DIE QUARK-ESSERIN...

PICTURE-TELLING: © BRUNO ROEDER

„ALLES QUARK, ODER WAS?“
OH WIE SCHÖN, DER WAHNSINN UNSERER ERNÄHRUNGS-APOSTEL FÜHRT UNS MEHR INS DILEMMA ALS AUF EINEN GESUNDEN LEBENSWEG. DESHALB...

LASS DICH VON TRENDS NICHT ÜBERROLLEN!

Die Quark-Esserin

Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts. – Arthur Schopenhauer -

" **N**ein, Monsieur, die Appenzeller Baerli-Biber sind aus und einen Platz am Tisch gibt es - aufgrund der Abstandsregel - auch nicht. Nehmen Sie doch den Kaffee im Pappbecher mit an Ihren Sitzplatz, hier – da, sehen Sie? Dort hinten steht der Zucker dazu“. Der Chef des Zugrestaurants trägt einen Ohrring und zwei abgeschabte Lederhalsketten und wirkt unmotiviert. Dass ich meinen Kaffee nie aus Pappbechern trinke und dass es „ein starkes Stück“ sei, mir kein Appenzeller Baerli-Biber anzubieten, kontere ich gereizt und gehe unglücklich zurück zu meinem Sitzplatz in Wagen 7. Zu jeder Zugreise in der Schweiz gehört mein Speisewagenbesuch; zu jeder Zugfahrt gehört auch ein süsses Baerli-Biber und ein noch süsserer Kaffee.

Nur heute - und damit hat Corona nichts zu tun - ist alles anders.

Im Wagen 7 hat mir gegenüber eine Dame Platz genommen, die sich äusserlich von allen anderen Passagieren abhebt: Ihr Kopf erinnert an eine Büste aus Palmyra, schlank und lang, auch ihre Zähne sind sehr groß. Sie schmückt graues, dichtes Kopfhaar, stark gewellt, dem Scheitel entwächst dünnes, dunkles Kraushaar, was der Haarpracht einen reizvollen Pepp gibt. Ihre Haut ist ansprechend getönt, ein vornehmes Olivbraun ziert die Dame, welche ein Strickkleid trägt, wie es nur Missoni entwirft: Zickzackmuster in Pastellgrün, Blau und Gelb. Dazu ein Wickel-Cardigan auf schwarzem Grund, auch mit jenem Zickzack-Dekor, nur in hellem Orange.
Ich rücke mich im Sitz zurecht und blicke die Frau an. Sie hingegen nimmt mich nicht wahr.

Sie öffnet indes eine opulente Handtasche aus alten Autoreifen gefertigt, und holt einen Becher Quark hervor. Dann wickelt sie bedächtig einen Teelöffel aus einer mitgeführten Serviette mit kleinen, bunten Buddha-Motiven. Ihre schlanken, langen Finger, die schmucklos sind, öffnen den Magerquarkbecher. Sie blickt aus dem Fenster des fahrenden Zuges und beobachtet vorbeifliegende Land-

