

SARA LANGHIRT

Heidi Friedrich

Beautiful Soul

**Mein langer
Weg zu Liebe,
Selbstannahme und
echter Schönheit**

adeo

Inhalt

Sara ohne h	9
Alles für die Schönheit	25
Am Boden	43
Weg von der Sucht	57
Gott ist Freiheit	81
Ein neues Fundament	91
Heile Familie	101
Mein Kompass	121
Unsere Kinder im Himmel	133
Wenn die Zweifel kommen	145
Traumberuf: Evangelistin	151
Meine Kirche der Zukunft	167
Meine erste Predigt	177
Danksagung Sara Langhirt	189
Danksagung Heidi Friedrich	191

Alles für die Schönheit

Große Brüste, Wespentaille, lange glatte braune Haare, flacher Bauch, voluminöse Lippen – knallrot geschminkt –, schwarze dichte Wimpern, die Beine gleichmäßig gebräunt. Bauchfrei – klar, Hotpants – klar, enge hochhackige Stiefel – klar. Die farbigen Fingernägel aufgeklebt, vorne gerade, wie abgehackt und mit Strass verziert. Und: Gucci-Handtaschen! So und nicht anders! Die Frauen aus den Hip-Hop-Videos meiner Kindheit waren für uns Mädchen das Nonplusultra. Alles andere war nur *Bullshit* und *Trash*. Stundenlang zogen wir uns die Videos von Snoop Dogg rein und überlegten, wie wir an die coolen Klamotten rankommen könnten, die die *Girls* dort trugen. Und wenn es nur Imitationen wären, das war immer noch besser als nichts ... Die echten Markenkleider hätten wir uns alle ja gar nicht leisten können.

Immer und immer wieder übten wir die Posen ein, die uns die Frauen auf YouTube vormachten. Lippen zusammenpressen und nach vorne schieben. Die Hand keck in die Hüfte stemmen, Po rausstrecken, Brüste sowieso – wenn man sie schon hatte. Verführerischer Wimpernaufschlag. Und locker irgendwo anlehnen oder auf einer Motorhaube mit hochhackigen Lackschuhen sexy sitzen.

Nur so sind Frauen schön. Nur so sind sie begehrenswert. Nur wenn sie *hip-hop-perfekt* sind. Nur so wäre *ich* schön. Davon war ich überzeugt. Schon mit zehn Jahren.

Doch ich konnte natürlich nicht mithalten. Weder hatten meine Eltern das Geld, um mir die modernsten Klamotten zu kaufen, noch konnte mein Körper mit dem vermeintlichen Idealbild konkurrieren. Schlechteste Voraussetzung: Meine Brüste wollten einfach nicht wachsen. Außerdem hatte ich sogenannte „Vampirzähne“, also Eckzähne, die spitzer und größer waren als die anderen. Mit blöden Sprüchen wurde ich ständig von meinen Mitschülern gemobbt. „Na, ziehst du bald nach Transsylvanien um? Wie viel Liter Blut pro Nacht brauchst du denn so? Sag einen Gruß an Dracula!“ Das blöde Gerede war eine schlimme Belastung für mich; ich wollte doch gar nicht gesehen werden, zumindest nicht, solange ich mein Schönheitsideal nicht erreicht hatte. Ich konnte gegen solche Zähne ja nichts tun, dachte ich damals. Und ich fühlte mich sowieso in meinem ganzen Körper unwohl. Kurz gesagt: Ich fühlte mich ganz und gar hässlich.

Als sich die Mode änderte und weite Kleider in waren, konnte ich mich etwas entspannen. Ich versteckte einen Großteil meines Körpers über etwa zwei Jahre hinweg in riesigen Jogginghosen und weiten – wenn auch bauchfreien Oberteilen. So konnte ich einigermaßen verheimlichen, dass ich mit 14 und auch noch mit 16 kaum Oberweite hatte. Meine ganze Weiblichkeit blieb blickdicht versteckt. Wie man sich wirklich schön weiblich kleidete, blieb ein Buch mit sieben Siegeln. Hätte ich doch nur eine große Schwester gehabt! Die hätte mir sicher gute Tipps geben können!

