

unzufrieden sein, entdecken einer neuen Diätmethode, Ausfahrt nehmen zur nächsten Diät

Kommt Ihnen bekannt vor?

Tja, in diesem Bereich sind uns Hamster überlegen. Die laufen zwar auch im Hamsterrad, das nirgends hin führt, schaffen aber den Absprung, um Fressen oder Schlafen zu gehen. Wir Menschen halten uns für so überlegen und intelligent, aber den Absprung aus diesem Teufelskreis schaffen viele von uns ihr ganzes Leben nicht und manche nur durch Resignation, wobei es dann kein bewusstes Ausbrechen aus dem Teufelskreis ist, sondern eher ein Rausschleudern, das oftmals ein seelisches Schleudertrauma zur Folge hat. Manche

schaffen den Absprung, wenn der Leidensdruck so stark ist, dass sie sich von Außen Hilfe holen. Wobei das Erkennen und Eingestehen, Hilfe zu benötigen, den wirklichen Beweis menschlicher Intelligenz darstellt.

In Stellenanzeigen werden SoftSkills wie Durchhaltevermögen, Beständigkeit usw. gefragt.

Durchhaltevermögen habe ich bewiesen – ich war so lange in dem Teufelskreis unterwegs bis ich bei einer Körpergröße von 1,80m ein Gewicht von 175kg erreicht hatte.

Dieses Durchhaltevermögen wurde aber von möglichen Arbeitgebern ganz und gar nicht geschätzt, was mich mehr oder weniger

nötigte, selbstständig tätig zu werden. Ich kannte mich ja schließlich. Meinen selbst definierten, nicht erreichbaren Zielen hatte ich ja noch nie entsprochen, und daher spielte auch mein Gewicht bei meinem „Einstellungsgespräch“ keine Rolle, ich stellte mich ein, so wie ich war. In meiner Nachbarschaft lebte ein ca. 60jähriger Mann der ebenfalls stark übergewichtig war, und kaum noch einen Schritt ohne Hilfe machen konnte. Fortbewegen konnte er sich nur noch mittels eines kleinen Elektrovehikels. Das machte mir Angst, ich wollte nicht auch so enden. Doch die Angst war noch nicht groß genug um eine gedankliche Änderung herbeizuführen.

Für uns Menschen muss alles und jeder in einen gewissen Rahmen passen. Passt etwas nicht, so versuchen wir es entweder in diesen Rahmen zu drängen oder distanzieren uns davon. Das ist bei den meisten Menschen so. Nachdem ich mit meinen Körpermaßen nicht in den üblichen Rahmen passte, verhielten sich viele Menschen mir gegenüber sehr ablehnend. Das führte dazu, dass ich einerseits nur wenig Freunde hatte, denn nur wenigen Menschen ist es egal, sich mit jemanden zu zeigen, der nicht in diesen Rahmen passt, und damit auch aufzufallen. An dieser Stelle nochmals ein dickes Dankeschön an die Weggefährten die sich in dieser Zeit nicht davon abhalten ließen, sich mit mir zu

treffen, und an der Freundschaft fest hielten. Die meist sehr schroffe und verletzende Verhaltensweise vieler Anderer führte aber á la longue dazu, dass ich mich immer mehr zurückzog, und kaum noch weg ging. Und wenn, dann nur irgendwo hin, wo ich mich sicher fühlte. Manchmal hatte ich so die Nase voll von meinem Leben, dass ich nahe daran war, aufzugeben und mir dachte: „Ich will nicht mehr, ich fresse mich zu Tode, dann ist es wenigstens vorbei.“ Und dennoch fand ich auch in diesen Momenten nicht die endgültige Ausfahrt aus dem Teufelskreis. Eine Stopptafel erschien erstmals in meinem Kreisverkehr während bzw. nach einem Kurztrip nach Barcelona.