



Schokolade oder Apfel?

Schokolade löst keine Probleme, aber das tut ein Apfel ja auch nicht...

Dieses Foto habe ich in Facebook 'gepostet' gesehen und hat bei mir im ersten Moment ein Schmunzeln ausgelöst. Erst beim 2. und 3. Mal lesen habe ich diesen Spruch näher hinterfragt:

- ist es wirklich so, dass Schokolade keine Probleme löst?
- ist es so, dass ein Apfel keine Probleme löst?
- kann essen überhaupt (m)ein Problem lösen?
- kann denn essen eventuell ein Problem erzeugen?
- kann Schokolade mehr Probleme erzeugen als ein Apfel?

Zur ersten Frage, ob **Schokolade** ein Problem lösen kann, sind wir uns wohl alle einig: Schokolade kann nicht das Problem lösen, aber Schokolade kann helfen zu entspannen und zu beruhigen. Sie löst bei uns ein Stimmungshoch aus, vielleicht gerade, um 'das Problem' besser auszuhalten. Aber dann ist das Problem noch lange nicht gelöst.



Zur zweiten Frage, ob denn ein **Apfel** ein Problem löst, sind wir uns wohl alle erneut einig, dass auch ein Apfel unsere Probleme nicht lösen kann und wohl auch nicht denselben Effekt auf unsere Stimmung haben wird, wie dies die Schokolade verursacht. Obwohl: auch die Süsse des Apfels, das knackige Anbeissen und das Mahlen kann die Stimmung erhöhen, je nach Vorlieben und Bezug zum Essen.

Wie ist es denn mit der dritten Frage: kann essen überhaupt (m)ein Problem lösen? Da sind wir uns wohl erneut einig, dass dies nur der Fall ist, wenn mein Problem 'echter Hunger' ist, denn dann löst das Essen wirklich mein Problem. Ansonsten unterdrücke ich mit Essen nur die negativen Gefühle, ich lenke mich von der Ursache ab und täusche mir etwas Falsches vor.

Bei der Beantwortung der letzten zwei Fragen ist meine persönliche Überzeugung: Ja. Essen KANN Probleme erzeugen und Schokolade KANN mehr Probleme erzeugen als ein Apfel. Gerade übergewichtige Menschen können mir bei diesen zwei Antworten sicher zu 100 % zustimmen.

Oder sehen Sie das anders? Dann bin ich sehr gespannt auf Ihren Kommentar...