

Christoph Klotter

Fragmente einer Sprache des Essens

Ein Rundgang durch eine
essgestörte Gesellschaft



Springer VS

Fragmente einer Sprache des Essens

Christoph Klotter

Fragmente einer Sprache des Essens

Ein Rundgang durch eine
essgestörte Gesellschaft



Springer VS

Prof. Dr. Christoph Klotter
Hochschule Fulda
Fulda
Deutschland

ISBN 978-3-658-07064-9
DOI 10.1007/978-3-658-07065-6

ISBN 978-3-658-07065-6 (eBook)

Springer VS

© Springer Fachmedien Wiesbaden 2015

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Lektorat: Cori Antonia Mackrodt, Katharina Gonsior

Gedruckt auf säurefreiem und chlorfrei gebleichtem Papier

Springer VS ist eine Marke von Springer DE. Springer DE ist Teil der Fachverlagsgruppe Springer Science+Business Media
www.springer-vs.de

Inhaltsverzeichnis

1	Vorbemerkung zur Wahl des Titels	1
2	Einleitung	5
3	Eine Fallgeschichte	13
3.1	Mira	13
3.2	Maria	15
3.3	Michael	18
3.4	Paul	19
3.5	Die Revolte, die nicht stattfindet	20
3.6	Was lernen wir aus Miras Geschichte	21
4	Legitimation von Ernährungsinterventionen – Für wen treten Ernährungsexperten ein?	25
4.1	Ein Beispiel	26
4.2	Für wen arbeitet Frau E., wenn sie mit Frau A. spricht?	27
4.3	Welche Konsequenzen zieht Frau A.?	28
4.4	Können die Richtlinien von WHO und DGE Frau E. helfen?	29
4.5	Orientierung an der Psychologie?	30
4.6	Gesetz – Norm – Anerkennung	31
5	Problemzone Adipositas	37
5.1	Von der Diätetik zur Diät	37
5.1.1	Michel Foucaults Bezugnahme zur Diätetik	38
5.1.2	Diätetik	39

5.1.3	Von der Dialektik zur Vorschrift	41
5.1.4	Aufgeklärter Absolutismus	42
5.1.5	Historischer Kristallisationspunkt Adipositas	43
5.1.6	Protestantische Ethik	43
5.2	Der Kampf gegen das Gewicht	44
5.2.1	Effekte von Interventionen gegen Übergewicht und Adipositas	44
5.2.2	Verteilungen und Identität	46
5.2.3	Alternativen zum Krieg gegen die Adipositas	47
5.2.4	Das Bild des Dicken	48
5.3	Historische Wurzeln der Prävention im Allgemeinen	50
5.3.1	Das Böse ist das Ungesunde – religiös gedacht	51
5.3.2	Die Folgen des pythagoreischen und platonischen Denkens auf die Krankheitsprävention	55
5.4	Prävention von Übergewicht und Adipositas	63
5.4.1	Die große Vernunft des Leibes	63
5.4.2	Soziale Distinktion	64
5.4.3	Teufelskreislauf	67
5.4.4	Die Politik	67
5.4.5	Das Paradoxon des Kapitalismus	68
5.4.6	Zwei Esstraditionen	69
5.4.7	Poros und Penia	70
5.4.8	Die platonischen Wächter	71
5.4.9	Die Waffen der Wächter	72
6	Schlankheit	75
6.1	Die Angst, nicht schlank genug zu sein	75
6.2	Der Prozess der Zivilisation	77
6.3	Historische Wurzeln der Schlankheitsängste	79
7	Essstörungen	89
7.1	Anorexia nervosa	89
7.2	Anorexia athletica	93
7.3	Orthorexia nervosa	96
7.4	Bulimia nervosa	99
7.5	Binge Eating Disorder	103
8	Essverhalten	107
8.1	Bündelung der Kap. 2 bis 5 in Hinblick auf das Essverhalten	107
8.2	Essen zwischen gestern und heute	111

