

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

---

Kirche in 1Live | 07.02.2026 floatend Uhr | Sebastian Richter

## Die Abnehmspritze

Insta ist voll damit: Stories, Reels ... alle mit dem gleichen Thema ‚Die Abnehmspritze‘. Eine Spritze pro Woche und dann ... "Dann bist du endlich du selbst!", heißt es auf social media. Mein Freund Fatih soll so ein Medikament nehmen, meint seine Ärztin. Er wiegt 130 Kilo.

"Und?", frage ich ihn. Fatih zuckt mit den Schultern. "Ich weiß nicht. Ich will schon was ändern. Mein Körper tut weh. Und dann die Blicke der Leute." Ich nicke. Ich kenne Fatih seit der Grundschule. Er war früher schon kräftig und ist mit der Zeit mehr geworden. Viele haben ihn deshalb aufgezogen.

"Weißt du", sagt Fatih, "die Leute sehen eine dicke Person und sagen: ‚Iss doch einfach die Hälfte und geh zum Sport.‘ Aber so einfach ist das ja nicht. Was denken die eigentlich, warum ich so aussehe?! Das Gefühl, nicht dazugehören, das geht nicht einfach so weg. Auch nicht mit 'ner Spritze.' Fatih schaut mich an. "Ich überleg noch, ob ich das mit der Spritze mache", sagt er. "Aber nicht, weil ich mich anpassen will oder weil ich einen Trend mitmachen will, sondern weil ich mir Gutes will.“

Ich denke nach: Genau das ist der Punkt. Es geht nicht darum, dass jemand im Internet sagt: "Damit bist du endlich du selbst!" Es geht darum, sich wertvoll zu fühlen, sich Gutes zu wollen und dann zu entscheiden, was gut für einen selbst ist. Nicht aus Druck. Aus Liebe. Liebe zu sich selbst.

Sprecherin: Lisa Kielbassa

Redaktion: Landesfarrerin Julia-Rebecca Riedel

