

Kirche in WDR 2 | 02.05.2023 05:55 Uhr | Thomas Schrödter

OK?

Ich weiß nicht woher. Aber Google weiß, wie viel ich wiege. Nämlich zu viel. Und Google will, dass ich abnehme. Egal, wonach ich suche, ganz oben stehen jetzt immer Links zu Seiten wie: Die 20 besten Abnehmtipps. Diät und Ernährung. Mehr Sport im Alter. Danke schön. Und wenn ich draufklicke, erklären mir Fitnessstudio-geformte Mittzwanziger, dass ich mich, so wie ich aussehe, in der Öffentlichkeit nicht mehr sehen lassen kann. Da muss dringend was gemacht werden. Das Dauerfeuer hat Erfolg: Ich habe mich zwar immer noch nicht im Fitnessstudio angemeldet. Und ich esse nicht weniger. Aber ich fühle mich jetzt schlecht deswegen. Und auch das weiß Google. Neulich haben sie mir eine Seite angezeigt, da hat mir ein Mann erklärt: Heutzutage setzt man auf body positivity. Dh.: Ich bin zwar dick, und das ist eigentlich nicht akzeptabel, aber ich muss das annehmen und darf mich deswegen auf keinen Fall schlecht fühlen. Na toll: Jetzt fühle ich mich schlecht wegen meiner Kilos. Und habe dazu noch ein schlechtes Gewissen, weil ich mich schlecht fühle. Jetzt haben sie mich. So geht das nicht weiter. Ich muss dringend mal über meine Prioritäten nachdenken. Die Frage "Bin ich ok, so wie ich bin?", ist ganz offensichtlich keine, die man Google überlassen sollte. Und auch nicht Instagram, Tiktok, irgendwelchen Hochglanz-Zeitschriften. Oder Heidi Klum. Ich überlege kurz: In der Bibel habe ich mal etwas Anderes gelesen. Da geht es viel um die Frage, ob ein Mensch ok ist, wie er ist. Ganz am Anfang, als Gott den Menschen gemacht hat, da hat er ihn zum Ebenbild Gottes gemacht. Steht da. Und damit hat der Mensch eine Würde, die er sich nicht verdienen muss und die er auch nicht verlieren kann. Ob ich ok bin, ist also keine Frage der Kleidergröße. Auch nicht der persönlichen Fitness, der Intelligenz oder wo ich gerade auf der Karriereleiter stehe. Das ist nämlich schon längst klar. Ich bin ok, einfach, weil ich da bin. Gut, da bleibt die Frage offen: Was mache ich daraus? Und das kann sicherlich mal besser und mal weniger gut sein. Und vielleicht gehört: "Mehr Sport und weniger Pommes" zu dem, was man besser machen kann. Genauso wie "rücksichtsvoller und freundlicher sein". "Weniger aufs Geld, mehr aufs Herz schauen". Es gibt bestimmt Vieles, das man besser machen kann. Wo Veränderung wirklich Sinn macht. Aber das ändert nichts an der Basis. Ich muss nicht zufrieden sein, mit dem, was ich so mache. Aber ich darf sicher sein: Ich bin ok. Ich bin gewollt. Ich bin wertvoll. Und das kann mir keiner wegnehmen. Manchmal ist es gut, seine Prioritäten zu überprüfen. Und seine Google-Einstellungen.

Redaktion: Rundfunkpastorin Sabine Steinwender-Schnitzius