

Bauchansichten

Oft reicht es den Blickwinkel nur ein wenig zu verändern um alltägliche Dinge, Dinge die einen zwar Tag und Nacht umgeben, von einer Sekunde auf die andere, neu wahrzunehmen.

Seit einigen Monaten bin ich stolzer Bauchbesitzer. Ach - streichen Sie den Stolz aus dem Satz und belassen Sie es einfach nur beim Bauch. Er verändert sich, je nach Umfang des kulinarischen Angebotes während des Tages, von mal zu mal. Das Gewebe ist fest, die Schwerkraft zu schwach, noch ist er da wo er, wenn er da ist, auch hingehört. Keinen Zentimeter tiefer.

Mittwoch ist immer Yoga-Tag und in der vergangenen Doppelstunde nahm ich zum ersten Mal meinen Bauch aktiv wahr. Der Schulterstand, im Turnunterricht der Schule hieß er noch "Kerze", lässt es zu, den Bauch plötzlich aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten. Und dabei kam er mir heute wesentlich voluminöser vor, als in den vergangenen Zeiten. Es war wohl eine optische Täuschung, lag an schlechtem Licht oder vielleicht sogar am Vollmond. Nun, natürlich nahm ich den Bauch während des Schulterstandes des öfteren wahr, denn er führte dazu, dass ich der Atemluft beraubt und im Verlauf des Schulterstandes nahezu zu ersticken drohte. Optisch wahr genommen hatte ich ihn allerdings bewusst erst heute. - Und da war wesentlich mehr da, als von mir erwartet. Viel mehr.

Danach stellte sich mir die Frage ob man mit mehr Bauch auch über ein Mehr an Bauchgefühl verfügt oder ob es vielleicht sogar weniger ist, weil mit einem Rundherumverschlag versehen der nicht oder nicht sehr durchlässig ist.

Wenn ich es mir bewusst überlege, ist mir dieser eine Bauch bei etlichen Yoga-Übungen gewaltig im Weg. Das Wort "gewaltig" wähle ich absichtlich, denn er verhindert mit Gewalt, dass ich mich fallen lassen kann. So lande ich bei einigen Übungen einem Trampolin gleich auf meinem Bauch und komme nicht weiter, obwohl es noch mindestens 30 cm zu bezwingen gäbe. Bereits heute träumte ich in besagter Yoga-Stunde von bauchlosen Übungen die mich einsinken lassen wie eine Elfe oder wie Karin neben mir.