

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
Einführung: Ernährung – (k)eine Privatsache?	7
Einheit 1: Du bist, was Du isst – Essen früher und heute	9
Einheit 2: Erwärmt unser Essen die Erde?	23
Einheit 3: Hunger wird gemacht – Wer zahlt den Preis für unseren Überfluss?	43
Einheit 4: Wer zahlt schon freiwillig mehr? – Der Ansatz des Fairen Handels	67
Lieferbare Arbeitshilfen	74
Planungsbogen	76
EEB Geschäftsstellen	77

Vorwort

Gottfried Orth

Ein erstes Markenzeichen Evangelischer Erwachsenenbildung Niedersachsen sehe ich darin, dass es ihr seit ihren Anfängen gelang, persönliche Themen mit gesellschaftlich-politischen Fragestellungen zu verknüpfen. Und ein zweites Markenzeichen nehme ich darin wahr, dass sie dies in einen geistlich-spirituellen Zusammenhang stellt. Beide Traditionen nimmt diese Arbeitshilfe auf, wenn sie die „Brot-Frage“ zum Thema macht. Dazu möchte ich mit diesem Vorwort einige Gedanken verstärken, die auch in der Arbeitshilfe begegnen.

Von dem russischen Philosophen Nikolaj Berdjajew (1874–1948) stammt das nachdenkenswertes Zitat: „Die Sorge um mein tägliches Brot ist eine materielle Frage. Die Sorge um das Brot meines Bruders ist eine geistliche Frage.“ Vor einem Jahrhundert machte die Unterscheidung von meinem Brot und dem Brot meines Bruders noch Sinn. Angesichts der Bedingungen unserer Nahrungsmittelproduktion und des gesellschaftlichen Rahmens der Ernährung bei uns ist auch „die Sorge um mein tägliches Brot“ eine geistliche oder – wie wir heute lieber sagen – eine spirituelle Frage geworden.

Seit zweiunddreißig Jahren gibt es den sog. Alternativen Nobelpreis, den „Right Livelihood Award“, der an Persönlichkeiten verliehen wird, die sich in besonderer Weise in den Bereichen Entwicklung und Ökologie verdient gemacht haben. Zum 30-jährigen Jubiläum des Preises 2010 wurde eine Radiosendung zu den bisherigen Preisträgerinnen und Preisträger produziert. Sie hat mich fasziniert. Sämtliche Preisträgerinnen und Preisträger, gleich aus welcher Region der Erde sie stammen und gleich welcher Religion sie angehören, machen auf einen zentralen Zusammenhang aufmerksam, wenn es darum geht, die Integrität der Schöpfung zu bewahren, eine gerechte Entwicklung der Gesellschaft zu fördern und das Leben der Menschen vor Hunger zu schützen: Es ist der Zusammenhang von Seele, Herz, Hirn und Leib. So sagt der 85-jährige indische Gandhi-Schüler Sunderlal Bahaguna vom preisgekrönten Cipro-Movement zum Schutz der nordindischen Bergwälder: „Wir verhalten uns schizophren, wenn wir unsere Religionen nur zum Beten in Kirchen und Tempeln nutzen, im Alltag aber das Gegenteil tun. Spiritualität muss das ganze Leben erfassen. Sie kommt nicht aus höheren Sphären, sondern heißt, die Einheit mit allem Leben wahrzunehmen. Wenn man das fühlt, verletzt man kein anderes Leben.“ Oder der chilenische Ökonom Manfred Max-Neef, der den Preis für seine Selbsthilfe-Initiativen mit den Ärmsten der Armen bekam: „Wir christlich ist unser Christentum? Sie können jeden Sonntag zur Kirche gehen und alles machen – sind sie wirklich christlich deswegen? Das ganze System des Neoliberalismus – ist das christlich? Diese ganze Mafia, sicherlich

gehen die alle jeden Sonntag zur Kirche – aber machen grausame Sachen. Und das ist unsere Realität.“

In diesem weiten Zusammenhang sehe ich auch diese Arbeitshilfe „Ernährung – (k)eine Privatsache?“. Bleiben wir zunächst einen Moment bei diesem treffenden Titel. Dem deutschen Wort



„privat“ liegt das lateinische *privare* zugrunde, was auf Deutsch „rauben“ heißt. Die Art, wie wir uns in Deutschland heute ernähren, raubt den Verhungerten dieser Erde ihre Nahrung, die Produktionsbedingungen unserer Ernährung rauben ihnen den Grund und Boden zum Anbau ihrer Grundnahrungsmittel. Auch dies gehört zu der von Max-Neef angesprochenen Mafia des Neoliberalismus.