Ich brachte damals alles in Verbindung mit Äußerlichkeiten. Als Teenie war ich lange Zeit in den besten Freund meines Bruders verknallt. Er hatte zu der Zeit wechselnde Freundinnen – alle perfekt! Super Figur! Wunderschöne Zähne! Tolle Haare! Ich habe diese Mädchen immer genau unter die Lupe genommen, weil ich dachte, dass ich mir etwas abschauen könnte. Wäre ich doch nur annähernd so wie sie, hätte ich vielleicht eine Chance bei ihm. Aber leider wurde daraus nichts. (Schön hin oder her, der *Ehrenkodex* unseres Viertels hätte es ihm sowieso nicht erlaubt, mit der Schwester seines besten Freundes etwas anzufangen.)

Stattdessen hing ich immer mit Lilli und einer Mädchenclique herum, die ständig neuen Ärger anstiftete und sogar für Schlägereien verantwortlich war. Die Eltern einer meiner Freundinnen betrieben an Fasching immer einen Glühweinstand. Mit einer Gruppe von etwa zehn Freunden trieben wir uns dort als Teenies den ganz Tag herum. In einem Jahr bekamen wir eine Tasse nach der anderen umsonst. Schon ziemlich angetrunken kreuzte eine andere Gruppe Jugendlicher unseren Weg. Ein Mädchen von ihnen provozierte mich so sehr, dass ich ihm unvermittelt ins Gesicht schlug. Mir war schlichtweg eine Sicherung durchgebrannt. Urplötzlich waren wir allesamt in eine Massenschlägerei verwickelt. Als zwei Polizisten auftauchten, um für Ruhe zu sorgen, rannten unsere Gegner weg und die Lage entspannte sich wieder.

Im Nachhinein ist mir klar geworden, dass wir mit diesen Pöbeleien und Aggressionen unseren Frust auslebten, den wir von zu Hause mitbrachten und „abarbeiten“ mussten. Viele Familien in unserem Viertel hatten große Probleme; die Eltern arbeitslos, Sozialhilfeempfänger, Perspektivlosigkeit. Auch Gewalt war

nicht selten in den Familien. Alkohol gehörte eh dazu. Eigentlich waren wir alle nur sehr, sehr frustriert. Der Stress brauchte einen Kanal. Die Wut musste irgendwo raus. Und wir konnten mit unserem für Mädchen eigentlich untypischen Verhalten von uns selbst und *unseren* Problemen ablenken, indem wir sie auf andere projizierten.

...

Auch als ich schon längst mit Michael zusammenwohnte und Mutter war, änderte das nichts daran, dass ich weiterhin extrem auf mein Äußeres fixiert blieb. Ich habe damals sehr gelitten. Nicht nur in meinem Körper habe ich mich unwohl gefühlt. Das gesamte Lebenspaket erschien mir falsch. Ich fühlte mich gefangen und wusste einfach nicht, wo ich ansetzen sollte, um etwas zu ändern. Anstatt für meine Wünsche zu kämpfen, suhlte ich mich in meiner Unzufriedenheit. Völlige Perspektivlosigkeit, kein Ziel, keine Berufsaussichten, keine finanziellen Mittel. Ich steigerte mich immer mehr in die fixe Idee hinein, dass alles anders wäre, wenn ich nur schöner wäre. Dass ich dann endlich aus dem Loch, in dem ich saß, herauskäme, dass ich dann endlich glücklich wäre.

Hätte ich nur genug Geld, ich würde mich sofort operieren lassen: Brüste vergrößern, Zähne schleifen, Haare mit Extensions verlängern ... Denn nach meiner ersten Schwangerschaft waren meine Brüste noch kleiner und ich noch unzufriedener. Und zu allem Unglück kam noch hinzu, dass meine Schneidezähne abbrachen, als ich in eine Semmel biss. Immer lebte ich mit diesem Risiko, weil ich eine Veranlagung zu brüchigen Zähnen habe. Ich

war am Boden zerstört. Ich schien mich trotz aller Bemühungen immer mehr von meinem Idealbild zu entfernen.

In dieser Zeit schaute ich mir regelmäßig im Fernsehen auf einem Privatsender eine Schönheitssendung an, in der Kandidatinnen vor laufender Kamera äußerlich verändert – verschönert wurden. „Seien Sie auch dabei! Bewerben Sie sich noch heute!“ Als dieser Satz eines Abends am Ende der Sendung eingeblendet wurde, keimte in mir die Idee auf, ich könnte tatsächlich mitmachen! Ja klar! Warum bin ich darauf nicht schon früher gekommen! Ich müsste dann ja keinen Cent für die schon so lange ersehnten Schönheitsoperationen zahlen! Ich notierte mir die angegebene E-Mail-Adresse und ging damit ins Nebenzimmer, wo Michael am Computer saß und zockte. Voller Euphorie umarmte ich ihn: „Ich mache bei der Schönheitssendung mit! Ich lass mich operieren!“ Michael reagierte verhalten, überließ mir aber ohne Weiteres den Computer, damit ich meine Bewerbung abschicken konnte.

