

---

110 ml

Heute ist Mittwoch und Mittwoch ist, erraten, Yoga-Tag. Es wurde noch kurz versucht mich in die Freizeit abzuwerben, um den Abend gemeinsam in der städtischen Natur zu genießen, ich ließ mich freilich nicht von meinem Vorhaben abbringen, bei ungefähr 37 Grad Raumtemperatur zu schwitzen was das Zeug hält.

Während dem Yoga fiel mir übrigens ein, dass ich wieder mal 10 Stunden in der Company war, aber ich fürchte, das ist ein anderes Thema.

Schon einmal was vom Augen-Yoga gehört? Ich auch nicht, heute versuchten wir uns daran und es war eine interessante und nicht minder witzige Übung. Vor allem wenn man wie in meinem Fall kurz pausiert und den anderen dabei zusieht.

"Wir blicken nach oben und dann nach unten. Wir blicken nach oben und dann nach unten." Das wiederholte sich einige Male. "Und jetzt blicken wir nach links quer oben und gehen nach rechts quer unten." - Oder so ähnlich. "Und nun kreisen wir mit den Augen von oben nach links, nach unten und recht und nach oben."

Wie gesagt bei den anderen sah es witzig aus. Ich selbst, sah mich freilich nicht. Ich musste nur feststellen, dass sich die Muskeln an denen die Augäpfel befestigt sind fühlbar verlängerten und ich muss wohl kurzfristig zu schielen begonnen haben. Der Zustand gab sich allerdings in wenigen Sekunden wieder.

Da wir augenblicklich von einer wahnsinnigen Saharaströmung überzogen werden und es ohnehin tagsüber 34 Grad im Schatten hatte, wenn nicht mehr, konnten wir die Temperatur im Yoga-Raum auf lockere 37 Grad steigern. Das führte wiederum zum Umstand, dass wir alle miteinander schwitzen mussten was das Zeug hält. Ich kam dabei auf geschätzte 110 ml puren Schweiß. Aber bitte Yoga-Schweiß, der ist total harmlos und riecht nicht. Jeglicher Ekel beim Lesen dieser Zeilen ist daher absolut unangebracht.

Ach, einer der Höhepunkte des Abends war der Abschluss-Tee. Wir erhalten am Ende der knapp zweistündigen Yoga-Session immer Tee. Heute war es ein Frauen-Tee. Ich protestierte leise, denn als einziger Mann unter Frauen werde ich nun auch getränketechnisch assimiliert und konnte mich dagegen nicht wehren, denn ich war kurz vorm umkippen und durstig, als wäre ich besagte Sahara selbst durchwandert. Nun stehe ich beinahe minütlich vor dem Spiegel und überprüfe meine sekundären Geschlechtsmerkmale. Ich darf beruhigen, selbst nach mehr als einer Stunde tut sich diesbezüglich nichts und ich werde die Beobachtung abbrechen. Als Entschädigung schlugen meine werten Yoga-Kolleginnen vor, nächstens einmal Männer-Tee zu trinken. Nachdem ich allerdings weiterhin der einzige Mann im Kurs bleiben möchte, lehnte ich dankend ab.