

Knochenbrecher

Wenn ich viel reise, so wie heuer,
viel sitze, hinter meinem Steuer,
so komm ich dann zwar gut voran,
doch auch die Muskeln spannen an.

Am Nacken härtet sich 'ne Beule,
verursacht von Halswirbelsäule.
Denn die steht leider etwas schief,
bereitet mir Schmerz, und der sitzt tief.

Zieht in den Kopf, wird immer schlimmer,
hilft nur Arznei, sonst gibt's Gewimmer.
Ich ohne sie nicht schlafen kann
und morgens fängt die Arbeit an!

Zu viele Pillen möcht ich meiden,
will aber auch nicht lange leiden.
Drum denk ich: „Ja, das macht wohl Sinn.
Gehst halt zur Chiropraxis hin.“

Dort ist erst alles noch recht friedlich,
die Liegebank beinah gemütlich.
Das Infrarot wärmt angenehm,
rötet die Haut, man kann es sehn.

Danach kommt mein Masseur, der Hans.
Am Anfang ist er auch noch ganz
auf Auskunft erpicht, die er erstrebt,
fragt nach, wo's weh tut, wie man lebt,
und reibt mich sanft mit Nussöl ein.
So wird die Haut schön glitschig sein.

Dann zieht und streicht er mit den Fingern,
mal stärkern Druck und dann geringern,
umrundet mich auf seinem Hocker:
der Nackenmuskel lässt nicht locker!

So wendet er mehr Kraft dann an,
und Hans ist ein recht starker Mann.
Damit er auch erzeugt den Druck,
ist Sitzen ihm nicht mehr genug
und ab sofort, nur noch im Stehen,
wird das Massieren weiter gehen.

Mit viel Gewicht beugt er sich runter,
ich lieg vor ihm, flach wie 'ne Flunder.
Gesicht ins Ringkissen gesteckt,
kann ich gut sehn, wie er sich streckt.

Bald steht er auf den Zehenspitzen,
damit die Griffe richtig sitzen.
Er walkt und zerrt und quetscht und drückt.
Es fehlt nicht viel, ich werd' verrückt.

Der Quälgeist hat 'nen Punkt gefunden,
ich geb es zu, ganz unumwunden,
senkt er noch mal den Daumen rein,
kann ich nicht anders, muss ich schrein!

„Tut's weh?“ fragt er ganz unbefangen.
Könnt ihm vor Ärger eine langen!
Ich spotte:“Ha, nur wenn ich lache.“
„Dann macht's nix, wenn ich weiter mache.“
Und stöhnend wird mir langsam klar:
Hans früher Foltermeister war!

Im Nacken fühlt sich die Partie
inzwischen heiß an, wie noch nie.
Das Gleitöl weg, es reibt die Haut,
mir vor den weitren Treffen graut.

Wer das genießen kann, der ist
in meinen Augen Masochist!

Doch hat die Plage ihren Zweck,
die Kopfschmerzen, die bleiben weg.

© **Kein Teil des Textes darf ohne schriftliche Genehmigung des Autors reproduziert oder verarbeitet werden**

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