

## **Predigt für den Refill am 21.03. zum Thema „Du bist schön“**

Wir hatten vier ganz unterschiedliche Kandidaten bei unserem Schönheitswettbewerb. Jede und jeder auf die eigene Weise im Streben nach Anerkennung und Perfektion. Die Frage ist, wer hat gewonnen? Die Jury hat sich dazu viele Gedanken gemacht. Doch überlegt auch ihr mal, für wen hättet ihr votiert? Wer hätte den Wettbewerb bei euch gewonnen?

Wer ist schön?

Was ist schön?

In den letzten Tagen und heute haben wir viele Beispiele für ganz unterschiedliche Menschen und ganz verschiedene Konzepte von Schönheit

gesehen. Viele Muskeln, operierte Lippen und Brüste, gefärbte Haare, Teller in der Lippe, schmächtige Statur, coole Klamotten ...

Auch unsere 4 Kandidaten haben ihre Ideale, denen sie nacheifern. Der Weg zur Perfektion ist kein Sprint, aber auch kein Marathon, es ist eine Lebensaufgabe. Denn wann ist man denn „fertig“?

Wer hat je sein Ideal erreicht und kann die Hände in den Schoß legen? Selbst wenn man dem Ziel ganz nah gekommen ist, muss man sich hüten untätig zu bleiben, denn der Zahn der Zeit nagt auch an dir und schwupps, sieht man die ersten Falten, graue Haare, wenn überhaupt noch, das Bindegewebe wird schwächer, die Zähne dunkler, das Hirn

vergesslicher, Muskeln bauen sich ab, das Hirn vergesslicher und so weiter.

Ihr habt euch vorhin auch hübsch gemacht, in 5 Minuten. Schau dich mal in dem Spiegel an, den du bekommen hast.

Bist du schön? Bist du perfekt?

Wie viel Minuten bräuchtest du noch, bis du 100 % zufrieden mit dir wärst? Also wirklich 100 %, komplett total mit allem? In Zoom gibt es die Funktion „Hand heben“ unten bei den Reaktionen.

Wer sich jetzt gerade perfekt findet, drückt bitte mal auf diesen Button.

(kurz warten)

Also stimmt die Liedzeile „Wer nicht leiden will,  
muss schön sein?“

Ich muss nur genügend in mich investieren – Zeit,  
Geld, Botox – dann werd ich, vielleicht, schön?

Ist Schönheit denn nur meine Oberfläche? 99 %  
reduziert auf mein Äußeres?

Oft ist ja auch von innerer Schönheit die Rede.  
Hauptsache DU fühlst dich schön, egal was die  
anderen sagen. Alle Menschen sind doch schön.  
Ja, aber was denn, wenn ich mich selbst gar nicht  
so toll find? Unsere Kandidaten haben sich nach  
außen zwar so gegeben, als ob sie sich selbst am  
allerschönsten finden, innendrin haben sie aber  
nicht so gefühlt. Sie fühlten sich hässlich, auch  
wenn ihnen alle Follower auf Instagram „Du Model“,

„total sexy“, „hübsche“ und Herzchen unter jedes Bild kommentieren.

Diese toxic positivity, diese krankhafte Positivität, alles und alle sind doch super toll, ist nicht viel besser als das ständige Streben nach Schönheit. Beide Male redet man sich etwas ein, das man selbst nicht fühlt und deshalb auch nicht ist. Ich bin nicht nicht-schön, weil ich keinen krassen Körper hab. Ich bin höchstens nicht-schön, weil ich mir selbst einrede, dass ich nur dann attraktiv bin und gemocht werde, wenn ich einen krassen Körper habe.

Ok, das war jetzt vielleicht etwas kompliziert.

In Kurz: Schön ist, wer glücklich mit sich ist. Wer einen Makel an sich annehmen kann und trotzdem,

oder gerade deshalb mit sich zufrieden ist. Glücklich sein und Selbstzufriedenheit sind das, was einen schön machen.

Du bist schön, aber dafür kannst du nix. Egal wie viel du machst, solange du dich selbst nicht gut findest, werden es die anderen vermutlich auch nicht. Oder eben höchstens deine Benutzeroberfläche, aber nicht dich insgesamt als Mensch.

Aber ich bin ja auch nicht immer glücklich, bin ich dann also auch nicht schön? Zugegeben, dieser Satz „Schön ist, wer glücklich ist“ könnte ja auch direkt wieder von einem dieser super positiven „Beginne jeden Tag mit einem Lächeln und er lächelt zurück“-Kalender kommen.

Klar bin ich mal nicht glücklich mit mir selbst und überhaupt nicht zufrieden. Das ist auch voll ok. Wäre ja auch schlimm, wenn ich immer nur total happy wäre.

Die Frage ist eben, ob ich mein Herz und mein Leben daran hänge. Ob ich in diesen Satz für mich ein „nur“ einfüge:

Nur wer glücklich ist, ist schön. Nur wer schön ist, ist glücklich.

Und genau darum ist dieser Umschlag auch leer. Wir können hier keinen Sieger küren, das kann nur jeder für sich selbst.

Also, woran hängst du dein Herz und dein Leben?

Schau mal in deinen Spiegel.