

Der neue "Trend" der Gesellschaft

Für meine Freundinnen. Ihr seid alle wunderschön und schlau, so wie ihr seid!

Seit ich 15 Jahre alt war, gab es in meinem Leben eine neue "Krankheit", die rasend schnell um sich griff: Der Selbsthass. Ich bekam mit, wie wunderschöne, schlaue Mädchen sich selbst fertig machten und sich als "fett", "deppad" oder "scheiße" bezeichneten. Und sie meinten das wirklich ernst.

Aber ich frage mich: Wieso?

Wieso ist es heutzutage ein Trend, sich selbst zu beleidigen?

Warum kann man nicht einfach: "Danke, das ist süß von dir!", sagen, wenn man ein Kompliment bekommt, anstatt: "Das stimmt gar nicht, ich bin so schirch", oder auf die andere Person böse zu werden!?

Warum ist es so schwer, sich einzugestehen, dass man etwas gut gemacht hat, oder dass man einmal gut aussieht?

Ich merke selbst, dass der Selbsthass wie ein Virus um sich greift. Auch ich ertappe mich immer wieder dabei "Bin ich deppad" oder "Scheiße, schau ich schirch aus" zu sagen. Aber wieso?

Man sollte sich nicht dafür schämen, sich selbst zu akzeptieren und zu mögen. Jeder ist schön auf seine eigene Art.

Und nur weil irgendwelche Schönheitsideale von Models, die sich herunterhungern und dabei sprichwörtlich auf ihre Gesundheit scheißen, in unserem Leben die Runde machen, heißt das nicht, dass es schön ist, dreißig Kilo zu haben und fast nichts zu essen. Außerdem sollte man sich nicht mit anderen Personen vergleichen. Na gut, dann habe ich halt ein paar Kilo mehr als meine Freundin, was ist da das Problem? Jeder ist anders, verdammt, dann hat man halt nicht die gleiche Größe oder passt in ein Kleid nicht, in das die Freundin passt. Dafür steht einem etwas anderes besser.

Jeder möchte die Figur und das Aussehen von jemand anderem haben und glaubt nicht, dass es Menschen gibt, die genau SEIN Aussehen gerne hätten.

Alle von meinen Freundinnen sind wunderschön. Innerlich und äußerlich.

Und ich lüge nicht und sage das auch nicht nur, weil sie meine Freundinnen sind.

Natürlich kann man nicht immer gut aussehen. Es gibt Fotos, auf denen man nicht so gut getroffen wurde, jeder hat solche Fotos, aber dann gibt es auch wieder welche, die einfach extrem schön sind.

Und warum sucht man sich dann ausgerechnet die nicht so schönen Fotos aus um jedem einzureden "Schau mal da, ich bin so hässlich!"

Warum zur Hölle kann man nicht einfach sagen: "Da bin ich schön drauf", oder "Das Foto mag ich". Was ist so falsch daran sich selbst zu mögen?

Unsere Generation muss lernen, sich selbst zu akzeptieren und seine guten Züge in den Vordergrund zu stellen; nicht die schlechten.

Ich freue mich jedes Mal, wenn jemand auf: "Du siehst heute echt hübsch aus" erfreut "Danke" sagt und nicht "Hör auf damit, ich bin schirch", weil es einfach immer seltener wird.

Aber wieso, frage ich mich.

Was hat unsere Gesellschaft dazu gebracht, keine Komplimente anzunehmen und sich permanent einzureden, dumm, hässlich oder fett zu sein?

Meine Vermutung: Die Schönheitsideale.

Nur weil irgendjemand angefangen hat und gesagt hat: "Dünn sein ist schön", nehmen das jetzt viele Teenager als Gesetz. Ist es also schön, sich immer zu dick zu finden, auch nach extremem Abnehmen, und selbst, wenn die Rippen schon stark hervorstehen, noch immer nicht zufrieden zu sein. Dafür gibt es einen Namen: Magersucht. Und das ist eine Krankheit, ausgelöst durch unsere sogenannten Schönheitsideale, die Jugendlichen weismachen, dass sie nur schön sind und nur einen Freund bekommen, wenn sie weniger als soundsoviel Kilo haben und genau soundso aussehen.

Was ist aus einer Welt geworden, in der Diversität geschätzt wurde? In der jeder Mensch auf seine eigene Art schön war? Warum

ist man jetzt nur mehr schön, wenn man in ein gewisses "Ideal" fällt?

Außerdem findet man sich selbst nur so schön wie man sich fühlt. Und JEDE(R) ist schön, so wie er/sie ist.

Ob blonde Haare, braune, schwarze, rote oder irgendeine bunte Farbe. Ob braune Augen, grüne, blaue, graue oder eine Mischung aus allen. Ob groß, ob klein, ob hellhäutig oder dunkelhäutig. Ob große Brüste oder kleine, ob man Markenklamotten trägt oder nicht, ob man jede Woche ins Fitnessstudio geht oder lieber zuhause liest. Ob extrovertiert oder introvertiert, ob selbstbewusst oder schüchtern und noch so viel mehr.

Ihr ALLE seid besonders, ihr ALLE seid toll auf eure eigene Art. Also akzeptiert euch selbst. Habt nicht das Pflichtgefühl, keine Komplimente anzunehmen oder euch selbst schlechztureden.

An meine Freundinnen: Ich hab euch lieb, babes! Ihr seid alle wunderschön und schlau und toll.

An alle anderen, die Probleme damit haben, ihre Individualität anzunehmen: Dann fällt ihr eben nicht in das aktuelle "Schönheitsideal". Dann seid ihr halt nicht so wie die Models im Fernsehen, die euch einreden wollen, dass alle außer euch so aussehen (es ist außerdem nicht gesund, zu untergewichtig zu sein). Scheißt darauf, wie man euch haben will und seid einfach ihr selbst, denn so seid ihr toll. Verstellt euch nicht, um jemandem anderen zu gefallen, seid so, wie ihr euch selbst gefallt. Denn so seid ihr am allerschönsten!

Ich glaube an euch,

S.R.E.

© S.R.E.

Diese PDF wurde erstellt durch das [Schreiber Netzwerk](#)