

reli+ plus

Religionspädagogische Zeitschrift für Praxis & Forschung

03-04|2016

essen

P.b.b. | Verlagsort 8010 Graz | 13Z039791 M



» Aufmerksam essen

Kochen und Essen in allen Dimensionen (wieder) entdecken: historisch – kulturell – biologisch – sozial – spirituell.
Seiten 4 bis 7

» Gemeinsam essen

Eine biblische Erzählung erschließt Perspektiven auf Essen „in guter Gesellschaft“ und: Wir feiern ein Freundschaftsfest.
Seiten 8 bis 11

» Damals & heute

Ein Gespräch über Esskultur/en, ein Blick in das Schlaraffenland & die Suche nach der kulinarischen Dimension der Bibel.
Seiten 12 bis 15

» Anständig essen

Schöpfungs- & artgerecht, nachhaltig, biologisch, regional & fair: anständiges Essen als „Sorge für das gemeinsame Haus“.
Seiten 16 bis 19

Meine Kirchenzeitung

Die besten Seiten über Glaube und Kirche in Ihrer Region

wünscht Ihnen
gesegnete Ostern!

Jetzt 8 Wochen um 8 Euro!



Online bestellen unter
www.meinekirchenzeitung.at

Anzeige

inhalt:

Impressum	2
Editorial	3
Essen. Ein Plädoyer für Achtsamkeit <i>Ursula Baatz</i>	4
Gutes Essen in guter Gesellschaft <i>Andrea Scheer/ Gerlinde Praher</i>	8
Mahl-Zeiten <i>Matthäus Faustmann</i>	12
Anständig essen <i>Monika Pretenthaler</i>	16
Ins Gespräch kommen <i>Andrea Scheer/Monika Pretenthaler</i>	20
Infografik: Über den Tellerrand kochen <i>Monika Pretenthaler</i>	22
Buchrezension / Vorschau	24

Zum Titelbild:

Karen Holländer, Gratwanderung, 2015: Die Künstlerin aus Tübingen (D), lebt und arbeitet in Wien. In einer aktuellen Werkserie ist der – in der Kunstgeschichte symbolgeladene – Apfel zentrales Motiv. In ihrer charakteristischen Bildsprache geht sie auch in „Gratwanderung“ weit über eine dokumentarische Abbildung hinaus. Unmissverständlich, ruhig und poetisch regt sie zum Wahrnehmen, Denken, Reflektieren an – nicht nur, aber auch über das Thema ESSEN.



impressum

Eigentümer und Herausgeber: Kompetenzzentrum für Religionspädagogische Schulbuchentwicklung an der Kirchlichen Pädagogischen Hochschule der Diözese Graz-Seckau, Lange Gasse 2, 8010 Graz | Friedrich Rinnhofer, Vizerektor.

Redaktion: Monika Pretenthaler, Andrea Scheer, Heinz Finster, Matthäus Faustmann, Friedrich Rinnhofer (CR), Renate Wieser (CvD).

Layout und Satz: Peter Kandlbauer.

Druck: www.flyeralarm.at

AboService: Sonntagsblatt für Steiermark, Bischofplatz 2, 8010 Graz. 0316/8041-225. aboservice@reliplus.at

reli+plus ist die religionspädagogische Zeitschrift für Praxis & Forschung der KPH Graz.

reli+plus ist ein Praxisbehef für ReligionspädagogInnen aller Schulstufen und erscheint fünf Mal jährlich. Der Jahresbeitrag beträgt € 12,-

Für AbonnentInnen der Wochenzeitung „Sonntagsblatt für Steiermark“ ist der Bezug von **reli+plus** gratis. Wenn bis 1. November keine Abbestellung erfolgt, verlängert sich das Abonnement von **reli+plus** jeweils um ein weiteres Jahr.

www.reliplus.at



Quellen

- Seite 1: Karen Holländer, Gratwanderung 2015, Öl auf Leinwand, 40x80cm (für das Titelbild bearbeitet); Courtesy Galerie bechter kastowsky/ Foto: Daniela Beranek
- Seite 3: Mit freundlicher Genehmigung von © Eva Jung, goodnews.de.

DER TISCH MIT IDEEN IST REICH GEDECKT

In dieser Nummer von Reli+Plus haben wir ein vielfältiges Menü an religionspädagogischen Impulsen für Sie zubereitet. Der erste Gang ist wie gewohnt ein Forschungsbeitrag. Die Gastautorin Ursula Baatz liefert einen Überblick über die Bedeutung des rituellen Essens, von den babylonischen Gottheiten des Gilgamesch-Epos über bud-dhistische Tee-Zeremonien bis zum islamischen Opferfest und zu der christlichen Eucharistie. Ihr Beitrag mündet in ein Plädoyer für die Achtsamkeit bei der Speisenaufnahme, und sie erinnert an die Achtsamkeit Gottes für uns.

Im zweiten Gang stellt Andrea Scheer die biblische Perikope über Zachäus in den Mittelpunkt ihrer Ausführungen und bietet viele Anregungen, wie die Auseinandersetzung mit diesem Text im Religionsunterricht der Volksschule gelingen kann. Und Gerlinde Praher, eine Religionslehrerin aus Graz, gibt – aus der Tradition der Montessori-Pädagogik heraus – einen Einblick in die Feier eines „Freundschaftsfestes“.

Für die Sekundarstufe 1 stellt Matthäus Xaver Faustmann Überlegungen zur Esskultur an und schließt daran einen „biblischen Einkaufszettel“.

Monika Prettenthaler will mit ihren Beiträgen

SchülerInnen und ReligionslehrerInnen anregen, ausgehend von ihren persönlichen Zugängen zu Fragen des Essens Projekte zu entwickeln, die sie mit landwirtschaftlichen Betrieben und anderen Nahrungsmittel-ProduzentInnen in ihrem Umfeld ins Gespräch bringen. Und mit dem Impuls „Nur ein Apfel“ schlägt sie mit dem Hinweis auf die Achtsamkeit den Bogen zum Forschungsbeitrag.

Als Nachschlag werden im Methodenlabor vier verschiedene Arbeitsweisen, um ins Gespräch zu kommen, kurz vorgestellt: Kugellager-Gespräch, Fishbowl, Schreibgespräch und Gruppenpuzzle.

Kochideen aus Syrien, Afghanistan, Tschetschenien und Pakistan runden das Menü in dieser Ausgabe von Reli+Plus ab.

Wie immer liefern wir keine fertigen Rezepte, sondern lassen Ihnen als religionspädagogischen KöchInnen viel Freiraum, um den didaktischen Tisch reich zu decken.

Ich wünsche Ihnen im Namen des Teams von Reli+Plus gutes Gelingen!

Friedrich Rinnhofer
friedrich.rinnhofer@reliplus.at



Friedrich Rinnhofer
Vize rektor der KPH Graz



Der Mensch lebt nicht allein von Brot, sondern von allem, was Gott ihm zusagt! Matthäus 4,4

ESSEN. EIN PLÄDOYER FÜR ACHTSAMKEIT

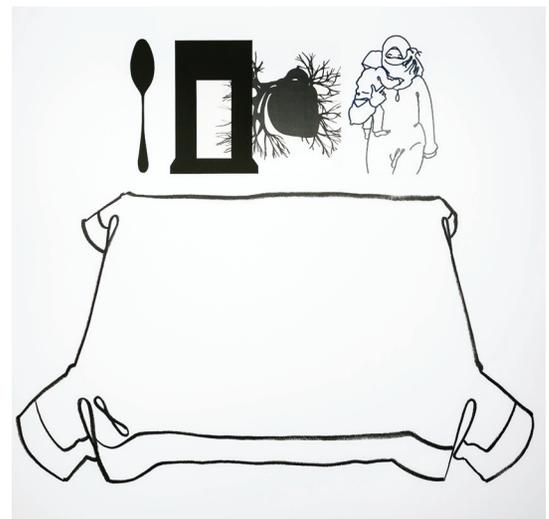
Ursula Baatz lädt ein, das „Essen“ in all seinen Dimensionen (wieder) zu entdecken: Essen verweist den Menschen zurück auf die Natur, ist aber zugleich immer auch Ergebnis von Kultur. Von der Frühzeit der Menschheit an bedeutet (miteinander) Essen mehr als reine Nahrungsaufnahme – sich und andere zu nähren, hat eine tiefe spirituelle Dimension.

Ursula Baatz

Die Geschichte der Menschheit ist auch die Geschichte des Kochens, sagt Ferran Adrià, zur Zeit der Welt einflussreichster Koch und Proponent der Molekularküche. Die meisten der heute erfolgreichen jüngeren Köche haben bei ihm in seinem Restaurant ElBulli gelernt. Den Spanier Adrià fasziniert nicht nur das „Wie“ des Kochens, sondern auch das „Warum“ der chemischen und physikalischen Prozesse beim Kochen.

Das hat ihn zu völlig neuen Gerichten inspiriert – etwa Kaviar aus Melonen oder Ravioli, gehüllt nicht in Teig, sondern eine hauchdünne Mixtur aus Soja, Olivenöl und japanischen Kartoffeln. Kochen ist für Adrià ein schöpferischer Prozess, der sich analytischer Methoden bedient und sich philosophisch artikuliert – und bei dem selbst Gestik und Mimik der Genießenden analysiert werden, wie in der Ausstellung zum kreativen Prozess Kochen in Madrid zu sehen. 2011 hat Adrià ElBulli geschlossen und widmet sich nun nur noch der Forschung. Ihn fasziniert nicht nur die Zukunft, sondern auch die Vergangenheit des Kochens: Aßen die Menschen anfangs nur, was sie sammeln konnten – Gräser, Körner, Pflanzen –, entdeckten sie später, dass sie mit Hilfe von Werkzeugen auch das Fleisch toter Tiere essen konnten. Noch später begannen sie, Tiere zu jagen. Mit der Domestizierung des Feuers, ungefähr 1 Million Jahre vor unserer Zeitrechnung, änderte sich das Verhältnis der Menschen zur Natur. Feuer erlaubte die Transformation von Nahrungsmitteln – aus Rohem wurde Gekochtes, Gebratenes, Geräuchertes –, mit anderen Worten, Natur wird in Kultur verwandelt, um dem Naturwesen Mensch das bessere Überleben zu ermöglichen. Essen gibt Menschen Anteil am Kreislauf der Natur; was Menschen essen, ist ein Ergebnis von Kultur; die kulturell geformte Nahrung wiederum wird durch den Stoffwechsel in elementare Bausteine zerlegt, die lebensnotwendig sind, und dieses Leben ist wiederum kulturell geformt. Offenbar hatten bereits die Menschen, die in der Nähe von Brno vor etwa 30 000 Jahren lebten, Speiseregeln – sie aßen gerne und viel Mammutfleisch, doch ihre Hunde bekamen nur Rentierfleisch, wie die Überreste zeigen. Über

Essen verbindet ...



Lena Knilli: Zu Tisch! (Löffel, Durchgang, Madonna, Herz), 2015, Industripainter, Lackstift, Transparentpapier auf Papier, 70x70 cm. Kultumdepot Graz, aus: Reliqte, reloaded, Zum Erbe christlicher Bildwelten heute (2015/16).

Foto: Neuhold/Sonntagsblatt

Sympathie

„Bildzeilen“ reihen sich über einer leeren Tischdecke auf: Die Wiener Künstlerin Lena Knilli findet in ihnen jene Themen, die sich ihr zwingend „auftischen“: Hunger, Flucht, Aufnahme, Migration, Hoffnung, Angst, Lebensende, Tod, Verlust, Geburt, Gespräch, Hilfe. Diese sind so essenziell wie das tägliche Brot. Sie führen gleichsam ein bildliches Tischgespräch mit dem darunterliegenden, großen leeren Tisch: Ob er als Frühstückstisch dient, als Ort der Operation, ja sogar als Altar – es ist nicht ausgemacht. Die Bildzeilen selbst bestehen aus konzentrierten Bildern: Hier ist es ein Löffel, eine offene Tür, durch deren Öffnung die Herzkranzgefäße des benachbarten Herzens ragen. Sehr deutlich behauptet sich dieses Herz mit seinen Adern. Schließlich geht eine fast verschleierte Frau mit einem Kind auf dem Arm heraus – doch das Stück Gewand verrät eher Flucht und Hast als Schleier: Der Bildtitel weist sie als Madonna aus.

Die Probleme der Gegenwart mit der Aura der Sakralität zu benennen, sie unter diesen Bedingungen förmlich aufzutischen, das hat bei Lena Knilli nichts mit Überhöhung zu tun. Vielmehr ist diese Konzentration am leeren Tisch ein Ort, wo sie geschehen, gehört und besprochen werden können. Fastenzeit – ein Leerräumen der Tische zu einer „Sympathie“ für Not, Bereitschaft, Erkenntnis und Entscheidung zur Veränderung.

Dieses Bild ist eines von vielen Hunderten in „Gott hat kein Museum“: Johannes Rauchenberger entwirft mit seinem dreibändigen Buch ein Museum, das sich in Form von konkreten Ausstellungen realisiert und sich in künftigen Ausstellungen weiterschreibt. Dieses gibt es allein in konkreten Werken, nicht aber als Bauwerk: Das Buch ist erhältlich im Kulturzentrum bei den Minoriten in Graz (www.kultum.at).

