EVANGELISCHES RUNDFUNKREFERAT NRW / KIRCHE IM WDR

Ev. Rundfunkreferat NRW / Kirche im WDR - Hans-Böckler-Str. 7 - 40476 Düsseldorf
TELEFON: 0211-41 55 81-0 - buero@rundfunkreferat-nrw.de - www.kirche-im-wdr.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Ev. Rundfunkreferat NRW. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in 1Live | 27.10.2026 floatend Uhr | Manuela Kraft

Gedankenkarussel

Was sagt die Waage? Habe ich zugenommen, wenn ja, warum? Wie, auf einmal Größe 40? Ich habe doch so aufgepasst! Darf ich das Eis essen? Ist das jetzt zu viel Zucker? Nein, Cola heute nicht. Was denken wohl die anderen von meinem Körper? Vielleicht doch heute Abend noch einmal zum Sport?

Da ist es wieder, mein schlechtes Gewissen. Ich fange an, mich selbst runterzumachen und klein zu reden. Das ist superanstrengend. Und was soll das eigentlich mit der Waage? Das sind doch eigentlich nur Zahlen, mehr nicht. Zahlen, die nichts darüber sagen, wie wertvoll ich bin, wie liebenswert ich bin oder wie ich zum Leben anderer Menschen beitrage.

Ich frage mich: Warum machen wir uns eigentlich immer so einen Kopf um Gewicht, Kleidergrößen und Essen? Gibt es nicht wichtigerer Fragen? Bei mir wäre das zum Beispiel: Wie kriege ich das hin, dass meine Oma nicht mehr so oft allein ist? Wie schaffen wir es alle zusammen, dass Menschen sich nicht weiter radikalisieren, sondern gut miteinander umgehen? Und was kann ich dazu beitragen, dass wir alle unser Leben genießen können, voller Freude und Vertrauen und gutem Miteinander?

Ich denke, die Waage zeigt nur Zahlen. Aber das Leben ist viel zu schön und die wichtigen Fragen sind viel zu groß, um sie auf Zahlen zu reduzieren.

Sprecherin: Lisa Kielbassa

Redaktion: Landespfarrerin Julia-Rebecca Riedel