

## Einkaufen

Wieder ein Feiertag mitten in der Woche.

Nicht nur, dass diese plötzlich auftretenden freien Tage ( womit gemeint ist, dass alle außer mir frei haben) meinen Bio-Rhythmus vollkommen durcheinander bringen.

Nicht nur, dass die ganze Brut über Tage zuhause rumlungert und gut und lecker versorgt werden will.

Das aller-aller Schlimmste überhaupt ist das Einkaufen vor den Feiertagen.

Der Weg zum Supermarkt dauert mindestens dreimal so lange wie sonst.

Die auf diesem Weg in wahren Horden auftretenden, völlig unfähigen Möchtegern-Autofahrer und deren erbärmliche Fahrfehler möchte ich an dieser Stelle nicht weiter ausführen (aber vielleicht mal an anderer).

Die Stunde, bis ich einen Parkplatz in unmittelbarer Nähe vom Eingang und den Einkaufswagen gefunden haben, rechne ich mal gar nicht mit.

Und endlich, irgendwann, nach langer Anreise und hartem Kampf um einen

Einkaufswagen stehe ich im Wunderland Supermarkt.

Die Auswahl ist überwältigend und ich habe mir noch keine Gedanken gemacht, was ich koche und was ich brauche.

Für wie viele Tage muss ich überhaupt einkaufen? Und für wie viele Personen?

Diese Überlegungen kosten Zeit, sind aber unumgänglich.

Einen kurzen Augenblick lang bin ich in Versuchung, zuhause anzurufen und bei den dort ansässigen Heuschrecken (Hund, Mann, Kinder) nachzufragen, wonach ihren nimmersatten Mägen gelüftet.

Einen ganz kurzen Augenblick, eigentlich nur Milli -Sekunden.

Ich habe natürlich wieder so einen Scheiß Einkaufswagen erwischt, bei dem eine Rolle immer woanders hinfahren will, als die anderen.

So ein Mistvieh durch die engen Gänge zu bugsieren, kostet Kraft und Schweiß.

Ich quäle mich also mit diesem nach links driftenden Wagen ab und stelle mich in die erste Endlosschlange vor die Käse-Theke.

Mein Blutdruck steigt merklich an. Warten kann ich jetzt gar nicht gebrauchen, da werde ich vollkommen irre.

Nach einer gefühlten halben Stunde nur noch drei vor mir. Der Erste ist zügig abgefertigt, der Zweite kann sich nicht entscheiden. Wenn der jetzt eine Vollberatung in Sachen Käse verlangt, mähe ich ihn mit meinem linksdrehenden Mistvieh um.

Der Unentschiedene dreht sich zu mir um und sieht in mein wütendes Bluthochdruck-Gesicht. Und kann sich plötzlich ganz schnell für die richtige Sorte entscheiden.

Nachdem auch der letzte Kunde vor mir seine Käse-Ration fürs Wochenende erhalten hat, bekomme ich auch endlich meine.

Ich zerre den widerspenstigen Einkaufswagen ans Ende der nächsten Schlange. Wieder

endlos. Ich überlege ob ich ein kleines Nickerchen im Wagen mache und meinen

Hintermann bitte, mich weiter zu schieben. Wenn ich sehe, wie wenig Verkäuferinnen

hinter der Fleischtheke den Ansturm auffangen wollen, steigt mein Blutdruck noch höher.

Ich versuche es mit der Atemtechnik aus meinem letzten Anti-Aggressions-Kurs.

Langsam einatmen und bis fünf zählend.

Fünf Sekunden die Luft anhalten.

Fünf Sekunden ausatmen schaffe ich nicht, weil mir irgend so ein Volltrottel in die Hacken gefahren ist.

Da hilft auch keine Entschuldigung.

Mein Blutdruck sprengt gleich meinen Kopf und meine rechte Hacke blutet.

Ab jetzt sollte man sich von mir fern halten.

Nachdem ich die vor mir stehenden Kunden mit meinem schmerzverzerrten Blick in Angst und Schrecken versetzt habe, läuft an dieser Theke die Abwicklung des Fleisch-und

Wursthandels wesentlich schneller.

Die Vorfahrtsregeln in Supermärkten sollten allgemein bekannt sein. Das ist aber nicht so. Es wird geschoben, gedrängelt und gerammt. Mein Blutdruck verleiht mir ungeahnte Kräfte und ich schaffe es wirklich bis zur Kasse.

Nur noch eine Warteschlange, nur noch einmal die Gefahr, dass mir der Kopf platzt oder ich einem Infarkt erliege.

Ich stehe in der Schlange und streiche mir über die schmerzende Ferse und ohne Nachzudenken auch durchs Gesicht. Mein blutverschmiertes Antlitz, die zerrauten Haare und die im Eifer des Gefechtes etwas durcheinander geratene Garderobe sorgen für ein schnelles Fortkommen an der Kasse, und bevor die Polizei eintrifft, bin ich in meinem Auto.

Ich habe nach diesem Vorfall beschlossen, vor Feiertagen nicht mehr einzukaufen. Es gibt entweder Essen auf Rädern oder Lieferheld.de. Wobei das Essen auf Rädern immer sehr lasch ist. Das bringt meinen Blutdruck so unangenehm herunter.