

Du bist schön
Was Gott sieht,
wenn er dich anschaut

Jenna Lucado

mit Max Lucado

SCM Hänssler

Inhalt

Anmerkung von Jenna	7
Kapitel eins	
Eigenartig ist schön	9
Kapitel zwei	
Das Deo vergessen	21
Kapitel drei	
Sonnenbrand durch die Hintertür	31
Kapitel vier	
Test: Wie ist dein Stil und warum?	43
Kapitel fünf	
Der perfekte Plan	69
Kapitel sechs	
Schön, dich kennenzulernen	77
Kapitel sieben	
Meine Facebook-Sucht	95
Kapitel acht	
Du bist wertvoll	109
Kapitel neun	
Hallo, ich heiße	123
Kapitel zehn	
Aschenbrödel und der perfekte Prinz	131
Kapitel elf	
Tiefe Freundschaft	145
Kapitel zwölf	
Ganz normale Menschen	157
Kapitel dreizehn	
Deine Geschichte	169
Kapitel vierzehn	
Das vollkommene Versprechen	183
Dank	188
Anmerkungen	190



Anmerkung von Jenna

An manchen Tagen mag ich ihn. Meistens hasse ich ihn. Aber ich muss zugeben, dass er ehrlich ist. Wenn Essensreste zwischen meinen Zähnen hängen oder ich mir dringend die Nase putzen sollte, dann macht er mich darauf aufmerksam. Er hat keine Hemmungen, mich wissen zu lassen, dass meine Bluse zu eng ist oder mir eine bestimmte Farbe nicht steht. Ich weiß seine Ehrlichkeit zu schätzen, aber trotzdem betrügt er mich. Denn jedes Mal, wenn er zu mir sagt: »Kauf dir diese tolle Bluse, mit ihr fühlst du dich wohler in deiner Haut« oder: »Nimm einfach fünf Kilo ab, dann wirst du immer glücklich sein«, dann funktioniert das nicht. Für ihn bin ich nie gut genug.

Ich versuche, nicht allzu viel Zeit mit ihm zu verbringen, denn sonst tappe ich leicht in seine Entmutigungs-Falle. »Jenna, du hast Zellulitis. Deine Haut ist zurzeit ziemlich fettig. Deine Zähne könnten weißer sein.« Ich versuche, seine Lügen zu verdrängen, mit denen er mir vormacht, dass ich nicht gut genug und nicht schön sei. Aber das ist gar nicht so leicht.

Ich bin sicher, dass du ihn kennst. Er taucht an allen möglichen Orten auf: in Badezimmern, Autos, Kaufhäusern, Fitnessstudios. Und ich bin davon überzeugt, dass du dich auch schon unsicher gefühlt hast, wenn du vor ihm standest.

Wie er heißt?

Spiegel.

Leider sagt mir der Spiegel selten, wie schön ich bin. Er bemerkt nie, dass ich meiner Mutter geholfen habe, die Küche aufzuräumen, oder dass ich mich in der Mittagspause nicht am Klatsch beteiligt habe. Sogar wenn meine Frisur perfekt sitzt, fällt ihm der Pickel auf meiner Nase auf. Wegen ihm frage ich mich manchmal, ob das Wort *schön* jemals auf mich zutreffen wird.

Schön: Adjektiv

1. Besitz von attraktiven Eigenschaften, die beim Sehen, Hören, Nachdenken usw. großes Vergnügen oder Zufriedenheit hervorrufen.
2. Großartig.
3. Besonders reizvoll, lieblich oder hübsch. ...



Okay, das kann die Definition von *schön* im Wörterbuch sein, aber kehren wir zur Wirklichkeit zurück. Der Spiegel scheint, zusammen mit seinen Kumpels Fernsehen und Zeitschriften, zu bestimmen, was schön und was nicht schön ist. Wir haben es hingenommen, dass Jungs uns sagen, ob wir schön sind oder nicht, und manchmal haben wir sogar zugelassen, dass die beliebtesten Mitschülerinnen bzw. Kolleginnen festlegen, was Schönheit ist.

Aufgrund dieser tausend Definitionen von Schönheit sind wir leicht verwirrt und es fällt uns schwer, uns als schön wahrzunehmen. Doch die Wahrheit ist, dass der Spiegel nichts verstanden hat! Er benutzt nie die richtige Definition, also diejenige, die klar und deutlich erklärt, was »schön« wirklich bedeutet:

Schön: was Gott sieht, wenn er dich anschaut.

