

06.05.2014 um 18:45 Uhr

hr3 MOMENT MAL



Ein Beitrag von

Dr. Fabian Vogt,

Evangelischer Pfarrer in der Öffentlichkeitsarbeit, Frankfurt

Der internationale Anti-Diät-Tag

Moment. Ich muss gerade noch fertig kauen. Meinen Schokoriegel. Denn heute darf ich ja. Heute ist der „Internationale Anti-Diät-Tag“. Den hat Mary Young ins Leben gerufen, eine ehemals magersüchtige Frau aus England, die einfach keine Lust mehr hatte, ihren Körper als Feind zu betrachten.

Na, und wenn man die endlosen Berichte über Schönheitsoperationen, Diätmittelchen, Beauty-Cremes und Magenverkleinerungen sieht, kann man eigentlich nur sagen: Mary Young hat Recht. In vielen Medien werden nach wie vor Schönheitsideale propagiert, die letztlich unmenschlich sind. Darum spricht man ja auch von „Schlankheitswahn“ – weil die Gier nach bestimmten Maßen krankhaft werden kann.

Wirklich. Wenn der Wunsch, gertenschlank und wie Barbie oder Ken auszusehen, Menschen dazu bringt, dass sie ihren Körper wie einen Gegner betrachten und gnadenlos bekämpfen, dann kann es schnell gefährlich werden. Denn das heißt ja im Grunde: „Ich mag mich nicht!“

Im Neuen Testament benutzt der Apostel Paulus – wie ich finde – ein tolles Bild. Er sagt nämlich: „Der Körper ist ein Tempel des heiligen Geistes.“ Damit sagt er zwar auch: „Geht verantwortungsvoll mit eurem Körper um“. Doch er macht das ganz positiv: Der Körper ist kein Feind, er ist etwas Heiliges. Etwas Liebenswertes. Etwas, was man achten und ehren sollte. Etwas grundsätzlich Gutes. Wer das so sehen kann, der verfällt auch keinem Schlankheitswahn. Schon gar nicht am Anti-Diät-Tag.