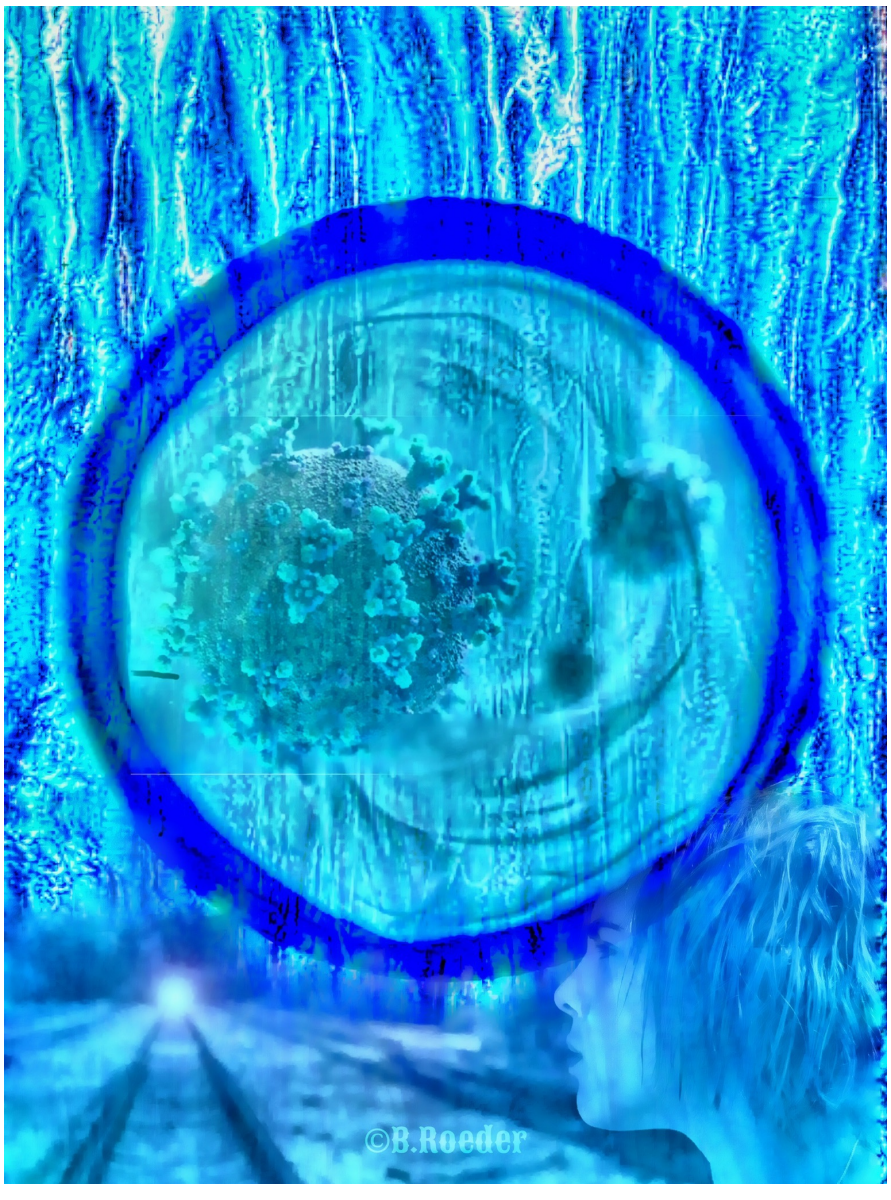
schaften. Ihre Lippen bewegen sich. Ihre Zunge feuchtet erotisierend ihre Lippen an. Mit dem Teelöffel hebt sie ein Portiönchen Quark heraus, führt es an den schmalen Mund und verspeist diesen mit derartiger Wollust, Wonne und Inbrunst, dass ich leer durchschlucke, auch meine Lippen befeuchte und gebannt den demonstrierten Hochgenuss des Quarkverzehrs beobachte. Mein Mobiltelefon läutet, was jetzt und hier weder die Quark-Esserin noch mich interessiert.

Die grau gelockte Dame entnimmt ihrem Becher ein zweites Portiönchen Quark und dieses Mal kaut sie die Quarkmasse langsam und intensiv, wie man ein dünnes, fein gebratenes Wienerschnitzelchen zerkauen würde. Sie schließt die Augen. Ich sehe jetzt Siwa, die schönhaarige Göttin des Genusses, vor mir.

Ich fasse Mut und spreche sie an: „Verzeihen Sie, ich bewundere Ihren Quarkgenuss seit Minuten und bin erstaunt, wie man einem solchen Becherchen Magerquark so viel Leidenschaft abgewinnen kann“.

Die Fremde antwortet nicht gleich. Erst legt sie den Teelöffel bedächtig auf die Serviette zurück.

„Der Mensch ist was er isst“, antwortet sie und gibt den Blick auf lange weiße Weichkäsefäden in ihrer Mundhöhle frei. Nun schaue ich nicht mehr hin, sondern versuche dezent wegzusehen.



