



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

Kirche in WDR 2 | 23.03.2015 05:55 Uhr | Christoph Buysch

## Orthorexie

Es ist Fastenzeit – und wenn Sie richtig fasten wollen: Widersagen Sie dem Bösen! Richtig gehört! Denn das Böse findet mittlerweile ja auf dem Teller statt. Was wir zu uns nehmen, ist für viele immer mehr eine Frage von ethisch-moralischer, eigentlich schon religiöser Tragweite geworden. Es ist nicht mehr entscheidend, was lecker, nahrhaft oder vielleicht sogar gesund ist, mittlerweile stellt sich die Frage, welches Essen gut und welches böse ist. Fleisch ist böse. Das dürfte klar sein. Alles, wo Fertiggericht drauf steht, sowieso. Außerdem wenig Salz, möglichst kein Zucker. Der ist auch böse. Und das ist bisher nur die Spitze des Eisbergs. Und der Beginn gelebter Orthorexie. Kennen sie noch nicht? Vielleicht haben sie bisher nur die Orthodoxen gekannt? Das sind in religiösen Dingen diejenigen, die sich an die sogenannte "wahre Lehre" halten – denn das heißt orthodox übersetzt: den rechten Glauben haben.

Orthorektiker dagegen sind die, die das rechte Essen, die wahre und gute Nahrung zu sich zu nehmen. Und das hat für manche mittlerweile die Dimension einer eigenen Religion.

Da sind die Erfolgsschlager der christlichen Fastenvorhaben der letzten Jahrzehnte ja wirklich ein Witz dagegen: auf Schokolade verzichten, keinen Kaffee trinken, weniger Süßes essen, auf Fleisch oder Alkohol verzichten. Für Orthorektiker ist das lediglich ein wenig Verzicht auf Böses, aber noch lange keine Hinwendung zum Guten. Und worin zeigt sich das Gute? Darin, dass es mit zusatzfreiem Pferdemist gedüngt wird, oder dass es im eigenen Garten gepflückt wurde, bei Vollmond geerntet oder nur mit besten Zutaten gefüttert? Auch wenn es sicherlich allgemein akzeptierte Vorstellungen darüber gibt, was gesundes oder wertvolles Essen ist, so ist das mit der Moral doch äußerst schwierig. Darauf kommt man spätestens, wenn man Internetforenbeiträge liest wie: "Denn Essen ist böse. Es macht mich nur dick, dick und hässlich."

Aus diesem Grund scheint mir das Thema "Essen" für die diesjährige Fastenzeit irgendwie durch zu sein. Zu viel schwappt das Thema im Laufe des Jahres schon an mir vorbei, ob ich mich nun vollwertig, zuckerfrei, vegan, regional oder moralisch einwandfrei ernähren soll. Schläge ich einmal mehr die Bibel auf, damit sie mir vielleicht Licht in meine dunklen Gedanken bringt. Und siehe da: "Jesus rief die Leute zu sich und sagte: „Nicht, was durch den Mund in den Menschen hineinkommt, macht ihn unrein, sondern was aus dem Mund des Menschen herauskommt, das macht ihn unrein.““ Das muss man erst einmal verdauen.