EVANGELISCHES RUNDFUNKREFERAT NRW / KIRCHE IM WDR

Ev. Rundfunkreferat NRW / Kirche im WDR - Hans-Böckler-Str. 7 - 40476 Düsseldorf
TELEFON: 0211-41 55 81-0 - buero@rundfunkreferat-nrw.de - www.kirche-im-wdr.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Ev. Rundfunkreferat NRW. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in 1Live | 15.08.2019 floatend Uhr | Anne Detloff

Beach-Body

"Am Wochenende soll richtig tolles Wetter werden. Ab ins Freibad!“ Ich bin begeistert. Meine Freundin Jule nicht so. "Ich weiß nicht, mein Beach-Body ist jetzt nicht so in Form, da möchte ich mich eigentlich gerade nicht öffentlich in Badesachen zeigen.“
"Was ist denn los?“, hake ich nach. "Naja, ich fühle mich halt gerade nicht so wohl in meiner Haut“, sagt sie und erklärt: "Ich hab so zugenommen seit Anfang des Jahres, dass es mir echt unangenehm ist, mich im Bikini irgendwo hin zu legen – schon gar nicht ins Freibad, wo am Wochenende alle hingehen werden und wir bestimmt irgendwen treffen, der uns kennt.“
Ich bleibe stehen, lege ihr beide Hände auf die Schultern, schaue ihr tief in die Augen und sage: "Okay, jetzt sag ich dir mal, was du mir immer sagst, wenn ich dieses Gefühl habe: Also erstens siehst du toll aus. Zweitens: Selbst wenn du wirklich etwas zugenommen hast, sieht das niemand außer dir selbst. Und drittens: Aussehen ist nicht alles. Dein Charakter ist schöner als die meisten Menschen, die in das Freibad gehen – einschließlich der Leute, die wir da kennen könnten.“
Jule lacht laut auf. "Das hab ich noch nie gesagt“, Und dann: "Danke, das tat gut.“ Dann mache ich einen neuen Vorschlag "Was hältst du davon, wenn wir anstatt ins Freibad an den Strand fahren? Da kann man eh noch viel besser abschalten als im Freibad und die Wahrscheinlichkeit, dass wir da Leute treffen, die wir kennen, ist sehr viel geringer.“
"Das ist eine super Idee“, sagt Jule. "Ich mach einen Salat und schnippel Obst zum Mitnehmen! Nur das Beste für den Beach-Body!“

Sprecherin: Alexa Christ