Johannes Rauchenberger

die Religion des Paläolithikums weiß man so gut wie nichts – zwar hat man zwischen Usbekistan, Spanien, Südfrankreich und dem Irak vereinzelt Gräber gefunden, doch spärlichste Grabbeigaben und fehlende Schrift lassen keine Rückschlüsse auf Rituale zu. Mag sein, dass es Tieropfer gab – die prähistorischen Höhlenbilder werden manchmal dahingehend gedeutet.

Jahrtausende später, etwa 7000 Jahre v. u. Z., wird in Afrika erstmals Getreide, in China und Indien Reis kultiviert – die Datierungen sind umstritten. Nach der Domestizierung des Feuers bringt die Domestizierung des Getreides einen neuen Innovationsschub für Kochen und Essen. Korn lässt sich zu Mehl vermahlen, aus Mehl können Brei, aber auch getrocknete oder gebackene Fladenbrote sowie Hefe- oder Sauerteig-Brote hergestellt werden. Die indischen Fladenbrote oder das äthiopische Injera, aber auch die jüdischen Mazzesbrote verweisen in diese Zeiten. Um 5000 v. u. Z. rühmen babylonische Tontafeln die Künste guter Köche; gutes Essen scheint auch die babylonischen Gottheiten angezogen zu haben. Im Gilgamesch-Epos wird erzählt, dass sie sich durch umfangreiche Opfergaben von Essen geschmeichelt fühlten und daher den Menschen Hilfe und Schutz gewährten.

Reiche Opferrituale gab es auch bei den indoeuropäischen Nomaden, die über Jahrhunderte ins indische Tiefland einwanderten. Das Feuer des eigenen Herdes war Ort des Opfers, doch es gab auch große öffentliche Opferfeste. Die Brahmanen waren die Ritualspezialisten, und Agni, der Gott des Feuers, übermittelte den vedischen Gottheiten – Indra z. B. – die Essenz der Opfergaben.

Auch die homerischen Götter – entfernte Verwandte der indischen Gottheiten – bekamen die Essenz von Fett und Fleisch, das zu ihren Ehren auf den Altären verbrannt wurde. Dafür gewährten sie den Menschen Hilfe und Unterstützung.

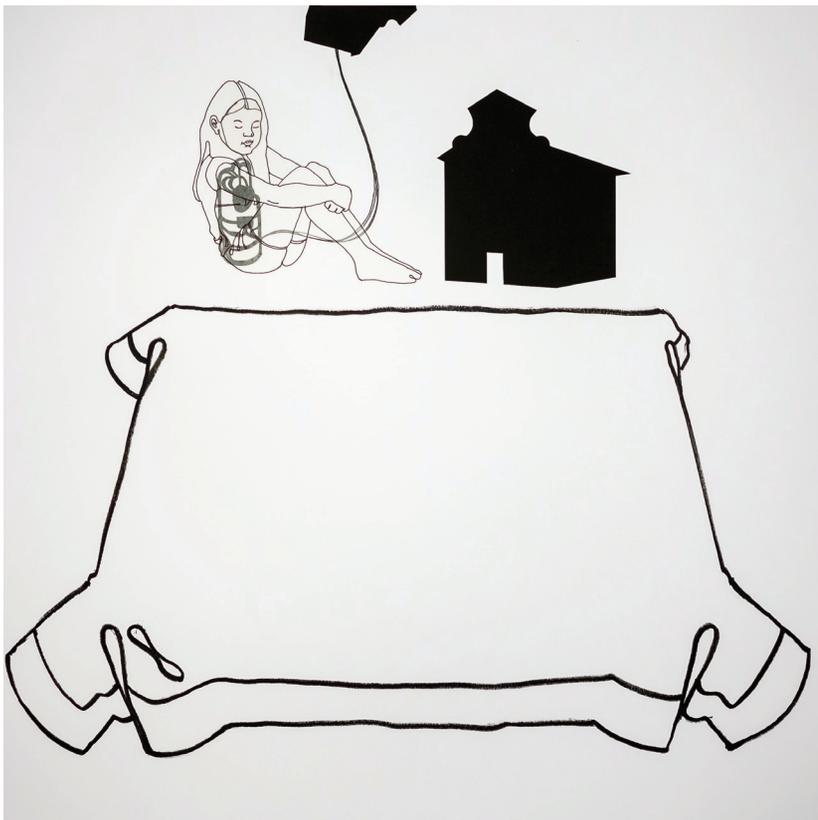
Dieser Austausch von Nahrung zwischen der Sphäre der Menschen und der Sphäre der Gottheiten ist ein Geben und Erhalten von Gaben, do ut des. Zugleich kann es ein Zeichen von Solidarität zwischen den Menschen sein, wenn z. B. das Opferfleisch verteilt wird wie beim islamischen Opferfest. Speisen können auch in Segensträger verwandelt werden, wie z. B. beim hinduistischen „prasad“ („Barmherzigkeit“, „Gnade“). Hindus bringen Gaben, Geld, Lebensmittel etc., die Brahmanenpriester präsentieren diese der Gottheit, und beim Verlassen des Tempels erhalten die Gläubigen dann Speisen – manchmal Reis, manchmal spezielles Gebäck, das den Segen der Gottheit enthält, der durch das Essen auf die Menschen übergehen soll.

Alles ist Nahrung, sagen die klassischen indischen Texte, denn Nahrung (*anna*) ist größtenteils Manifestation des *brahman*, der kosmischen Essenz der Welt. Alle Lebewesen entstehen aus Nahrung und sind Nahrung für andere Wesen – so ist Nahrung das manifeste Prinzip des Kosmos. Nahrung hat nicht nur materielle, sondern auch subtile Seiten – etwa fördert oder hindert sie die geistige Tätigkeit des Menschen oder beeinflusst seine Gemütsverfassung. Darüber sind sich alle traditionellen Medizin-Systeme – das indische Ayurveda, die traditionelle chinesische Medizin und die griechisch-mittelalterliche Säftelehre – einig: Nahrung ist die erste Medizin und sie muss dem



Lena Knilli: Zu Tisch!, 2015.

Foto: Neuhold/Sonntagsblatt



Lena Knilli: Zu Tisch!, 2015.

Foto: Neuhold/Sonntagsblatt

Menschentyp entsprechen. Nicht alles ist für alle gleich angemessen.

Religiös begründete Nahrungstabus bestimmen, was für wen als „rein“ gilt. Damit werden zugleich soziale Grenzen gezogen, etwa im indischen Kastensystem; aber auch die hebräische Bibel – ähnlich alt wie die Hindu-Traditionen – kennt Nahrungstabus für das Volk Israel. Erlaubte Nahrung ist „rein“, verbotene Nahrung ist „unrein“ und macht „unrein“ auf einer rituellen Ebene. Die Unterscheidung „erlaubt (halal) – verboten (haram)“ spielt auch im Islam eine große Rolle, nicht nur bei Lebensmitteln, sondern auch bei allem, was Menschen tun.

Das Neue Testament lehnt materielle Reinheitsvorstellungen ab: Nicht was durch den Mund hineingeht, macht Menschen rein oder unrein, sondern was aus dem Herzen, der Mitte des Menschen kommt, sagt Jesus. ChristInnen sammeln sich beim Miteinander-Teilen von Brot und Wein, den Grundnahrungsmitteln des Mittelmeerraums. Im frühen Christentum war die Eucharistie konstitutiv für die Gemeinschaft, ein Miteinander-Feiern, das auch den Alltag spirituell durchdringen sollte. Im Laufe der Jahrtausende entstand daraus ein hochritualisiertes Geschehen, doch seit dem Zweiten Vatikanum geht es wieder mehr ums Miteinander-Teilen von Brot und Wein.

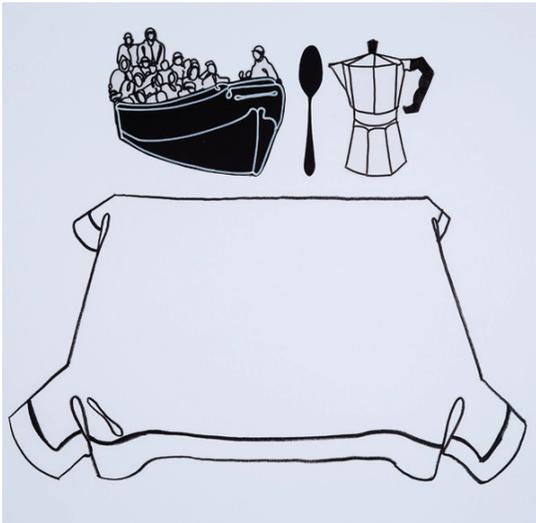
Bei „Religion und Essen“ geht es auch um die Geschichte einer Art „spiritueller Transformation“. Am frühesten findet sich dies vermutlich in den

Upanishaden, heiligen Schriften der Hindus, die im 1. Jahrtausend v. Chr. entstanden. Der Akt des Essens wird spirituell reflektiert als ein Prozess wechselseitiger Abhängigkeiten zwischen der Nahrung, dem Essenden und dem Wasser als der Bedingung allen Lebens. Essen wird als Transformationsprozess beschrieben, in dem sich Nahrung in Körperlichkeit und Atem verwandelt – ein durchaus naturwissenschaftlich nachvollziehbarer Zusammenhang. Für die Upanishaden folgt daraus, dass nicht die Opferhandlung am Altar, das Verbrennen von Fleisch etc. das „wirksame Opfer“ ist, sondern die Kultivierung des Atems und des inneren Feuers, des Feuers des Herzens. Dies ist der Beginn des Yoga, der Verbindung von (menschlichem) Atem mit dem Göttlichem (*brahman*). Der Buddha führt diese Gedanken einer subtilen Nahrung weiter und erklärt im Pali-Kanon, dass es vier Arten der Ernährung gibt: Essen und Trinken, die Berührung der Sinne durch das Wahrgenommene, die Bildung von Begriffen und, viertens, Bewusstwerden bzw. Verstehen.

Die Übung der Achtsamkeit, für den Buddhismus neben *sila*, dem Einhalten ethischer Regeln, die zentrale Übung, bezieht sich zunächst auf den Atem als die Grundlage menschlichen Lebens, aber dann auch auf alles, was im Prozess des Lebens auftritt – und da gehören die Formen der Ernährung ganz wesentlich dazu. Das genussreiche Essen allerdings ist in den buddhistischen Klöstern kein Thema, die Übung der Achtsamkeit richtet sich vor allem auf das Innenleben der Person, auf Anhaftungen und Gedanken wie Emotionen, die aufsteigen und den Menschen in Beschlag nehmen können. Achtsamkeit ist die Wurzel der Weisheit, und Weisheit kann in einem Staubkorn den ganzen Kosmos wahrnehmen – oder die Buddha-Natur in allen Dingen. Alles ist erleuchtet und erleuchtet sich wechselseitig, sagte der große japanische Zen-Meister Dogen.

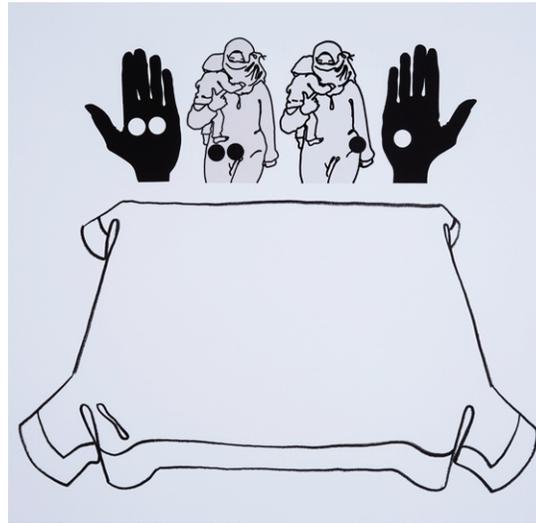
Im japanischen Zen-Buddhismus entstanden aus der Übung von Achtsamkeit und dem „Sitzen in Versunkenheit“ (*Za-zen*) die „Zen-Künste“, wie Ikebana, der Blumen-Weg, oder der Ken-dō, der Weg der Schwertkunst. Auch der Tee-Weg, „*Cha-dō*“, hat seinen Ursprung im Geist des Zen.

Man isst und trinkt nicht viel bei der Tee-Zeremonie, sondern genießt den ganzen Prozess der Zubereitung – das Geräusch des kochenden Wassers, den Geruch des Ma-cha, des grünen Pulvertees, die kleine, ästhetisch geformte Süßigkeit, die man bedächtig genießt, bevor man aus der sehr schlichten, aber in ihrer Schlichtheit kostbaren Teetasse einen Schluck vom Tee kostet – und die Tasse dann an die nächste Person weitergibt. Wenn es möglich ist, öffnet sich das Teehäuschen direkt in einen alten und scheinbar vielleicht etwas verwilderten Garten. Immer aber gibt es Blumen im Raum, um das Bewusstsein der engen Verbindung von Menschen und Natur wachzuhal-



Lena Knilli: Zu Tisch!, 2015.

