

07.01.2020 um 06:30 Uhr

hr2 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von
Michael Becker,
Evangelischer Pfarrer, Kassel

Achtsam sein und satt werden

Jedes achte Lebensmittel wird weggeworfen, lese ich. Und kriege einen Schreck. Das ist viel. 52 Kilo Lebensmittel wirft jeder Mensch in einem Jahr weg. Als ich das lese, denke ich an meinen Kühlschrank und frage mich: Mache ich das auch? Ja, ich werfe ich auch weg. Ich weiß nicht, ob es bei mir jedes achte Lebensmittel ist. Ich weiß aber, dass ich oft zu viel einkaufe. Dies noch und jenes. Darauf habe ich mal Lust und das andere sieht auch schön aus. Da ist der Einkaufskorb schnell voll. Dann aber esse ich doch nicht daheim, werde eingeladen oder habe keinen rechten Hunger. Und schon wird etwas schlecht.

Bei meiner Oma war das undenkbar. Sie wusste, was Hunger ist. Die letzten Kriegsjahre waren schlimm, die ersten im Frieden auch. Brot war ihr heilig, sozusagen. Anderes auch. Es gab keinen Mangel, aber auch nie ein Zuviel. Und wenn doch, musste das gegessen werden, und wenn es drei Tage hintereinander war. Die Oma hatte ein Gefühl für Lebensmittel, das war es vielleicht. Jeder Schluck Milch, jedes Brot oder Gemüse war wie ein Stück vom lieben Gott persönlich. Das klingt vielleicht seltsam, aber es kam mir so vor. Das Tischgebet auch. Butter war ihr so kostbar, dass sie nur „gute“ Butter hieß und selten auf dem Tisch stand. Und ein Weißbrot war das Zeichen für Sonntag, als wolle der liebe Gott dann auch mal schlemmen.

Das waren Zeiten. Schön waren sie nicht. Aber etwas hat die Zeit bewirkt: sie

hat mich geprägt. Ich hatte nie Hunger, dafür hat die Oma gesorgt. Ich habe aber eine Ahnung, was Mangel ist. Und Mangel prägt. Ich habe ein schlechtes Gewissen, wenn ich Essen wegwerfe. Auf mich schaut die Oma. Und ihr Gefühl fürs Essen. Lebensmittel machen satt, einerseits. Zugleich aber sind sie ein Teil vom lieben Gott, ein Stück Schöpfung. Das hat sie nicht gesagt, aber gefühlt. Ein frisches Brot war, als käme Gott selbst zu Besuch. Das Brot wurde gegessen, auch wenn es hart war. Es gab ja warme Milch zum Eintauchen. Heute finde ich das lustig. Mein Gewissen nicht. Es klopft immer, wenn ich Essen wegwerfe. Ich soll mich davor hüten, sagt es, und erinnert mich, dass achtsam sein so wichtig ist wie satt werden.