



SIEMENS

MEISTER-COACH-COORDINATOR-CLUB

Nachlese Theater 2009



Rückblick

Liebe Kollegin, lieber Kollege!

Am 10 Februar 2009, trafen sich 24 Damen und Herren des SM3C im Spektakel an der Hamburgerstrasse.



Gemeinsam waren sie interessiert die Hintergründe des weltweit grassierenden Diätwahnsinns vom Seminar-Kabarettisten Bernhard Ludwig erläutert zu bekommen.

Natürlich spielte im Programm der Homo-Austriacus eine große Rolle. Erläutert wurde den Seminarteilnehmern dass es darum geht, die oftmals birnenförmigen Körper der Damen, und die apfelförmigen Körper der Herren, einem idealisierten, dem heute gültigen, Schönheits und Körperkonturenbild anzupassen.

Um das Publikum einzubinden, vor allem um die Meinung der Anwesenden einzuholen, wurde, mittels „mmmhhhh“ Summens, Zustimmung oder Ablehnung zu den einzelnen Themen abgefragt. In seinem Programm brach Bernhard Ludwig aber auch eine Lanze für die Raucher, so diese dem, durchaus im Bereich des Möglichen liegenden, Herzinfarkt oder Gehirnschlag rascher und in kürzerer Zeit erleben möchten. Nur, meinte der Vortragende, sie sollten ihre Umgebung darauf hinweisen, im Notfall, innerhalb kürzester Zeit, in maximal drei Stunden, in einer Herzstation, oder auf dem Operationstisch, landen zu wollen. Denn nur dann ist nämlich gewährleistet, dass man wieder, gesund, weiterrauchen kann. Natürlich gilt das ganze auch für den übermäßigen Genuss von Fetten und Kohlehydraten.

Mit dem Filzstift bewaffnet, zeigte uns Bernhard Ludwig wie Mann und Frau ein bisschen besser essen, sich gesund erhalten und sogar ein aktiveres Sexualleben haben können. In Kurven, auf ein Flipchart gemalt, erläuterte uns der Kabarettist, wie das Körpergewicht bei einer Crashdiät rasch absinkt, nach Beendigung aber noch rascher ansteigt, und dies auf ein höheres Gewicht als vor der Diät. Einen Herzinfarkt kann man erlernen, und je mehr man darüber lernt, umso größer ist die Wahrscheinlichkeit diesen auch zu erwerben, da man ja dann besser, wie jeder andere, weiß wie man dazu kommt. Das Gleiche gilt für das Übergewicht, wenn man weiß wie es dazu kommt, ist es auch nicht mehr so schwer es zu erlangen.

Persönliches zum Seminar Kabarettisten aus dem Internet. Nach der Matura begann Ludwig ein Medizinstudium in Graz, sattelte aber bald auf Psychologie um und war als Psychotherapeut in Bad Tatzmannsdorf tätig. Seit vielen Jahren leitet er Übergewichtsgruppen. Seine verhaltenstherapeutischen

Siemens Meister-, Coach- u. Coordinator Club Österreich

Rudolf Goldsteiner

1/2

2_Nachlese_Bernhard_Ludwig_09.doc

16.02.2009





Änderungsprogramme wurden vor allem bei Herzinfarkt- und übergewichtigen Hochdruckpatienten entwickelt und erprobt. Er arbeitet aber auch an der Prophylaxe und Rehabilitation von Herzinfarktpatienten und leitet Fortbildungskurse für praktische Ärzte und Internisten im gesamten deutschen Sprachraum. Darüber hinaus leitet er eine internationale Biofeedback-Schule in Wien für alle Heilberufe und führt Beratungen von Kurorten, Firmen und Institutionen durch.

Bernhard Ludwig hat früh erkannt, dass Änderungen der Lebensweise durch Lachen leichter zu bewerkstelligen sind. Er erzählt einfach aus der Praxis, schreibt sich keine Programme. Seit 1992 sind solche Anleitungen auch dem 'gesunden' Kabarett-Publikum zugänglich. Ludwig brachte eine neue Form in das Kabarett, die er Seminar-Kabarett nennt; es ist dies ein humorvoller, aber durchaus ernstzunehmender Vortrag über alltägliche Verhaltensmuster.

Bernhard Ludwig trägt sein Seminar-Kabarett auch auf Kabarett-Bühnen vor, und das äußerst erfolgreich und ständig ausverkauft. 1999 wurde er für seine Seminar-Kabarettprogramme mit dem Österreichischen Kabarettpreis "Karl" ausgezeichnet. Bernhard Ludwig lebt in Wien.

Auf jeden Fall erfuhren die Damen und Herren des SM3C bei diesem Seminar wie sie ihr persönliches Infarktprogramm organisieren können, und wie sie, nach eventueller Gewichtsabnahme, garantiert wieder übergewichtig werden.

Am Ende der Vorstellung gab es noch einige Tipps aus der „Anleitung zur sexuellen Unzufriedenheit“, wie zum Beispiel dass sexuelle Unlust durchaus erlernbar ist, und wie uns der Kabarettist, an Hand einer Zeichnung eines angedeuteten Ehebettes, erklärte, sind Mann und Frau, auch mit Wärmematten, heutzutage nicht mehr auf Touren zu bringen.

Nach diesem Abend kennen die Teilnehmer die Vorteile der Zigarette, wissen wie man zu emanzipierten Koronargefäßen kommt, und wie es sich mit Hochdruck schneller leben lässt.

Nach der Rhetorik für einen Herzkasperl und der Information, dass Joggen nicht nur gesund sein, sondern auch zur Verblödung beitragen, kann, nach der Großgruppen-Kurzzeittherapie, appellierte der Seminar-Kabarettist an uns

„Überlassen Sie Ihr Herz nicht dem Zufall!“.

**Nächster Stammtisch: 24. Februar 2009
Gasthaus Neuer an der Alten Donau**

Besucht auch unsere Homepage: <http://www.sm3c.at>
<http://www.meistervereinigung.at>

