

Schluss mit Spiegel

Gerrit Mathis

„Ich habe weder Spiegel noch Waage in meiner Wohnung“, höre ich eine Schauspielerin sagen und kann es kaum glauben. Gerade in diesem Job muss man doch wissen, wie man aussieht und rüberkommt. Aber sie sieht das offenbar anders: Alles was Waage und Spiegel mir sagen, stimmt ja. Aber dass es wichtig ist, das stimmt nicht, meint sie. Und deshalb will sie diese Infos auch nicht haben.

Das wäre mal was: Alles Spiegel abhängen, alle Waagen wegräumen. Und dann weitermachen. Ohne mir Falten wegzuoportimieren oder Kilos wegzuhungern, sondern wieder ein Gespür für mich bekommen. Nicht für mein Äußeres. Was ich brauche, was mir guttut, was mir hilft. Und dann merken:

Wenn ich so mit mir umgehe, fange ich an, auch andere so zu behandeln, pfeife auf ihr Äußeres und frage nach dem, was einen Menschen wirklich ausmacht. Nach seinen Bedürfnissen, seinen Sehnsüchten, seine Fähigkeiten und dem, was ihm Freude macht.

radio m lebt von Spenden. Wir freuen uns auf Ihre Unterstützung!

Evangelische Bank Kassel
IBAN: DE75 5206 0410 0000 4162 40
BIC: GENODEF1EK1