8.3	Eine semiologische Annäherung an das Essverhalten	118
8.3.1	Ein vollkommenes Mahl	118
8.3.2	Männer mit Weizenbier – Frauen mit Eis	121
8.3.3	Ein wandlungsfähiges Zeichen	122
8.3.4	Ein träges Zeichen	123
8.3.5	Die kriegerische binäre Organisation des Essens	125
8.3.6	Die Welt der reinen Zeichen	129
9	Ein Blick auf Esskultur: Zu Gast bei Giacomo Casanova	131
9.1	Eine große Liebe	131
9.2	Ars erotica und Essen	132
9.3	Das Ende der ars erotica	134
9.4	M.M.	135
9.5	Was bleibt?	137
10	Ernährungspsychologie	139
10.1	Einige Grunddimensionen	139
10.2	Ernährungspsychologie	141
10.3	Genealogie der Ernährungspsychologie	143
10.4	Aktuelle Ansätze	145
10.5	Zur Interventionspraxis	146
10.6	Essverhalten: rational oder emotional?	147
Literatur		153

Barthes 1977 in Frankreich und 1984 in Deutschland erschienenes Werk „Fragmente einer Sprache der Liebe“, das auch im Französischen diesen Titel trägt, möchte dem Umstand Rechnung tragen, dass aus Barthes Sicht uns heute kein kulturell vorgegebener Diskurs über die Liebe zur Verfügung steht. Daher mache die Liebe einsam, da ein jeder, eine jede um eine Sprache seiner oder ihrer Liebe ringen muss und das mit großer Vergeblichkeit. Geht es um die Liebe, dann beginnen wir zu stammeln. Am besten ist es, die Liebe gleich sein zu lassen, wo sie bei ihrem Aufflammen uns nur schmerzlich bewusst machen könnte, dass wir bei dieser überwiegend imaginären Funktion weitgehend sprachlos sind. Das kränkt. Über ein „Ich hab Dich lieb“ oder einen Smiley geht es dann häufig nicht hinaus. Dass es dagegen Sprachen der Liebe geben kann, versucht Barthes mit einem Verweis auf das Platonische Symposion zu belegen, in dem ein jeder Redner eine eigene Theorie der Liebe hat.

Was das Essen betrifft, es scheint nicht viel anders auszusehen. Ohne Zweifel gibt es hierzu Diskurse (siehe weiter unten), diese sind aber eher wissenschaftlicher Art. Unsere Alltagssprache über das Essen erschöpft sich dann darin, von „das ist aber lecker“ zu sprechen. Fragmente eines Diskurses über das Essen zu entwickeln, könnte daher eine Aufgabe sein, der ich mich hier versuchsweise angenommen habe. Daher habe ich gewagt, Barthes Titel in der entsprechenden Abwandlung zu übernehmen, wissend, dass ich mit dieser Anmaßung nun leben muss.

Fragmente könnte nicht nur meinen, erste, kleine, diskursive Schritte auf einem relativ neuen Feld zu tätigen, Fragmente könnten auch dafür stehen, anzuerkennen, dass es nicht die *eine* Theorie, nicht den *einen* Diskurs gibt, mit dem ein Forschungsfeld zur Gänze abgedeckt oder durchdrungen werden könnte. Abgesehen

davon, dass dieser Anspruch fast immer illusorisch ist, versagt dieser beim Thema Essen ganz besonders. Mit vielfältigen Zugängen und Perspektiven lässt sich dieses Feld beleuchten. Auf eine kohärente Theorie des Essens abzielen, erscheint dann als absurd. So könnten Fragmente auch für Puzzlestücke stehen, die sich nie zum Ganzen fügen. Adornos Abwandlung eines Satzes von Hegel könnte dann auch hier zutreffen: Das Ganze ist das Unwahre.

Fragmente einer Sprache des Essens lassen sich bereits entwickeln, wenn Barthes Fragmente einer Sprache der Liebe auf das Essen übertragen werden. Die Übersetzung fällt anteilig nicht schwer. Barthes erste Figur trägt den Titel Abhängigkeit. Er beschreibt, dass erst die Abhängigkeit das Verlangen bezeichnet, sicht- und fühlbar macht. Wenn ich unabhängig bin, dann liebe ich auch nicht. Wenn ich auf das Essen nicht existenziell angewiesen wäre, wenn es mich nicht in der Antizipation unendlich erfreuen und trösten würde, dann wäre das Essen für mich relativ bedeutungslos. Wenn ich das Essen nicht bräuchte, um zu überleben, wenn das Essen nicht eine primäre Quelle des Zufriedenseins wäre, dann hätte es sein Relevanz verloren. Das Angewiesensein, die Abhängigkeit *bezeichnet* im Sinne Barthes mein Verlangen. In der sogenannten Überfluggesellschaft schwindet dem Anschein nach die Abhängigkeit. Unsere Vorfahren, die unter Hunger litten oder von diesem fast permanent bedroht waren, die ihre Abhängigkeit durchgängig spürten, hatten womöglich sehr viel mehr Lust am Essen als wir.

