

## Ein witziger Selbstversuch

Selten sind Selbsterfahrungsberichte so offenherzig geschrieben und amüsant zu lesen wie Joanne Fedlers "Heißhunger". Der Titel lässt bereits erahnen, worum es in dem Büchlein geht: die Last mit dem ewigen Hunger, den eine Diät mit sich bringt. Und das Opfer ist auch schon gefunden - in Gestalt der Autorin höchstpersönlich. Mehr als zwanzig Kilogramm sollen mittels Sport und der richtigen Ernährung schmelzen wie Schnee unter der Sonne. Doch der Weg zum Traumkörper ist einer voller Entbehrungen und allerlei Leiden. In den schwachen Momenten kann sie sich aber der Unterstützung ihres Gatten, der zwei Kinder und einer Ernährungsberaterin sicher sein. Und eines ist gewiss: Ohne ihre Hilfe wird Joanne es nie im Leben schaffen, ihr Wunschgewicht zu erreichen.

Es ist immer die gleiche Ausrede, die für Joannes Übergewicht erhalten muss. Nach ihrem Umzug von Südafrika nach Australien hat sich die zweifache Mutter ziemlich alleine gefühlt. Zwar weiß sie, dass Ehemann Zed sie mit jedem Fettpölsterchen an ihrem Körper liebt, aber schon seit längerem fühlt sich Joanne in ihrer eigenen Haut unwohl. Der erste Schritt in ein leichteres Leben ist ein ordentlicher Essensplan und der Wille, nächste Woche mit dem Sport zu beginnen. Schwierig wird dies allerdings bei all den Verlockungen, die in ganzen Haus verteilt sind, um genau zu sein Chips, Schokolade und noch viel mehr köstlichste Leckereien. Dafür darf sich Joanne abends etwas gönnen - nämlich 14 Fusilli, gewürzt mit einigen Blättern Rucola. Bei solch einer mageren Kost fängt der Magen mehr als einmal an zu knurren.

Um ihren Hunger zu vergessen, gibt sich Joanne den Tag über ihren Gedanken hin und nimmt den Leser mit auf ihre Reise in die südafrikanische Heimat und in ihre Jahre auf dem College. Sie erinnert sich an verflossene Freunde, ihre erste große Liebe und an die ersten Monate ihrer Auswanderung nach Australien. Doch je mehr sie ihr altes Leben betrachtet, umso stärker nimmt die Sehnsucht nach der Steppe Afrikas zu, wo sie keinen Zwängen und Regeln des Alltags unterworfen war. Dort war sie frei und glücklich. Aber vielleicht öffnet sich ihr auch in Sydney eine neue Tür, hinter der das Glück nur auf sie wartet.

Nach "Weiberabend" gelingt Joanne Fedler mit "Heißhunger" ein weiteres amüsantes Lesestückchen, das man liebend gerne mehr als einmal verschlingt - so köstlich kommt dieser witzige Selbsterfahrungsbericht daher. Und das Beste daran: Die Autorin scheut sich nicht vor Selbstkritik, schreibt offenherzig, sehr charmant und mit flotter Hand, sodass man ein Sättigungsgefühl bei der Lektüre wohl kaum befürchten muss. So macht Fedler all jenen Mut, die genug vom Dauerhungern und ständigen Magenknurren haben, denn sie lässt uns wissen: Der harte Kampf lohnt sich! So wie auch das Lesen dieser Geschichte, die lustige Unterhaltung schenkt - mit einer extragroßen Portion an Zen-Mentalität, Selbstironie und Gefühl auf der ganzen Linie.

Susann Fleischer 21.03.2011

Quelle: [www.literaturmarkt.info](http://www.literaturmarkt.info)