

Der innere Schweinehund

Kennst du das? Man fühlt sich sportlich alleine durch den Kauf von Sportklamotten. Herrlich. Ein bisschen zu klein gekauft, es zwickt hier und da, aber macht ja nix, man macht ja ab jetzt wie irre Sport, da wird das Teil im Nu zu groß sein! Also alles richtig gemacht. Natürlich braucht man als beinahe Leistungssportler auch eine eigens dafür reservierte Sportschublade im Schrank. Diese füllt sich im Laufe der Jahre rasch auf, denn der gute Vorsatz: Sport! kommt nicht nur zum Jahreswechsel auf's Tablett. Da sind die stets wachsamen Augen der Schülerschar, das alljährliche Schaulaufen zum Abiball, die unvermeidliche Aufforderung zur Teilnahme am Sportabzeichen mit den Kollegen, der nahende runde Geburtstag, an dem man natürlich hören möchte, dass man mindestens fünf Jahre jünger aussieht. Naja, man kennt es. Da rafft man sich also auf dem ein oder anderen zu viel konsumierten Überraschungsei den Kampf anzusagen, Methoden gibt es ja ohne Ende. Doch schnell muss man feststellen- sieht alles leichter aus als gedacht. So mühelos wie ein Ninja Warrior kommt man die Kletterstange nicht hoch, beim Laufen wird man von den eigenen Kindern überholt, Radfahren ohne Motor ist auch nicht mehr angesagt. Freunde futtern lieber weiter Überraschungseier statt mitzumachen. Bleibt das world wide web. Dort sportelt es sich schön inkognito. Die neugierigen Nachbarn sperrt man zu deren eigenem Schutz durch einen Vorhang aus. Wer weiß, welche unschöne Szenen sich gleich abspielen werden.

Auf geht`s. Yoga, HITT, Full Body Workout- ich lese vor Schreck Burnout- und klicke den Start Button. Randvoll mit Motivation tänzle ich erwartungsvoll auf der Stelle, ready for action, ich sehe mich schon elegant und anmutig sämtliche Problemzonen wegsporteln, da holt mich die Realität in Form von Werbung unsanft zurück ins Hier und Jetzt. Ratet was kommt! Werbung für Überraschungseier. Ich hasse diese personalisierte Werbung. Jetzt tropft mir der Zahn statt der Schweiß. Ungefähr 30 unästhetische Minuten später habe ich dieses Ziel dann zumindest aber doch erreicht. Obendrauf noch unattraktives Schnaufen und einen roten Kopf, der mir und allen anderen noch zwei Stunden beweisen wird, wie sportlich ich bin. Nicht. Ich verspüre leichten Hunger. Logisch. Habe ja schwer gearbeitet. Aber ich bin gut. Ich trinke einen halben Liter Wasser auf ex. Gute Sache. Da kann man den nicht ganz so flachen Bauch direkt darauf schieben. Den restlichen Tag schwebe ich durch die Welt. Schließlich bin ich ja jetzt in der Liga der Sportler und genieße den Triumph über den inneren Schweinehund. Sogar die abendliche Naschlust auf ein Überraschungsei hat heute keine Chance bei mir.

Zeitsprung. 12 Stunden später. Es geht mir nicht so gut. Nein, nein. Ich habe mich nicht nachts heimlich an Überraschungseiern überfressen. Tatsächlich wäre ich bis zum Versteck derselbigen gar nicht gekommen. Ich kann mich nicht bewegen. Alles tut weh. Aber nicht so wie dieser wohlige Muskelkater, der einem liebevoll zuschnurrt wie toll sportlich man ist und wie katzenleich anmutig das Muskelspiel wirkt. Es ist mehr dieses gemeine Etwas was einen erbarmungslos an die eigene Faulheit der letzten Jahre erinnert. Ähch.

Zeitsprung. undefinierte Zeit später. Die Sportklamottenschublade quillt über und ich frage mich, was war eigentlich zuerst da: der innere Schweinehund oder das Überraschungsei?