Was bedeutet schön für dich? Denk an jemanden in deinem Leben, den du schön findest. Warum ist er oder sie für dich schön?



Keine Sorge, wir werden auch über all die Dinge sprechen, die uns wichtig sind: unser Erscheinungsbild, unsere Kleidung, unsere Freundinnen. Wir werden einige Geheimnisse verraten, uns nichts vormachen, wenn wir über unser Leben, unsere Träume, unsere Eltern und Gott sprechen, und natürlich werden wir uns auch mit Männern befassen!

Das Wichtigste: Wir werden über die wirkliche Bedeutung von *schön* sprechen, auf den Spiegel pfeifen und herausfinden, wie wirkliche Schönheit unser Leben zwanzigtausend Mal besser macht.

Jenna

Ich bin eigenartig.
Wirklich.

Wenn die Zeitschrift *In Style* mein Aussehen umschreiben müsste, würden sie bestimmt Ausdrücke wie »kreativ salopp« oder »zusammengewürfelte Eleganz« verwenden (obwohl *In Style* niemals einen Bericht über mich schreiben würde, da mein Stil nicht unbedingt *in* ist).

Wie ist *dein* Stil? Die zerzauste Diva, die im letzten Moment aus dem Bett steigt, sich schnell das Erstbeste überwirft, das gerade aus dem Schrank fällt, die Lieblingsohrringe ansteckt, zur Schule oder zur Arbeit rennt, unterwegs den Lippenstift aufträgt und immer noch ihre Bettfrisur hat? Oder vielleicht die Sportskanone, die in den neuesten Nikes, der Kapuzenjacke mit dem gleichen Logo und mit Pferdeschwanz in der Schule erscheint? Oder bist du trendig, künstlerisch angehaucht, edel oder einfach nur desinteressiert? Wir alle haben ein bestimmtes Erscheinungsbild. Wie ist meines? Nun ... es ist eigenartig.

Wir halten die Mode für unseren Stil, aber unser Stil beinhaltet doch viel mehr als das. Unsere verrückten Gewohnheiten, Marotten und ehrlichen Überzeugungen sind das Zubehör. Das sind die Accessoires, die man wahrnimmt, wenn man hinter unseren Kleidungsstil sieht und unseren wirklichen Stil erkennt. Das ist, was unsere besten Freundinnen sehen, weil sie uns so gut kennen. Das ist, was Gott sieht. Aber ich muss ehrlich sein. Mein Stil ist eigenartig, sowohl innen als auch außen.



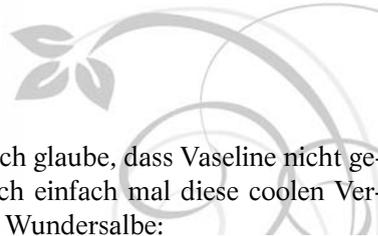
Wenn ich eine Liste all meiner seltsamen Gewohnheiten und Marotten aufstellen würde, dann wette ich hundert Euro, dass diese Liste so lang würde, dass man sie um die Erde wickeln könnte, wie ein Geschenkband um ein Weihnachtspäckchen. Und das, obwohl der Erdumfang etwa 40 000 Kilometer beträgt. Niemand kann *so* eigenartig sein ... oder doch? Was denkst du darüber? Hier die Kurzfassung meiner Liste »Warum bin ich eigenartig?«