Er war zu der Zeit jeden Tag stundenlang mit Online-Poker beschäftigt. Das war eine Sucht von ihm. „Wenn ich gewinne, zahle ich dir eine Brust-OP!“, versprach er mir immer wieder. Obwohl es mir eigentlich nicht recht war, tolerierte ich sein Gezocke unter dieser Voraussetzung. Alles war mir recht, Hauptsache ich könnte endlich meinen Traum vom perfekten Körper verwirklichen. Auch eine Sucht. Aber das war mir damals noch nicht klar. Jetzt sah ich endlich einen anderen Weg. „Ich bewerbe mich bei der Sendung! Für mich brauchst du jetzt nicht mehr zu pokern!“, sagte ich noch am selben Abend zu Michael. Ich hatte eine Entscheidung getroffen und schrieb sofort eine E-Mail an die Redaktion, mit der ich mich als Kandidatin bewarb. Ich tat, wozu ich

aufgerufen worden war: „noch heute“. In dieser Nacht wälzte ich mich im Bett hin und her.

...

Tatsächlich! Schon am darauffolgenden Tag erhielt ich einen Anruf von einem Redakteur der Sendung. Er war super interessiert an meiner Bewerbung. Schließlich wäre ich mit zwanzig Jahren die bis dato jüngste Kandidatin, wenn alles klappte. Er löcherte mich mit vielen Fragen. Warum ich teilnehmen wolle. Welche Wünsche ich hätte. Wie ich denn aussehen wolle. Was ich für Erwartungen an die Sendung hätte. Ob ich gesund sei. Ob ich psychische Probleme hätte. Ob ich Medikamente einnehme. Mir waren viele seiner Fragen unangenehm. Aber ich wollte unbedingt dabei sein, also beantwortete ich sie alle brav.

Als ich ihm wahrheitsgemäß antwortete, dass ich seit einem Jahr ein Antidepressivum einnahm, war es vorbei mit seinem Enthusiasmus: „Tut mir leid. Dann können wir Sie nicht nehmen.“ Mein Herz sackte mir in die Hose. Nein! Bitte! Das konnte doch nicht sein! Warum denn? Obwohl ich mir die Antwort selbst hätte geben können, erklärte mir der Redakteur geduldig, dass die Kandidatinnen erstens psychisch stabil sein müssten und es zweitens während der Operationen kein Risiko in Bezug auf Wechselwirkungen mit Medikamenten geben dürfe. Das leuchtete mir sofort ein. „Aber ich will doch unbedingt mitmachen! Was kann ich tun?“, bettelte ich ihn an. „Okay, ich verstehe ...“ Nach einem kurzen Schweigen hatte er die Lösung parat: „Sie müssen drei Monate keine Medikamente genommen haben, dann können wir nochmal miteinander sprechen.“ Ja! Ja! Ja! Ich war erleichtert und

vereinbarte sofort einen Termin bei meinem Psychiater, der mir die Abstinenz bestätigen musste.

Noch am selben Abend setzte ich das Antidepressivum ab. Schnell spürte ich, dass mir das Medikament fehlte und mir die Tage noch schwererfielen. Ich fühlte mich noch schlechter als zuvor. Auch mein Umfeld merkte es. Ich war extrem launisch. Michael und ich stritten täglich, noch häufiger als früher. Ich konnte mich nur noch um das Nötigste kümmern. Aber ich hielt durch, denn ich hatte nur dieses eine Ziel: Kandidatin bei der Schönheitssendung im Fernsehen zu sein.

Exakt auf den Tag genau drei Monate später rief ich den Redakteur freudig an: „Es kann losgehen!“ Ich hatte die vorgegebene Zeit ohne das Medikament ausgehalten. Die Ärzte konnten mich und mein Blut nun ruhig durchchecken. „Fantastisch!“ Der Redakteur war auch begeistert.

...