Foto: Neuhold/Sonntagsblatt



Lena Knilli: Zu Tisch!, 2015.

Foto: Neuhold/Sonntagsblatt

ten. Es ist ein Miteinander-Teilen in gesammelter Stille, in der nur die allernötigsten Worte gesprochen werden. Nicht Perfektion, sondern Präsenz ist das Wesentliche dieser Übung. Im Unscheinbaren ist tiefe Schönheit – etwa in der alten, sorgsam geklebten Teeschale oder in der knorrigen Kiefer vor dem Tee-Raum. Dies kann man nur sehen, wenn der Herz-Geist zur Ruhe gekommen und das Auge klar geworden ist. Dazu ist die Übung der Achtsamkeit der Königsweg.

Die Einfachheit des „miteinander Tee trinken“ ist höchästhetisch, und diese Ästhetik hat die japanische Esskultur – und Identität – maßgeblich geprägt. Auf seiner Suche nach Inspirationen fürs Kochen entdeckte der katalanische Spitzenkoch Ferran Adrià diese japanische Küche. Nicht nur neue Zutaten wie Soja in allen Formen begeisterten ihn. Vor allem inspirierte ihn, dass die „spirituelle und poetische Form“ und die „comuni3n con la naturaleza“, die für die Ästhetik des Cha-D3 charakteristisch sind, dem Kochen und Essen neue Dimensionen geben.

Was Ferran Adrià und andere Bewunderer der Ästhetik des Tee-Wegs meist nicht wissen: Der Samurai Sen no Rikyu (1522–1591), der prägend für den Tee-Weg war, gehörte zu einer Gruppe von Samurai, die Christen waren oder dem Christentum nahestanden. Heinrich Dumoulin, der Historiker des Zen-Buddhismus, schreibt, dass die Eucharistie-Feier ein Vorbild für die Tee-Zeremo-

nie war. Vielleicht kann ja die Haltung der Achtsamkeit und Hingabe, die sich in der Ästhetik des Tee-Wegs verkörpert, heute ChristInnen helfen, eine angemessene neue Weise des eucharistischen Miteinander-Teilens von Brot und Wein zu finden. Dies umso mehr, als Achtsamkeit auch die Grundlage biblischer Spiritualität ist. Der Jesuit Aloysius Pieris, einer der wichtigsten asiatischen Theologen und zugleich Buddhismus-Gelehrter, macht darauf aufmerksam, dass Achtsamkeit auf Pali, der Sprache des Buddha, auch „erinnern“ bedeutet und dass dies das zentrale Wort der hebräischen Bibel ist. „Biblische Spiritualität ist wesentlich eine der Erinnerung oder der Achtsamkeit. [...] es ist nicht nur so, dass wir die großen Taten Gottes erinnern, sondern es ist tatsächlich Gottes konstante Achtsamkeit für uns [...], die wir fortgesetzt erinnern und feiern. [...] Wir existieren, weil wir von Gott erinnert werden. [...] Daher erinnern wir unsererseits Gott. Unsere Spiritualität ist daher eine Bundesbeziehung wechselseitiger Achtsamkeit.“¹

In dankbarer Stille das Essen zu genießen, könnte eine erste Übung der Achtsamkeit sein, zumindest täglich fünf Minuten lang. ●

¹ Pieris, Aloysius: Spirituality as Mindfulness. Biblical and Buddhist Approaches, in: Spiritus 10 (2010) 38–51, abrufbar unter: http://aufbrueche.wissweb.at/uploads/media/Spirituality_as_Mindfulness_01.pdf



Nicht Perfektion, sondern Präsenz ist das Wesentliche der Tee-Zeremonie. Im Unscheinbaren ist tiefe Schönheit [...]. Dies kann man nur sehen, wenn der Herz-Geist zur Ruhe gekommen und das Auge klar geworden ist. Dazu ist die Übung der Achtsamkeit der Königsweg.

Ursula Baatz



Dr. Ursula Baatz

Wissenschafts- und Religionsjournalistin,
Religionsphilosophin, Lehrerin für Qi Gong,
Meditation und MBSR,
Näheres unter: www.ursula.baatz.at



GUTES ESSEN IN GUTER GESELLSCHAFT

Gemeinsam mit anderen Menschen an einem Tisch zu sitzen, Willkommen heißen zu werden, gutes Essen zu genießen, Zeit zur Verfügung zu haben und das Teilen von dem, was da ist, machen ein Stück guten Lebens aus. Die Kehrseite davon ist, dass Menschen diese Erfahrungen immer wieder verwehrt sind und die Leere bleibt.

Andrea Scheer
Gerlinde Praher

Zachäus und Jesus (Lk 19, 1–10)

Lk 19,1–10 erzählt einen biografischen Ausschnitt aus dem Leben des Oberzöllners Zachäus. Beim Lesen stoßen (kleine und große) ZuhörerInnen auf Themen wie Vereinsamung, Egoismus, Unverständnis, Neid, Erniedrigung, Beziehungsmangel, Beistand, Bestärkung, Macht, Glück, Beziehungsfülle, Neuanfang, Gastfreundschaft ... Die biblische Figur des Zachäus bietet gute Identifikationsmöglichkeiten für Kinder, weil dies alles vielfach auch Lebensthemen sind, die Kinder betreffen.

Erzählvorschlag

(nach Lottridge/Wolfsgruber 2007, 100–102).

Die römischen Verwalter in Palästina verlangten hohe Steuern vom Volk. Sie stellten eigene Zöllner an, die dafür verantwortlich waren, das Geld einzutreiben. Diese Zöllner waren beim Volk verhasst. Nicht nur, dass sie für die fremden Herrscher aus Rom arbeiteten, viele von ihnen wurden auch noch reich dabei. Denn oft verlangten die Zöllner mehr als vorgeschrieben war, um einen Teil der Einnahmen für sich selbst zu behalten.

In Jericho lebte ein sehr reicher Oberzöllner namens Zachäus. Er hatte schon viel von Jesus gehört und war sehr neugierig auf diesen Mann, von dem alle sprachen. Eines Tages hörte er, dass Jesus auf dem Weg nach Jerusalem sei und in Jericho vorbeikommen würde. Sogleich verließ Zachäus das Haus. Vielleicht würde er ja diesem Jesus auf der Straße begegnen.

Doch Zachäus war sehr klein. Schnell wurde ihm

klar: Bei so vielen Zuhörern und Zuhörerinnen würde er gar nichts von Jesus sehen! An den aufgeregten Stimmen der Menschen merkte er, dass Jesus schon ganz in der Nähe sein musste. Schnell lief er voraus und kletterte auf einen Feigenbaum. Er setzte sich auf einem Ast nieder, von wo aus er einen guten Blick auf die Straße hatte.

Da sah er Jesus auch schon kommen. Was hatte er sich doch für einen guten Platz ausgesucht! Jesus war nun genau unter ihm. Da blieb Jesus stehen. Zachäus erstaunte, denn Jesus schaute nun geradewegs zu ihm herauf. „Zachäus“, sagte Jesus, „komm doch herunter von dem Baum, denn ich möchte in dein Haus einkehren!“ Da stieg Zachäus rasch herab. Er freute sich, Jesus als seinen Gast begrüßen zu dürfen. Obwohl er reich war, hatte er nur selten Gäste, denn die Leute mochten ihn nicht.

Auf der Straße begannen die Leute zu murren: „Das ist ein Sünder“, sagten sie. „Warum lässt sich Jesus mit solchen Leuten ein?“

Zachäus hörte das Gerede der Leute. Er wandte sich an Jesus: „Herr, ich werde die Hälfte meines Besitzes den Armen geben. Und wo ich jemanden betrogen habe, will ich es vierfach zurückzahlen.“ Jesus antwortete ihm: „Ich bin gekommen, um dir und anderen Sündern und Sünderinnen die Möglichkeit zu geben, ihre schlechten Taten zu bereuen. Du weißt nun, was du tun musst. Wie du mich in deinem Haus aufnimmst, so werde auch ich dich aufnehmen im Haus meines Vaters, im Königreich Gottes!“

Miteinander essen –
damals und heute



Freundschaftsfest.

Foto: Gerlinde Praher



Welche Kompetenzen?

Kompetenzen, die durch die vorgestellten Anregungen gefördert werden:

- Erläutern unterschiedlicher Essenssituationen von Menschen mit Hilfe von Bildern mit Blick auf soziale Gerechtigkeit, Essens-Vereinsamung, Essensvergnügen ...
- Nacherzählen der biblischen Perikope von Lk 19,1–10 in Form einer schriftlichen Nacherzählung, in Form von ...
- Darlegen je eigener Auslegungen und Zugänge durch die Auseinandersetzung mit dem biblischen Text (narrative Kompetenz).
- Theologisieren anhand der Arbeit an einer konkreten biblischen Textstelle: Impulse aus dem Austausch über die „inneren Bilder beim Hören“ gewinnen.

ZACHÄUS UND JESUS

Folgender Lernanlass könnte den biblischen Text in die Klasse hereinholen

- Unterschiedliche Bilder von Essenssituationen werden angeboten: Essenssituationen aus anderen Kulturkreisen, Ländern, Kontinenten / Essen in häuslichen Situationen / Essen auswärts: in Lokalen, in der Schule, am Buffet, Fast-food-Situationen, Mitkochzentralen, Esssalons, Slow-Food-Convivien / Eucharistiefeier / Pessachmahl / festliches Essen / Partys ...
- Kunstbilder zu neutestamentlichen Erzählungen, in denen „essen“ eine Rolle spielt: Hochzeit zu Kana, Letztes Abendmahl, Essen mit Zöllnern und SünderInnen, Speisungserzählungen (siehe Heilmann/Wick 2013).

Anregungen, sich mit dem Erzählten auseinanderzusetzen – Kinderexegese (vgl. Schmidt 2008)

- Nach einer ersten Textbegegnung können auf einer Doppelseite im SchülerInnenheft oder/und – großformatiger – auf Papieren mit Zeitungs-/Zeitschriften-Papierschnipseln drei Orte/Räume der Erzählung gestaltet werden:
 - Stadttor von Jericho
 - Baum
 - Haus des Zachäus – Tisch
- Gemeinsam kann nach Personen gesucht werden, die in der Erzählung vorkommen (Zachäus, Jesus, Menge, empörte Menge, die Armen ...). Unterstützend für die nachfolgenden Lernschritte können Begriffe aus dem biblischen Text groß mitnotiert oder im SchülerInnenheft mitgeschrieben oder in einem vorbereiteten Raster vermerkt werden.
- Begegnungssituationen im Text wiederholend erinnern (z. B. die Menge, die Jesus zuhört / Zachäus, der mit Jesus in direktem Blickkontakt ist ...)
- Gefühlsstimmungen in der Erzählung einsammeln: einsam sein, sich groß und überlegen fühlen, klein sein, wütend werden, überrascht sein ...
- Anschließend den biblischen Text noch einmal vorlesen (ausreichend Zeit für Textbegegnung zur Verfügung stellen!).
- Die Geschichte vom Zöllner Zachäus nach-erzählen durch unterschiedliche Methoden
 - Hilfestellungen im Blick auf die Differenzierung im Religionsunterricht:
 - frei schreiben als Nacherzählung;
 - um die drei Orte (Stadttor, Baum, Haus – Tisch) herum erzählen;
 - sich die Geschichte in einer 2-er Gruppe er-



Erst-Kommunio.

Foto: Gerlinde Praher

- zählen, dazu eine Tonaufnahme als Dokumentationsmedium nutzen;
- mit Hilfe von „Baumaterial“ – z. B. Lego – die Geschichte gestalten und im Spiel die Geschichte erzählen.

- Fokussierter Blick auf das Thema/die Szene „Haus und Tisch des Zachäus – gemeinsames Essen“: Austausch über die „inneren Bilder beim Hören“ / Theologisieren mit den Kindern.

Neutestamentliche Erzählungen, in denen Jesus mit Menschen isst, könnten auch im Rahmen der Erstkommunionsvorbereitung elementare Zugänge zur Christologie eröffnen. ○

andrea.scheer@reliplus.at



Quellen und Literaturtipps

- Lottridge, Celia B. / Wolfsgruber, Linda: Das Leben Jesu in Geschichten und Bildern, Innsbruck: Tyrolia Verlag 2007.
- Heilmann, Jan / Wick, Peter: Mahl / Mahlzeit (NT), erstellt: Sept. 2013, in: www.bibelwissenschaft.de/stichwort/51975/ (abgerufen am 15.01.2016).
- Lemke, Harald: Über das Essen. Philosophische Erkundungen, München: Wilhelm Fink Verlag 2014.
- Schmidt, Karina: Der Zöllner Zachäus im Zentrum – Narrative und exegetische Kompetenzen von Kindern am Beispiel Lukas 19,1–10, in: Jahrbuch für Kindertheologie 7 (2008) 66–77.

”

Es ist keine Lage, wo Sinnlichkeit und Verstand, in einem Genuss vereinigt, so lange fortgesetzt und so oft mit Wohlgefallen wiederholt werden können, als eine gute Mahlzeit in guter Gesellschaft.

