

Von Wellness und „Wellnepp“

Puchheimer Schauspielerin schrieb humorvoll-kritisches Buch

Puchheim - Die Schauspielerin, Drehbuch-Übersetzerin und vhs-Dozentin Bettina Kenter aus Puchheim hat eine Marktlücke gefüllt: Ihr Erstlingswerk befasst sich mit Sinn und Unsinn des Wellness-Booms.

Frau Kenter, sind Sie auch schon einmal auf "Wellnepp" hereingefallen, weil Sie sich die Mühe gemacht haben, ein 170 Seiten umfassendes, kritisches Buch unter dem Titel "Auf Rosen gebettet?" - Geschichten von Wellness und Wellnepp - zu schreiben - als Pionierin sozusagen.

Bettina Kenter: Ja, natürlich. Die "Geschichten von Wellness und Wellnepp" sind Wohl- und Wehtaten, die ich selbst erlebt habe (als Kundin, Wellness-Azubi und -Anbieterin), oder die mir andere erzählt haben. Weil man die Wellness-Katze oft im Sack kaufen muss, sind auch Wellness-Profis sind nicht immer vor Nepp gefeit. Aber mit einem geschulten Unterscheidungsvermögen kann man viel Ungemach vermeiden.

Als Schauspielerin haben Sie den Schönheitsmarkt kennengelernt, als ausgebildete Kosmetikerin, Yogalehrerin, Gesundheitsberaterin, Beckenboden- und Lauftrainerin und Masseurin (nicht im Sinne von Physiotherapeutin) kann man Ihnen keinen "Honig mehr um den Mund schmieren" - in welche Honig-Fallen tappen Wellness-Liebhaber am häufigsten?

Bettina Kenter: Es ist wie mit den Faschingskräpfen: man hofft auf Süßes, und von außen sieht auch alles gut aus, aber mitunter ist eben Senf drin. Zu den äußeren kommen die Fallen in uns selbst: Arglosigkeit, Naivität, Unkenntnis ... Eitelkeit ... Perfektionswahn ... der Irrglaube an die Lenkbarkeit des Lebens ... die Tendenz, in jedem Strom mitschwimmen und auf jeder Welle mitreiten zu wollen ...

Das Geschäft mit der Botoxparty boomt - bezahlt man mit gesundheitlichen Schäden, wenn man unbedingt Lippen haben will, die aussehen wie ein aufgeblähtes Gummiboot?

Bettina Kenter: Och, aufgeblähtes Gummiboot, nicht immer. Kann schon toll aussehen, wenn - wenn! - es gut gemacht ist. Das ist ja das Fiese daran. Auch ich hab' schon mal mit so ein bisschen Updating geliebäugelt, hatte aber glücklicherweise nicht das Geld dafür;



Bettina Kenter, in Puchheim ansässige Schauspielerin, vhs-Dozentin, Gesundheitsberaterin und Drehbuch-Übersetzerin hat ein humorvolles Buch über Wellness und Wellnepp geschrieben.

zuguterletzt bin ich für meinen Teil zum Schluss gekommen, dass ich ohne Not kein Gift - egal wo - reingespritzt bekommen möchte, selbst wenn dessen Unschädlichkeit verbrieft und versiegelt ist oder wäre.

Glauben Sie, dass Frauen, die sich solchen Eingriffen und Schönheits-OP's unterziehen, bei Männern mehr Chancen haben?

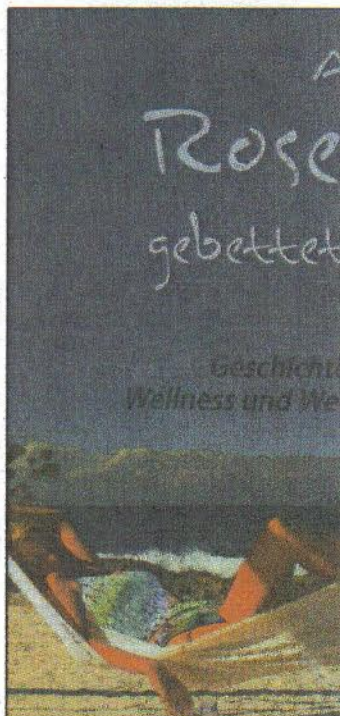
Bettina Kenter: Kommt drauf an, bei welchen Männern ...

