



Der Mensch ist, was er isst

Jahrzehntelang lebten wir mit der friedlichen Gewissheit, dass elektrische Geräte nicht für die Ewigkeit sind und irgendwann - meist in unpassenden Momenten - ihr Leben aushauchen. In jüngster Zeit ist unser stoisches Bewusstsein im Hinblick auf den geplanten Defekt ins Ungleichgewicht geraten. Der Begriff Obsoleszenz hat die Runde gemacht und wir haben damit nicht nur einen Inhalt, sondern auch ein Antisymbol der Entrüstung für unsere Wahrnehmung an die Hand bekommen. Kant hätte sich in Anbetracht dieses Phänomens behaglich in den Sessel geschmiegt und unter mahnendem Zeigefinger erläutert, dass Anschauungen ohne Begriffe blind sind. Jetzt sind wir sehend und die Ausgeglichenheit des Gemüts ist passé.

Ist man entsprechend sensibilisiert, wird man bemerken, dass selbst elementare Lebensbereiche wie Ernährung den Gesetzen des Konsums gehorchen. Natürlich hat Essen heutzutage per se etwas mit Einkaufen zu tun, aber es vergehen keine sechs Monate ohne neue Erkenntnisse über die richtige Ernährung. Wer sich beflissen mit diesem Thema auseinandersetzt, wird mit einer schier unendlichen Anzahl von Theorien, widersprüchlichen Studien und statistischen Auswertungen konfrontiert.

Erst bringen uns Nahrungsergänzungsmittel die ewige Jugend. Dann stellt die Wissenschaft fest, dass Kohlehydrate böse Auswirkungen auf unser Körpergewicht haben. Parallel erlebt der Kaffee das Fegefeuer wissenschaftlicher Kontroversen. Er reduziert das Wasser im Körper und befördert Magengeschwüre. Demzufolge müssten zwar alle Italiener schon komplett vertrocknet sein, aber die Ratschläge der Ernährungsindustrie nehmen wir einfach zu gern an. Eiweiß war auch schon eine Katastrophe und die arme Butter hat sich vom Cholesterin-Dogma nie wieder richtig erholt. Danach haben die Öle ihr Fett wegbekommen und seither biegen sich die Regale unter der Last kalorienfreier Käse- und Fleischprodukte. Uprötzlich hat der Kaffee lebensspendende Spurenelemente und die bretonische Blutwurst sorgt für ein exponentielles Wachstum von Gehirnzellen. Ganz zu schweigen von japanischen Joghurt-Kulturen, die sich bei Depressionen bestens bewährt haben.

In diesem Dschungel verliert man schnell die Orientierung, denn es scheint nichts sicherer als die Unsicherheit zu sein. Gesetzmäßigkeit bedeutet doch eigentlich, dass sich Dinge und Sachverhalte wiederkehrend gleich verhalten. In Bezug auf Ernährung trifft dies offensichtlich nicht zu. Fakt ist aber, dass wir im Streben um unsere Gesundheit sehr offen für autoritäre Ratschläge sind. Indem wir unflektiert den Empfehlungen folgen, steigern wir in doppelter Hinsicht den Konsum. So leuchtet ein, dass Theorien über die perfekte Ernährung ein eingebauteres Verfallsdatum in sich tragen müssen, denn ein Übermaß an Zufriedenheit und Kontinuität verschließt nicht selten das Portemonnaie. Freilich ist es lukrativer, die Ernährung zur Mode und zum Imagefaktor zu stilisieren. In der Werbung manifestiert sich diese Entwicklung in dem Zitat: Der Mensch ist, was er isst. Banal gesprochen, wird der Konsument eines Energy-Drinks beim Verzehr von heißen Produkten zum coolen Typen.

Ganz so einfach funktioniert es hoffentlich doch nicht und der arme Feuerbach hätte sich ob der Verwendung seines Zitats im Grab umgedreht. Ganz sicher dachte der scharfe Religionskritiker nicht an Buletten, als er den berühmten Satz vom Essen niederschrieb. Es ging ihm dabei um die Freiheit des Denkens, das sich in der Entscheidung zeigt, die Oblate einzunehmen oder nicht. Insofern werden wir aufgefordert, selbst und ohne Beeinflussung zu entscheiden, was richtig und gut für uns ist.

Oliver Block