Immanuel Kant

EIN FREUNDSCHAFTSFEST

Gerlinde Praher, Religionslehrerin aus Graz, gibt – aus der Tradition der Montessori-Pädagogik heraus – Einblick in das offene Lernangebot im „Atrium“ (= Religionsraum) für das Fach Katholische Religion. Sie beschreibt eine der für die Kinder dort vorfindbaren Wahlmöglichkeiten, nämlich das „Freundschaftsfest“. Durch das gemeinsame und wiederholende Feiern eines solchen „Freundschaftsfestes“ wird den SchülerInnen dieser Begriff vertraut, ein Ritual kann sich entwickeln – und ein in der christlichen Tradition verorteter Zugang zum Miteinander-Essen wird anfanghaft erlebbar. Die Kinder erfahren im Miteinander-Essen und Miteinander-Trinken eine Grunddimension christlichen Lebens: Im gemeinsamen Mahl kommen wir auf Augenhöhe zusammen – in und trotz all unserer Differenzen.

Freundschaftsfest

Die Fotos auf der Doppelseite zeigen Kinder, die miteinander ein Freundschaftsfest feiern: Sie ver-FEST-igen ihre Freundschaft.

Der Ort, das Material, die Gegenstände sind durch die vorbereitete Umgebung im Atrium (= Religionsraum) immer vorhanden. Jedem Kind der Schule ist es möglich, im Atrium die Gegenstände, die für das Fest benötigt werden, auf einem Tablett vorzubereiten, um mit einem zweiten Kind oder eventuell auch mit mehreren Kindern ein solches Fest zu feiern. Es könnte auch ein Versöhnungsfest nach einem Streit gefeiert werden, ein Fest zum Beginn einer Freundschaft oder ein Fest zu einem Anlass, den die beiden Kinder persönlich finden.

Das Atrium – Erfahrungsräume eröffnen

Die vorbereitete Umgebung im Atrium – ein Begriff aus der Montessori-Pädagogik – stellt mit seinem Freiarbeitsangebot Erfahrungsräume und einen Rahmen zur Verfügung, in dem SchülerInnen Fragen nach der eigenen (Nicht-)Verbundenheit mit Gott nachgehen und einen persönlichen Ausdruck dafür finden und entfalten können.

Kenntnis der Materie ermöglicht Kreativität

Basis eines solchen Lernangebots sind die aus der Montessori-Pädagogik kommenden „Übungen des täglichen Lebens“. Um ein selbstbestimmtes Fest zu feiern, brauchen Kinder bestimmte Fertigkeiten: Einsicht in Handlungsabläufe wie Ablaufplanungen, das Kerzenanzünden, das Tischdecken, Feiergegenstände am Tablett tragen, Aufräumen sind Voraussetzungen für das Feiern. Die Einübung dieser Fertigkeiten hat in methodisch-didaktisch gut überlegten Einheiten dem „Freundschaftsfest“ vorauszu gehen.

Kreativität erfordert Kenntnis der Materie. Dadurch werden Kinder frei in ihrem Tun, unabhängig, selbstständig und selbsttätig. Daraus entsteht Handlungsfreiheit, Engagement und ein Erfahrungsschatz, der im Alltag wirkt.

Beispiel für eine Einführung des Freundschaftsfestes mit der ganzen Lerngruppe

Material: ein Tablett, ein kelchähnliches Glas, ein Kännchen mit Saft und ein Kännchen mit Wasser, ein Teller mit Brot.

Input

In der Eucharistie – im gemeinsamen Essen und Trinken – feiern Christinnen und Christen ihre Verbindung, ihre Freundschaft mit Gott; sie feiern ein Freundschaftsfest.

Wie jedes gemeinsame Essen braucht auch die Eucharistie eine Vorbereitung: Wein, Wasser und Brot werden zum Tisch, zum Altar gebracht.

- Teil 1: In der Gabenbereitung wird zuerst der Wein in den Kelch gegossen.
RL gießt Saft aus dem Kännchen in das Glas.
Mögliches Deutungsangebot: Der Wein ist ein Getränk der Freude und des Festes. Er erinnert daran, dass Jesus seine ganze Liebe, Fürsorge, Freude an uns verschenkt hat.
In der Gabenbereitung gießt der Priester auch ein wenig Wasser zum Wein.
RL gießt Wasser aus dem Kännchen in das Glas.
Mögliches Deutungsangebot: Wasser ist lebensnotwendig, ohne Wasser kein Leben auf der Erde. Für Christen und Christinnen ist das Wasser darum auch ein Zeichen, ein Hinweis auf Jesus: Er stillt den Lebens-Durst, er macht lebendig.
Vorschlag eines gemeinsamen, abschließenden Sprechtextes nach einem Lied von Sepp Faist:
*Wer aus einem Becher trinkt,
sagt zum andern, sagt zur anderen, du und ich,
wir sind Freunde, wir sind Freundinnen.*
An dieser Stelle können Kinder auch mit dem Text experimentieren und eigene Sätze für den Sprechtext finden.

- Teil 2: RL nimmt nun einen Teller mit Brot und bricht ein Brot in viele kleine Teile.
Brot essen, riechen, wenn man darauf Hunger hat, ist mit großer Vorfreude verbunden.
Einladung: Jeder und jede nimmt nun ein Stück Brot und schenkt es jemandem.
Mögliches Deutungsangebot: Miteinander Brot teilen – sich mitteilen und anvertrauen. Brot stärkt. Miteinander essen kann den Körper und die Seele satt machen. Erinnerung an das Geschehen am Gründonnerstag. Da wird von bei-

LERNANGEBOT IN DER FREIARBEIT

den Erfahrungen erzählt: Das stärkende Essen/ Mahl und das einsame Aushalten großer Not. Das Freundschaftsmahl kann zum Erfahrungsschatz werden, der daran erinnert, das Leben in all seinen Facetten zu feiern.

Vorschlag eines gemeinsamen, abschließenden Sprechtextes nach einem Lied von Sepp Faist:

*Wer Brot miteinander teilt,
sagt zum andern, sagt zur anderen, du und ich,
wir sind Freunde, wir sind Freundinnen.*

An dieser Stelle können Kinder auch mit dem Text experimentieren und eigene Sätze für den Sprechtext finden.

- Teil 3: Die SchülerInnen können ihre Erfahrungen in einer abschließenden Runde teilen. Im Freundschaftsfest spüre ich, dass ich _____.
Im Freundschaftsfest spüre ich, dass wir _____.

Diese Einführung für ein Freundschaftsfest in der Freiarbeit stellt eine mögliche Struktur vor, die dann von den Kindern, die miteinander in der Freiarbeit ein Freundschaftsfest feiern möchten, je nach Anlass verändert werden kann.

Die vorbereitete Umgebung

RL erklärt den Kindern, dass im Raum alles vorbereitet ist, womit die Kinder im Atrium ein Fest feiern können.

Das Material, welches im Atrium zur Verfügung stehen soll: Tisch und Stühle, ein Regal mit Gegenständen wie Tischtücher, Kerzen, Kerzenlöcher, Zünder, Kannchen, Trinkbecher, Servietten, Tuch zum Abwischen des Bechers, Teller, (Knäcke-)Brot, Saft ...

Die Einheit ist zu Ende, nachdem alle Kinder wissen, wo die Dinge zu entnehmen sind und wie die Rahmenbedingungen für das Freundschaftsfest in der Freiarbeit sind.

Fragen, die SchülerInnen leiten können:

Was brauche ich, um ein Freundschaftsfest zu feiern?

- Einen Grund! Was möchte ich mit der ausgewählten Person gerne feiern? Möchte ich mich versöhnen, die Person erst besser kennenlernen, einfach wieder ein Freundschaftsfest feiern, weil wir uns so mögen? Oder ...
- Eine Person! Ein Du, mit dem ich gerne ein Freundschaftsfest feiern möchte.
- Vertrauen! Mir zutrauen, dass ich anfrage, ob ein/e MitschülerIn mit mir feiert. Dir zutrauen, dass du mit mir feiern möchtest und mir deine Entscheidung ehrlich sagst.



Freundschaftsfest.

Foto: Gerlinde Praher

- Eine Einladung! Wie frage ich bei der Person an, mit der ich ein Freundschaftsfest feiern möchte? Wie gehe ich mit einem Nein um?
- Einen Ort! Welcher Ort ist dafür für uns geeignet? Ein Ort, an dem wir beide uns gegenseitig gut wahrnehmen können, aufeinander hören können und nicht gestört werden, oder ...
- Einen gedeckten Tisch! Was benötige ich dazu? Wo finde ich die Dinge? Schöne Umgebung! Tischschmuck, ein Geschenk, gefaltete Servietten ... Was kann ich zum Schönen beitragen?
- Abschluss! Wie findet ein Fest ein gutes Ende? Sich verabschieden, die Gegenstände der Feier wieder an den Ursprungsplatz zurückbringen. ◉



Quellen und Literaturtipps

- Fuchs, Ottmar: Sakramente – immer gratis, nie umsonst, Würzburg: Echter 2015.
- Kraml, Martina: Rezension zu: Forschungsgruppe „Religion und Gesellschaft“: Werte – Religion – Glaubenskommunikation. Eine Evaluationsstudie zur Erstkommunionkatechese, in: ÖRF 23 (2015) 189–191.
- Kraml, Martina: Theologie der Gastlichkeit als kommunikative Theologie des Festes, in: Wiederlacher, Alois (Hg.): Gastlichkeit – Rahmenthema der Kulinaristik. Zur Grundlegung einer kulinaristischen, interkulturellen und praxisdienlichen Gastlichkeitsforschung, Münster u. a.: LIT-Verlag 2012.



Welche Kompetenzen?

Kompetenzen, die durch die vorgestellten Anregungen gefördert werden:

- Kenntnis und Einsicht haben in Handlungsabläufe zur eigenständigen Mitgestaltung eines Freundschaftsfestes.
- Essen und Trinken in Beziehung setzen zum christlichen Verständnis der Eucharistie.

MAHL-ZEITEN

Ohne (gutes) Essen kein (gutes) Leben. Doch nicht allein die Inhaltsstoffe machen Speisen mehr oder weniger bekömmlich. Auch der Ort und die Art des Essens und die mit dem Essen verbundene Sehn-Sucht haben Folgen. Essen kann heil machen oder krank. Essen kann bei und zwischen Menschen viel bewirken – das gilt für heute ebenso wie für biblische Zeiten.

Matthäus
Faustmann

Nahrung für Leib und Seele

„Iss nicht im Stehen, setz dich an den Tisch!“ Oft von meiner Mutter gehört, öfter nicht eingehalten. Nicht jede Aufnahme von Kalorien verdient tatsächlich schon das Prädikat „Esskultur“. Gedankenverloren, im Vorübergehen werden Lebensmittel konsumiert, als unbewusste Nebentätigkeit, als schnelles Essen, wo die linke (zum Mund führende) Hand nicht weiß, was die rechte (Maus/Smartphone/Lenkrad betätigende) Hand tut. Oder umgekehrt ...

Gleichzeitig formiert sich eine „Slow-Food-Bewegung“, boomen Kochkurse, ziehen wieder mehr Menschen ihr eigenes Gemüse, wird „was-te-cooking“ als Protest gegen die Wegwerfgesellschaft praktiziert, werden Fragen der Ernährung mit großer Ernsthaftigkeit verhandelt. Essen ist also mehr als bloße Nahrungsaufnahme: Es sagt viel darüber aus, wie wir uns verstehen, was uns wichtig ist, zeigt unsere ethischen Grundhaltungen und spricht von unseren Sehnsüchten.

Vor diesem Hintergrund werden auf dieser Seite heutige Essgewohnheiten und -vorlieben in den Blick genommen. Impulsfragen eröffnen für SchülerInnen die Möglichkeit, sich über „Essen heute“ auszutauschen und sich Gedanken über den „ökologischen Fußabdruck“ unseres Essens zu machen. Mit einer gastronomischen Reise ins märchenhafte Schlaraffenland wird daran anschließend die Frage nach aktuellen Vorstellungen vom „Himmel auf Erden“ gestellt. Denn obwohl – auf den ersten Blick – die Überfülle an Essen, wie für das Schlaraffenland versprochen,

in unseren Breiten für einen Großteil der Menschen zur Realität geworden ist, gibt es – auf den zweiten Blick – lokal wie global gesehen durchaus noch die Sehnsucht nach „sättigenden“ Orten – wie auch immer sie beschaffen sein mögen (S. 13). Auf Seite 13 wird auch ein Ausflug in biblische Zeiten vorgeschlagen: Biblisch überlieferte Gerichte werden vorgestellt und Nahrungsmittel, die in biblischen Texten erwähnt sind, können gesucht werden (S. 15). Letztlich kommt mit Erzählungen über biblische Mahlgemeinschaften eine mögliche religiös-spirituelle Dimension des Essens in den Blick: Gemeinsames Essen stiftet Beziehung, macht heil und befreit.

