

Zuviel des Guten

Dabei nahm ich mir noch vor Beginn meiner aktuellen Beziehung vor, in dieser nicht an Gewicht zuzulegen. Denn regelmäßig wie der Kuckuck aus seiner Uhr kommt um lauthals die volle und halbe Stunde zu verkünden geschieht es, dass ich in der Beziehungskiste ein für mich verhängnisvolles Entwicklungsverhalten annehme. Entfernt erinnert es mich an einen Germteig in der Ruhephase.

Als hätten wir es nicht alle schon erlebt, dass es zwischen der Erkenntnis und dem sattem eingeprägten Verhaltensmuster eine schier unüberbrückbare Kluft gibt. Es funktioniert eben nicht, wenn man tagsüber, so wie ich, eine Kantine besucht die sich darauf spezialisiert schwer arbeitenden Menschen, nämlich Druckern, das nötige "kulinarische" Beiwerk zu liefern. Es funktioniert auch nicht sich essenstechnisch zu kasteien, wenn man mit einem Partner zusammen lebt der an Samstagen und Sonntagen wie ein Vögelchen frühstückt und man selbst auf mindestens das dreifache kommt. Denn spätestens drei Stunden danach, wird ohnehin der nächste Gang besprochen.

Ein klein wenig beruhigt mich der Umstand, dass von mir Jugendbildnisse existieren auf denen ich bereits wechselgewichtig bin. War es also immer schon so. Gut, ... durchatmen und beruhigt zurücklehnen.

Das Alter. Ich sage ja immer, ab ungefähr dreißig muss man sich noch mehr bemühen um halbwegs was gleichzusehen. Nun bin ich ja schon einiges über dreißig und man kann sich lebhaft vorstellen wie sehr ich mich jetzt bemühen müsste. Und was passiert? Zur Zeit einmal wöchentlich Yoga. Zugegeben, da werde ich ordentlich geschunden, aber es reicht selbstverständlich nicht. Etwas Fatburning (wie das schon klingt) wäre einfach ideal. Dabei bin ich letzte Woche schon mal vierzig Minuten am Hometrainer gesessen, habe mir Armin Assingers "Millionenshow" gegeben und bin dabei halb ausgeronnen. Nein, kein Brechreiz durch die Sendung, sie war ganz und gar langweilig, von kleinen Ausnahmen abgesehen. Dieses Konzept ist ja sehr von den Gästen abhängig und kann, wenn der jeweilige Gast es versteht Assinger etwas zurückzudrängen, auch ein wenig vernünftig wirken.

Ich schweife vom Thema ab und wollte gerade feststellen, dass ich ja wahnsinnig viele Hosen habe. Davon passt mir gerade einmal eine Hand voll. Ein deprimierender Zustand, aber immer mehr Ansporn etwas zu ändern. Ich weiß nur noch nicht wie.

Ein guter Freund von mir, Mario, der grafische Erfinder dieser Homepage, refresht gerade seinen Körper. Als hätte er es nötig. Aber er meint er hat um die Hüfte herum mehr, als da sein müsste. Dieses Gefühl begleitet mich am gesamten Oberkörper, bis hinunter zum Hintern. Er schwärmt von seiner Diät und streicht alle Kohlehydrate und süßes Obst, sogar Bier. Übrig bleibt Fleisch, Gemüse, Fett oder Öl. Ein Freund von ihm hat damit sehr gut abgenommen und konnte das Programm guten Gewissens weiterempfehlen.

Am sympathischsten sind mir alte Damen, meist noch die Kriegsgeneration und somit selbsterklärend, sie meinen nämlich "von einem Mann kann nicht genug da sein" oder "ein Mann unter hundert Kilo ist ja kein richtiger Mann". Um keine falsche Spur zu legen, in deren Augen bin ich selbstredend kein richtiger Mann, weil noch immer weit unter hundert Kilo.

In Zeiten wie diesen ist es mir ausschließlich einmal im Jahr für ein Wochenende ermöglicht, mit absolut reinem Gewissen schwimmen zu gehen. Wenn ich in Peuerbach bin und Thomas mit mir ins Becken springt, ist die Welt in Ordnung.

Thomas ist ein Jahr jünger als ich, man sieht es aber nicht, und wir könnten, äußerlich betrachtet, tatsächlich Brüder sein. Wurde erfreulicherweise auch schon für solche gehalten. Ganz ehrlich und ich habe das schon öfter thematisiert, neben meinem Zwilling fühle ich mich im Schwimmbad relaxed genug und fühle mich gänzlich frei.

Auf nach Oberösterreich und ab in die Badehosen.