

Wenn

Wenn du das kannst: den Kopf auch hoch zu halten,
 wenn du von Toren blind beschuldigt wirst;
 wenn du dir selbst vertraust, wenn alle an dir zweifeln
 und du dich nicht an ihren Zweifeln stoerst;
 wenn warten du gelernt, nie muede wirst zu warten,
 betrogen wirst und nicht dem Trug verfaellst;
 wenn du gehasst wirst, nicht den Hass erwidernst;
 nicht billig raetst und nicht auf Urteil hoerst;

Und wenn du traemst, doch Herr bist deiner Traeume;
 wenn du das Denken nicht zum Selbstzweck praegst;
 wenn Niederlage noch Triumph dich taeuschen
 und beides nicht mit falschem Schein umwebst;
 wenn du ertragen kannst: dass reine Wahrheit
 aus deinem Mund, in Luege wird verwandelt;
 du – was dein Leben ausmacht, siehst zerbrochen –
 und aus den Truemmern es dir neu erhebst;

Wenn du dein ganzes Hab und Gut kannst wagen,
 in einem einz'gen Einsatz zu verlieren,
 und es verlierst -, von neuem zu beginnen
 und den Verlust aus der Erinnerung streichst;
 kannst deine Muskeln du und seine Sinne zwingen
 zu dienen dir, auch wenn sie kraftlos sind,
 nichts in dir ist als nur Befehl und Wille;
 „Ihr haltet aus!“ bis du dein Ziel erreichst;

Wenn du dich unter Poebel nicht befleckest;
 in Einfachheit vor Koenigen beharrst;
 wenn weder Freund noch Feind dich kann verletzen;
 und du vor Ueberschaetzung dich bewahrst;
 wenn du die unersetzliche Minute fuellst
 mit den Sekunden wert gelebt zu sein; -
 die Welt und was sie fuellt, mein Sohn, ist dein
 und mehr – mehr als das – dann wirst ein Mann du sein.

(Uebertragen von Hilda Siri)

Fonte:

Die Serra-Post, Ijuí, Ulrich Löw, 1956, p. 33.

If

If you can keep your head when all about you
 Are losing theirs and blaming it on you;
 If you can trust yourself when all men doubt you,
 But make allowance for their doubting too;

If you can wait and not be tired by waiting,
Or, being lied about, don't deal in lies,
Or, being hated, don't give way to hating,
And yet don't look too good, nor talk too wise;

If you can dream - and not make dreams your master;
If you can think - and not make thoughts your aim;
If you can meet with triumph and disaster
And treat those two imposters just the same;
If you can bear to hear the truth you've spoken
Twisted by knaves to make a trap for fools,
Or watch the things you gave your life to broken,
And stoop and build 'em up with wornout tools;

If you can make one heap of all your winnings
And risk it on one turn of pitch-and-toss,
And lose, and start again at your beginnings
And never breath a word about your loss;
If you can force your heart and nerve and sinew
To serve your turn long after they are gone,
And so hold on when there is nothing in you
Except the Will which says to them: "Hold on";

If you can talk with crowds and keep your virtue,
Or walk with kings - nor lose the common touch;
If neither foes nor loving friends can hurt you;
If all men count with you, but none too much;
If you can fill the unforgiving minute
With sixty seconds' worth of distance run -
Yours is the Earth and everything that's in it,
And - which is more - you'll be a Man my son!

Rudyard Kipling