Nun ging alles ganz schnell. Das Kamerateam der Produktionsfirma rückte schon wenige Tage später bei uns zu Hause an. Sie filmten mich überall. Sogar im Bad. Gleichzeitig wurde mir gesagt, es sei gar nicht sicher, dass ich wirklich mitmachen dürfe. Es müssten Probeaufnahmen gemacht werden. Danach würde man entscheiden. Das hat mich nervlich ganz schön mitgenommen. Es gab sogar Momente, in denen ich es fast abgebrochen hätte. Aber alle um mich herum – meine Freunde und meine ganze Familie – standen auf meiner Seite und hofften mit mir, dass ich nun endlich glücklich werden würde. Sie ermutigten mich, das nun durchzuziehen: Was für eine Chance!

Also auf zum nächsten Take. Filmaufnahme mit der Familie im Park vor unserem Haus. Meine Brüder und Michael kickten ein wenig hin und her. Ich machte ganz locker mit. Doch plötzlich schwenkte die Kamera auf die Seite, ich hörte einen Trillerpfiff. „Können wir mitspielen?“ Da lief mein gesamtes ehemaliges Mädchen-Fußball-Team auf mich zu, umarmte mich, zog mir mein altes Trikot über und überschüttete mich mit Ermutigungen. Dieses Überraschungsmoment war geplant gewesen. Ich war die Einzige, die davon nichts wusste. Allerdings war ich alles andere als erfreut, obwohl ich das nach außen nicht zeigte – ich wollte den Dreh ja auf keinen Fall gefährden. Ich hatte mit den Fußballerinnen doch schon lange nichts mehr zu tun. Ich war verunsichert, warum sie plötzlich hier auftauchten, obwohl ich früher das Gefühl hatte, nicht eine von ihnen gewesen zu sein. Jetzt aber, wo sie womöglich ins Fernsehen kamen, tauchten sie auf...

Die Produzenten der Firma haben mit dieser Überraschung, wie eigentlich mit allem, was später noch kam, ein Psycho-Spiel mit mir getrieben. Sie wollten maximale Emotion erzeugen. Es ging von Anfang an nicht um mich, sondern um den Effekt und die späteren Einschaltquoten. Ich war aber weiterhin komplett naiv. Ich dachte sogar, dass das Taxi, das nach dem Aufeinandertreffen mit den Fußballerinnen vorfuhr und in das ich einsteigen sollte, mich tatsächlich direkt nach München ins Hotel bringen würde. Aber nein. Nach wenigen Hundert Metern hielt es an und fuhr wieder zurück. Die Abschiedsszene war jetzt schließlich im Kasten. Ich blieb stattdessen noch eine ganze weitere Woche zu Hause. Erst dann ging es richtig los. Alles pure Dramaturgie. Ja, und Fake.

Sechs Frauen. Sechs Wochen. Ein schickes Hotel in München. Schönheit und München, das passt und klingt edel, oder? Ja, so sieht es auch in der Sendung aus. Allerdings wurde auch da nicht die ganze Wahrheit gezeigt. Denn nicht alle Frauen wurden in der modernen superhippen und gestylten Praxis in München operiert, die man im Fernsehen später in der ersten und letzten Sendung sehen konnte. Die fungierte vor allem als Vorzeige-Kulisse. Genauso wie der luxuriöse Bonzen-Eingang der Praxis in Köln, in der keine von uns je behandelt wurde. Wir wurden dabei gefilmt, wie wir hineingingen. Die Behandlungsräume bekamen wir aber nicht zu sehen. Weiter ging es stattdessen nach Düsseldorf, wo sich eine weitaus weniger ansehnliche, ziemlich unscheinbare Nebenpraxis der Schönheitsklinik befand, mit der der Fernsehsender zusammenarbeitete, und wo man sich auf Zähne spezialisiert hatte. Ein Fahrer brachte uns zwei- bis dreimal wöchentlich dorthin zu unseren Operationen.

Eigentlich wollte ich ja nur an den Brüsten und den Zähnen operiert werden. Doch die Ärzte boten mir zusätzlich eine Nasenoperation an. Ich ließ mich dazu überreden. Aber gegen das Aufspritzen der Lippen mit Hyaluronsäure wehrte ich mich.

