



# Katholische Kirche im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR  
Wallrafplatz 7  
50667 Köln  
Tel. 0221 / 91 29 781  
Fax 0221 / 27 84 74 06  
[www.kirche-im-wdr.de](http://www.kirche-im-wdr.de)  
E-Mail: [info@katholisches-rundfunkreferat.de](mailto:info@katholisches-rundfunkreferat.de)

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

Kirche in 1Live | 12.04.2025 floatend Uhr | Rosália Rodrigues

## Glaube wie Muskel

Seit September gehe ich ins Fitnessstudio. Und ich hasse es! Ich kann beim besten Willen nicht nachvollziehen, dass so etwas Spaß machen kann. Aber ich ziehe es durch. Seit über sechs Monaten, dreimal die Woche. Und gleich muss ich auch wieder hin. Torsten sagt, das ist Disziplin. Mein Lebensmensch motiviert mich – manchmal zwingt Torsten mich regelrecht, weiterzumachen. "Irgendwann siehst du die Fortschritte", meint er. Ich selbst merke davon nichts. Aber andere sehen es. Sie sagen, ich wirke fitter, definierter, irgendwie energiegeladener.

Und ja, ich muss zugeben, es fühlt sich ziemlich geil an, zu spüren dass man stärker wird! Und ich frage mich: Ist das mit dem Glauben nicht ähnlich? Ich bete, ich versuche, fair zu sein, anderen zu vergeben, nicht immer nur an mich zu denken. Aber oft spüre ich keinen Unterschied. Ich sehe keine unmittelbaren Ergebnisse. Und trotzdem – vielleicht bewegt sich da was in mir. Glaube ist manchmal wie Training. Oft mühsam, oft ohne sichtbaren Erfolg. Aber es verändert was. Manchmal checken andere das an mir, bevor ich es selbst merke. Also mache ich weiter. Im Gym – und im Glauben.

Rosalía Rodrigues, Münster