

MO: LEUTE

DI: SCHAUFENSTER

MI: JUNG

DO: KÖPFE

FR: ESSEN &amp; TRINKEN

SA: O-TON

## Scheitern mit Becher



Von Peter Aeschlimann\*

Als Raucher habe ich Starbucks bisher gemieden. Weil es aber so geschäftig und cool aussieht, wenn einer mit einem dampfenden Pappbecher dieses Hauses um die Häuser zieht, habe ich beschlossen, den Ami-Kafi doch einmal zu probieren. Als Tag X für mein Experiment wählte ich schlauerweise einen Sonntagmorgen. Denn Brunch-Menschen gehen ins Tea-Room, Büro-Menschen zu Starbucks. Und letztere haben sonntags frei. So blamiere ich mich vor weniger Leuten, dachte ich mir. Selbstbewusst steuere ich also die Schänke an – und bin auch gleich an der Reihe. Zögerlich hebe ich meinen Kopf zum Grusse und zur Menü-Tafel hinter der jungen Frau mit den fragenden Augen. Ihr Angebot verschlägt mir die Sprache. Ja, was will ich eigentlich hier, gute Frage, Frau in Grün, ich bin das Greenhorn hier. Peinliches Schweigen. Dann der verbale Rettungsring: «Kafi Crème?» Genau. Das lasse ich mir auch immer am Automaten raus, never change a winning spleen. «To go?» Wieder Schweigen. «Zum Mitnää?» Sowieso. Will ja geschäftig um die Häuser ziehen. Vielleicht erhalte ich wie Glenn Close sogar einen Oscar dafür. Für die Slapstickeinlage hätte ich ihn verdient: Beim Versuch, den vermaledeiten Deckel vom Becher zu klauben, knickt dieser ein und entleert seinen heissen Inhalt über meinen Mantel. Very uncool.

\*Peter Aeschlimann ist TA-Redaktor.

# Asiatische Gelassenheit im Chräis Chäib

Eine Thai-Massage im Studio Wat Po an der Kernstrasse ist eine schmerzhaft Erfahrung, sorgt aber für ein anhaltendes Wohlgefühl.

Von Daniel Zumoberhaus

Kreis 4, Thai-Massage und Wat Po. Klar, denkt da manch eine(r) an leichte Mädchen und schnelles Vergnügen. Leicht sind die Frauen im Wat Po zwar, doch hat Po nicht mit Hintern zu tun. Wat Po heisst die berühmteste Massageschule im gleichnamigen Tempel in Bangkok, wo die Kunst der traditionellen Thai-Massage gelehrt wird. «Wat» heisst denn auch Tempel, «Po» ist die Bezeichnung für einen grossen Baum.

Die Thailänderin Samarn führt das Massagestudio an der Kernstrasse 35 seit dem Jahr 2000. Sie habe erst gar nicht in die Schweiz gewollt, erzählt sie. Heute möchte sie aber nicht mehr zurück in ihre südostasiatische Heimat. Sie fühlt sich wohl in Zürich, spürt gute Energie, und kann, wann immer sie Lust dazu hat, thailändisch essen.

Zwei Wochen pro Jahr verbringt sie noch im Land des Lächelns, besucht dort zuerst ihre Eltern in Udonthani, um danach möglichst noch einen Kurs zu machen. Diplome an der Wand zeugen vom Gelernten. Neben der traditionellen Thai-Massage bietet sie auch Fussreflexzonenmassage sowie Kräuter- und Gesichtsmassage an.

### Älteste Form der Vorsorge

Vor rund einem Jahr hat sie einen zweiten Salon im Lochergut eröffnet. Dieser lief schlecht und ist bereits wieder zu. An der Kernstrasse kann Samarn jedoch auf zahlreiche Stammkunden zählen. Vor allem bei auftretenden Schmerzen kämen diese vorbei, sagt sie. Sonst lassen sie sich monatelang nicht blicken.

Eine Thai-Massage muss nicht bei körperlichen Leiden wie Rücken- oder Nackenschmerzen angewendet werden. Im Gegenteil: Sie kann auch, meist begleitet von ruhiger Musik, vorbeugend wirken und mithelfen, loszulassen und sich zu entspannen. Massage ist

die älteste Form der Gesundheitsvorsorge.

Apropos Musik: Bei Samarn läuft thailändischer Sound (oder Radio) und nicht meditative Musik mit Klängen und Geräuschen aus der Natur. Zu Beginn ist dies zwar gewöhnungsbedürftig, dann aber zunehmend amüsant. Samarn sagt, bei ruhiger Musik könne sie nicht arbeiten, sie werde dann schläfrig. Thailändische Musik aber gebe ihr Kraft.