Als der Operations-Marathon anging, bekam ich erst einmal ziemlich Angst. Ich hatte ja auch niemand Vertrauten bei mir. Die gesamten sechs Wochen war ich von meiner Familie getrennt. Kein Kontakt. Das war der Deal. Das gehörte ebenfalls zur Dramaturgie, denn am Ende sollte die Familie ja als Highlight des Ganzen auf die Veränderung möglichst stark emotional reagieren. Sie sollte die Teilschritte nicht mitbekommen. Und die Gefühle sollten möglichst hochkochen.

Auch wenn ich Angst und dann auch hin und wieder Zweifel hatte, sagte ich mir immer wieder: Durchhalten! Ich zieh' das jetzt durch! Ich will glücklich sein! Ich will ein neues Leben starten! Die anderen Frauen, mit denen ich in der Zeit zusammenwohnte, hatten alle ihre eigenen Probleme. Auch sie schienen psychisch labil. Dabei hatte die Produktionsfirma doch anscheinend so viel Wert darauf gelegt, dass die Teilnehmerinnen ihr Leben im Griff hatten. Abgesehen von kleineren Zickenkrieg-Szenen haben wir uns eigentlich ganz gut verstanden. Aber eine Stütze konnten wir uns gegenseitig nicht sein.

Vor allem vor der Zahnoperation hatte ich großen Bammel. Es waren tatsächlich Horror-Termine! Meine „Vampirzähne“, unter denen ich mein ganzes Leben gelitten hatte, wurden so weit weggeschliffen, dass nur noch Stifte übrigblieben. Darauf wurden dann Kronen gesetzt. Doch was für ein Schock: Die vorderen Schneidezähne wurden falsch herum aufgesetzt. Da ich ja das Problem mit der bröselnden Zahnschubstanz habe, konnte man das nicht einmal mehr ändern. Es wäre einfach zu riskant gewesen, dass die Zähne ganz und gar zerfallen. Ich konnte mit dem Heulen gar nicht mehr aufhören. Und es gab niemanden, der mich tröstete. Ich habe meine Familie, vor allem meine Kinder sehr vermisst. Andererseits war ich die meiste Zeit auch froh, einmal von zu Hause weg zu sein. Ich kannte es ja nicht, Urlaub zu machen, kleine Auszeiten zu haben. Es tat mir gut, aus dem Alltag und dem üblichen Trott weg zu sein. Und keine Drogen zu nehmen!

Als die Operationen vorbei und die Schnitte verheilt waren, kam das Styling an die Reihe. Wir bekamen einen Fragebogen, auf dem wir unsere optischen Wünsche für den letzten Drehtag ankreuzen konnten. Der Höhepunkt der Sendung, das Zusammenreffen mit Familie und Freunden, nahte.

Dunkle Haare? Locken? Welche Schminke? Nagellack? Kleider? Ich wusste genau, was ich wollte: vor allem lange dunkle glatte Haare.

Das Styling-Team nahm uns Kandidatinnen zu einem Outfit-Shopping mit, bei dem uns die Augen verbunden wurden. Es wählte für uns aus, was wir tragen würden. Danach verbrachten wir Stunden bei einem Promi-Friseur. Der war tatsächlich in München. Aber auch hier durften wir nicht zusehen.

Meine Vorfreude war riesig. Ich konnte es kaum erwarten, mich zu sehen. Ich war der Erfüllung meines Lebenstraums so nahe. So nahe ... Jetzt würde alles anders werden! Da war ich mir sicher. Als der Spiegel vor mir endlich enthüllt wurde, konnte ich meine Tränen nicht zurückhalten.

Allerdings nicht vor Freude, wie ich erwartet hätte. Nein. Ich sah eine junge Frau, die ich nicht war. Diese Frau steckte in einem bunten Dirndl. Sie hatte kurze blondierte Haare. Ihre Haut war unterschiedlich braun und fleckig von einer Bräunungsdusche. Nein, das war nicht ich. „Ich will nach Hause!“, schrie das kleine Kind in mir, das so gerne endlich eine schöne Frau gewesen wäre. Doch die Kamera zeigte eine verunstaltete Person, die sich tränenüberströmt, die Hände fassungslos vor dem Gesicht, anscheinend über ihre seltsame Verwandlung freute. Eine Täuschung. Und ich spielte bis zum bitteren Ende mit.

Die letzte Szene: In einem Brauhaus am Ammersee. Meine

ganze Familie stand freudestrahlend in großer Erwartung vor mir. Ich wollte sie auf keinen Fall enttäuschen. Sie hatten sich doch alle so für mich gefreut. Und ich wusste: Die Kamera läuft. Was auch immer nun passierte, es würde im Fernsehen erscheinen. Millionen von Menschen würden es sehen. Also setzte ich eine Maske auf.