Stichwort: Selbstbewusstsein. Wird man in der Farbberatung etc. typgerecht beraten oder "entmündigen" derartige Hilfestellungen nicht ohnehin schon selbstunsichere Leute?

Bettina Kenter: Eine - kompetente und gute! - Farbberatung kann schon viel Schönes bewirken. Gerade jetzt im Winter wünschte ich, es würden ein paar mehr Farbtöne auf den Straßen wandeln als nur Grau und Schwarz, das vielen Leuten sowieso nicht steht. Und: Entmündigungsversuche sind überall im Gang; auch bei den vielen Hilfestellungen, die im Angebot sind. Man darf sich halt nicht entmündigen lassen.

Im Vorgespräch haben Sie die

Meinung vertreten, die geschäftstüchtige Branche sei "unterwandert". Wollen Sie damit andeuten, dass man nicht nur in die Hände von Absahmern sondern auch in die



Auf Rosen gebettet? Liegen manchmal nahe zusammen: Wellness und Wellnepp.

Hände ominöser Gruppierungen fallen kann?

Bettina Kenter: Die ominöseste Gruppierung auf diesem Planeten ist der Gier-Verein; allerdings bislang als solcher nirgends eingetragen. Er ist überall am Werk und hat die Welt an den Rand des Abgrunds gebracht. Nicht beitreten ... oder schnellstens wieder austreten!

Sie haben jetzt die Gefahren des "Wellnepp" aufgezeigt - gibt es auch vernünftige Angebote, außer heißen Quellen, ärztlich überwachten Kurbetrieb, wirklich versierten Heilpraktikern, Masseuren, Krankengymnasten, Kosmetikerinnen, die sich auch um Füße und Pickel kümmern und Pfarrer Kneipp & Co.? Und vor allem: Können Sie unseren Lesern verraten, wie und womit man preiswert zu Hause Wellness praktizieren kann?

Bettina Kenter: Ja, die gute Botschaft ist: es gibt viele Angebote, die Wohlfühl nicht nur versprechen. Auch von solchen ist im Buch die Rede. Wahre Wellness ist was Wunderbares, Wellness-Ware ist oft nur Nepp. Aber das Wichtigste ist vielleicht, uns selbst und gegenseitig wieder mehr Wohlfühle zu beschieren. Das fängt mit Freundlichkeit und ein bisschen mehr Mitleid an und hört mit dem kostenix-Massageaustausch mit der guten Freundin noch lange nicht auf. Man braucht nicht für alles ein Zertifikat oder Profi-Hilfe; wir können weitaus mehr "selbermachen", als wir denken.

Der Humor kommt in Ihrem Buch nicht zu kurz: Können Sie uns eine Anekdote aus Ihrer "Wellnepp"-Recherche erzählen?

Bettina Kenter: "Auf Rosen gebettet?" ist ja fast sowas wie eine Anekdoten-Sammlung. Also... lesen! Es darf gelacht werden. Man sollte die Angelegenheit nicht zu ernst nehmen. Wenngleich das Gewellneppe symptomatisch ist: es gibt Schlimmeres auf der Welt. Frau Liba, meine tschechische Freundin, rät: "Gibt's immer vier scheene Meeglichkeiten durchzukommen in diese betriegerische Welt: Lässt ma' Trinkgeld, zahlt ma' Lehrgeld, verlangt ma' Schmerzensgeld ... oder gibt ma' Fersengeld ... aber mrrechtzeitig!"

Auf Rosen gebettet? (Erfahrungsberichte) und Geschichten vom Wellness und „Wellnepp“, erschiebei BoD, Norderstedt; Autorin: Bettina Kenter, Puchheim.

Interview: Hedwig Spies