

# Josefines Blog

## Sprechende Waage

von Silvia Gillardon (Kommentare: 0)

## Sprechende Waage

Eigentlich ist Weihnachten schon vorbei. Warum sonst werden Zimtsterne und Mailänderli bereits mit fünfzig Prozent Rabatt angeboten? Auch die Mandarinen sind schon ziemlich schrumpelig; vom ranzigen Geschmack der Erdnüsschen ganz zu schweigen. Vom Feiertags-Speckgürtel, der sich ebenfalls viel zu zeitig um meine Hüfte gelegt hat, will ich schon gar nicht reden.

Die Leserin, der Leser wird aber verstehen, warum ich mich bereits heute (und nicht erst im Januarloch) mit dem Thema Diäten befassen muss. Und sagen Sie jetzt nicht, das sei ein unattraktives Thema. Siebzig Prozent aller Frauenzeitschriften setzen erfolgreich auf das Thema, jede Woche, jeden Monat. Kartoffel-, Eiweiss-, Blutgruppen- und Schlotterdiät, Apfelessig-, Kohlsuppen- und Crashdiät.

Seit Jahren bin ich Expertin im Thema „Kurzfristige Veränderung der Ernährungsform zur Gewichtsreduktion“, wie die Definition heisst. Experten müssen übrigens ihre Erkenntnisse weder anwenden noch stehen sie unter Erfolgszwang. Dies nur, damit Sie angesichts meiner Hummel- statt Wespentaille auf dumme Gedanken kommen sollten. Ausserdem hat das Erscheinungsbild meiner Figur damit zu tun, dass mein Körper einen Hang zum Hungerstoffwechsel hat. Das Phänomen ist auch bekannt als Wiederanstieg des Gewichts oder als Jo-Jo-Effekt nach einer stark unterkalorischen Diät. Nicht meine Schuld, sorry.

Letzte Woche habe ich verzweifelt meine Schwester angerufen – sie ist schlank wie eine... ja, wie was? Bohnenstange, Gerte?. „Wie schwer bist du denn? Aber sei ehrlich!“ Danach gab sie mir mitfühlend neue Tipps: „Kartoffeln sind böse. Brot macht dumm... Ganz einfach.“

Gestern hab ich ihr eine Mail geschickt: „In vier Wochen werde ich vielleicht auf das Gewicht gesunken sein, das ich dir vorgeschwindelt habe.“

Offen gestanden, hatte ich schon bessere Zeiten. Als ich mich zum Beispiel für einen Bericht über die Weight Watchers undercover bei diesem Club einschleichen wollte. Dazu brauchte man ein „minimales Uebergewicht“. Das habe ich nur deshalb erreicht, weil ich beim obligaten Gang auf die Waage zwei schwere Schlüsselbunde in meine Taschen gesteckt hatte. Seufz. Heute würden sie mich auch ohne Schlüssel aufnehmen.

Aber ich brauch keine Weight watchers. Ich habe mir nämlich endlich eine sprechende Waage gekauft. Dort habe ich mein Gewicht gespeichert. Ok, ok, ich habe beim Eichen der Waage meine Kater Punto auf den Arm genommen. Aber es war trotzdem ein erhebendes Gefühl, als ich mich jetzt, ohne Kater, auf die Waage stellte und diese rief: „Sie haben abgenommen. Viertausend Gramm!“

Dumm ist, dass der Allerliebste nachfrage: „Toll. Aber wie schwer bist du denn genau?“

Ich habe die Sprache der Waage jetzt auf Italienisch und auf Flüstern eingestellt. Das versteht er nicht so gut.

Abgesehen davon: Natürlich möchte ich ernsthaft abnehmen. Er senkt sich nur etwas zu langsam, dieser verfluchte Zeiger auf der Waage. Vielleicht werde ich doch das ultimative Rezept befolgen. Einfach die Waage ganz weit vom Kühlschrank weg aufstellen, und dann stehenbleiben, bis der Zeiger unten ist.

**Einen Kommentar schreiben**