Das (Miteinander-)Essen heute

Wie sieht es nun mit unserer Esskultur aus? Für den schulischen Kontext kann jedenfalls festgestellt werden: Eine im Kindergarten oft noch übliche gemeinsame Jause endet zumeist nach der Volksschule. Allerdings: Vielleicht bleiben auch deswegen das Fach Kochen samt gemeinsamem Verzehr des Produzierten oder ein „British breakfast“ im Englischunterricht so intensiv im Gedächtnis von SchülerInnen. Und in der Kirche? Pointiert könnte man sagen, dass selbst die sonntägliche Kommunion oft weniger von einem gemeinschaftlichen „Am-Tisch-sitzen-und-zusammen-Essen“ hat als von einem organisierten Anstellen in der Bäckerei am Samstagmorgen.

Essen in Gemeinschaft tut jedenfalls gut und das Essen schafft auch Gemeinschaft. Nicht umsonst gehört zu so gut wie jeder wichtigeren Feier im Leben eines Menschen auch ein Mahl. Füreinander Zeit haben, sich setzen, sich Zeit nehmen, Leben stärken und sinnlich erfahren ...

- Impulsfragen für ein Gespräch mit SchülerInnen
 - Wie gestalten Menschen heute ihr „Alltagsessen“: An welchen unterschiedlichen Orten wird gegessen – in den eigenen vier Wänden, auswärts ...? Zu welchen Zeiten? Mit Freunden und Freundinnen, alleine, mit der Familie ...? Von wem wird das Essen zubereitet? Was wird – gerne oder weniger gerne – gegessen?
 - Und bei Festen? Was gehört unbedingt zu einem richtigen Festessen dazu? Was genießen Menschen bei einem festlichen Essen – was macht ein Festessen schön?

Mahlzeit!
Zeit zum Essen?
Oder gar Mahl
halten?



Das Leben in der Hand halten.

Foto: Pfarre St. Maximin

Essen wertschätzen

Nach einem Gespräch über Lieblings Speisen und Essensgewohnheiten (vgl. dazu die Impulsfragen oben und auf S. 23) kann auch der „ökologische Fußabdruck“ unseres Essens zum Thema gemacht werden.

Vieľfältige Vorschläge und Materialien dazu finden sich auf dem Internetportal (evb-online.de) der deutschen Ernährungs- und Verbraucherbildung (EVB): www.evb-online.de/schule_materialien_wertschaetzung_b09.php

Der Garten Eden der Speisekarte

Das „Schlaraffenland“ – ein Ort, an dem alles perfekt ist, an dem alle Nöte und Probleme des täglichen Lebens (zumindest die lukullischen) getilgt und manche Sehnsüchte sogar übererfüllt sind.

Nicht allen SchülerInnen ist dieses Märchen noch ein Begriff. Es lohnt sich, ihnen dieses alte Märchen einmal vorzulesen und über die folgenden Impulsfragen zu diskutieren. Denn was für Menschen vor 300 Jahren Utopie und Himmelsvorstellung zugleich war, erfüllt sich bei uns heutzutage in jedem größeren Supermarkt mit Restaurantmeile nebst Einkaufszentrum.

- Wie würde das Schlaraffenland, ein paradiesischer Ort heute für uns aussehen? Welche Sehnsüchte und Hoffnungen würden sich dort erfüllen?
- Für welche Menschen ist ein solcher himmlischer Ort heute und jetzt ein unerfüllbarer Traum? Warum? Wo leben diese Menschen, unter welchen Bedingungen?



Pieter Bruegel d. Ä.: Het Luilekkerland (Schlaraffenland).

Foto: wkrn

Kleine biblische Menükarte

Obwohl die Heilige Schrift ein so umfangreiches Werk ist, wird dem Zubereiten der Speisen eigentlich sehr wenig Beachtung geschenkt – wenn man einmal von den unglaublich detaillierten Speisevorschriften in den Büchern Mose absieht.

Was stand nun in biblischen Zeiten tatsächlich auf dem täglichen Speiseplan?

- Im Buch Jesus Sirach finden wir einen Hinweis auf wichtige Lebensmittel: „Das Nötigste im Leben des Menschen sind: Wasser, (...) Salz, kräftiger Weizen, Milch und Honig, Blut der



Essen einst: vor allem Getreide, Gemüse, Obst.

Foto: Abtei Kornelimünster

Trauben, Öl (Sir 39,26). Diese Aufzählung lässt vermuten, dass man sich wohl überwiegend vegetarisch ernährte, basierend auf Gerichten aus Getreide, vor allem Weizen, Gerste und Hirse, sowie Hülsenfrüchten, hier besonders Linsen und Bohnen. Fleisch gab es, wie auch in unseren Breitengraden bis in die jüngere Vergangenheit, eher zu Festen und für jene, die es sich leisten konnten. Und das waren die wenigsten.

- Auch die biblische Getränkekarte ist überschaubar: Als Dauerbrenner erweisen sich Wasser, Milch und Traubensaft, ebenso Bier. Unangefochten auf Platz eins steht jedoch mit beinahe tausend Nennungen: der Wein.
- Obwohl es Evas Apfel in die abendländische Ikonografie geschafft hat, ist in der Genesis nirgends von einem Apfel die Rede. Wohl aber wird von Saras Fladenbrot und Abrahams Kalbsbraten berichtet, als Gott selbst in Gestalt der drei Männer zu Besuch kam (Gen 18). Auch Jakob schreibt kulinarische Geschichte, wie er mit einem Linseneintopf Esau linkt und mit falschem Wildbret seinen Vater Isaak betrügt (Gen 25 und 27).
- Eine zentrale Stellung im Judentum nimmt bis heute natürlich das Sedermahl ein mit seinem Paschalamm (Ex 12). Mit Mazzenbrot und Bitterkräutern zu biblischen Zeiten verzehrt, gesellen sich heute noch andere Zutaten zum Mahl, um an die Situationen rund um den Exodus zu erinnern.
- Dass Liebe durch den Magen geht beweist Abigail, die David mit einem Festmahl samt Rosinen- und Feigenkuchen um den Finger wickelt (1 Sam 25). Auch später musste er in der Schlacht keinen Hunger leiden, nachdem ein köstlicher Feldeintopf mit Schafffleisch bereitet war (2 Sam 17). Auch sein Gegner, Saul, wurde schon mit besten eingelegten Keulen verköstigt (1 Sam 9), ein Gustostückerl sozusagen, extra zurückgehalten für besondere Anlässe.
- König Salomo (1 Kön 5) wiederum bestach durch einen riesigen Hofstaat und dessen Verbrauch, und sogar der glamourösen Königin von Saba stockte beim Anblick seiner Tafel der Atem (1 Kön 10).



Wer schon nicht arbeitet, soll wenigstens essen!

2 Thess 3,10

– sehr frei übersetzt ...

- Im Neuen Testament können wir dann öfters von (gebratenem) Fisch und Brot lesen, die lukulischen Ausführungen nehmen aber deutlich ab.

Ein informatives Online-Spiel der Evangelischen Kirche Deutschlands zu diesem Thema findet sich unter www.ekd.de/prostmahlzeit. Es wird ein kleines Quiz aufgetischt und man erfährt nebenbei viel Wissenswertes über Essen und Trinken im Neuen Testament – in kleinen Häppchen. Gut geeignet für Offene Lernformen.

Die heilende Dimension von Essen

In der Bibel finden sich etliche Erzählungen, in denen das Mahl in den Zusammenhang von Heilung, erlösender Begegnung, Sündenvergebung und Befreiung gebracht wird.

- So ergibt es sich erst nach dem Besuch der drei Männer bei Abraham und Sara samt gastfreundlicher Bewirtung, dass allen biologischen Unmöglichkeiten zum Trotz doch noch ein Kind die Verheißung wahr machen wird (Gen 18).
- Ein Mastkalb wird zum Festmahl aufgeföhren – für einen, der es, nach menschlichem Maßstab, eigentlich gar nicht verdient hätte – und wird so zum Symbol der verzeihenden Liebe des Vaters (Lk 15).

- Das Vorbild eines jungen Buben, nämlich sein Essen mit den Vielen zu teilen, macht aus fünf Broten und zwei Fischen eine Initialzündung und verhilft Tausenden zur Sättigung (Mt 14).
- „Komm schnell vom Baum, ich muss heute bei dir essen!“ Und ein ungeliebter Zöllner wird von seiner Geldgierigkeit und Einsamkeit geheilt (Lk 19).
- Ein letztes Abschiedsmahl unter Freunden wird zur bleibenden Erinnerung, zur Einsetzung eines Zeichens, das das Leben von Milliarden Menschen verändern und bereichern sollte (Mk 14).
- Beim Brotbrechen schmilzt bei den beiden das Eis der Traurigkeit und Perspektivenlosigkeit um ihr Herz. Und in derselben Stunde wird ihre Mutlosigkeit geheilt und sie brechen auf mit neuer Energie (Lk 24).

Ein paar Beispiele, derer es noch mehrere in der Heilige Schrift gibt, die zeigen: In Gemeinschaft miteinander essen kann Beziehungen verändern. Die SchülerInnen können sich die Inhalte der einzelnen biblischen Erzählungen erarbeiten – und Antworten auf die Frage nach den Wirkungen eines gemeinsamen Mahls suchen. Vielleicht mit der Methode eines „Gruppenpuzzles“ (vgl. S. 21)? 

*Lass uns teilen
Brot, Hamburger
und Wasser,
weil es sich
gemeinsam
besser essen lässt.*

*Lass uns teilen
Milch, Kaffee,
und Kartoffel,
unser Wissen,
die Ideen
von einem Leben,
in dem es allen besser geht.*

*Lass uns teilen,
was wir haben und
was uns fehlt.
Damit die Hoffnung wächst.*

*Lass uns teilen,
alles, was wir besitzen,
alles, was uns mangelt,
weil es sich dann
von selber zum Bessern wendet.*

Stephan Sigg



Welche Kompetenzen?

Kompetenzen, die durch die vorgestellten Anregungen gefördert werden:

- heutige Zugänge zum Essen beschreiben und miteinander austauschen;
- über Nahrungsmittel zu biblischen Zeiten Bescheid wissen;
- biblische Textstellen finden;
- sich bibl. Erzählungen, in denen Essenssituationen eine Rolle spielen, inhaltlich erschließen;
- Ungerechtigkeit/Ausschluss und Essen miteinander in Beziehung setzen.



Literatur- und Internettipps

- „Expedition Bibel“. Bibelausstellung (Downloads zu: Nahrungsmittelkarten, Weinbau, Bibelzitate Brot, Bibelzitate Getränke, Zitate Gewürze & Harze), unter: www.bibelwerklinz.at/bibelausstellung [abgerufen am 26.01.2016].
- Ernährung und Verbraucherbildung im Internet. Unterrichtsmaterialien, unter: www.evb-online.de/schule_materialien.php [abgerufen am 26.01.2016].
- Holweger, Rainer: Prost-Mahlzeit. Essen und Trinken im Neuen Testament (Spiel), Evangelische Kirche Deutschlands, unter: www.ekd.de/prostmahlzeit/ [abgerufen am 26.01.2016].
- Hut, Joachim: Rezepte aus der Bibel, Köln: vgs 2000.
- Plattform Footprint: Der ökologische Fußabdruck, unter: www.footprint.at/index.php?id=footprint [abgerufen am 26.01.2016].
- Sigg, Stephan: Treibstoff – Zündende Gebete zu brennenden Fragen, Innsbruck: Tyrolia 2007.

„BIBLISCHER EINKAUFSZETTEL“

Sprichwörter 27,27 ... und genug _____ für dich als Nahrung ...

1 Samuel 17,18 Und diese zehn _____ bring dem Obersten ...

Hebräer 5,13 Denn jeder, der noch mit _____ genährt wird, ...

Psalmen 55,22 Glatt wie _____ sind seine Reden ...

Ijob 39,14 Nein, sie gibt der Erde ihre _____ preis ...

Levitikus 24,2 Befiehl den Israeliten, dass sie dir für den Leuchter
reines Öl aus zerstoßenen _____ bringen ...

Numeri 11,8 Die Leute ... bereiteten daraus _____

Sprichwörter 25,11 Wie goldene _____ auf silbernen Schalen ist ein Wort ...

Matthäus 23,23 Ihr gebt den Zehnten von _____ und _____

Psalmen 19,11 Sie sind kostbarer als Gold, als Feingold in Menge.
Sie sind süßer als _____.

Jeremia 24,1 Der Herr ließ mich schauen: Da standen zwei Körbe mit _____ vor ...

Numeri 11,5 Wir denken an die _____, die wir in Ägypten umsonst zu essen
bekamen, an die _____ und _____, an den _____,
an die _____ und an den _____

Jesus Sirach 51,15 Und wie nach dem Blühen die _____ reifen,
die das Herz erfreuen ...

Exodus 28,34 ... ein Goldglöckchen und ein _____
abwechselnd ringsum ...

Genesis 43,11 Nehmt von den besten Erzeugnissen des Landes in
eurem Gepäck mit und bringt es dem Mann
als Geschenk: ... und Ladanum, _____ und _____.

