

28.03.2025 um 05:20 Uhr

**hr1 ZUSPRUCH**



Ein Beitrag von

**Jelena Wegner,**

Evangelische Pfarrerin, Siegbach

## Der Wert des Lebens

Wie viel ist dein Leben wert? Das habe ich vor kurzem die Konfirmandinnen und Konfirmanden gefragt. Und mich mit ihnen zusammen auf die Suche gemacht – nach dem Wert des Lebens.

Die Jugendlichen haben kurz nachgedacht, aber dann wurde es schnell konkret: Einer sagt: „Kommt drauf an: In der Schule zählen Noten. Bei Insta die Likes. Zu Hause, ob ich mich benehme.“

### Wir bewerten oft - und werden bewertet

Sie stellen fest: Im Leben bewerten wir ganz oft – und werden bewertet. Mal freuen wir uns darüber: „Hey: gut gemacht! Weiter so!“ Manches prallt einfach ab und berührt nicht weiter. Anderes verletzt tief: Kritik, Ablehnung.

Ohne es zu wollen, speichern wir all das in unserem Inneren ab: Es formt unseren Selbstwert, also das Bild, das wir selbst von uns haben. Jede *neue* Erfahrung, jedes Urteil, verändert den Blick auf uns und stellt die Frage neu: Bin ich wertvoll? Oder eher nicht?

### Wie hoch ist dein Wert?

Mit den Jugendlichen habe ich dazu eine Übung gemacht: Auf einer Skala von 0 bis 100. Wie hoch ist dein Wert?

Jeder hat seine Zahl auf einen Zettel geschrieben. Und da war alles dabei: Eine 6 - ganz klein.

Eine 38. Auch eine stolze 73 – unübersehbar am oberen Zettelrand. Eine Ausnahme: Ganz viele Zahlen waren im unteren Bereich.

Mich berührt das: Wie wenig Wert sich die Jugendlichen selbst zuschreiben. Ich frage sie: „Warum?“ Weil sie schlechte Noten in der Schule haben. Oder mit ihren Eltern häufig aneinandergeraten und streiten.

## **Gott wertet anders**

Dann erzähle ich ihnen von meinem Glauben: Gott spielt in dem Spiel der Bewertungen nicht mit. Er hat jeden und jede von uns einzigartig geschaffen. In seinen Augen sind wir alle unendlich wertvoll, egal, was andere und wir selbst über uns sagen.

## **Den eigenen Blick verändern**

Den Blick auf mich verändern, den eigenen Wert erkennen, das kann ich nicht von heute auf morgen. Aber ich kann kleine Schritte machen. Zum Beispiel einmal am Tag in den Spiegel schauen und mir selbst sagen: Ich bin wertvoll – so wie ich bin. Einzigartig geschaffen von Gott. Kein anderer kann mir diesen Wert absprechen. Nicht einmal ich selbst.