zu sehen, wie sich die Wahrheit, daß nur in einem gesunden Körper ein gesunder Geist wohnen kann, durchsetzt.

Es ist nicht nötig, daß der Kranke krank, der Schwache schwach, der Mutlose mutlos, der Energielose energielos bleibt, denn die körperlichen und seelischen Mängel sind es, die einen Menschen in all seinen Bestrebungen hindern, so daß es ihm versagt bleibt, seine Pläne und Wünsche zu verwirklichen und seinen Willen zu entfalten. Jedem Menschen soll dieses Ziel erreichbar sein, und man kann immer wieder sehen, wie gerade die Methode des Strongfortismus dieses ermöglicht, denn die Entwicklung der Willenskraft ist ein wesentlicher Bestandteil des Strongfortismus. Warum? Weil das Ziel des Willens die Tat ist, die Verwirklichung eines Vorsatzes! Jede Willensäußerung ist für uns mit der Vorstellung einer Bewegung verknüpft, denn jede Tat, die kleinste Handlung, erfordert Bewegung, und zwar Muskelbewegung. Deshalb fördert systematische Muskelbewegung das Tätigkeitsgefühl des Menschen; sie schafft den willensstarken, den Tatmenschen. — Um seine Leistungsfähigkeit zu erhöhen, um in sportlichen Wettbewerben erfolgreich zu sein, muß der Sporttreibende sich durch eine systematische Schulung des ganzen Körpers in allen seinen Teilen durch Entwicklung seiner Kraft und Schulung seines Willens entsprechend vorbereiten.

Das Tätigkeitsgefühl, das wir durch systematische Körperkultur in uns entwickeln, prägt sich unserem Gehirn ein. Damit nun die Zellen des Gehirns fähig sind, das Tätigkeitsgefühl in sich aufzuspeichern, müssen sie sich in einem gesunden Zustand befinden, d. h. sie müssen dauernd belebt, ernährt und erneuert werden. Dieses geschieht durch Förderung des Blutkreislaufs und dessen Bereicherung mit aufbauenden Nährstoffen; ferner durch Anregung der Tätigkeit der Blutkörper, deren Sekrete zur Ernährung der Nerven und Gehirnzellen dienen. Diesen Erfordernissen trägt nur eine auf wissenschaftlichen Grundlagen beruhende Körperkultur, wie es die Methoden des Strongfortismus darstellen, Rechnung, die die systematische Kräftigung aller Körperorgane zum Ziel hat.

Panflavin Zum Schutz gegen
PASTILLEN **Halsentzündung**



Jugendlicher Charme
durch
KOLYNOS
ZAHNPFLEGE



JA! Sie sind zu kurieren
durch **OKASA**
NACH GEHEIMRAT DR. MED. LAHUSEN

OKASA ist das Reaktivierungsmittel unserer Zeit. Der Gehalt an wirksamen Hypophysen- und Keimdrüsen-Hormonen in Okasa ist standardisiert. Diese Hormone, deren Gewinnung unter Aufsicht eines Universitätsdozenten steht und durch DEUTSCHES REICHSPATENT geschützt ist, in Verbindung mit nervenstärkenden und potenzsteigernden vegetabilischen Extrakten ergeben die außerordentliche Wirkung von Okasa bei allgemeiner und sexueller Neurasthenie, Impotenz, geistiger und körperlicher Erschlaffung und vorzeitigem Altern. Okasa hat selbst in hartnäckigsten Fällen seine Wirkung erwiesen, in denen andere Mittel erfolglos blieben. PROBEPAKUNG UMSONST mit wissenschaftl. Broschüre u. notariell beglaubigt. Anerkennung, neutral verpackt, geg. 40 Pf. für Porto durch Radlauer's Kronen-Apotheke, Berlin W 103, FRIEDRICHSTRASSE 160. 100 Tabletten Okasa-Silber f. den Mann 9.50, Okasa-Gold für die Frau 10.50. In allen Apotheken erhältlich!

NOTZEITPAKUNG 50 Tabl. Okasa Silber RM 5.—
50 Tabl. Okasa Gold RM 5.50