Später erfuhr ich, dass auch meine Familie eine Maske aufgesetzt hatte. Sie wollten mich nicht kränken, aber keiner fand mich schön, so wie ich vor ihnen stand. Keiner erkannte mich wieder. Nur meine Tochter kam auf mich zugerannt und warf sich mir in die Arme: „Mama, Mama, da bist du ja endlich wieder!“ Sie sah sicher mein Herz, nicht mein lächerliches Erscheinungsbild.

Bevor es endlich vorbei war, kam die Produktionsfirma nochmal richtig auf ihre Kosten, was ihren Wunsch nach einem emotionalen Finale betraf. Eine Woche zuvor hatte ich einer Mitarbeiterin in einem privaten Gespräch erzählt, dass ich eigentlich gerne heiraten würde. Das hatte sie gleich auf eine Idee gebracht: „Du könntest deinem Freund doch vor laufender Kamera einen Antrag machen!“, schlug sie vor. Ich war zunächst unentschlossen. Eigentlich wünschte ich mir, dass der Antrag von Michael käme. Doch als wir uns jetzt bei diesem ersten Wiedersehen umarmten, hörte ich die Redakteure im Hintergrund – „Jetzt, jetzt!“ – und fühlte mich unter Druck gesetzt. Also fragte ich Michael, ob er mich heiraten wolle. Und er sagte Ja. So waren wir also verlobt. Dabei hatten wir nicht einmal Ringe. Die haben wir erst zwei Monate später nachträglich gekauft. So unspektakulär hatte ich mir meine Verlobung sicher nicht erträumt. Ich war so unendlich froh, als endlich alles vorbei war und die Kameras ausgeschaltet waren.

Erst als ich wieder zu Hause war, traf mich die Erkenntnis mit voller Wucht. Die Stylisten hatten nicht einmal im Ansatz meine Wünsche berücksichtigt. Ich konnte mich mit deren Bild von mir überhaupt nicht identifizieren. Wieso hatten sie mich dann überhaupt nach meiner Meinung gefragt? Ich war so wütend, weil ich mich verarscht fühlte. Zwar habe ich für mein Mitwirken in der Sendung kein Honorar erhalten und musste für die Operationen auch nichts zahlen, aber ich hätte mir ein Minimum an Respekt gewünscht. Naiv, ich weiß.

Eine schöne Erinnerung nehme ich aus der Zeit dennoch mit. Als ich das erste Mal meine Brüste sehen durfte, die mit Implantaten aufgepolstert worden waren, schlug mein Herz wirklich höher. Ich hatte nach der Operation mehrere Tage lang einen Verband und einen Spezial-BH tragen müssen. Als er mir vor laufender Kamera abgenommen wurde, flippte ich fast aus: Ich war so stolz auf meine Oberweite. Endlich nicht mehr flachbrüstig! Das kann mir nun niemand mehr nehmen. Ich hatte mir schon vorher zwei schöne Spitzen-BHs in weichen Orange-Tönen gekauft. Die zierten nun meine neue Weiblichkeit.

...

Doch hatte sich der ganze Aufwand dafür wirklich gelohnt? Ich hatte ja nicht nur zwei schöne neue Brüste erwartet, sondern darauf gehofft, mich rundum anders, besser, glücklich zu fühlen. Es sollte der Wendepunkt in meinem Leben werden. Stattdessen habe ich noch am selben Abend wieder gekiffert.

Ein neuer Absturz war nicht nur vorprogrammiert. Er fand direkt statt. Übergangslos rutschte ich wieder in mein altes Leben.

Die Haut war dieselbe. Die Seele auch. Ich fühlte mich keinen Deut anders als vor den ganzen Schönheitsoperationen. Nicht ein bisschen. Selbst meine Angewohnheit, die Hand vor den Mund zu halten, wenn ich lachte, konnte ich nicht ablegen. Obwohl doch meine „Vampirzähne“ nun verschwunden waren. Ich war einfach immer noch ich. In meinem aussichtslosen Leben gefangen.