Lösungshilfen auch auf www.reliplus.at

ANSTÄNDIG ESSEN

Schöpfungs- und artgerecht, nachhaltig und chemiefrei/biologisch produzierte sowie regional und fair gehandelte Lebensmittel sind die wertvollen Grundlagen für anständiges – also: ethisch vertretbares – Essen. (Auch) In den Ernährungsgewohnheiten wird „die Sorge für das gemeinsame Haus“ sichtbar.

Monika Pretenthaler

Fair für Natur, Tiere
und Menschen ...

”

Ein Mensch gelangt
mit Müh und Not vom
Nichts zum ersten
Stückchen Brot.
Vom Brot zur Wurst
geht's dann schon
besser, der Mensch
entwickelt sich zum
Fresser.

Und sitzt nun scheinbar
ohne Kummer als
reicher Mann bei Sekt
und Hummer.
Doch sieh, zu Ende ist
die Leiter.

Vom Hummer aus
geht's nicht
mehr weiter.

Beim Brot, so meint
er, war das Glück,
doch findet er nicht
mehr zurück.

Eugen Roth

Die nächsten Seiten möchten SchülerInnen und ReligionslehrerInnen anregen, ausgehend von ihren persönlichen Zugängen zu Fragen des Essens einerseits Ideen und (fächerübergreifende) Projekte zu entwickeln, die sie mit landwirtschaftlichen Betrieben und anderen NahrungsproduzentInnen in ihrem Umfeld in Kontakt und ins Gespräch bringen (vgl. z. B. die Anregungen auf S. 22–23 bzw. die Vorstellung des Kunstprojektes „Ringelschwänzchenschnitzel“ auf www.reliplus.at). Andererseits können die vorherrschenden Ernährungsgewohnheiten und -bedingungen auch mit Aussagen von Papst Franziskus in seiner Umweltenzyklika „Laudato si“ in Beziehung gesetzt werden; auf diese Weise kann sich die Relevanz und Aktualität dieses Schreibens auch für SchülerInnen erschließen.

Der Beitrag des Direktors einer Landwirtschaftsschule (S. 16–17), die drei Statements aus der Wein- bzw. biobäuerlichen Praxis (S. 18) und der Einblick in das aufrüttelnde Buch von Martín Caparrós „Der Hunger“ auf der Homepage (www.reliplus.at) bieten durch ihre klaren Positionen einen guten Ausgangspunkt für lebendige Diskussionen und/oder Gespräche (vgl. Methodenlabor S. 20–21).

Wie achtsames Essen (vgl. auch den Artikel von Ursula Baatz auf S. 4–7) nicht nur Dankbarkeit für die Gaben der Schöpfung, sondern auch die Verbundenheit mit allen, die zur Ermöglichung des Genusses von Speisen beigetragen haben, bewusst machen kann, lässt sich auch alltäglich – z. B. beim Essen eines Apfels – üben (S. 19).

Impulse zum anständigen Essen

von Dir. DI Erich Kerngast (land- und forstwirtschaftliche Fachschule Alt-Grottenhof, Graz)

Dem Gedicht von Eugen Roth ist eigentlich nichts mehr hinzuzufügen. Wir stehen heute in der industrialisierten Welt mit ihrer industrialisierten Agrarproduktion vor genau diesem Dilemma. Es wäre das „Zurück“ auch keine Lösung, aber es gibt auch Wege, die woanders hinführen.

Wer in Österreich einen großen Supermarkt betritt, könnte meinen, im Paradies angekommen zu sein. Fast jede Frucht, die gerade irgendwo auf der Welt reif ist, ist da. Was erst vor kurzem noch in den Meeren war oder noch auf Feldern stand, wird ausgelobt. Das Warenangebot ist unüberschaubar. Ständig aus dem riesigen Sortiment auswählen zu müssen, macht uns nicht zufriede-

ner, sondern ist zur Belastung geworden. Allerdings: Man kann sich ordentlich, umgangssprachlich „anständig“, satt essen.

Noch dazu sind unsere Nahrungsmittel äußerst günstig geworden. Nie zuvor wurde ein so geringer Prozentsatz vom Haushaltseinkommen für Essen und Trinken ausgegeben. Dazu kommt noch, dass die Nahrungsmittel einen immer höheren Verarbeitungsgrad haben. Wurden früher hauptsächlich Grundnahrungsmittel wie Milch, Mehl, Erdäpfel, Fleisch usw. gekauft, so füllen heute fast fertig zubereitete Produkte die Kühlregale.

Was wenig kostet, ist wenig wert. Das kann man beim Einkaufen gut beobachten. Eine ungeheure Warenmenge ist angehäuft, übereinandergestapelt und wartet in aufgerissenen Kartons auf KundInnen. Lieblos und ohne Freude werden sie in den Einkaufswagen befördert, sollen möglichst rasch die Kassa passieren und neuen Waren Platz machen. Niemand ist mehr da, um zu erklären, zu beraten und zu helfen.

Aber sind die Produkte wirklich so billig, wie sie angeboten werden? Kann es nicht sein, dass doch jemand dafür bezahlen muss? Ja, es sind unzählige, ausgebeutete PlantagenarbeiterInnen in vielen Ländern. Es sind Flüchtlinge, die zu Hungerlöhnen in Europas Süden in Plastiktunnels Gemüse produzieren. Es sind viele unserer Nutztiere, vielleicht auch die ArbeiterInnen an den Schlachtbändern. Und es sind viele unserer Bauern, nicht umsonst werden täglich Höfe aufgegeben. Damit Bauern zu diesen Preisen produzieren können, müssen sie mit öffentlichen Geldern gestützt werden, und damit werden eigentlich unsere Nahrungsmittel gestützt und billig gemacht.

Wer profitiert jetzt eigentlich davon? Zuerst einmal die VerbraucherInnen. Ist die Ernährung billig, bleibt ihnen mehr für andere Konsumgüter. Da geht sich schon auch einmal der dritte Flachbildfernseher aus, ein weiteres Paar Schuhe so im Vorübergehen als Schnäppchen ist ja auch ganz nett. Die Industrie freut sich auch. Bleibt den KonsumentInnen mehr, so kann man schon einmal noch fünfzig PS zusätzlich in den Motorraum packen.

Wer zu den VerliererInnen zählt, ist unsere Lebenssphäre. Es sind die Böden, ihr Humusgehalt geht zurück. Es sind die Gewässer, in ihnen finden sich Reste vom Pflanzenschutz und von Düngern. Es sind unsere Nutztiere, die Luft und die Atmosphäre. Damit unser Klima, es wird nicht unwesentlich mit Treibhausgasen aus der extrem

intensiven Agrarproduktion belastet. Es sind die entvölkerten Dörfer und die seelenlos gewordenen Agrarlandschaften. Somit zahlen wir teuer, was wir billig zu kaufen glauben.

Diese negative Auflistung könnte noch lange weitergeführt werden, noch mehr Unmut und Ärger auslösen und vielleicht sogar für einen Augenblick betroffen machen, Gräben noch weiter aufreißen und doch nichts ändern. Positive Botschaften bewirken mehr. Das Interesse an Lebensmitteln nimmt zu, es ist den Menschen nicht mehr egal, wo und wie ihre Lebensmittel entstanden sind. Essen ist in den Medien ein wichtiges Thema geworden. Viele beginnen, wieder selber Gemüse zu ziehen oder halten sich ein paar Hühner. Gemeinsam kochen, zumindest am Wochenende, macht Freude. Brotbackkurse boomen. Viele kaufen auf Bauernmärkten oder direkt beim Bauern ein. Regionalität ist sehr wichtig geworden. Der konsequenteste Schritt ist die solidarische Landwirtschaft, bei der Bauern und KonsumentInnen eine enge Bindung eingehen. Die Nachfrage nach Bioprodukten steigt, die biologisch bewirtschafteten Flächen werden mehr. Auch an der landwirtschaftlichen Fachschule Alt-Grottenhof beschreiten wir schon lange erfolgreich diesen Weg. Seit mehr als 25 Jahren bewirtschaften wir unseren Lehr- und Versuchsbetrieb nach den Richtlinien der biologischen Landwirtschaft. Wir verarbeiten, was unsere Felder an Ernte bringen und was aus dem Stall kommt, zu hochwertigen, wohlschmeckenden Lebensmitteln weiter und verkaufen sie mit unseren SchülerInnen im eigenen Hofladen. Unser Bio-Schaubauernhof wurde im letzten Jahr von über 2000 SchülerInnen anderer Schulen besucht. Die Nachfrage nach der Ausbildung bei uns ist hoch und wir freuen uns sehr darüber, dass auch junge Mädchen und Burschen, die selber keinen Hof zu Hause haben, bei uns begeistert zur Schule gehen.

Zurückfinden, wie es Eugen Roth in seinem Gedicht schreibt, müssen wir also nicht. Unseren bisherigen Weg überdenken und einen anderen, verantwortungsbewussten Weg einschlagen sehr wohl. Wer zu Bio greift, ist schon ein gutes Stück am neuen Weg. Die Ausrede, nicht zu wissen, unter welchen Bedingungen Tiere gehalten werden, Landwirtschaft betrieben wird und Menschen arbeiten müssen, gilt schon lange nicht mehr. Niemand kann sich seiner Verantwortung entziehen. Wir brauchen nicht immer mehr und mehr, oft dann nur mehr zum Wegwerfen, sondern weniger vom Besseren. Nur mit fairen und gerechten Preisen kann zusammen mit der Landwirtschaft diese Herausforderung gemeistert werden.

Wir entscheiden täglich durch den Griff ins Warenregal, durch die Auswahl unserer Lebensmittel, wie Landwirtschaft betrieben wird und werden kann. Das ist Schöpfungsverantwortung und anständig essen. ○



Im Hofladen.

Foto: Alt Grottenhof



Welche Kompetenzen?

Durch die Arbeit mit den Bausteinen und entsprechende Aufgabenstellungen können folgende Kompetenzen gefördert werden:

- Aufzeigen wesentlicher Probleme, die sich aus industrieller Landwirtschaft ergeben, und darstellen von möglichen Alternativen.
- Vergleichen von unterschiedlichen Optionen und Entscheidungen in Fragen der Ernährung und herausarbeiten, wie sich Schöpfungsverantwortung in diesem Bereich zeigen kann.
- Zu verschiedenen Positionen bezüglich ethisch vertretbarer Nahrungsproduktion (und Ernährung) Stellung nehmen, diese (theologisch) begründen und Zukunftsperspektiven entwickeln.



Literatur- und Internettipps

- Biohof Labonca: www.labonca.at
- Busse, Tanja: Die Wegwerfkuh, München: Blessing 2015.
- Caparrós, Martín: Der Hunger. „Wie zum Teufel können wir weiterleben, obwohl wir wissen, dass diese Dinge geschehen?“ Berlin: Suhrkamp 2015.
- KulturWeingut Kästenburg: www.kaestenburg.at
- Land- und forstwirtschaftliche Fachschule Alt-Grottenhof: www.grottenhof.at
- Löwenstein, Felix zu: Es ist genug für alle da. Wenn wir den Hunger bekämpfen, nicht die Natur, München: Knauer 2015.
- Papst Franziskus: Laudato si'. Über die Sorge für das gemeinsame Haus, Stuttgart: Kath. Bibelwerk 2015.
- Rosenberger, Michael: Der Traum vom Frieden zwischen Mensch und Tier: Eine christliche Tierethik, München: Kösel 2015.
- Thurn, Valentin: 10 Milliarden. Wie werden wir alle satt? (Film), Deutschland 2015. (Info und Schulmaterial unter: www.10milliarden-derfilm.de/).
- Thurn, Valentin: Taste the Waste. Warum schmeißen wir unser Essen auf den Müll? (Film), Deutschland 2011. (Info unter: www.tastethewaste.com/info/film).

NATUR UND SCHMECKBARE FREUDE

Unterschiedliche Gegenden, verschiedene Schwerpunkte und doch viel Gemeinsamkeit: Drei bäuerliche Betriebe geben einen Einblick in ihre Arbeit(sphilosophie) und stellen vor, wie sie ein Gegengewicht zu jenen Entwicklungen setzen, die jährlich immer mehr Menschen die Existenz kosten!

Unser Betrieb, „die Kästenburg“, ist das älteste Weingut der Region, seit 1638 gibt es uns! Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht, alles, was wir unter Kultur verstehen, auch zu leben! Esskultur und Weinkultur – beides hat bei uns eine lange Tradition. Damit verbinden wir nicht nur eine nachhaltige Produktion unserer Erzeugnisse. Wir erzeugen Wein schon lange nach den Richtlinien des integrierten Pflanzenschutzes, das bedeutet, dass wir vorbeugend arbeiten. Teilweise wird auch biologische Urfahrung eingesetzt. Wir verzichten schon seit Jahren auf Herbizide und Pestizideinsatz, weil das auf die Natur eine sehr fatale Wirkung hätte. Unsere Philosophie ist es, den Menschen Nachhaltiges anzubieten und dabei ein wunderbares Gefühl zu haben, im Einklang mit Mensch, Tier und Natur zu arbeiten! Es ist ein immer größer werdender Wunsch da, den CO² Abdruck so klein wie möglich zu halten, um auch unsere Landwirtschaft in der Region zu stärken.

