

# Wahnsinn

Ist nicht immer wieder der Wahnsinn mitten im Leben geparkt? Springt von dem Einen zur Anderen, lässt überall ein klein wenig seiner Substanz um sich wieder aus dem Staub zu machen. Die eingestreute Substanz wiederum vermehrt sich, wird eigenständig und wahnsinnig aufdringlich - bis zum nächsten Wahnsinnsanfall.

Es ist keine psychiatrische Studie. Es ist nicht der tollwütige Nachbar. Es ist auch nicht ein Teil meiner Beziehung. Der Wahnsinn der Headline betrifft ganz allein nur mich und die Auswüchse dieser Woche. Zweimal Yoga!

Ursprünglich sollte in dieser Woche ausschließlich der Dienstag zum Yoga-Tag ernannt werden, ich war am Mittwoch verplant. Mein Mittwoch Termin wurde mir Dienstag Abend jedoch aufgekündigt und somit war ich frei und meinem seit vielen Monaten geplanten Vorhaben stand nichts mehr im Wege, ich konnte tatsächlich zweimal in dieser Woche die Anstrengungen des Yogas über mich ergehen lassen. How nice!

Um das Ergebnis unspektakulär vorweg zu nehmen. Es hat wunderbar geklappt. Sind die Gebeine normalerweise Mittwochs entsetzlich spröde und steif, waren sie diesmal durch die Aufwärmrunde am Dienstag nicht mehr wiederzuerkennen. Regelmäßigen Lesern dieses Blogs wird der "Schulterstand" vulgo "Schweineübung" bereits ein geläufiger Begriff sein. Es ist besagte Übung, im Verlauf welcher ich regelmäßig durch meinen eigenen Bauch zu ersticken drohe. Diesmal kam meine Instruktorin zu mir, ja sie liest meine Blogs und kennt dadurch AUCH meine Schwächen, sie kam jedenfalls zu mir, postierte sich an meinem Hinterteil und ich hatte überhaupt keine Chance die Übung abubrechen. Gut - ich hätte wild gestikulieren und mit einem versuchten Grunzlaut darauf aufmerksam machen können, dass sich bald kein Funken Leben in dem soeben von ihr erbarmungslos gestützten Körper befinden würde.

Dazu kam es allerdings nicht. Ich versuchte meinen Sauerstoffverbrauch an die Situation anzupassen und versetzte mich in die Lage des österreichischen Apnoe-Tauchers, dessen Name mir leider entfallen ist. Gleichzeitig, die Beine wurden bereits am Rücken liegend an den Ohren angewinkelt, blickte mir die Instruktorin durch die entstandene Öffnung zwischen meinen Oberschenkeln direkt ins Gesicht. - Sehr ernst. - Ich könnte mir vorstellen sie war besorgt mich nicht mehr rechtzeitig reanimieren zu können. Um ihr jedoch zu signalisieren, dass es mir ausgezeichnet ging, streckte ich kurzerhand meine Zunge raus, grinste und sie grinste zurück. Somit war klar, ich lebe und bin noch immer frohen Gemüts, wenn auch ohne Luft.

Wie es mir nach zwei Tagen Yoga tatsächlich ergangen ist, werde ich wohl erst in ein oder zwei Tagen endgültig verifizieren können. Fix ist, ich machs wieder.