

Susanne M. Riedel

# LEBENSMITTE- ALLERGIE

Mein Leben in Autokorrektur



## **Susanne M. Riedel**

wurde in Berlin-Lichterfelde geboren und lebt mit ihrer Familie auch heute im geranienträchtigen Süden der Stadt. Seit 2015 ist sie als gefeierte Vorleserin unterwegs und gehört inzwischen den beiden traditionsreichsten Berliner Lesebühnen Der Frühschoppen und Reformbühne Heim & Welt an. Erste Fernsehauftritte folgten, zum Beispiel bei der »Ladies Night« der ARD.

Ihr Debüt »Ich hab mit Ingwertee gegoogelt« erschien 2021 und wurde zum Indie-Bestseller.

Auftrittstermine und alles Weitere:

<https://www.regenrausch.de>

sowie auf Instagram und Facebook

E-Book-Ausgabe März 2024

© Satyr Verlag Volker Surmann, Berlin 2024  
www.satyr-verlag.de

Cover: Karsten Lampe  
Korrektur: Matthias Höhne

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet abrufbar über: <http://dnb.d-nb.de>

Die Marke »Satyr Verlag« ist eingetragen auf den Verlagsgründer Peter Maassen.

E-Book-ISBN: 978-3-910775-09-1

# Inhalt

Gute Momente (Vol. 1) . . . . .	7
In Würde das Alter leben . . . . .	10
Ja / Nein . . . . .	14
So nich . . . . .	16
Fünfzig . . . . .	19
Das Matriarchat ist da . . . . .	23
Laboe . . . . .	27
Schäfchen zählen . . . . .	30
Pendelverkehr oder: Paech-Brot reloaded . . . . .	33
Praxiserfahrung . . . . .	38
März und Mafia . . . . .	43
Tick-Tack . . . . .	48
Komm, lieber Mai . . . . .	51
Heuschnupfenballade . . . . .	54
Eigen . . . . .	55
JGA . . . . .	58
Ungelogen . . . . .	65
Oh, Anna . . . . .	69
Frauen unterwegs oder: Dirty Talk . . . . .	73
Über Komplimente . . . . .	78
Junge, Junge . . . . .	82
Dusel . . . . .	85
Auf die Knie . . . . .	90
KI or not KI . . . . .	94

Am Rhein . . . . .	98
Nach der Lesung . . . . .	99
In groben Zügen . . . . .	102
Take Me to Church . . . . .	109
Backsteine . . . . .	113
Gute Momente (Vol. 2) . . . . .	118
Über Begegnungen . . . . .	122
Jetzt isses so weit . . . . .	126
Pfeilgiftfrösche in Charlottenburg . . . . .	130
Die Reha-Protokolle . . . . .	136
I. Die Ankunft . . . . .	136
II. Glaubensfragen . . . . .	141
III. Mein Krafttier . . . . .	145
Winterthur . . . . .	150
Halloween . . . . .	155
Der Boden unter den Füßen meiner Kindheit . . . . .	156
Zombieapokalypse . . . . .	161
Spieglein, Spieglein . . . . .	164
Von Funzeln und Lappen . . . . .	169
Advent . . . . .	175
Jahresendzeitgebäck . . . . .	176
Prost . . . . .	179
Neues Jahr, neues ... . . . .	183
Gute Momente (Vol. 3) . . . . .	186
Danke . . . . .	190

## Gute Momente (Vol. 1)

Ich schalte die hintere Platte gerade runter, die Bolognese ist gut durchgezogen, der Käse gerieben und die Nudeln sind auch gleich fertig. Da schließt es auch schon an der Wohnungstür. Mein jüngerer Sohn kommt aus der Schule.

»Hab Hunger!«, ruft er aus dem Flur zu mir in die Küche und: »Riecht lecker!«

»Spargel für alle!«, rufe ich feierlich.

Stille.

Kurz darauf erscheint sein Gesicht im Türrahmen, mit weit aufgerissenen Augen, in denen ein Ausdruck von Entsetzen, Ungläubigkeit und Hunger liegt.

Ich muss laut loslachen, das beruhigt ihn schon mal, aber sicherheitshalber wirft er noch einen Blick in die Töpfe, bevor er erleichtert aufatmet. Allein für diesen Moment hat sich das Kochen schon gelohnt.

Und siehe da, tatsächlich, auch im Kosmos zwischen Corona, Krieg, Klimakrise und Klimakterium gibt es sie doch: diese Momente, in denen uns ein Lachen widerfährt.

