



Kai Spellmaier

## Love, You. Ein Buch für dich

Lyx 2023 · 304 S. · ab 14 · 18.00 · 978-3-7363-1890-8 ★★★★★

Gefühle sind nicht immer einfach zu verstehen, und die Liebe, als Königsdisziplin der Gefühle, noch viel weniger. Es ist gar nicht so einfach zu erkennen, wen man liebt, zu wem man sich hingezogen fühlt. oder auch wer man selber eigentlich ist. Mit diesen und noch vielen anderen wichtigen Fragen befasst sich dieses Buch als eine Art „Reiseführer“ durch die Welt von LGBTQIA+. Kai Spellmaier beschäftigt sich in diesem sehr schön gestalteten Ratgeber umfassend mit allen möglichen Aspekten von LGBTQIA+ und der queeren Community. Es geht um Sprache, Coming-Out, Beziehungen und Sex, aber auch Aspekte wie Geschichte, Queer-Politik oder queere Gesundheit werden beleuchtet. Die einzelnen Kapitel sind übersichtlich gegliedert, in kurze Leseabschnitte eingeteilt und werden immer wieder durch Infokästen, Anmerkungen oder Stimmen aus der Community aufgelockert, bei der verschiedene Menschen, die am Ende des Buches auch alle kurz mit Bild vorgestellt werden, direkt zu Wort kommen. Durch diese Mischung bietet das Buch einen tollen Mix aus Infos und Fakten, gespickt mit persönlichen Stories und Zitaten, die sicherlich stark dazu beitragen, dass man sich als queere Person weniger allein und vor allem besser verstanden fühlt.

Darüber hinaus bietet der Ratgeber jede Menge Erklärungen und Hintergrundinfos, aber auch direkte Tipps, beispielsweise zum Thema Coming Out. Die Sprache ist hierbei klar und gut verständlich, wird vor allem durch die persönlichen Stories aber auch immer wieder sehr emotional und ist allem voran immer unglaublich authentisch. Ich kann mir gut vorstellen, dass es für Mitglieder der Community ein sehr hilfreiches Buch ist, das nicht nur jede Menge praktischer Tipps und Infos bietet, sondern vor allem hilft, sich so zu verstehen, zu akzeptieren und zu lieben, wie man ist. Dafür sorgt die feinfühligkeit, mit der der Autor alle Themen behandelt und immer wieder den Appell zu mehr Selbstliebe einbaut, der manchmal humorvoll, manchmal eindringlich und manchmal einfach nur voller Emotionen auftaucht.

Überhaupt ist dies eine Mischung, die den Erzählstil gut beschreibt und mitten ins Herz trifft. Das Buch richtet sich zwar vorwiegend an die LGBTQIA+ Community, ist aber sicherlich auch für alle anderen Menschen hilfreich – hilfreich, um besser zu verstehen, womit Menschen aus der Community zu kämpfen haben, wie man sie unterstützen und ein besserer Ally sein kann, und einfach hilfreich, um Menschen, die vielleicht anders lieben und leben als man selber, mit mehr Toleranz und Empathie zu begegnen. *Love, You* ist ein wunderschön gestalteter, empathisch geschriebener und unglaublich hilfreicher Ratgeber für die gesamte Community und auch darüber hinaus für jeden anderen Menschen ein absolutes Must Read!