

## Kolumne



Martin Carl Mächler,  
freier Autor

# BODY RESPECT DAY

Wussten Sie, am 13. März war in der Schweiz der Body Respect Day? Ich habe es auch erst aus der Zeitung erfahren. Doch was ist das eigentlich genau? Auf Deutsch heisst Body Respect Day nichts anderes als «man soll den menschlichen Körper respektieren». Ob gross oder klein, ob dick oder dünn, ganz egal. Und an diesem Tag, also dem 13. März, wurde darauf aufmerksam gemacht. Die Bernerin Melanie Dellenbach hat den Verein Body Respect Day gegründet.

Er soll fülligen Menschen eine Stimme geben. Ich habe mich etwas über diesen Artikel gewundert, ist es heutzutage wirklich noch nötig? Wird nicht immer und überall von Gleichstellung und Gleichberechtigung geredet? Wird nicht immer und überall auf Minderheiten hingewiesen? Sollte nicht der Mensch an sich im Vordergrund stehen und nicht sein Aussehen?

Leider ist das nicht der Fall. Ich spreche aus eigener Erfahrung. Auch ich habe einige Kilos zu viel auf den Rippen, und

habe es schon so manchmal zu spüren bekommen. Dumme Bemerkungen, schiefe Blicke, ein herablassendes Lächeln, um nur einige zu nennen. Vielen anderen geht es ebenso. Die heutige Gesellschaft verlangt Perfektion. Da gehört das Aussehen ebenfalls dazu. Gross und schlank heisst klug und erfolgreich. Klein und dick heisst dumm und faul. Oft bietet das Argument der Gesundheit gleich eine Gelegenheit sich «Dickenfeindlich» zu äussern.

## Kein Mensch hat das Recht, über andere wegen des Aussehens zu urteilen

Doch ich frage mich warum. Einen grossen Einfluss haben bestimmt die Medien und all diese sozialen Netzwerke sowie viele Zeitschriften. Dort werden immer schöne, fast perfekte Menschen abgebildet. Ist man nicht so schön und perfekt, kommt man sich minderwertig vor. Man wird, wie andere Minderheiten auch, häufig benachteiligt. So manch einer dieser «nicht perfekten Menschen» ist dadurch in eine Depression gefallen. Das ist nicht mei-

Sie finden diese Formulierung extrem? Leider ist es nicht so.

ne persönliche Meinung, sondern das sind Fakten.

So finde ich diesen Body Respect Day eine sehr sinnvolle Sache. Obwohl es mich etwas traurig stimmt, wenn die Gesellschaft überhaupt darauf aufmerksam gemacht werden muss. Ich hoffe sehr, die Menschen werden sich wieder eines Besseren besinnen und den Charakter eines jeden in den Vordergrund stellen. Positiv wäre, wenn alle Menschen ein Stück Kuchen essen könnten, ohne sich blöde Sprüche oder gute Ratschläge anhören zu müssen. Die Diskriminierung ist es, die krank macht, körperlich und seelisch. Eine gute Sache wäre es, wenn sich füllige Menschen auch in der Badi, im Fitnessstudio oder im Tanzkurs ungeniert und wie selbstverständlich zeigen könnten und ihnen im Alltag mit Respekt begegnet wird.

Kein Mensch hat das Recht, über einen anderen nur wegen seines Aussehens zu urteilen. Würden das alle beherzigen, wäre das Leben ein grosses Stück angenehmer und friedlicher.

*Am 20. April erscheint keine «Glarner Woche».  
Wir sind am 27. April wieder für Sie da.*