



Hessischer Rundfunk: Moment mal

Dienstag, 6. Mai 2008

hr3 - di. und do. 10.45 Uhr, so. 7.15 Uhr

Pfarrer Fabian Vogt
Frankfurt am Main

Heute ist Anti-Diät-Tag. Fabian Vogt von der Evangelischen Kirche weiß, warum er diesen Tag liebt.

Anti-Diät-Tag

An meiner Waage muss irgendwas kaputt sein. Ich meine: Ich esse wie ein Vögelchen, zähle wie ein Wahnsinniger Kalorien – und Fett und Zucker ... also, so was kann ich gar nicht mehr. Trotzdem will die Zahl auf dem Display dieser blöden Waage einfach nicht kleiner werden. Mist.

Also noch eine Diät. Und mehr Bewegung. Oder lieber gleich Fettabsaugen? Ich weiß es nicht. Ich weiß nur eines: Heute ist der Tag, an dem man all diese ekligen Gedanken vergessen darf. Ja. Heute ist Anti-Diät-Tag. Wow. Da darf man sich entspannt zurücklehnen und laut rufen: „Heute kriegen andere ihr Fett weg!“

Die englische Bestsellerautorin Mary Evans hat den Anti-Diät-Tag 1992 ins Leben gerufen, weil sie fand, dass auch die Dicksten der Dicken mal aus dem Diät-Sumpf herauskommen dürfen. Nur weil einer zuviel wiegt, muss man ihm doch nicht andauernd unterschieben, er sei hässlich, krank und fehl am Platz.

Der Anti-Diät-Tag – sagt Mary Evans – erinnert daran, dass Menschen wertvoll sind, ganz gleich, wie sie aussehen. Na, sieh mal an: Das ist ja eine urchristliche Aussage. „Jeder Mensch ist wertvoll“, steht schon in der Bibel. Gewollt und von Gott geliebt. Das gilt auch für die Speckröllchen und die Problemzonen.

Ermutigend. Finde ich. Und ab morgen werde ich dann wirklich abnehmen. Und diesmal schaffe ich es. Aber heute ... also jetzt ... jetzt ziehe ich mir erst einmal einen dicken Schokoriegel rein. Mmmh!

Und wenn Sie Fragen haben, zu Gott, zum Glauben oder zur Kirche, dann schicken Sie mir einfach eine Mail: Momentmal@hr3.de