

Body-Shaming

Guten Tag,

hat euch jemand schon mal insbesondere auf etwas an euch oder eurem Körper hingewiesen, was ihr vorher noch nie bemerkt habt? Etwas, das euch vorher nie gestört hat? Vielleicht wurden auch nur „Besonderheiten“ an Körpern von anderen Leuten sehr positiv, fast schon lobend, angesprochen. Dinge, die ihr dann an eurem eigenen Körper gesucht, aber nicht gefunden habt? Und jetzt könnt ihr nicht anders, als diese Sache an euch zu hassen oder zu hassen, dass ihr sie nicht habt? Könnt nicht aufhören, euch in dieser Sache mit anderen zu vergleichen?

Aber da hört es nicht auf. Der Einfluss von außen ist nur der Anstoß. Sobald es den Anstoß gab, läuft es wie ein Domino, ganz von alleine weiter.

Man fängt an, sich anders zu betrachten, seinen Körper regelrecht zu inspizieren, jede minimale „Macke“ an sich wahrzunehmen und runterzumachen, sich selber runterzumachen. Übrig bleiben ein vermindertes Selbstwertgefühl und ein beinahe nicht existentes Selbstbewusstsein.

Das ist die geringste Form von Body-Shaming und nur ein Ansatz von dem, wozu es führen kann. Denn es geht noch weiter, viel weiter. So weit, dass Leute sich über jemanden lustig machen, wegen seines Körpers. Dass man ausgeschlossen wird, wegen seines Körpers. Dass man sich schrecklich fühlt, wegen seines Körpers. Dass man sich anders kleidet, verstellt, nicht mehr das Haus verlässt, isoliert und oft sogar verheerende physische und psychische Schäden erleidet, wegen seines verdammtten Körpers! Eine Hülle, in der man lebt, die nach dem Tod verrottet! Ein Körper, der dich durch so viel trägt, stetig verändert und am Ende nicht einmal mehr existiert...

Also, wieso lassen wir das nicht einfach, vermeiden den Schmerz und sorgen stattdessen einfach dafür, dass der Körper eines Menschen nicht bewertet wird? Das können wir. Wir und unsere Mitmenschen sind nämlich die Gesellschaft, die den zu Beginn genannten Anstoß gibt. Wenn wir nun also uns und die nächsten Generationen dazu bringen, Körper nur Körper sein zu lassen, die alle anders aussehen, und sie nicht zu bewerten, haben wir es geschafft.

Eine Gesellschaft, in der man ohne den Ballast der Bewertung des eigenen Körpers, an dem man eh nicht viel ändern kann, leben kann!

S. Mouhaya