

## Wenn du lachst

Nordic Walking ist ein schöner Sport,  
kannst dich stützen auf die Stöcke,  
dabei reden manches Wort,  
im Wettkampf eingeteilt in Blöcke.  
Stakkato hallt nun durch das Dorf,  
der Startschuss ist gefallen,  
gerempelt wird jetzt ab sofort,  
manch einer ist kurz vorm fallen.  
Nach ner Zeit trennt sich der Spreu vom Weizen,  
endlos zieht sich eine polternde Schlange,  
zum Glück tut mich das nicht reizen,  
mir wäre angst und bange.

Mit dem Marathon sieht es sogar schlimmer aus,  
die Meute ist da umso erkorener,  
bevor du da aus dem Pulk bist raus,  
hast du etliche Minuten verloren.  
Vor lauter Menschen siehst du die Straße nicht,  
betest um freies Gelände,  
musst immer halten dein Gleichgewicht,  
ruderst wie blöd mit den Händen.  
Nach ner Zeit trennt sich auch hier der Spreu vom Weizen,  
endlos zieht sich eine polternde Schlange,  
zum Glück tut mich das nicht reizen,  
mir wäre angst und bange.

Triathlon hat man dann noch erfunden,  
drei Sportarten sind in einem,  
um das Wasser und das Land zu erkunden,  
das gehört absolut zu den gemeinen.  
Am Anfang schluckt man Wasser,  
obwohl man es nicht saufen will,  
die Atmung wird immer krasser,  
man ist kurz vor dem Overkill.  
Endlich geschafft und aus dem Tümpel raus,  
muss man sofort und das .....Ladylike,  
rennen auf Teufel Garaus,  
zum geliebten, wartenden Bike.  
Nun geht es los mit aller Kraft,  
man tritt heftig in die Pedale,  
von oben herab läuft der Saft,  
er schmeckt salzig und schale.

Müdigkeit kehrt ein und man möchte nur noch pennen,  
aber nun kommt das Sahnestück...jetzt muss ich noch rennen.  
Die Landschaft genießen kann ich nicht mehr,  
so sehne ich mich nach dem Ziel,  
die letzten Meter fallen mir schwer,  
denk an die Kilometer von Biel.  
Das Adrenalin treibt mich nur noch an,  
sehe die Welt mit anderen Augen,  
mache Bewegungen, ganz unspontan,  
die Sinne möchten mich rauben.  
Tief in mir aber verspüre ich eine Genugtuung,  
die kann mir keiner nehmen,  
etwas erreicht zu haben,  
wovon andere träumen.

Mich tut das nicht reizen,  
muss auch nicht angst und bange sein,  
der Spreu trennt sich immer vom Weizen,  
und ist die Welt noch so klein.  
Auf die innere Befriedigung kommt es an,  
was man macht aus seinem Leben,  
und wenn man es verwirklichen kann,  
hört man nicht mehr auf zu streben.  
Für nichts auf der Welt kannst du es dir kaufen,  
sei glücklich, mögest du noch lange laufen.

Ich stehe hinter dir, will dich unterstützen,  
mit allem was du machst,  
umgehe keine Lachen und Pfützen,  
denn ich bin nur glücklich.....wenn du lachst !

© **Hoermi**

Diese PDF wurde erstellt durch das [Schreiber Netzwerk](#)