Ilse Jakopé, KulturWeingut, Kästenburg, Ratsch/Weinstraße

Wir leben als Familie auf einem Bio-Grünlandbetrieb im Murtal mit Milchkühen und Forstwirtschaft. Aufgrund der Seehöhe (900m) und der teilweisen Hanglage ist für uns Ackerbau kaum möglich. Die Haltung der Milchkühe gibt uns die Möglichkeit, das für den Menschen nicht essbare Grünland über Milch (Butter, Joghurt, Käse ...) zu Nahrung zu machen. Dabei ist es uns wichtig, in großen Zusammenhängen zu denken und zu wirtschaften. Das heißt z. B., dass die Ausscheidungen der Rinder nach einer bestimmten Reifezeit wieder als Dünger auf unsere Wiesen ausgebracht werden. Dadurch sind wir nicht von chemischen Düngern, dem Erdölpreis und Pflanzenschutzmitteln abhängig, sondern unterstützen die natürlichen Lebewesen und Prozesse im Boden. Jeder Mensch, der sich auch von Fleisch(-produkten) ernährt, muss wissen, dass nur die Schlachtung der Tiere diese Lebensmittel ermöglicht. Unsere Tiere haben Zeit zu wachsen. Die relativ kleine Betriebsgröße macht es uns möglich, dass wir unsere Tiere und ihre Befindlichkeiten gut kennen. Wenige Krankheiten und ein geringer Medikamenteneinsatz gehören zu den positiven Auswirkungen. Natürlich müssen auch wir unseren Betrieb gewinnbringend führen, doch viele Dinge im Arbeitsalltag einer bäuerlichen Familie können nicht in „Einkommensstunden“ gemessen werden, sondern sind Freude und Idealismus. Wir sind uns sicher, dass man auch das in unseren Produkten schmecken kann. Die meisten Bauernhöfe stehen in ländlichen Gebieten, umgeben von sauberer Luft und versorgt mit frischem Wasser. Lebensmittel, die so erzeugt wurden, bringen auch diese wertvollen Inhaltsstoffe mit. Viele Abläufe unserer Arbeit werden von der Natur bestimmt, wir lernen dabei Geduld und Demut.

Ing. Josef und Elisabeth Quinz, St. Marein/Knittelfeld



Schweineglück

Foto: Labonca

Das Essen von Fleisch hat eine lange und zwiespältige Tradition. Auf unserem Biohof versuchen wir, einen Weg zu gehen, der das Wohl des Tieres in den Vordergrund stellt. Urbedürfnisse, die jedes Individuum von Natur aus hat, müssen ausgelebt werden können – das ist unser höchstes Prinzip. Zudem: Ausschließlich Fleisch von zuchtreifen, ausgewachsenen Tieren, da dieses Fleisch keine Wachstumshormone und kein aufbauendes Wachstumseiweiß mehr enthält und so bekömmlicher und gesünder für erwachsene Menschen ist.

In unserem einzigartigen Weideschlachthaus wird angstfrei und stressfrei geschlachtet. Dadurch gibt Fleisch vom Sonnenschwein oder vom Labonca Weiderind oder auch von unseren Weidehühnern Kraft, gute Energie und besten Geschmack!

Norbert Hackl, Biohof Labonca, Burgau

„NUR“ EIN APFEL?!

Unterwegs noch schnell was essen, Knabberereien für nebenbei, mit einer Noodle-Box-to-Go über den Hauptplatz, ein Hamburger vom „Drive-In“ gegen den schnellen Hunger, Arbeitsfrühstück ... „Unbewusstes“ Essen ist für viele Menschen eine Selbstverständlichkeit geworden: Grund genug, wieder einmal zu üben, wie „anders“ – nämlich achtsam – essen gehen könnte.

*Einen Apfel essen.
Das klingt einfach.
Ist es auch.
Muss es aber nicht immer sein ...*

*Denn:
Jeder Apfel hat eine Geschichte.
Die Geschichte endet damit, dass ich in den Apfel hineinbeiße.
Sie hat auch einen Anfang.
Wie könnte diese Geschichte aussehen?*

*Vielleicht ist sie kurz:
Meine Eltern haben vor Jahren im Garten ein Apfelbäumchen gepflanzt, es ist gut gewachsen und seit zwei Jahren trägt es Früchte.
Mein Apfel ist einer davon.*

*Vielleicht geht die Geschichte aber auch so:
Vor Jahren wurden in einem Obstbaubetrieb mit einiger Mühe Apfelbäume gepflanzt.
Die Erde, der Wind, die Sonne, der Regen – sie haben dafür gesorgt, dass die Bäume gut wachsen konnten.*



Karen Holländer, Die äußere Hülle #1.

Foto: Daniela Beranek



Karen Holländer, Ohne Titel.

Foto: Daniela Beranek

*Aber auch Menschen haben die Bäume gepflegt, beschnitten und gedüngt.
Andere haben die Äpfel im vergangenen Herbst geerntet – vielleicht war es die Bäuerin, der Bauer, vielleicht ihre Kinder. Vielleicht waren es auch ErntearbeiterInnen.
Wie all die Jahre zuvor wurden die Äpfel auch in diesem Jahr in Kisten gelegt.
Vielleicht kam die Apfelernte direkt vom Bauernhof auf den Markt oder in den Bioladen.
Oder die Kisten wurden in eine Lagerhalle gebracht.*

*Vielleicht auch über eine Genossenschaft in den Großhandel und den Supermarkt:
Ein/e MitarbeiterIn im Supermarkt – vielleicht ein/e StudentIn, der/die dort jobbt – hat die Apfelkisten in die Regale eingeordnet, ein/e KassiererIn hat den Preis eingescannt.*

Ich habe die Äpfel im Einkaufskorb nach Hause gebracht und esse ihn jetzt.

*Ich esse einen Apfel.
Er erfrischt und gibt Energie.*

Ich bin dankbar ...

... und ich überlege: Dieser Apfel verbindet mich – wie jede Speise, wie alles, was ich esse – mit vielen Menschen. Er verbindet mich mit allen, die dazu beigetragen haben, dass ich ihn genießen kann. ○

INS GESPRÄCH KOMMEN

Dem Face-to-Face Gespräch mit Kindern und Jugendlichen kommt im Religionsunterricht ein wichtiger Stellenwert zu, denn von Anfang an wird der Glaube innerhalb der (jüdisch-)christlichen Tradition im Dialog, in Lehr- und Streitgesprächen in Sprache gefasst, ausgetauscht und (weiter-)entwickelt.

Monika Pretenthaler
Andrea Scheer

Aus dem
Methodenlabor

Grundlegendes

Wenn Religionsunterricht als kommunikativer Prozess gestaltet wird, dann geht es grundsätzlich um „lebendiges Lernen“ (R. Cohn) und in Folge auch um lebendige Gespräche. Diese zeichnen sich aus durch Offenheit für Deutungen und Bedeutungen von Gesprächsinhalten, durch elementare Fragestellungen aller Beteiligten, durch Begegnungs- und Beziehungsoffenheit, durch ... Der evangelische Theologe Friedrich Schleiermacher (1768–1834) bezeichnete den Dialog als „pädagogischen Königsweg“, da er zur Erkenntnis kam, dass Wissen nur durch lebendigen Dialog erworben werden kann.

Im Religionsunterricht können Gespräche SchülerInnen in je eigene „religiöse Gedankenerzeugungsprozesse“ involvieren, die letztlich jede und jeder Einzelne persönlich vollziehen muss, um in eine lebensförderliche Glaubenskommunikation einsteigen zu können. Dabei ist die kommunikative Kompetenz in der Gesprächsführung der ReligionspädagogInnen und der SchülerInnen bedeutsam.

Alois Müller formuliert dazu folgende Grundsätze (vgl. Rendle 2014, 116–134; vgl. Delfos 2013, 67–124):

- Wertschätzung, ehrliches Interesse und Achtsamkeit tun mir und meinem Gegenüber gut! (Empathie, Achtsamkeit, Echtheit, Respekt vor der Eigenart der GesprächspartnerInnen;

- Vorsicht bei gut gemeintem interpretierenden Ergänzen gerade bei jüngeren Kindern; Bemühen um ein positives Ausüben von Macht.)
- Ich vermeide Gesprächsblockaden und Kommunikationssperren. (Botschaften, die drohend, beleidigend, wertend ... sind; förderliche Kommunikationsbedingungen: offene Körperhaltung, Augenkontakt, ansprechend gestalteter Raum.)
- Ich möchte umfassend – „mit allen vier Ohren“ – hören. (4-ohrige EmpfängerInnen nach Schulz von Thun: Beziehungsaspekt, Appell-aspekt, Selbstoffenbarungsaspekt, Sachaspekt.)
- Ich formuliere Ich-Botschaften statt Du-Botschaften und verdeutliche damit die je persönliche Meinung/Position/Wahrnehmung.
- Ich höre aktiv zu. (Blickkontakt, Bemerkungen, die das Gehörte bestätigen, Nachfragen, Klärungen einfordern ... nicht unterbrechen.)
- Ich erweitere das Repertoire an „Gesprächsförderndem“. (Gefühle ansprechen, Spiegeln, Paraphrasieren, Gedanken weiterführen, Wünsche herausarbeiten ...)
- Im Zweifelsfall „streicheln“ und Interaktion produktiv kreuzen (Kritik, Ratschläge, Besserwisserei sein lassen, auf der sachlichen Ebene bleiben, Humor.)
- An das Gespräch über das Gespräch erinnern. (Metakommunikation gerade bei jüngeren Kindern: Absichten des Gesprächs offenlegen, Feedback üben, Bewusstsein für Schweigen, Verschlossenheit, fehlende Sprachfertigkeit entwickeln und bei Bedarf verbalisieren, Loyalität allen Beteiligten gegenüber.)

Diese Grundsätze könnten gemeinsam mit SchülerInnen mit Inhalt gefüllt werden: Es können Formulierungen gesucht und gefunden werden, die für alle Beteiligten nachvollziehbar sind; diese werden kreativ gestaltet und bleiben im Klassenraum sichtbar.

Konkrete Beispiele

■ Kugellager-Gespräch/Zwiebelschalengespräch

Die SchülerInnen bilden einen Innen- und einen Außenkreis – die Sessel stehen einander zugewandt. Sie setzen sich einander gegenüber und sprechen miteinander zu einem Gesprächsimpuls, einer These ... Nach einer vorher festgelegten (eher kürzeren) Zeit (3–5 Minuten) rücken die SchülerInnen im Außenkreis einen Sessel



Kugellager/Zwiebelschalen-Anordnung.

Foto: Andrea Scheer

weiter nach rechts (Signal durch Gong, Triangel kann den Anfang und das Ende der Gesprächszeit hörbar machen); eine neue Gesprächssequenz beginnt – hier ist auch ein neuer oder modifizierter Impuls möglich. Nach jedem 2er-Gespräch können zwei bedeutsame/irritierende/gleiche ... Wörter auf einem Papier oder im SchülerInnenheft eingesammelt werden. Mit diesem „Gesprächsschatz“ kann in Folge weitergearbeitet werden.

Die SchülerInnen können durch diese Methode folgende Kompetenzen erwerben:

- sich ohne Zeitaufwand und persönliche Vorlieben in wechselnden Zweiergruppen sortieren;
- sich auf wechselnde, nicht selbst gewählte LernpartnerInnen einstellen.

■ Fishbowl/Aquarium

Die SchülerInnen, welche in der Rolle der Sprechenden und Diskutierenden sind, bilden einen kleinen Sesselkreis (5–7 Personen), die restlichen SchülerInnen – in der Rolle der Zuhörenden – einen großen Außenkreis. Ein Sessel im Innenkreis bleibt frei und signalisiert die Offenheit für Beteiligung/Beiträge/Impulse ... aus dem Außenkreis. Das Gespräch (offene Diskussion oder Gespräch von GruppenvertreterInnen aus einer Vorphase ...) in der Mitte wird eröffnet. Wenn sich jemand aus dem Außenkreis beteiligen möchte, setzt er/sie sich auf den freien Sessel und jemand aus dem Innenkreis geht nach außen.

Die SchülerInnen können durch diese Methode folgende Kompetenzen erwerben:

- miteinander über ein Thema sprechen und anderen beim Sprechen zuhören;
- sich sach- und situationsangemessen in ein Gespräch einbringen;
- ihr eigenes Gesprächsverhalten sowie das Gesprächsverhalten anderer reflektieren.

■ Gruppenpuzzle

SchülerInnen machen sich in mehreren Stammgruppen mit einem Spezialgebiet vertraut und bereiten einen Kurzvortrag/einen Impuls/ein Poster vor:

z. B. drei 5er-Gruppen:

Gruppe 1 – Zusammensetzung: A1A2A3A4A5

Gruppe 2 – Zusammensetzung: B1B2B3B4B5

Gruppe 3 – Zusammensetzung: C1C2C3C4C5

Danach kommen VertreterInnen aller Stammgruppe in (z. B. 5) Querschnittsgruppen zusammen (alle 1er, alle 2er, ...):

Gruppe 1: A1B1C1

Gruppe 2: A2B2C2

Gruppe 3: A3B3C3

Gruppe 4: A4B4C4

Gruppe 5: A5B5C5

In diesen Gruppen stellt jede/r das Spezialgebiet vor, das er/sie mit seiner/ihrer Stammgruppe erarbeitet hat und wo sie/er Experte/Expertin ist.