Mit voller Wucht traf ich auf das, was ich vor sechs Wochen zurückgelassen hatte: mein sinnloses Dasein. Nur war es jetzt noch viel schlimmer: Jetzt hatte ich nicht einmal mehr die Hoffnung. Meine Enttäuschung war so groß, dass ich noch mehr Drogen nahm, noch öfter kiffte als zuvor. Es ging mir richtig schlecht. Einzig für die Kinder konnte ich noch funktionieren. Irgendwann begann ich wieder, das Antidepressivum zu nehmen. Aber bis dahin war es ein langwieriger Prozess, weil man ewig auf einen Termin beim Psychiater warten musste. Ohne Psychiater kein Antidepressivum. Dabei hätte ich dringend und sofort Hilfe gebraucht.

Nicht nur ich war enttäuscht. Auch Michael hatte gehofft, eine zufriedener Partnerin zurückzubekommen. Er dachte wohl, ich sei wie ausgewechselt, wenn ich vom Set heimkomme. Schließlich hatte ich doch jetzt, was ich immer gewollt hatte. Doch auch er war naiv gewesen. Was haben wir nur erwartet? Dass eine Hülle einen Menschen ändert?! Michael hatte seine eigenen Probleme und zog sich jetzt immer mehr von mir zurück. Wir sprachen wenig. Und wenn, dann stritten wir.

Es war also nicht besser geworden. Es wurde im Gegenteil noch schlimmer. So langsam dämmerte mir, wie sehr ich mich auch in der Öffentlichkeit angreifbar gemacht hatte. Ich hatte ja meine nackten Brüste von dem Kameramann filmen lassen. Viele, viele

Tausende Menschen, vielleicht sogar Millionen würden mich bei der Ausstrahlung der Sendung entblößt sehen. Natürlich wusste ich das bereits vor Beginn der Dreharbeiten. Das war ja *part of the game*. Aber da war ich noch vernebelt von dem unsagbar starken Wunsch, schön zu sein. Doch jetzt war ich „schön“ und ich sah wieder klarer. Ich hatte solche Strapazen auf mich genommen, so viel Augenwischerei mitgemacht, aber nichts, absolut gar nichts hatte sich damit in meinem Leben geändert. Die Enttäuschung wechselte sich täglich mit Wut und Verzweiflung ab. Ich war an dem Tiefpunkt meines Lebens angelangt. So dachte ich.

Doch dann kam es noch dicker. Aus meiner Nase waren auf die Schnelle die Fäden nicht richtig gezogen worden. Das Team in der Klinik hatte schlampig gearbeitet. Die verbliebenen Reste entzündeten sich, die Nase musste erneut geöffnet werden. Die Zähne waren ja sowieso schon falsch gemacht worden. Und nach drei Wochen drehte sich auch noch eines meiner tropfenförmigen Brustimplantate. Die Gefahr, dass das öfter passieren könnte, war so hoch, dass die Implantate durch runde ersetzt werden mussten. Wieder eine Operation.

Warum ich? Warum verdammt noch mal ich? Warum immer ich? Ich wurde von den erneuten Eingriffen noch weiter psychisch heruntergezogen.

Sieben Monate nach den Operationen wurde die Sendereihe mit unserem Make-Over ausgestrahlt. Nun erkannten mich also auch Fremde auf der Straße und sprachen mich an. Wie unangenehm! Ich hatte mich ja zurückgezogen, weil es mir so schlecht ging. Auch Freunde wussten nicht so recht, wie sie mit mir umgehen sollten. Es war ein einziges Drama.

Heute spiele ich mit dem Gedanken, meine untere Zahnreihe noch einmal richten zu lassen, weil die Zähne seit der ersten Operation unterschiedliche Farben haben. Das stört mich einfach und ist ein minimaler Eingriff. Aber einer weiteren Schönheitsoperation würde ich mich nicht mehr unterziehen. Das hat mir fürs Leben gereicht. Ich sehe keinen Sinn mehr darin. Ich weiß heute, dass sich die Gefühle durch das Äußere, das vermeintlich Schöne nicht verändern. Ein gutes Selbstwertgefühl und ein gutes Leben brauchen ganz andere Voraussetzungen.