Die herausragende spirituelle Dimension unserer Ernährung wird im „Vater unser“ zur Sprache gebracht: „Gib uns unser täglich Brot“ (übrigens nicht, wie ein indischer Bischof einmal bemerkte: „Gib uns unseren täglichen Kuchen“). Die „gefährliche Erinnerung“, die in dieser Vater-unser-Bitte steckt, lässt sich erkennen, wenn wir die bestimmte ökonomische und soziale Situation Jesu und derer ernst nehmen, die er kurz nach der Zeitenwende im von römischen Truppen besetzten Palästina beten gelehrt hat. Zeitgenössische jüdische Gebete, die Jesus als Jude sicherlich kannte, bitten auch um Brot, ihr Zeitmaß aber war das Jahr. Im Achtzehnbittengebet, das manche Parallele zum „Vater unser“ aufweist, wird um eine reiche Jahresernte gebeten und um das Gelingen aller Arbeit der Hände, die man von Gottes Segen ebenso abhängig weiß wie die Fruchtbarkeit der Äcker und Gärten. Es ist ein Gebet aus der Perspektive bäuerlicher Landwirtschaft. Jesus wählt demgegenüber die Perspektive der Tagelöhner und der Armen, die morgens nicht wissen, ob der Tag genug Brot bringen wird; sie und die Solidarität mit ihnen macht er auch zum Maßstab des Lebensstils der Jünger wie seines eigenen, wie dies beispielsweise seine Rede zur Aussendung der Jünger verdeutlicht (Matthäus 10, 5–10). Um eine Ökonomie des Genug, um genug Brot zu haben für den Tag – darum geht es in dieser Bitte (vgl. dazu auch Exodus 16, Matthäus 6, Matthäus 20 und Lukas 12). Die Bibel ist voll von Brotgeschichten und von einer gerechten Verteilung der Nahrung ...

Die auf die Bitte um das tägliche Brot folgende Bitte lautet: „Vergib uns unsere Schuld wie auch wir vergeben unsern Schuldigern“. Stellen wir uns kurz vor, die Brotbitte wäre parallel dazu formuliert: Gib

uns unser täglich Brot heute, wie auch wir es denen geben, die es brauchen – das Gebet müsste uns im Halse stecken bleiben.

Ich wünsche dieser Arbeitshilfe, dass sie dazu beiträgt, ernst zu machen mit dieser Vorstellung: Gib uns unser täglich Brot heute, wie auch wir es denen geben, die es brauchen. Dazu gehört auch – und auch dies leistet die Arbeitshilfe – sie zu einem politischen Thema zu machen. Dann kann es uns gehen wie Helder Camara, einem lateinamerikanischen Theologen: „Wenn ich um Brot für die Armen bitte, loben sie mich. Wenn ich frage, warum die Armen hungrig sind, sagen sie, ich sei Kommunist.“ Dies sollte uns nicht schrecken.

Einführung

Ernährung – (k)eine Privatsache?

Essen früher und heute

„Erst kommt das Fressen, dann die Moral“ – nicht immer wird es so drastisch beschrieben wie von Bert Brecht: Doch nichts betrifft uns so unmittelbar und lebensnotwendig wie Essen und Trinken.

