

Hochsaison für Masochisten und Masochistinnen

Man könnte fast einen Flash-Back erleiden, tauchen vor einem doch Bilder aus dem Kulturjahr 2003 auf, das Sacher- Masoch- Festival war plakatiert. Aber nein, es ist einfach nur Jänner, über die Weihnachtsfestessen legt sich der gnädige Schleier des Vergessens und die kritische Körperbeschau beginnt...

Eigentlich sollte man ja eine neue Jahreszeit einführen. Die „Ich bin ja so fett und ich muss unbedingt abnehmen, weil ich zu Weihnachten zuviel gegessen habe“- Jahreszeit. Oder die „Ich muss in mein Ballkleid passen und habe zu Weihnachten zuviel gegessen“- Jahreszeit. Oder die „Wenn ich im Sommer im Bikini nicht wie eine Wurstrolche auf zwei Beinen aussehen will, dann muss jetzt sofort damit beginnen abzunehmen, weil ich zu Weihnachten zuviel gegessen habe“- Jahreszeit.

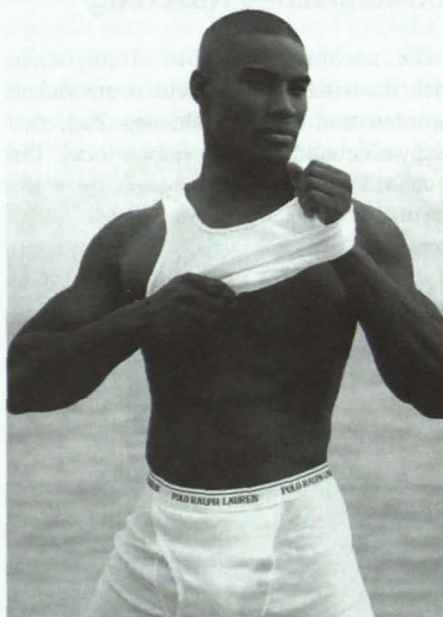
Aber wie sagt meine Oma? „Dick wird man nicht zwischen Weihnachten und Silvester, sondern zwischen Silvester und Weihnachten.“

Diese alljährliche um diese Zeit stattfindende Körperbeschau und der damit unweigerlich folgende Katzenjammer haben mich dazu bewogen, ein paar Daten zum Thema „Idealmasse“ zu erheben. Ich habe mir also erlaubt, Größe und Gewicht von sogenannten Modellen in den vielzitierten BodyMassIndex umzurechnen. Dieser berechnet sich wie folgt:

BMI = Körpergewicht [kg] dividiert durch die Körpergröße [m] zum Quadrat

Die WHO gibt folgende Kategorien zur Körpermassenzahl bei dem/der 20jährigen Erwachsenen an:

Kategorie	BMI (kg/m ²)
kritisches Untergewicht	< 16
Untergewicht	16–19
Normalgewicht	19–25
Übergewicht	25–30
Adipositas Grad I	30–35
Adipositas Grad II	35–40
Adipositas Grad III	> 40
[btw: Adipositas = Fettleibigkeit]	



Damit hätten wir also den passenden Messparameter zur Dingfestmachung der zwickenden Hosenbünde gefunden. Also nichts wie ran an die Krautsuppen-, Ananas- und „Alles nur keine Kohlenhydrate“- Diät. Weg mit Keksen und Schokolade, ab mit allen dickmachenden Lebensmitteln aus Kühlschrank und Speisekammer, der Schokonikolaus den wir in der hinteren Schrankschublade gefunden haben, überantworten wir dem Mistkübel oder schlechtfutterverwertenden WG-Kollegen. Wir stecken Karotte und Stangensellerie in den Mund und hoffen auf bessere Zeiten.

Claudia S.:	95-62-92	Größe 1,82 m	Gewicht 58 kg	BMI 18
Eva H.:	95-62-92	Größe 1,80 m	Gewicht 60 kg	BMI 19
Kate M.:	84-58-89	Größe 1,78 m	Gewicht 59 kg	BMI 19
Stefan G.:	94-82-89	Größe 1,82 m	Gewicht 75 kg	BMI 23
Nils P.:	110-86-96	Größe 1,88 m	Gewicht 85 kg	BMI 24
Tuncer C.:	97-85-91	Größe 1,84 m	Gewicht 80 kg	BMI 24

Aber halt!! Spätestens Ende Jänner werden wir vor der nächsten Prüfung feststellen, dass durchwachte Nächte und der allgemeine sonstige Unistress nicht gerade zu unserem allgemeinen Wohlbefinden beitragen.

Fragen wir uns also rechtzeitig vor Eintreten des ganz großen Frusts: „Was ist passiert?“

Eintreten eines Asteroiden in die Mars-Venus-Achse und damit unvermeidbare Verlagerungen in unserem Fettstoffwechsel? Kippen der Erdachse um 0,0000000000000001° und damit einhergehende Störungen unseres seelischen Gleichgewichts? Abschmelzen der Polkappen und Steigerung des Meeresspiegels um 0,000000000000000000001 mm führt zur Aktivierung unseres steinzeitlich programmierten Notfallprogramms zur Vermeidung von Hungersnöten? Schlagendwertung einer alljährlich wiederkehrenden – und damit periodischen-Fressattacke?

Aber immer langsam mit den Pferden, Schweinen, Hunden und Schweinehunden.

Fragen wir uns besser: „Was haben wir getan?“

Haben wir die vorweihnachtlichen Konsumterrorwarnungen in den Wind geschlagen? Oder haben wir uns Omas Sprichwort nicht zu Herzen genommen??

Wahrscheinlich haben wir doch einen Deal mit uns selbst geschlossen, wir essen das ganze Jahr und geißeln uns gebetsmühlenartig jedes Jahr nach Weihnachten ob unserer Unzulänglichkeit in Sachen kulinarischer Selbstbeherrschung.