

## Training

Ich trainiere zur Zeit mehr leben. Also, das Putzen wirklich geniessen!  
Das Bügeln wirklich geniessen. Also, Staub wischen wirklich geniessen.  
Und ich, übertreibe das dann gleich immer. Also, ich ver falle dann immer  
in so eine Euphorie. Ich putze dann gleich, alle vierzehn Tage einmal.  
Und wasche dann gleich, alle zehn Tage einmal. Und Staub, wische sogar  
sofort, zweimal im Jahr. Aber ich trainiere denn ich weiß, dass führt bei  
mir zum Erfolg. Ich habe zum Beispiel das geniessen eines Tees trainiert.  
Jetzt kann ich zwei Stunden einen Tee geniessen. Und es wird mir nicht  
langweilig, wenn ich danach sofort weiter mache. Oder im Cafe rum-  
hängen. Das habe ich auch Jahre trainiert. Zuerst ohne viel Erfolg. Also  
nach zwei Stunden war mir da langweilig. Aber jetzt, kann ich das einen  
halben Tag. Einfach da sitzen. Einen Tee trinken. Und Torte essen. Ohne  
schlechte Laune. Alles Training. Also Psychologisch trainiert. Abschalten  
und geniessen. Auf dem Bett liegen. Und in Erinnerungen schwelgen, habe  
ich auch trainiert. Das hat am Anfang ganz schlecht ausgesehen. Nach vier  
fünf Stunden war es aus. Da konnte ich nicht mehr. Das war wahnsinnig  
anstrengend. Aber jetzt kann ich Tage auf dem Bett liegen. Und einfach  
weg träumen. Und jede Sekunde ist schön: Ein Wunder! Eine Erleuchtung.  
Pure Magie. Und ich fühle mich von allen guten Geistern verlassen. Dann,  
wenn ich wirklich plane, das Bett zu verlassen. Wobei da immer mehr meine  
Vernunft siegt. So bin ich. Wenn ich wirklich etwas trainiere, gibt es  
Disziplinen in denen ich unschlagbar werde. Aber Nachts schreiben.  
Und das konzentriert, muss ich noch trainieren. Ich fürchte nur, das ich  
da wie immer den vollen Erfolg meines Trainings erfahre. Und dann,  
irgendwann am Schreibtisch fest wachse. Und dann hilft wahrscheinlich  
nur noch die Chirurgie. Was aber dann auch der Beweis ist, das mein  
Training vollkommen ist. Also nicht zu steigern. Also falls ich mich nicht  
in ein Stück Schreibtisch verwandele. Aber wer weiß? Die Magie meines  
Trainings. Und zu welchen Grenz gängen ich da fähig bin. Vielleicht bin  
ich eines Tages vollkommen. So vollkommen, das mein Geist im Cafe sitzt.  
Und meine Gedanken auf dem Bett liegen. Und als Überpointe, sitzt der  
restliche Teil am Schreibtisch. Total Konzentriert, Und das: Ohne einen  
Fehler. Ohne eine Korrektur. So wie Heute. Das wäre dann die neue  
Dimension des Trainings. Der Bizeps des Willens. Und ich bin der  
Mr. Universum des Willens! Warten wir es ab. Klaus Lutz

© Klaus Lutz