Und doch scheinen die Zubereitung von Essen und auch das Essen selbst mehr und mehr zur lästigen Nebensache geworden zu sein – lieber Fast oder Convenience Food als stundenlang in der Küche zu stehen. Auch treten für viele Menschen die Herstellungsbedingungen der Nahrungsmittel gegenüber dem Preis in den Hintergrund. Discounter bieten ihre Waren an nach dem Motto: „billig – billig – superbillig!“ Die ehemalige Verbraucherministerin Künast prägte den Satz: „Die Deutschen haben die teuersten Einbaurückstände und servieren darin das billigste Essen.“ Wer dafür letztlich den Preis zahlt, bleibt offen.

Essen war viele Jahrhunderte lang mehr als Nahrungsaufnahme, es war die Zeit für gemeinsame Mahlzeit, für Gespräche – „Essen hält Leib und Seele zusammen“, so ein altes Sprichwort.

Noch die Urgroßeltern- und die Großelterngenerationen hatten ein völlig anderes Essverhalten und eine andere Zusammensetzung ihrer Nahrung als unsere Generation oder die unserer Kinder. Im Vergleich mit unseren Vorfahren von vor 130 Jahren essen wir in Deutschland heute sechsmal so viele Eier und konsumieren dreimal so viel Fleisch. Dagegen essen wir pro Kopf nur halb so viel Kartoffeln und verbrauchen pro Kopf nur halb so viel Brotgetreide. Unsere Ernährung hat sich stärker von pflanzlichen Produkten hin zu tierischen Produkten verschoben, mit Folgen für unsere Gesundheit, für die Tiere und für das Klima.

Bis ins vorige Jahrhundert hinein ernährte sich die Masse des Volkes von Brei und Mus. Hülsenfrüchten, Vollkornbrot und Getreidegerichten kam eine erhebliche Bedeutung zu. Fleisch war besonderen Anlässen und den Reichen vorbehalten. Es waren daher auch die Reichen, die von der Gicht geplagt wurden, einer grundsätzlich ernährungsbedingten Krankheit. Auch das Essen von Weißbrot war ein Privileg „feiner Leute“, gehobener Gesellschaftsschichten. Dunkles Brot galt als das Brot der Armen, der unteren Gesellschaftsschichten (vgl. „Das Brot des Siegers“, S. 16).

Die wirtschaftliche, technische und soziale Entwicklung führte mit der Industrialisierung auch zu Fortschritten in der Landwirtschaft und sicherte erstmals dauerhaft vor etwa 120 Jahren mengenmäßig die Nahrungsversorgung der Deutschen. Die Grundlage bildeten pflanzliche Nahrungsmittel.

Seitdem hat es wesentliche Veränderungen gegeben: in der Zusammensetzung, der Vielfalt, der Jahreszeit-Unabhängigkeit und der Zubereitung der



Nahrung sowie auch hinsichtlich der Transportwege.

Die *erste Einheit* dieser Arbeitshilfe beleuchtet die Veränderungen unserer Ernährungsweise und die Auswirkungen dieser Veränderungen auf die Lebensqualität und den Lebensstil.

Erwärmt unser Essen die Erde?

„Was ich esse, ist doch wohl meine Privatsache – oder?“ So mögen die meisten von uns denken – allenfalls gesundheitliche Folgen sind im Blick: der Cholesterin-Spiegel oder das Körpergewicht geben uns zu denken.

Wer den Wochenplan für die Ernährung aufstellt, achtet vielleicht auf Abwechslung, gesunde Zusammensetzung, das finanzielle Budget – weniger vermutlich auf Transport-Kilometer, auf Kohlendioxid-Belastung oder Ressourcenverschwendung. Und doch tragen die Erzeugung und der Verbrauch von Nahrungsmitteln weltweit mit 18% zu den klimaschädigenden Emissionen bei. Den Hauptanteil davon tragen die Bewohner der Industrieländer, damit auch wir.

Die Frage, wie wir uns ernähren, hat viele Auswirkungen. Der Zusammenhang zwischen dem Rindersteak in der heimischen Pfanne und dem Weltklima mag auf den ersten Blick im wahrsten Wortsinn weit hergeholt erscheinen – und doch lohnt es sich, den Bezügen auf den Grund zu gehen. Auch die Allverfügbarkeit von Lebensmitteln aus sämtlichen Regionen der Welt bleibt nicht folgenlos, sei es die exotische Frucht oder die „gute Butter von saftigen Almwiesen“.

