

# Unter Wiegenden und Bombenden



Ich ~~schrieb~~ schrieb vor [zehn \(!\) Jahren](#): „Da meine Personenwaage heute morgen 86 Kilo anzeigte, werden die hungrigen Leserinnen und die gefräßigen Leser mir die gestrige Sünde mit dem [Kasseler](#) mit Senf und Rotkohl verzeihen.“

Ich habe überlegt, was ich eigentlich anders mache als vor einem Vierteljahr: Kleinere Portionen, weniger Nudeln, nichts mehr essen nach 18 Uhr oder was ich dafür halte, Schokolade und anderes Süßes sind tabu, Bier trinke ich ohnehin kaum. Wenig Fleisch und Fett, aber das war zu meinen Hundert-Kilo-Zeiten auch schon so.“

Zwischenzeitlich war ich sogar bei meinem Idealgewicht von 84 Kilo (Größe 1,84 cm), das war 2016, als ich zwei Mal in der Woche Krav Maga machte. Jetzt sind es 90. Meine ~~schmuckelige~~ Physiotherapeutin sagte neulich beruhigend, Muskeln, die ich zur Zeit aufbaue, wögen auch etwas. Jedenfalls ist meine Silhouette im Spiegel schlanker als damals. Vielleicht ist auch nur alles anders verteilt. (Ist Titan in der Hüfte schwerer als Knochen?)

Ich müsste heute eigentlich etwas über [Georg Elser](#) bloggen, will aber das Publikum, welcheselbiges schon informiert sein wird, nicht annoyieren (nur um euren Wortschatz zu erweitern).