

PILATES 2014 MIT PETER

(frei nach Friedrich von Schiller, Das Lied von der Glocke)

© Dr. Waltraud Neuwirth, Wien

Festgewurzelt in der Erden
stehn wir im Pilatesstand,
lasset uns geschmeidig werden,
fasset Mut mit Herz und Hand.

Von der Stirne heiß
rinnen muß der Schweiß,
während wir den Peter loben,
der da steht am Podium droben.

Zur Übung, die wir vorbereiten,
geziemt sich wohl ein ernstes Wort.
Wenn frohe Reden uns begleiten,
dann fließt das Training munter fort.
So laßt uns jetzt mit Fleiß betrachten,
was aus dem Powerhouse entspringt;
und jeden müssen wir verachten,
der nie bedacht, was er vollbringt.
Das ist ja, was den Trainer zieret,
und dazu ward ihm der Verstand,
daß er im innern Herzen spüret,
was er bewirkt mit seiner Hand.

Blasen an den Füßen springen,
doch Bewegung ist ein Muß.
Laßt uns mit Geduld durchdringen
was entsteht aus einem Guß.

Auch von Mühsal rein
soll die Übung sein
daß gedämpft – nur für uns alle –
jeder Seufzer sanft verhalle.

Wenn wir von Vollendung träumen,
soll Pilates mit uns sein,
wird er uns demnächst erscheinen
und uns beistehn in der Pein?

Findet froh und frisch
gutes Turngemisch,
daß das Spröde mit dem Weichen
sich vereint zum guten Zeichen

Denn wo das Strenge mit dem Zarten,
wo Starkes sich und Mildes paarten,
da formt sich jeder Muskelstrang.
Drum prüft, ob ihr euch richtig windet,
den Bogen ihr geschmeidig findet;
der Wahn ist kurz, die Reu ist lang.

Ach, ist des Pilates Feier
wieder allzufrüh vorbei?
daß doch nur die alte Leier
stumpfer Trägheit nicht gedeih!

Und oben waltet
schon Peter, der Große,
der Trainer für alle
und herrschet weise
im Studiokreise
und lehret die Mädchen
und wehret den Knaben
und reget ohn' Ende
die fleißigen Hände
uns stets zum Gewinn
mit ordnendem Sinn.

Wir dürfen in seinem Lobe uns baden,
als zög er uns sachte an seidenem Faden
und muntert uns auf, daß in traurem Verein
wir gänzlich vergessen das schmerzende Bein.
Und füget zur Übung den Glanz und den Schimmer
und ruhet nimmer.

Wohltätig ist der Dehnung Macht
wenn solch ein Trainer sie bewacht.
Und was er bildet, was er schafft:
Pilates heißt Himmelskraft.

Doch furchtbar wird die Himmelskraft,
wenn sie der Fessel sich entrafft,
einhertritt auf entgleister Spur,
in eigenwilliger Natur.

Wehe, wenn sie losgelassen,
wachsend ohne Widerstand –
von Kontrolle ganz verlassen
stehn wir hilflos und gebannt.
Und so wird wohl bald verblassen
was wir mühsam angewandt.

Doch von oben
kommt der Segen
und bewegen
will uns Peter, sonder Zahl
noch einmal.

Hört ihr's wimmern aus den Reih'n?

Das ist Pein!
Rot wie Blut
ist die Wange
das ist nicht der Freude Glut!
Und wir schrein
laut und bange,
taumeln her
gliederschwer.

Alles rennet, rettet, flüchtet,
unsre Reihen sind gelichtet.
mühsam wie an einer Kette,
um die Wette
krümmen wir uns noch im Bogen.
In der Wirbelsäule Wogen,
wie an einem Strick gezogen,
hoffen wir auf schnelle Flucht
vor der Streckung großer Wucht,
aufgebäumt zu steilen Höhen
riesengroß.
Hoffnungslos
weicht von uns die Muskelstärke,
und wir sehen unsre Werke
ohne Gnade untergehn.

Hingestreut
auf die Stätte
sehnen wir uns nach dem Bette.
In dem Raume unsrer Qualen
wohnt das Grauen.
Matt in lauter Elend schauen
wir hinein.

Einen Blick
nach dem Grabe
unsrer Labe
sendet Peter jetzt zurück,
greift fröhlich dann zum Wanderstabe
Was wir an Mut ihm auch geraubt,
ein süßer Trost ihm geblieben:
er zählt die Häupter seiner Lieben
und sieh! ihm fehlt kein teures Haupt!

*Frohe Weihnachten 2014 und Neujahr 2015 wünscht
Euch allen*

Waltraud (Neuwirth)