### Der Kunde ist König

Der Besucher wird im Wat Po wie ein guter Freund oder kleiner König begrüsst. Das sorgt schon mal für ein wohlige Gefühl im Bauch. Danach legt man sich – angezogen oder in der Unterhose – auf die Matratze am Boden und harret der Dinge, die da kommen: Samarn beginnt mit ihrer Massage bei den Füssen und Beinen und tastet sich dann über den Rücken vor, vergisst auch die Arme nicht und knetet am Schluss Nacken und Kopf. Bei der Behandlung setzt sie ihre Handballen, Daumen, Ellenbogen und Füsse ein. Wers mag, auf dem «spaziert» sie. In vier Positionen (Rücken-, Bauch- und Seitenlage sowie aufrecht sitzend) wird der Patient behandelt.

Samarn drückt und streckt. Obs wehtut, und wenn ja, wo, will sie wissen. Ja, es schmerzt ungemain! Beim Patienten im Moment vor allem an den Innenseiten der Oberschenkel und im unteren Rückenbereich. «Ja, ein bisschen weht tut es schon», gibt der Patient zu. Samarn lächelt und sagt in ihrem unverwechselbaren Thai-Englisch, dass sich manch ein Patient darüber wundere, was für Kräfte in ihren zarten Händen steckten. Eine seriöse Thai-Massage hat viel mit Handwerk und Muskelkraft zu tun – und gar nichts mit Erotik.

Die 40-Jährige hat vor 18 Jahren Massieren zu ihrem Beruf gemacht. Seit sie im Kreis 4 arbeitet, massiert sie sechs Tage die Woche bis zu acht Stunden täglich. Zwei Mädchen stehen ihr heute zur Seite, die ersten zwei Jahre war sie allein. In Bangkok habe sie früher in Hotels und Studios massiert, sieben Tage die Woche. «No day off», sagt sie. Die beiden Mädchen im Nebenraum kichern. Sie vertreiben sich die Wartezeit mit Videoclips und dem Bügeleisen.



BILD SOPHIE STIEGER

Samarn auf der Matratze in ihrem Studio, wo sie traditionelle Thai-Massagen anbietet.

Samarn knetet weiter und reibt den Rücken des Patienten mit Tigerbalsam ein. Dann weist sie ihn an, nochmals auf den Rücken zu liegen. Etwas mehr als eine Stunde ist vorbei, dann naht mit dem Befehl «sit up» das Ende. Im Transistor läuft Radio Energy, die Redaktorin verliert die News, holt den Besucher im Wat Po vollends in die Realität zurück und erinnert ihn daran, das er sich nicht irgendwo in Thailand befindet.

Studio Wat Po, Kernstrasse 35, 8004 Zürich, Tel. 044 291 28 91, Mo-Sa 10-21 Uhr.

## Thai-Massage stammt aus Indien

Die traditionelle Thai-Massage basiert auf dem indischen Ayurveda und Yoga sowie der traditionellen chinesischen Medizin. Als ihr Begründer gilt ein nordindischer Arzt namens Jivaka Kumar Bhaccha, ein Zeitgenosse und Freund Buddhas und Leibarzt des Magadha-Königs Bimbisara vor mehr als 2500 Jahren. Die Thai-Massage geht davon aus, dass im Körper un-

sichtbare Energiebahnen verlaufen, auf denen Akupressurpunkte liegen. Diese werden bei der Behandlung stimuliert, um den Energiefluss zu aktivieren (ähnlich wie in der chinesischen Akupunktur). Eine Thai-Massage lockert den Körper nicht nur, sondern hilft Stress abzubauen, steigert die Selbstheilungskräfte und sorgt für mehr Gelassenheit im Alltag.



## Spiegel im Spiegel

Das Ensemble Miroir geht in seinem neuen Stück dem Thema der Spiegelung nach – genauer der doppelten Bedeutung des Wortes «reflektieren». Ein Spiegel wirft ein Bild zurück, ein Mensch denkt über etwas nach. Wer sich spiegelt, sucht Selbstvergewisserung und Erkenntnis. Je nach Art des Spiegels kann aber das Abbild verzerrt sein und die Suche nach Selbsterkenntnis in die totale Verunsicherung führen. Das literarisch-musikalische Projekt «Spiegel im Spiegel» dreht sich

um das uralte Phänomen der Spiegelung und lotet den Raum zwischen Erkenntnis und Irrtum, zwischen Identitätsgewinn und Selbstverlust auf spielerische Weise aus. Das Ensemble um die Musikerinnen Claire Genewein und Stefi Spinaz präsentiert einen abgründig-heiteren Abend, der das komödiantische Talent der Schauspieler ebenso nutzt wie die Kraft der Musik.

Theater Rigiblick, Germaniast. 99. Premiere 20h. Bis 1. Februar.

## DIENSTAG

### KREIS 1

**Die Verflechtung der Schweiz mit dem globalen System.** Vortrag von Janick Marina Schaufelbuehl. Eine Ringvorlesung der Volkshochschule des Kt. Zürich. Uni Zentrum, HS 101, Rämistr. 71. 19.30h.

**Die Zürcher und ihr Geld.** Ausstellungsführung. Museum Bären-gasse, Bären-gasse 22. 18h.

**Handörgeliduo Fredy und Ani.** «Schwyzer Abig». Wirtschaft zur Schtund, Rennweg 7. 18-21h.

**Buddha Scheidegger.** Ragtime, Boogie-Woogie, Blues u. a. Konzert. Eintritt frei. Tina Bar, Niederdorfstr. 10. 18-19.30h.

