



Kabarett „Sachsenmeyer & Co.“  
09224 Chemnitz  
Feenweg 11

Hauptspielstätte:  
Kabarett-Kiste (im Hedwigshof)  
An der Markthalle 8  
09111 Chemnitz

Bestell-Telefon: 0371 - 694 77 11  
[www.sachsenmeyer-kabarett.de](http://www.sachsenmeyer-kabarett.de)  
e-Mail: sachsenmeyer@t-online.de

**16. Kalenderwoche – ab 19. April 2009**

## Gesunde Lähmsweise

Seid meine Gudste von dor Biowelle erfassd is, und das isse jedzde schon e baar Jahre, seid dähm muss ooch isch gesund lähm. Freiwillisch wär isch da, ganz ährlisch gesachd, nie droff gekomm! Da kannsde nisch eenfach koofen, was dir gefalln dud. E Einkoof in dor Koofhalle is jedze eene Ard Schdudium. Iborall mussde erschd lesen, was drinne is in die Lähbensmiddl. Un die kleene Schrifd manschma off die Vorbagungen - da brauchsde eene Lube! Geschmaggsvorschdärgor sinn zum Beischbiel absoluhd unmeeschlich.

Was had misch das friehor gejuggd, was nu fiehr schemische Schburenelemende odor Besdeziehde un annre Dingemiddl in eenor Babbriga drinne sinn - odor dran sinn! Nisch die Bohne had misch das indressierd. Ooch was de Gonsährvierungsmiddl bedreffn dud... es wurde gefressn, was offn Disch kam. Un meine Eldorn sinn mid dähr Medhode ziehmlich ald gewordn.

Ob mir das nu jedzde mid dor gesundn Lähmsweise ooch schaffn wern, is schdark anzuzweifln.

Um also de gesunde Lähmsweise e bißl auszugleischn un abzufähdorn, dun mir nu Nahrungsergänzungsmiddl fressn. Na, e baar Jährschn wolln mirs ja ooch noch machn! Drozd gesundor Lähmsweise! Anfang hammor also vor baar Jahre mid Fiddamiehne. Fiddamiehn Eh! Dann simmor off Muldifiddamiehne umgeschdieschn. Weil de ja nisch nur eene Undorvorsorschung bei Fiddamiehn "Eh" hamm dusd. Dann simmor off de ungesäddischdn Feddsäuren offmärgsam gewordn. Ommegga drei! Die sinn ja fiehr dähm gesamdn Lähbensbrozess unvorzischdbar. Grade ooch was so das Golesdorien bedreffn dud. Abor nu dud ja unsor

mänschlicher Görbor nisch bloß aus dähm Vordauungsdraggd beschdehn - nee, da hasde dann noch einische annre Deele, die fungsjoniern missn, wenn de ald wern willsd.

Da is zum Beischbiel de geblachde Lähbor! Die muss ja nisch bloß de feddschn Soßn bewäldischn, sondorn ehm ooch noch dähm Algoohl. Bei de feddschn Soßn is zusätzlich de Galle mid im Schbiel, abor dähm Algoohl musse ganz alleene schaffn - de Lähbor! Un dazu musse eene kleene Unnorschdidzung krischn. Ardischogge odor Mariendisdl!

Un dann das ganze Gnochngerisd - un de Gelänke! Die sinn ja offs Aldor hin besondorsch dähm Vorschleiß unnorworfn. Da hasde dann Billn mid Muschleggsdragd. Abor was dud das alles nidzn, wenn dei Härz nisch mähr midmachn dud? Dor Greisloof muss glabbn! Daderfiehr gibbds nu mindesdens siehm vorschiedne Middl. Mir dun die immor abweselnd anwendn. Wenn das eene Middl alle is, nemmor ershdema e annres. Abor ooch fiehr de Oochn gibbds Middl, die nisch direggd schadn dun kenn... odor Gingo fiehrs Gehirne... odor Wehnengabsln, geschn schwähre Beene... jednfalls hamm mir frieh een ganz Berg Billn zu schluggn. Weschn dor gesundn Lähmsweise. Ob mir uns abor werglisch dadermid gesundschoßn dun...? Villeischd doch ehor die, die das Zeusch hährschedeln. Abor schadn dun die Billn beschdimmd nisch. Hoffndlich!

**Eduard Sachsenmeyer**