

unserer Geschäftslinie heraus führen zu Millionen. Dann heißt es die gebotene Möglichkeit sofort erkennen und alle unverbrauchte Energie in sie einströmen lassen.“

G. P. Weber nahm eine Flöte aus einem Etui und spielte. Zwei Windhunde kamen angesprungen und bellten dazwischen. Ich schloß die Augen. Es hörte sich an, als spiele der hochselige König Friedrich II.

„Nochmals, junger Mann. Wollen Sie reich werden, so kontrollieren Sie zuvor Ihr eigenes kleines Gebiet. Dann kommt das Glück von selbst.“

Mit diesen Worten war ich entlassen.

Ich fuhr heimwärts und kaufte mir sogleich eine Flöte. Aber sie führte mich nicht zum Wohlstand.

Ich besitze die Flöte nicht mehr. Vorige Woche, auf einer Reise nach Polen, wurde ich samt meiner Flöte kontrolliert. Ich schenkte sie dem polnischen Staat.

Seitdem geht es mir wieder etwas besser.

REINE KÖRPERFORMEN

(Herausentwicklung reiner Körperformen durch Atemtechnik und Gymnastik verbunden mit Massage und Diät)

Von

KLARA HEYDT

Wie tritt man an diese Aufgabe heran? Man muß Formensinn haben, ja Begeisterungsfähigkeit für die reine Form. Man muß aber auch Tastsinn haben — Spürvermögen in den Händen, in den Fingerspitzen zum Lockern und Aufstöbern von Verklebungen und Ablagerungen in Muskeln, Geweben, Sehnen und Gelenken. Man muß die Norm des Skeletts vor Augen haben. Man muß sich immer wieder vorstellen, daß von dessen Stellung viel Wohl und Wehe für den Körper abhängt, nämlich: die Lage aller Organe und ihre Funktionsfähigkeit, sowie die für den Stoffwechsel bedeutsame Blutzirkulation. Daß das Blut — als Stoffwechselträger — abgestaut oder durch Ueberfüllung die Zonen krankhaft, verkümmern macht, die Form zum Entgleisen bringt, sie etwa zu fett oder zu „mägerlich“ werden läßt, und zu verhängnisvollen Folgen im Stoffwechselbetrieb und für den ganzen Organismus führen kann, ist zu bedenken. Dieses in erster Linie lindern und verhüten helfen! Und wenn es auch nicht speziell gesundheitlich, sondern rein ästhetisch und künstlerisch zu fördern gelten sollte! Sehen wir uns als würdigstes Vorbild die Griechen an, das, was sie aus der Blütezeit uns überliefert haben, was den Sehfähigen oder Wahrnehmungsfähigen packt, erschüttert: Diese Proportions- und Formenschönheit des Leibes! Diese Haltungs- und Bewegungsdisziplin, die auch jedem von uns zum beglückenden Erlebnis werden kann. Die anatomisch-physikalische Gesetzmäßigkeit, die dort notwendig zugrunde liegen muß. Die Erfüllung derselben auch in ihrer physiologischen Wirkung — wohl bis heute der würdigste Maßstab — ist die geniale Wiederentdeckung der Frau *Mensendieck*.