Digital, mit Hilfe eines Webinars, in Indien sei sie gewesen, in einem Ashram, nachdem sie - durch den ‚Lockdown‘ erkannte, dass sie sowohl im Berufs- als

auch im Privatleben von einer „Mischpoke dümmlicher Zeitgenossen“ enttäuscht worden war, berichtet sie ungehalten. Drei Wochen innere Einkehr im Meditationszentrum in Thiruvananthapuram: Meditation von früh bis Abend, die Sonne habe sie - virtuell und mit neuester Digital-Technik, mit nach aussen gedrehten Handflächen angebetet, dem Leben konnte sie endlich den seelischen Tiefsinn abringen und schliesslich habe sie einen Ernährungskurs mitten in den Backwaters absolviert, - umfangreich nähme sich das „Full Body & Soul-Program“ für 20‘000.- Schweizer Franken aus. Und genau dieser „wahnsinnig geniale Nahrungskurs“ in Südwestindien, im hoch gelobten Thiruvananthapuram-Meditationszentrum, habe sie „umgehauen“ und „total verändert“.

Alles neu: Ihre Lebenseinstellung, ihr posthumer Glaube an grollende Götter und Dämonen, und dann natürlich die Sache mit der Ernährung: Was wir hier in Europa alles zusammenfressen würden, sei ja nicht auszuhalten, schimpft sie und droht mir bereits mit dem rechten, mageren Zeigefinger. Ich verschweige ihr meine gelegentliche Appenzeller-Biber-Baerli-Gier. :-)

„Wir sterben Alle an dem fetten Zeug unzähliger Burger oder Schweinebraten, aber das ist noch lange nicht die ganze traurige Wahrheit: Denken Sie nur, was in diesem Thiruvananthapuram noch alles zu Tage kam: Gluten, Zucker, Laktose, synthetische Farbstoffe, naturidentische Aromastoffe, - schon in jeder Nudelpackung steckt tödliches E20 Bezoesäure und – der abgrundtiefe Mörderhammer – Schwefeldioxid.“

Die Quark-Esserin schnappt nach Luft, ihre Lippen erscheinen blutleer.

„Schluss damit“, brüllte sie geradewegs in den Eisenbahnwagon, „ich habe mich geschämt Europäerin zu sein“ und dann habe sie ihren Kühlschrank nicht nur entleert sondern gleich auf den Müll geworfen. Alles habe sie umgestellt, ihr Leben „total entrümpelt“, fünf schmerzhafte Darmeinläufe habe sie über sich ergehen lassen, um den Körper zu entgiften, Tee- und Wasser-Kuren hätten schließlich allen Fluch der brutalen Nahrungsmittelindustrie Europas aus ihrem Körper

gespült; zuhause am Zürisee, habe sie ihre Bude gründlich auf den Kopf gestellt und nach allen fernöstlichen Feng Shui-Prinzipien neu eingerichtet.

Drei Wochen Thiruvananthapuram, Südwestindien; die Gurus hätten ihr – den Göttern Varuna und Surya Dyaus sei Dank gezollt - ihren „Fress-Kopf“ gründlich gewaschen. Ihr neuer Jungbrunnen der Ernährung bestehe aus Quark und Quellwasser und aus Gerichten, die paleo-flexitarisch, also meist ohne Fructose mit niedrigem glykämischen Index sind. Laktosefrei-Low-Carb gäbe es auch ab und zu in ihrer puristischen Küche. Ihr Ernährungsstil sei vegan - ohne Gluten. Und ab und zu, doch das sei schon ein „Super Challenge“, esse sie fructosehaltige Rohkost ohne Histamin.

Mir steht der Mund offen. Ich blicke jetzt in ein hartes, verdrossenes Gegenüber. Aus Siwa wurde Morrigan.

Ich ahne was dieser Frau fehlt: die Liebe zu sich selbst, eine neue Lebensaufgabe und der bewusste, sanfte Umgang mit ihrem Körper und ihrer Seele. Gerade deswegen sehe ich diese ‚Corona-Krise‘ auch eher als Chance um anders zu denken, ohne gleich in Extreme zu gleiten...

Am Hauptbahnhof in Zürich schreite ich erhobenen Hauptes in einen Kiosk, kaufe sofort ein ‚Baerli-Biber‘ und einen süssen Cappuccino aus dem Kühlregal. Was für ein Genuss, - und im Gehen denke ich, ***„wir sind das was wir nicht essen“*** – und nicht umgekehrt.

Picture-Telling: ©Bruno Roeder