

Die Evangelische Rundfunkbeauftragte beim WDR - Kaiserswerther Straße 450 - 40474 Düsseldorf  
TELEFON: 0211-41 55 81-0 FAX:0221-41 55 81-20  
E-MAIL: buero@rundfunkreferat-nrw.de  
INTERNET: www.kirche-im-wdr.de

---

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Evangelischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

evangelisch: Kirche in WDR 3 | 05.07.2018 | 05:03 Uhr | Viktoria Keil

## Goldene Regel

Guten Morgen!

Mit einem begeisterten Koch kam ich ins Gespräch. Ich war neugierig auf Rezepte und er wusste das Neueste: Der preisgekrönte Koch Heiko Antoniewicz (1) zeigt vegetarischen Köchen und Neugierigen, wie sie Lebensmittel vollständig verwerten können: Wenn er für zwanzig Personen kocht - Vorspeise, Hauptgang und Nachspeise - dann bleiben bei ihm nur 45 Gramm Abfall übrig. Die Äste des Blumenkohls werden wie Spargel geschält und gegart und Papajakkerne geröstet für vitaminreiche Salate. Nichts Essbares wegwerfen. Das kannte ich von meiner Oma. Dann gab es immer leckere Bratkartoffeln. Ein paar weitere Rezepte täten meinem Kochbuch gut.

Ich möchte schonender mit der Umwelt umgehen. Boden, Luft, Pflanzen und Tiere nicht ausbeuten und quälen. Überfluss teilen und nicht entsorgen. Gegen den Hunger auf unserer Erde angehen.

Warum ich das erzähle. Sie kennen vielleicht den Satz:

Was du nicht willst, das man dir tu, das füg auch keinem anderen zu.

Jesus hat den in seiner berühmten Bergpredigt ein wenig anders gesagt: Alles, was die Menschen euch tun sollen, das tut ihnen auch. (nach Matthäus 7,12)

Es ist ja ganz einfach: Ich will genug zu essen haben. Wenn ich nicht will, dass mir ein Hungriger mein Essen wegnimmt, dann muss ich dafür sorgen, dass auch er oder sie satt wird. Ich handle also ganz egoistisch, wenn ich aufpasse, dass alles gut verwertet wird, dass alle davon etwas haben, dass uns die Lebensmittel nicht ausgehen. In unserer Gesellschaft wäre es möglich, noch Vieles mehr aus Egoismus zu teilen.

Und so boomen ja auch bereits die Tauschbörsen. Manche stellen Bücher, die sie nicht mehr lesen oder Geschirr, das sie nicht mehr brauchen, in einem Karton vor der Tür auf. Mancher Nachbar freut sich und nimmt etwas mit. Nach

Haushaltsverkleinerungen kommen alle Reste in die Brockensammlung nach Bethel oder in ein Sozialkaufhaus.

Mögliches tun und Überfluss verschenken. Keiner verlangt, was unmöglich ist. Was heute unvorstellbar scheint, ist morgen vielleicht selbstverständlich.

Jesus sagt: Ich habe doch gemerkt, dass ihr wisst, was nötig ist:

Ich bin hungrig gewesen, und ihr habt mir zu essen gegeben.

Ich bin durstig gewesen, und ihr habt mir zu trinken gegeben.

Alles, was die Menschen euch tun sollen, das tut ihnen auch.

Sich nicht anstecken lassen von der Idee, dass wir nur mit einem Kampf jeder gegen Jeden satt werden können.

Versuchen wir es doch mit phantasievollem Egoismus: Ich will satt werden und das kann ich nur, wenn mir das kein Hungriger wegnehmen muss.

?

Also mache ich mehr aus den Lebensmitteln, dann reicht es für Viele! Und so sitzen dann ganz viele Egoistinnen und Egoisten an einem Tisch und suchen nach phantasievollen Rezepten. Das kann ganz wunderbar schmecken: nach Gerechtigkeit

Ein paar gute egoistische Ideen für die ganze Erde wünscht Ihnen Viktoria Keil, Pfarrerin in Barntrup und Sonneborn.

(1)<https://www.welt.de/regionales/nrw/article172644940/Koch-Heiko-Antoniewicz-wuerzt-gerne-mit-Kaffee.html>

[https://de.wikipedia.org/wiki/Heiko\\_Antoniewicz](https://de.wikipedia.org/wiki/Heiko_Antoniewicz)

[www.antoniewicz.org](http://www.antoniewicz.org) (Links abgerufen am 16.6.2018)