**Libellen.** Vortrag von Hansruedi Wildermuth. Hörsaal KOL-G-221. Uni Zentrum, Rämistr. 71. 18.15h.

**Junge Münchner Philharmonie.** Konzert mit Werken von Mozart, Beretta, Grieg. Kirche St. Peter. 18.30h.

**Erzählcafé.** Überraschungsgäste erzählen aus ihrem Leben. Thema: «Grosseltern». Moderation: Denise Meili und Mathias Kippe. Eintritt frei. Zentrum Karl der Grosse, Kirchgasse 14. 18.30h.

**Der Gott des Gemetzels.** Familienstreit von Yasmina Reza, Uraufführung, Regie: Jürgen Gosch. Schauspielhaus. 20h.

**Der rote Ursprung.** Zirzensische Sprechakte von Valère Novarina, Regie: Leopold von Verschuer; 40 Jahre in 40 Teilen, Nr. 19: Die Röstigrabenüberquerung. Theater am Neumarkt. 20h.

**Holzers Peepshow.** Familien-Komödie von Markus Köbeli Herzbaracke, Theatersteg beim Bellevue. 20.30h.

### KREIS 3

**Falcone:** Paartanzparty. Birmensdorferstr. 150. 20-24h.

**Brand New (USA):** Support: Jeremy Enigk (USA), Mewithoutyou (USA). Abart, Manessestr. 170. 20h.

### KREIS 4

**Namibia.** Wüstenland mit grünen Tüpfeln. Diashow von Dionys Moser. Blauer Saal. Volkshaus. 20h.

**Kaspar – geteiltes Hemd ist halbes Hemd.** Spielclub zu Kaspar Hauser mit der Theaterpädagogin Mira Sack. Zeughaus 3, Militärstr. 20h.

**Chris Heenan, Isabelle Duthoit-Jacques Demierre.** Chris Heenan (sax, cl, b), Isabelle Duthoit (cl), Jacques Demierre (p). Werkstatt für Improvisierte Musik, Mag-nusstr. 5. 20.15h.

**Jam Session.** Memphis Jazz-Café, Langstr. 119. 20.30h.

### KREIS 5

**Wenn eine Dolores heisst, muss sie noch lange nicht schön sein:** Musikalischer Abend von Ruedi Häusermann. Schiffbau Halle 2. 20h.

### KREIS 6

**Gamenacht – Classic Special.** Super Mario and Company. Party. Punk/Metal/Gothic. Eintritt frei. Dynamo, Wasserwerkstr. 21. 19h.

**Sehbehinderte Menschen.** «Pioniere der Dunkelheit», Film von Kurt Gloor. Anschliessend Kurzreferat von Fatima Häusler zum Thema Begegnungen mit Sehbehinderten. Kirchengemeindehaus Oberstrass, Winterthurerstr. 25. 14.30h.

### KREIS 8

**Frühlingsflora in den Drakensbergen.** Vortrag von Berit Gehrke. Botanischer Garten, Zollikerstr. 107. 12.30-13h.

**Zeitmanagement und Arbeitsorganisation.** Bewährte Hilfsmittel zur Prioritätensetzung. EB Wolfbach, Riesbachstrasse 11. 18-19h.

### KREIS 11

**We Will Rock You:** Queen-Musical vom Londoner Westend, von Ben Elton. Theater 11, Thurgauerstr. 7. 19.30h.

**Tanznachmittag.** Für Leute ab 50 Jahren. Mit Live-Musik. Hotel Kronenhof, Wehntalerstr. 551. 14-17.30h.

### TAGESTIPPS

## Ein rumänischer Traum

Verfolgt man die internationalen Pressestimmen über den 48-jährigen rumänischen Schauspieler Dan Puric, trifft man auf Superlative: hervorragend, unvergleichlich, unwiderstehlich. Als Vertreter des nonverbalen Theaters stand der Mime und Steptänzer auf Bühnen von Wien bis Seoul. Nun ist er erstmals in Zürich und zeigt sein Solostück «Vis», zu Deutsch Traum. Darin lässt er Pantomime, typische Bewegungen der fernöstlichen Kampfkunst, Stepp- und rumänischen Volkstanz ineinander fließen. Die Sprache von Bühnentanz und Gestiktheater anwendend und sich zwischen Pantomime und Parodie bewegend, wird die Performance durch eine musikalische Untermauerung und ein subtiles Licht- und Schattenspiel abgerundet. Dan Puric tritt im Rahmen der Veranstaltungsreihe «Rumänische Wurzeln des Dadaismus und der heutigen Avantgarde» des Cabarets Voltaires auf.

Kaufleuten, Pelikanstr. 18. 20h.

## Leben am See

Der Kurator Samuel van Willigen macht eine Führung zum Thema «Vorgeschichtliche Seeufersiedlungen in Europa».

Landesmuseum, Foyer. 18-19h.