



Bewegung, Sport & Wohlbefinden

## »Ich trage mein Herz auf der Zunge ...« (I)

Michael Meurer

Hallo liebe Männer!

Wie geht es Euch? Hängt Euch die Zunge aus dem Hals vor dem Jahresendspurt oder streckt Ihr Eurer Umwelt die Zunge raus??!?



In Abwandlung einer Fabel von Titus Livius (59 vor bis 17 nach Christus) vom Magen und den Körpergliedern, mit der der römische Konsul Menenius Agrippa die Plebejer überzeugt hat, die (niedere) Arbeit wieder aufzunehmen<sup>1</sup>, füge ich eine weitere Variante dieser Fabel hinzu:

»Nachdem sich die unterschiedlichsten Körperteile zu Wort gemeldet hatten, warum sie primus inter pares, also erste unter den Gleichen seien - die Zähne, die Hände, die Füße, das Herz, auch der Magen - meldete sich die Zunge zu Wort: *Was seid ihr doch für ein arroganter Haufen!* - Wenn ich nicht wäre, würdet ihr elendlich zu Grunde gehen: Die Nahrung, die in den Mund kommt, untersuche ich gründlich nach gefährlichen, kantigen Gegenständen. Wenn ich das nicht täte, würde die Speiseröhre zerschnitten, der faule Magen verletzt, von den restlichen Stationen des Speisebreis zu schweigen. Außerdem schmecke ich das Essen nach Süßem, Saurem, Bitterem, Salzigen durch und veranlasse via Boten, entsprechende Verdauungsmittel, Fermente etc. zu produzieren und bereit zu stellen. Zudem organisiere ich die Infektabwehr des gesamten Körpers, die ich über meine lymphatischen Ausschüttungen selbst her-

stelle. Und das ist noch immer nicht alles: Dann durchmische ich alles, schiebe den Brei in die Ecken des Mundes, um ihn einzuspeicheln, teile ihn sinnvoll, um ihn anschließend in kleinen Portionen in den Schlund weiterzuschieben. Habt ihr nicht gewusst? Dachte ich mir, von wegen die Zähne sind die Könige! Das ist aber noch immer nicht alles, denn wenn ich nicht wäre, würdet ihr am Brei ersticken, selbst wenn ihr glaubt, ihr könntet an mir ungekaut vorbeischlingen. Ersticken würdet ihr, glatt ersticken, denn ich, die kleine bescheidene Zunge, helfe zu unterscheiden, ob etwas heruntergeschluckt oder geatmet wird, oder macht das jemand von euch? So so, ihr beiden meint noch, den Kopf hochzuhalten, oh Du mein Herz und Du, das kleine Arschloch, hmmm. Aber ich habe noch etwas, und daran denkt ihr alle wahrscheinlich gar nicht - ich bin euer Stimmorgan für das Sprechen und Singen, ich kann einen Klangraum entstehen lassen. Warum kann man nicht reden und singen, wenn der Mund voll ist? Ihr würdet lispeln und die Menschen würden euch verlachen. Über die psychosomatischen Auswirkungen würdet ihr euch ebenfalls wundern, denn ich achte darauf, dass die Zähne und der Unterkiefer richtig wachsen können und gerade sind und Platz haben. Vor allem mit dem Zungenbein und mit dem Kehlkopf Salve Larynx kann ich über 100 Töne bilden, vor allem die Vokale gelingen nur mit meiner Hilfe, weil ich nämlich für



den richtigen Abstand der Stimmbänder Sorge! Wie klänge das beim Einkaufen: zw Mzzrll nd n Schb Wrst<sup>2</sup>. Ach, der Herr Anus, oh du mein geliebtes Arschloch, den Disput lass uns später klären, ich muss mal gerade etwas ... äh Lebkuchen ... für die Weiterreise vorbereiten! Tschüss!

Ja, die Zunge ist schon ein tolles Organ - je mehr ich lese, desto spannender wird es! Und es gibt so viel zu ihr zu sagen, dass es im nächsten Heft einen zweiten Teil zu diesem Thema geben wird, etwas fachlicher und zwei Übungen werden auch nicht fehlen ...

Bis dahin euch eine schöne Zeit, einen tollen Jahresanfang und küsst schön!  
Ciao belli!

Michael da Pottenhausen

### Anmerkungen

- 1 [http://de.wikipedia.org/wiki/Agrippa\\_Menienius\\_Lanatus](http://de.wikipedia.org/wiki/Agrippa_Menienius_Lanatus)
- 2 zwei Mozzarella und eine Scheibe Wurst :-)

### Michael Meurer

Diplom-Sportlehrer, »Feldenkrais«ler, Gewaltberater, Bildungsreferent bei einer Sportorganisation und seit langem in der Männerbewegung engagiert, weiß, was sich für Jungen und Männer - auch jenseits von Leistung & Kampf - in und mit dem Sport realisieren lässt. Mit einem Mix aus Leserfragen gibt es hier Wissenswertes rund um die Themen Sport, Gesundheit und gesunde Bewegung. Schreibt, wenn Ihr Fragen habt zu Bewegung, Gesundheit, Wohlbefinden: Michael Meurer, Postfach 2102, 32711 Detmold, eMail: michael.meurer.dadetmold@t-online.de, Fax 05231. 9489861. Antworten und weitere Themen demnächst hier.