Die *zweite Einheit* verdeutlicht die Auswirkungen unseres derzeitigen Umgangs mit Lebensmitteln auf die klimatischen Veränderungen und sucht nach Alternativen.

Wer zahlt den Preis für unseren Überfluss?

Die Bilder hungernder Kinder gehen jedem zu Herzen, der sie sieht. Der spontan menschliche Impuls ist es, ihnen helfen zu wollen. Diese Hilfe geschieht in Deutschland und anderen Industrielän-

dern oft in überwältigend großzügiger Weise: Spenden-Galas bringen Millionen.

Und doch – trotz der großen Geldsummen, trotz zahlreicher Entwicklungshilfeprojekte scheint es, als ob sich nicht wirklich etwas verbessert, als ob nur eine Hungerkrise die nächste ablöst.

Gleichzeitig nehmen Ernährungsprobleme bei uns zu: Ernährungsbedingte Erkrankungen sind für einen Großteil unserer Gesundheitskosten verantwortlich, die Zahl der Übergewichtigen, vor allem unter den Kindern, nimmt zu. Wir leben scheinbar im Schlaraffenland und drohen doch, an dem Berg, durch den wir uns essen, langsam zu ersticken.

Die weltweite Ernährung ist von einem guten Gleichgewicht weit entfernt. Welche Faktoren sind an der ungleichen und ungerechten Verteilung von Nahrung und damit von Lebenschancen auf unserem Planeten beteiligt? Zahlen die Armen den Preis für unsere Überernährung?

Die *dritte Einheit* stellt die Frage nach der weltweiten Ernährung in den Mittelpunkt und untersucht mögliche Ursachen für Unterernährung und Hunger, fragt aber auch nach Konsequenzen und Perspektiven.

Der Ansatz des Fairen Handels

An mancher Hausfassade lässt sich noch in verwiterten Buchstaben das alte Wort „Kolonialwaren“ entziffern. Kolonialwaren, das stand früher für all die verlockenden Produkte aus Übersee: Kaffee, Tee, Reis, Zucker, Gewürze, Kakao ...

In dem Wort steckt der Begriff „Kolonie“, und es schwingt darin noch die Geschichte mit, die diese Produkte erst auf unsere Ladentheken gebracht hat: Ausgezogen, fremde Länder zu entdecken bzw. zu erobern, und damit ihren Machtbereich zu erweitern, erklärten europäische Nationen Gebiete, die bis dahin den dort lebenden Menschen gehört hatten, zu Kolonien.

Vom lateinischen *colere* stammend, bedeutet Kolonie im ursprünglichen Sinn „das zu bebauende Land“. Bebaut wurde es auch, allerdings weniger von den weißen Eroberern als vielmehr von der in Abhängigkeit und Sklaverei gebrachten einheimischen Bevölkerung.

Und was angebaut wurde, bestimmten die Kolonialherren: Produkte, die in den sogenannten Mutterländern gebraucht wurden oder begehrt waren: neben der Baumwolle vor allem Lebensmittel, die im europäischen Klima nicht gediehen, eben die sogenannten Kolonialwaren.

Diese wurden in großen Plantagen angebaut, die Versorgung der Bevölkerung spielte eine untergeordnete bis keine Rolle. Damit wurden große Monokulturen geschaffen, die bis heute die Volkswirtschaft der inzwischen unabhängigen ehemaligen Kolonien prägen.

Oft waren und sind die produzierenden Länder – ehemals europäische Kolonien und heute Entwicklungsländer – vom Export einiger weniger Kolonial-

waren abhängig. Das macht ihre Volkswirtschaften nach wie vor von einzelnen Rohstoffmärkten abhängig, die oft starken Preisschwankungen unterliegen.

Die *vierte Einheit* beleuchtet die Geschichte und die heutige Situation des Handels mit Ländern des Südens und zeigt Möglichkeiten des Fairen Handels.