Moment Mal

22.02.2016 von Rebecca Cyranek

Etwas mehr als eine Woche ist die Passionszeit nun alt. Etwa sechs Wochen liegen noch vor uns. Dies war meistens die Zeit in der ich, als ich noch versuchte Süßigkeiten zu fasten, zum ersten Mal meine guten Vorsätze übertrat und mir ein Stück Kuchen oder Schokolade gönnte. Durchgehalten habe ich noch nie, deshalb habe ich auch irgendwann aufgehört mir die Süßigkeiten in dieser Zeit zu verbieten.

Und doch haben die Versuche meinen Blick auf die Fastenzeit nachhaltig beeinflusst. Ich schaffe es zwar nicht ohne Süßigkeiten zu leben und doch lebe ich in dieser Zeit oft bewusster. Auch und vor allem was das Essen angeht.

Heutzutage haben wir eine dermaßen große Auswahl an Lebensmittel, dass die Frage „was essen wir heute“ meist nicht an der Frage was vorhanden ist scheitert, sondern angesichts des übermäßigen Angebotes. Da weiß man manchmal gar nicht wo man anfangen soll. Lebensmittel gibt es in diesem Land so viele, dass wir sie sogar regelmäßig wegwerfen (wenn auch bei den meisten nicht ohne wenigstens ein kleines schlechtes Gewissen).

Und selber machen muss man heute auch nichts mehr. Denn es gibt fast alles schon essbereit zu kaufen. Das ist praktisch und vor allem oft eine Rettung, wenn einfach nicht die Zeit bleibt noch etwas zu kochen. Das hat also durchaus etwas wunderbares und ich war schon oft dankbar auch einfach mal eine Pizza in den Ofen werfen zu können, weil ich was anderes nicht geschafft hätte.

Und doch verändert es den Blick auf das, womit wir uns ernähren. Ich denke da weniger an die Inhaltsstoffe, die gesund oder weniger gesund für einen selber sein können, sondern mehr an den ethischen Hintergrund, den Essen auch immer hat.

Gequälte Tiere in zu engen Käfigen, menschenunwürdige Arbeitsbedingung und viel zu wenig Gehalt, weite, die Umwelt verschmutzende, Transportwege, oder der Plastikmüll, der einzeln abgepackten Gurke. All das beeinflusst unsere Welt. Ich frage mich oft, wie man das ändern kann. Mal eben auf die Schnelle geht das sicher nicht, aber ich glaube daran, dass viele kleine Schritte auch zu Veränderungen führen. Auf die Plastiktüte verzichten z.B. oder fair gehandeltes kaufen. Man kann auf Produkte aus artgerechter Tierhaltung achten, darauf, welches Gemüse gerade Saison hat und lieber weniger kaufen, damit am Ende auch alles verbraucht wird.

Mir gelingt das nicht immer, aber den Versuch will ich nicht aufgeben. Sauberes Wasser und Essen sind mit das zentralste was wir Menschen zum leben brauchen. In unserem Überfluss vergisst man schnell, wie zentral es wirklich ist, denn es steht ja immer zur Verfügung im Supermarkt um die Ecke. Die Passionszeit hilft mir all das nochmal bewusster zu leben. Nicht indem ich verzichte, sondern in dem ich bewusst esse und es dankbar und nicht als einfach gegeben hinnehme. Hinter jedem Essen steckt nicht nur mein Weg zum Einkaufsladen, mein Geld und mein Aufwand, den ich darauf verwendet habe, sondern die Geschichte vieler Menschen, Tiere und Pflanzen. Bevor die Roulade auf unserem Teller landet, musst ein

Tier dafür sterben, bevor die Banane von uns gegessen wird, hat sie eine lange Reise hinter sich gebracht. Das ist nicht selbstverständlich, sondern sollte bedacht und gewürdigt werden. Deshalb möchte ich es mir immer wieder vor Augen führen. Jetzt in der Fastenzeit besonders.

Einen Kommentar schreiben