Die SchülerInnen können durch diese Methode



Sprechen, zuhören, argumentieren.

Foto: Andrea Scheer

folgende Kompetenzen erwerben:

- einen bestimmten/speziellen Aspekt eines Inhaltes in einer Kleingruppe bearbeiten;
- die Ergebnisse der Kleingruppenarbeit in einem anderen Gruppensetting darstellen;
- Arbeitsergebnisse verbalisieren und präsentieren und sich auf Anfragen beziehen.

■ Schreibgespräch

Die SchülerInnen sitzen in Kleingruppen zu drei bis fünf TeilnehmerInnen um einen Tisch, auf dem ein großes Blatt und Stifte liegen. Auf dem Blatt steht ein Thema – eine Aussage/eine These. Diese wird gelesen, die SchülerInnen überlegen sich ihre Position dazu. Ein Gruppenmitglied beginnt zu schreiben. Nach einer bestimmten Zeit (z. B. nach zwei Minuten) wird das Blatt weitergedreht. Die SchülerInnen ergänzen das Geschriebene oder äußern sich dazu. Das Durchstreichen der Gedanken von anderen ist nicht erlaubt.

Die SchülerInnen können durch diese Methode folgende Kompetenzen erwerben:

- „Gespräche“ in anderen Kommunikationsformen führen;
- verbale und nonverbale Gesprächsmöglichkeiten anwenden und unterscheiden;
- mit lauten und leisen Anteilen in Gesprächen experimentieren.

■ Methode WELTCAFÉ siehe www.reli+plus.at



Quellen und Literaturtipps

- Baumann, Ulrike: Miteinander sprechen – im Gespräch bleiben, in: Dies., Religionsmethodik, Handbuch für die Sekundarstufe I und II, Berlin: Cornelsen 2011, 208–222.
- Delfos F., Martine: „Sag mir mal ...“ Gesprächsführung mit Kindern, Weinheim und Basel: Beltz 2013.
- Delfos F., Martine: „Wie meinst du das?“ Gesprächsführung mit Jugendlichen, Weinheim und Basel: Beltz 2015.
- Rendle, Ludwig (Hg.): Ganzheitliche Methoden im Religionsunterricht, München: Kösel 2014.
- Ziener, Gerhard / Kessler, Mathias: Kompetenzorientiert unterrichten – mit Methode, Seelze: Kallmeyer/Klett 2012.



Sprechen, Zuhören, Argumentieren und Miteinanderreden lernt man nun einmal am besten, indem man es tut.

Heinz Klippert

► ÜBER DEN TELLERRAND KOCHEN

Über den Tellerrand kochen – das ist die Idee einer Berliner StudentInnen-Gruppe vom Oktober 2013, durch das (gemeinsame) Kochen und Essen Begegnungen mit Menschen aus den Krisenregionen der Welt auf Augenhöhe zu ermöglichen. Dieses Modellprojekt inspiriert und motiviert viele andere zu grenzübergreifendem Austausch auf Augenhöhe zwischen Kulturen – eben „über den Tellerrand“.

Tabouleh

von Ula aus Syrien

Für 2 Personen:

1 Tasse Bulgur, 2 große Tomaten, Kopfsalat, Kreuzkümmel, Saft von 2 Zitronen, Salz, Pfeffer, 2 Bund Petersilie, getrocknete Minze, Olivenöl.

Bulgur in 1,5 Tassen kochendem Wasser und Zitronensaft quellen lassen. Reichlich Olivenöl dazugeben.

Tomaten fein würfeln. Minze, Petersilie, Salat fein schneiden, alles vermengen.

Mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel würzen. Gut durchziehen lassen. Erst kurz vor dem Essen Bulgur und Gemüse-Masse miteinander vermischen.



Safran-Reis und Gorme Badenjan

von Reza aus Afghanistan

Für 4 Personen:

5 Melanzani, 1 Zwiebel, 4 Knoblauchzehen, 3 Kartoffeln, 3 Tassen Reis, Safran, 1 Dose passierte Tomaten, 1 EL Currypulver, Salz, Pfeffer, Pflanzenöl.

Melanzani schälen, in 5-mm-Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit reichlich Öl braten, bis sie bräunlich sind. Zwiebel und Knoblauch sehr fein hacken, mit den passierten Tomaten vermischen und mit Salz, Pfeffer, Curry würzen. Kartoffeln schälen, in 5-mm-Scheiben schneiden. Öl in großen Topf geben und den Topfboden mit Kartoffelscheiben belegen. Dann abwechselnd Melanzani und Tomatensauce über die Kartoffeln schichten.

Für ca. 20 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen. Den Reis dünsten. Safran in etwas warmem Wasser anrühren bis sich das Wasser rot färbt. Einen Teil des Reises in eine Schüssel geben, Safran-Wasser dazugeben bis sich der Reis satt gelb färbt. Gelben und weißen Reis miteinander locker vermischen und mit dem Gemüse servieren.



Kürbis-Teigtaschen (Chingalsh)

von Luzia aus Tschetschenien

Für 4 Personen:

1 Hokkaido-Kürbis, ½ l Milch, ½ EL Zucker, 1 kg Mehl, ½ EL Backsoda, Butter, 1 Prise Salz, 1 EL Pfeffer, Pflanzenöl.

Mehl, Milch, Backsoda und Salz zu einem Teig verarbeiten. Kleine Kugeln formen und zu dünnen, runden Fladen ausrollen. Kürbis in Stücke schneiden, 15–20 Minuten kochen, zerdrücken. Mit Zucker und Pfeffer abschmecken. Jeweils auf die Hälfte einer Teigflade etwas Kürbismasse geben, die andere Hälfte darüberklappen und den Rand gut zusammendrücken.

Im Backofen ca. 20 Minuten backen. Vor dem Servieren mit Butter bestreichen.



Süßer Milchreis (Kheer)

von Mohamed aus Pakistan

Für 4 Personen:

100 g (Milch)Reis, 175 g Zucker, 25 g Mandeln, 1,5 l Milch, 25 g Kokosraspeln, 50 g Rosinen.

Reis 10 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Milch erhitzen. Rosinen dazugeben. Wenn die Milch kocht, Wasser vom Reis abgießen und Reis zur Milch geben.

Unter ständigem Rühren erhitzen, bis der Brei Blasen schlägt, danach Topf von der Herdplatte nehmen. Zucker unterrühren. Mit Kokosraspeln und Mandeln (in Stifte geschnitten, ev. rösten) garnieren.



► IMPULSE ZUM NACHDENKEN

In kaum einem anderen Gebiet wird Exotik und Unterschiedlichkeit als so großer Reichtum gesehen wie in der Küche. Wo Menschen einander treffen und gemeinsam essen, tauschen sie oft wie selbstverständlich auch Rezepte aus. Auch bei den Essgewohnheiten von Kindern und Jugendlichen sind „internationale Meetings“ kaum wegzudenken.

- Sprecht in der Klasse über eure Vorlieben beim Essen und welche Nationalität eure Lieblingspeisen haben.
- Denkt darüber nach, wovon die (Ess-)Kultur in Österreich und in anderen Ländern geprägt und beeinflusst ist.
- Wie wirken sich Ressourcen und Lebensgewohnheiten auf die Ernährung aus?
- Überlegt, ob bzw. wie ein Projekt wie „Über den Tellerrand kochen“ an eurer Schule bzw. in eurem Umfeld umgesetzt werden könnte, und diskutiert über Chancen und mögliche Herausforderungen eines solchen Unternehmens.

►► TIPPS

- Über den Tellerrand kochen (Hg.): Rezepte für ein besseres Wir, München: Pearl 2016.
- Über den Tellerrand kochen, in: Demeter Journal 27 (Herbst 2015) 22–27.
- Ende November 2015 hieß es in der Grazer Pfarre St. Peter: „Flüchtlinge kochen“ Flüchtlinge aus 13 Nationen haben für SteirerInnen Gerichte aus ihrer Heimat gekocht. Ein Video dieser Initiative auf www.sonntagsblatt.tv zeigt, dass und wie beim Essen die Leute zusammenkommen: www.sonntagsblatt.tv/kirche-lebt?d=fluechtlinge-kochen
- www.ueberdentellerrand.org



Spät zurück. Niemand da. So gut wie leer:
Kühlschrank, Geldtasche und auch der Bauch.
Ach, wär das schön: Ein Teller Pasta!
Eine heiße Suppe! Duftender Reis!
Alles leer? Da ist noch Knoblauch;
eine einsame Karotte; vom Sellerie der Rest;
und das Stück schrumpelnden Ingwers ... mit
wenig Zwiebel, viel Olivenöl und letzten Erdnüssen:
Spaghetti aglio asiatico – Schmaus für die Seele!
Mit Brühe, Honig und Chili: Scharfe Suppe,
süßsauer – Wärme für die kalten Füße!
Mit dem verstaubten Glas Mais,
letztem Reis und der Kante Parmesan:
milde Exotik fürs einsame Herz!
World-food à la maison. Essen für Leib und Seele.
Wenig ist nicht nichts. So gut wie leer:
Ein vielversprechender Anfang.
Weil halb leer auch halb voll ist.

Gabriele Hartlieb

Burster, Simone / Heilig, Petra / Herzog, Susanne (Hg.): Immer schon reich. Frauenkalender Ostfildern: Patmos 2015, 2.

Bernhard Grümme: Öffentliche Religionspädagogik. Religiöse Bildung in pluralen Lebenswelten (2015).

Dieses Werk erscheint in der bewährten Reihe „Religionspädagogik innovativ“ und wird dem Wort „innovativ“ durchaus gerecht. In sechs Kapiteln (Wissenschaftstheoretische Grundlagen, Kontextualisierung, Hermeneutik, Bildung, Didaktik, Subjekte) stellt sich der Autor der anspruchsvollen Frage, wie sich die Religionspädagogik öffentlich im Bildungsgeschehen einer von Pluralisierung und Säkularisierung geprägten Gesellschaft einbringen und dort ihre religiöse wie auch bildungs- und gesellschaftspolitische Relevanz zeigen kann.

Grümme versteht Religionspädagogik als eine ständige Suchbewegung in den gesellschaftlichen Transformationsprozessen, die um ein Verständnis religiöser Bildung und religiöser Lehr- und Lernprozesse theoretisch und praktisch ringt, die im Dienst der Subjektwerdung (SchülerInnen) steht und sich „um des Menschen und seines Heiles willen“ (diakonisch) ganzheitlich engagiert. So arbeitet er die Bedeutung einer öffentlichen Religionspädagogik heraus, die sich an einem befreienden, emanzipatorischen und kritisch-reflektierenden Bildungsverständnis orientiert („Erlernen des aufrechten Gangs“).

Diese achtet besonders darauf, dass Marginalisierte auf Basis der befreienden Botschaft Jesu vom Reich Gottes und seinem Heilshandeln im Blick bleiben (inklusive Pädagogik).

Grümme zeigt damit die Notwendigkeit auf, dass eine öffentliche Religionspädagogik ein besonderes Augenmerk auf die politische Dimension (J. B. Metz) zu legen und sich deshalb ständig in die unterschiedlichen Bildungsdebatten einzubringen hat, will sie nicht selbst in einer verharmlosenden Privatisierung enden. „Sie hat die Autorität der Leidenden in ihrem Anderssein, in ihrem Unterdrücktsein und Ausgegrenztsein unbedingt anzuerkennen und zur Grundlage von Bildungsprozessen zu machen.“ (S. 186)

Eine besondere Stärke des Werkes liegt darin, dass sich der Autor nicht scheut, die theoretischen Grundannahmen bis in die Didaktik und Methodik durchzubuchstabieren und auch aktuelle religionsdidaktische Ansätze einem kritisch-konstruktiven Hinterfragen unterzieht. Damit wird nochmals sein Grundansatz deutlich, nämlich dass es sich bei einer öffentlichen Religionspädagogik immer „nur“ um eine Suchbewegung handeln kann.

Hans Neuhold



Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer, 336 Seiten; ISBN 978-3-17-028921; 39,99 €

WIESO SCHWEIGEN FAST ALLE MENSCHEN DES WESTENS ANGESICHTS DES HUNGERS IN UNSERER WELT?



DAS GESCHIEHT AUS HÖFLICHKEIT,
DENN MIT VOLLEM MUND SPRICHT MAN NICHT.

Vorschau

atmen

reli+plus 05-06 | 2016

- Geist-voll!? Über eine Theologie des Geistes (Forschungsartikel: Karin Peter)
- Geistkraft/Ruach/Lebendigkeit: eine Legearbeit
- Atem Gottes: Was mich antreibt. Und: Instrumente, die „atmen“
- Atem und Atempause: Sonntagskultur
- Atemübungen

entdecken

reli+plus 09-10 | 2016

fliehen

reli+plus 11-12 | 2016