1. **Rate mal, welches Kosmetikprodukt für mich ein absolutes Muss ist!** Schieß los! Denkst du an einen Clinique Lippenstift? An Bobbi Brown Rouge? MAC Mascara? Alles recht hübsch, aber nein und nochmals nein. Das Eine, ohne das ich nie das Haus verlasse ist ... Vaseline. Jawohl, Vaseline. Ein Töpfchen Vaseline ist bei mir schneller aufgebraucht als eine Tafel Schokolade. Ich finde Vaseline einfach klasse. Sie ist meine Allzweck-Wundersalbe. Ich benütze sie als Lipgloss, zum Abschminken und als Lotion. Wenn meine Haare elektrisch aufgeladen sind und fliegen, bändige ich sie mit einem winzigen Klecks Vaseline. Für mich ist Vaseline so notwendig wie Wasser und Sauerstoff. Wenn es um mein Aussehen geht, ist Vaseline eines der wesentlichsten Dinge.
2. **Die eine Farbe, die für mich nicht in Frage kommt, ist Rosa.** Ich kann Rosa nicht leiden. Es ist mir egal, wenn in der *Vogue* steht, dass Rosa »in« ist. Es ist mir egal, wenn *Glamour* Rosa »die heiße Farbe« nennt. Ich trage es nicht. In meinem Zimmer gibt es nichts in dieser Farbe. Wenn Rosa ein Geruch wäre, würde ich mir die Nase zuhalten. Wenn Rosa ein Feiertag wäre, würde ich ihn nicht begehen. Wenn Rosa ein Nahrungsmittel wäre, würde ich es nicht essen. Für andere mag es klasse sein, aber nicht für mich.
3. **Anstatt vor Freude zu kreischen, wenn ein hübsches Paar Schuhe im Sonderangebot ist,** gerate ich, die Spinnerin, aus dem Häuschen, wenn es im Supermarkt eine Großpackung Schokoriegel im Sonderangebot gibt. Es vergeht kein Tag, an dem ich mir keine Süßigkeiten in den Mund stecke. In der Tat habe ich gerade ein Bonbon im Mund, da mir allein bei dem Gedanken daran über der Tastatur das Wasser im Mund zusammenläuft. Eine große Tü-

te mit süßen Leckereien wäre mir jederzeit lieber als eine Krokodilledertasche von Chanel.

Schönheitstipp

Tipps mit Vaseline



Okay, du lachst vielleicht, aber ich glaube, dass Vaseline nicht genug geschätzt wird. Probier doch einfach mal diese coolen Verwendungsmöglichkeiten meiner Wundersalbe:

- Nagelhautcreme
- Fußcreme (nach dem Auftragen Socken anziehen, denn Vaseline und Teppichböden sind keine ideale Kombination!)
- Zum Abschminken
- Zum Bändigen von elektrisierten Haaren

Wer hätte gedacht, dass in einem kleinen, erschwinglichen Töpfchen Petrolatum so viel steckt?

Das Tolle ist, dass nicht nur ich eigenartig bin. Jede von uns ist auf ihre eigene Weise eigenartig. Denk doch kurz darüber nach. Was sind die wesentlichen Faktoren deines Erscheinungsbildes, aufgrund deren du dich wie *du* fühlst? Muss alles zusammenpassen? Müssen Gürtel, Schuhe, Handtasche, Rock und sogar das Haarband und die Socken aufeinander abgestimmt sein? Ist *Make-up* für dich ein Schimpfwort oder Barbie eine Superheldin? Vielleicht trägst du nur dunkle Blusen, damit man Schweißflecken nicht sieht. (Oder bin ich das?) Wie steht es mit den Gewohnheiten und Charaktereigenschaften, die dich einzigartig machen? Schläfst du mit fünf Kissen? Verpasst du keine Folge der »Lindenstraße«? Trägst du immer rote Unterwäsche, wenn deine Lieblingsfußballmannschaft spielt? Zählst du bis 138, wenn du deine Zähne putzt? Nicht bis 140 oder 150, sondern bis 138?

Nimm dir eine Minute Zeit und schreibe ein paar deiner Gewohnheiten, Vorlieben, Abneigungen, Persönlichkeitsmerkmale und die



wesentlichen Faktoren deines einzigartigen Erscheinungsbildes auf.
Mit anderen Worten: Was macht dich eigenartig?

*Meine einzigartigen
Charaktereigenschaften*

*Wesentliche Faktoren
meines Erscheinungsbildes*



Siehst du? Auch du bist eigenartig! Aber das ist in Ordnung. Eigenartig ist schön! Eigenartig sein ist das, was dich ... nun ... zu *dir* macht!

Schönheitsfipp
Nimm dein Eigenartigsein an



Einer meiner größten Modedefehler war, dass ich versuchte, jemand anderes zu sein als mein eigenes, eigenartiges Ich. Wenn man versucht, jemand zu sein, der man nicht ist, sieht man nicht gut aus. Erstens ist es nicht natürlich und zweitens kostet es zu viel Energie. Also nimm dein Eigenartigsein an, schönes Ich! Ich verspreche dir, dass du als du selbst schöner aussiehst!

Warum wir eigenartig sind

Ich habe mich immer wieder gefragt, warum wir so sind, wie wir sind. Warum bin ich eigenartig? Warum schmieren manche Men-