Am liebsten würde ich allen Frauen sagen, dass Schönheitsoperationen völlig unnötig sind. Wenn es der sehnlichste Wunsch ist, kann ich zwar nicht kategorisch abraten, weil ich meine Erfahrung nicht anderen überstülpen kann. Es ist ein schmaler Grat. Aber ich würde immer darauf hinweisen, dass man einen solchen Schritt mit vollem Bewusstsein gehen sollte. Mache ich das für andere? Oder für mich? Was ist der wahre Grund dafür, dass ich mich operieren lassen will? Es ist IMMER ein Gesundheitsrisiko. Und die Verletzungen aus der Kindheit kann man damit sicher nicht ungeschehen machen. Inzwischen habe ich – Gott sei Dank! – einen anderen Weg eingeschlagen. Was für eine Gnade!

Seit ich Christin bin, weiß ich, dass in letzter Instanz nur die innere Schönheit zählt, denn alles Äußerliche ist vergänglich. Schönheit ist auch das, was in Gottes Augen schön ist: Ich versuche, ehrfürchtig auf Gottes Stimme zu hören und danach zu leben. Das ist schön. Alles, was in guter Absicht geschieht, ist schön. Anderen Menschen zu vergeben ist schön. Auch sich selbst zu vergeben ist schön. Die bedingungslose Liebe zu anderen Menschen ist schön. Andere nicht zu verurteilen ist schön. Hilfsbereit

zu sein ist schön. Schönheit bedeutet auch, authentisch zu sein, keine Maske aufzusetzen, ganz und gar man selbst zu sein, sich nicht zu verstellen.

Aber das heißt nicht, dass äußere Schönheit nicht zählt. Gott liebt auch die Schönheit der äußeren Dinge. Das sieht man ja an seiner Schöpfung. Er selbst hat die Schönheit erschaffen. Sie ist mit allen Sinnen wahrnehmbar. Man kann sie nicht nur sehen, sondern auch fühlen, riechen und tasten. Gott hat sich etwas Tolles einfallen lassen und uns Menschen, jeden für sich, wunderschön erschaffen und liebevoll einen Teil von sich selbst in uns gelegt. Allerdings nicht mit Silikon in der Brust, einer Gewichtstabelle in der Hand oder einer Botox-Spritze in der Stirn. Trotzdem bin ich davon überzeugt, dass es in Gottes Sinn ist, wenn wir unseren Körper pflegen und gut behandeln. In der Bibel wird der Körper auch als Tempel des Heiligen Geistes bezeichnet. Wenn wir uns schön herrichten und ein Lächeln auf den Lippen haben, zeigen wir ja auch unsere Freude an Gott und seiner Schöpfung. Mit einem schönen gepflegten äußeren Erscheinungsbild strahlen wir unsere innere Freude über Gott aus. Damit strahlen wir Licht in die Welt und verbreiten Hoffnung. Das ist für mich das außergewöhnliche göttliche Gewand, das ich gleichzeitig anziehe, wenn ich mich vor dem Spiegel schön mache. Noch schöner mache. Und damit strahle ich auch Gottes Schönheit aus und die Hoffnung, die damit verbunden ist.

Ich ziehe mich modisch und je nach Anlass schick an, vor allem, wenn ich ausgehe. Ich schminke mich und will äußerlich gut ankommen. Für mich hat Schönheit immer noch etwas mit Äußerlichkeiten zu tun. Natürlich. Aber mein Idealbild hat sich gewandelt. Und damit das Bild von mir selbst: Ich weiß heute,

dass ich schön bin, so wie ich bin. Ich bin wunderbar gemacht und nehme mich so an. Ich fühle mich wohl in meinem Körper.

Ich selbst bin der Maßstab meiner Schönheit, nicht irgendwelche puppenhaften Figuren in Videos oder Filmen. Wenn meine Töchter solche Bilder heute im Fernsehen sehen, ist mir das sehr unangenehm. Sie sollen auf keinen Fall derart beeinflusst werden wie ich. Mir ist klar geworden: Mit meiner früheren Fixierung auf das äußere Erscheinungsbild wollte ich nur meine innere Leere kompensieren. Mit einem schönen gepflegten äußeren Erscheinungsbild kann ich heute meine innere Freude über Gott ausstrahlen. Wenn ich mich vor dem Spiegel schön mache, strahle ich auch Gottes Schönheit aus und die Hoffnung, die damit verbunden ist.

Wenn ich mir die himmlische Schönheit vorstelle, sehe ich sofort Jesus. Er zieht uns irgendwann ein reines weißes Kleid an, unter dem alle Schuld und alles Versagen verschwinden, in dem wir rundum perfekt sind, innerlich und äußerlich – ein Original Gottes eben. Das ist die einzig wahre Schönheit.