Wie ein Eichhörnchen Nüsse sammelt, so bin ich in dieser Zeit dazu übergegangen, schöne Momente zu sammeln. Wenn die große Welt keine hergibt, müssen die kleinen reichen. Wenn mir einer begegnet, bemühe ich mich, kurz inzuhalten und ihn in eine Art inneres Archiv aufzunehmen, auf das man an düsteren Tagen zurückgreifen kann.

Das herrliche Gesicht meines Sohnes, wenn ich »Spargel für alle!« rufe, ist ab heute dort gespeichert.

Wenn ich in diesem Archiv blättere, sieht die vergangene Woche in etwa so aus:

### **Sonntag**

Auf dem Weg zur Lesebühne. Ich stehe als Einzige an der Bushaltestelle, zuerst kommt der Bus, den ich nicht brauche. Um dem Busfahrer zu signalisieren, dass er meiner wegen nicht anhalten muss, drehe ich mich sehr betont mit dem Rücken zur Haltestelle. Er hält an, öffnet die Tür, verschränkt die Arme und dreht mir ebenfalls den Rücken zu, so gut es auf seinem Sitz geht, dabei schiebt er seine Sonnenbrille etwas tiefer. »Sicher?«, fragt er in Beleidigte-Diva-Manier. Ich nicke. Wir lachen, wir winken, er fährt weiter.

### **Montag**

Der Bäcker am Rathaus hat wieder ein Schild draußen: Nach dem »gefühlten Windbeutel« letzte Woche gibt es heute den »erfüllten Bienenstich«.

### **Dienstag**

Auf dem Markt. Ich schwelge im Duft von Freesien und riesigen Pfingstrosen.

»Was kosten die Pfingstrosen?«

»17,50 Euro dit Bund.«

»Autsch«, sage ich. »Okay. Aber trotzdem danke.«

»Versteh ick«, sagt der Händler, der mich ein bisschen an meinen alten Onkel Willi erinnert. »Aba Riechen und Gucken is umsonst. Komm Se ab und zu jerne zum Riechen und Gucken vorbei.«

### **Mittwoch**

Mein Sohn hört Musik in der Küche, während er den Geschirrspüler ausräumt. Das ist der Deal: Hausarbeit gegen die Erlaubnis, die Musik richtig laut aufzudrehen. Es läuft Deutsch-Rap. »Ich kauf Gucci und Prada und du bist immer noch Versager.« Ich rolle mit den Augen wegen der schlimmen Reime. Er holt tief Luft. »Stimmt«, sagt er trocken. »In deiner Jugend war die Musik viel anspruchsvoller.« Dann tippt er kurz auf seiner Musik-App rum und macht, ohne die Miene zu verziehen, *Trio* an: »Turaluraluralu. Ich mach Bubu, was machst du?«

Ich sehe es ein. Die Runde geht an ihn.

### **Donnerstag**

Andrea schreibt über WhatsApp. »Ich fahre dieses Wochenende ins Kloster, zum Bogenschießen und Digital Detox. Wenn Ihr nichts mehr von mir hört, hat das mit dem Detox gut geklappt. Oder eine andere Teilnehmerin ist beim Schießen gescheitert.«

### **Freitag**

Treffen mit Freundinnen in einer Pizzeria. Die Kinder der Familie am Nebentisch, etwa neun und zwölf, fragen höflich, ob sie statt Pommes Salzkartoffeln bekommen könnten. Alle Gespräche verstummen.

### **Samstag**

Neues aus der Reihe Tippfehler des Herzens. Habe ein »l« vergessen und jetzt offiziell die »Lebensmitteallergie« erfunden. – Passt.

Ich sammle weiter.



## In Würde das Alter leben

»In Würde das Alter leben.« Als ich noch in der Sozialen Arbeit unterwegs war, in der Altenhilfe in Spandau, war dies unser Leitsatz. Er prangte auf unseren Briefköpfen, unseren Namensschildern, auf Plakaten, Kugelschreibern und Jutebeuteln: »In Würde das Alter leben.«

Ich mochte die Arbeit. Die Begegnung mit den alten, teils sehr alten Menschen erweiterte meinen Horizont und ich mochte auch diesen Leitsatz für das Altsein und Älterwerden.

Nur habe ich, wenn ich ehrlich bin, dabei eigentlich nie an mich gedacht ...

Je älter ich werde, desto mehr schwant mir, dass das gar nicht so leicht ist, diese Sache mit der Würde. Man welkt so vor sich hin, teilweise in erstaunlichem Tempo, damit muss man sich ja erst mal anfreunden.

Bei anderen Leuten hat mich das noch nie gestört, da lieb ich jede Falte und jedes graue Haar von ganzem Herzen, und ein offenes Lachen ist mir tausendmal wichtiger als eine straffe Gesichtshaut – aber das für mich selbst so zu sehen, ist dann doch eine ganz andere Nummer. Da darf ich noch ein bisschen üben.

Komplimente gibt es noch, aber sie verändern ihren Charakter.

Neulich sagte jemand: »Du siehst *gar nicht* aus wie fünfzig!« Das freut mich dann zwar sehr, aber trotzdem: Es erinnert mich ein bisschen an die Art von Anerkennung, wenn jemand sagt: »Ach, das sieht ja *gar nicht* aus wie von IKEA!« IKEA steht in dem Fall für scheiße und die Fünfzig ist in diesem Satz das IKEA. Könnt ihr mir folgen?

Außerdem sind Komplimente jetzt oft verbunden mit dem Zusatz »für dein Alter«:

»Du siehst gut aus – für dein Alter.« (Der Mann sagte in so einem Moment mal tröstend: »Für deinen Alten, sollte es bestimmt heißen: Du siehst gut aus für deinen Alten. Aber weißte ja.« Das fand ich sehr charmant, hilft mir aber auch nur bedingt weiter.)

Noch zu überbieten sind solche Sätze dann in Kombination mit einem »noch«: »Du siehst doch *noch* gut aus für dein Alter!« Ich meine, was antwortet man da: »Danke, gib mir noch einen Moment«?!

Um Missverständnissen vorzubeugen: Ich erzähle das hier gar nicht, um Self-Bashing zu betreiben und mich selber runterzumachen – auch wenn ich, wie viele von uns, von frühester Kindheit an dazu erzogen wurde.

Ich bin die Generation, die hart daran arbeiten musste, im Vorstellungsgespräch nicht peinlich berührt auf dem Stuhl herumzurutschen, wenn sie ihre eigenen Stärken darlegen sollte. Die hart daran gearbeitet hat, bei einem Lob nicht immer gleich zu sagen: »Ach, das stimmt doch gar nicht, eigentlich bin ich total mies.« Und die eben auch bei Äußerlichkeiten von jeher das Augenmerk darauf gelegt hat, was eben *nicht* »stimmt«.

Mit 27 hatte ich mein Wunschgewicht, mit 42 meine Wunschfrisur, meine Wunschgröße hatte ich zuletzt mit elf. Alles gleichzeitig hatte ich nie, irgendwas an mir fand ich immer furchtbar und darauf lag mein Fokus.

Vielleicht kennt ihr dieses Phänomen ja auch: Auf alten Fotos finde ich mich erstaunlich oft schön. Ich denke dann immer: Ach guck, *da* hätte ich mich doch eigentlich mal entspannen können, war doch ganz okay. Und gleichzeitig erinnere ich mich nur zu gut, wie mein Selbstbild zu dieser Zeit war.

Also: Fünfzig, Leute, reden wir Tacheles.

Die Haare auf der Flucht, die Augenlider auf Halbmast und Oversize ist auch keine Lösung. Endlich habe ich ein Six-pack, mehrere sogar, aber an Stellen, an denen ich nicht mit ihnen gerechnet hatte. Und dann ist da noch diese Sache mit der Schwerkraft ...

In der *BRAVO*-Phase meiner Jugend habe ich sehr viel »Dr. Sommer« gelesen und ich erinnere mich an den Leserbrief einer 16-Jährigen mit der fett gedruckten Überschrift: »Hilfe, habe ich Hängebrüste?« In der Antwort wurde ihr sicherlich in pädagogisch wertvoller Weise erklärt, dass sie schön ist, wie sie ist, und so weiter und so fort. Aber das, was bei mir hängen geblieben ist (sollte ich diese Formulierung an dieser Stelle benutzen? Egal), was also bei mir hängen geblieben ist, ist ein Nebensatz, der besagte, dass es da diesen Bleistifttest gäbe. Arme hoch, Bleistift unter die Brust, Arme runter – und wenn der Bleistift nicht runterfällt, zack, ist der Hängebusen amtlich. Das hat mich damals schwer beschäftigt und beeindruckt.

Und heute? Bleistift? – Anfänger! Gib mir 'nen Kuli, 'nen

Edding, ach was: Gib mir die verdammte Federtasche, kein Problem!

Ein großer Teil des Alterns in Würde wird wohl darin bestehen, nicht den Humor zu verlieren, schwant mir.

Und die Chance an dieser seltsamen Zeit um die fünfzig liegt womöglich in dieser schlichten Einsicht: dass damals alles okay war. Und mehr noch: dass ich auf meine Bilder von heute in zehn Jahren vermutlich genauso milde-verwundert zurückblicken werde. Es wird okay gewesen sein! Da stellt sich doch die Frage: Warum nicht heute schon damit anfangen?