Barthes zweite Figur lautet Abwesenheit. Dieses Phantasma, aber eben nicht nur das, lässt sich so umreißen: Ich als Liebender bleibe stets an einem Ort. Der andere geht weg, verlässt mich. Im Vermissen, erkenne ich meine Liebe. Auf das Essen übertragen, könnte das heißen: In der allgegenwärtigen und permanenten Verfügbarkeit des Essens geht die Liebe zu ihm weitgehend verloren. Die vielfältigen Klagen über die geringe Wertschätzung, die dem Essen heute entgegengebracht wird, nehmen vielleicht Bezug auf diesen Verlust an Liebe in Ermangelung der Abwesenheit von Lebensmitteln. So wie das Smartphone die Abwesenheit des anderen ersatzlos streicht, so ist die Allgegenwärtigkeit von Lebensmitteln als Problem anzusehen. Wenn wir unterwegs sind, sei es zu Fuß, mit dem Auto oder dem Zug, trinken wir Kaffee oder nuckeln an der Mineralwasser-Flasche. Neben dem PC steht das Softgetränk, auf dem Couchtisch vor dem Fernseher Chips oder Schokolade. Wir essen nicht mehr morgens, mittags, abends, sondern quasi permanent. Es gibt außer dem Schlafen kaum noch eine Lebenssituation, die nicht von der Snack- und To-go-Kultur unterfüttert ist.

„Wie nennt man jenes Subjekt, das sich, trotz und gegen alle Welt, in einem ‚Irrtum‘ verrennt, so als hätte es eine ganze Ewigkeit vor sich, um ‚sich täuschen‘ zu können? Man nennt es einen *Rückfälligen*“ (Barthes 1984, S. 33). Barthes bezieht sich hier auf den unbeeindruckbaren Werther und zitiert den letzten Satz daraus:

„Kein Geistlicher hat ihn begleitet“. Nicht anders geht es der Anorektikerin, der Bulimikerin, dem Orthorektiker, die alle zumindest eine Zeit lang unbeirrbar und nahezu besessen ihre Kreise ziehen, wissend, dass dies für andere völlig unverständlich ist, dass sie deshalb insgeheim verurteilt werden, dass sie zu Outlaws geworden sind. Hier findet trotz des, von außen gesehenen, merkwürdigen Essverhaltens eine Aufwertung des Essens statt. Konnte mit den ersten beiden Figuren, Abhängigkeit und Abwesenheit, auf einen Mangel an Wertschätzung gegenüber dem Essen hingewiesen werden, ist nun eine besondere Wertschätzung des Essens festzustellen, auch bei der Anorektikerin, die wenig isst, aber vom Essen als Thema vollständig präokkupierrt ist. Essstörungen stellen so eine eigensinnige Relibidinierung des Essens dar. Sie bilden so eine Gegenbewegung zur Gleichgültigkeit gegenüber dem Essen. Sie sind die Speerspitze einer Gegenrevolution. Sie sind gleichsam Denkmäler einer Kultur, die auf Freiheit, Selbstbestimmung und Individualisierung setzt und Konformität verachtet. Und die von einer Essstörung Betroffenen setzen sich hierbei selbst aufs Spiel. Ihr Einsatz ist hoch.

Die nächste Figur nennt Barthes „anbetungswürdig“: „... in ‚Anbetungswürdig!‘ fasst keine bestimmte Eigenschaft Fuß, sondern nur das *Ganze* des Affekts. Wenn aber *anbetungswürdig* alles sagt, so sagt es zugleich doch auch, was denn ‚Alles‘ fehlt, es will jenen Aspekt des Anderen bezeichnen, dem mein Verlangen *speziell* gilt, aber dieser Aspekt ist nicht zu bezeichnen; nie werde ich etwas von ihm wissen; meine Sprache stammelt, lallt immer dann, wenn ich ihn auszusprechen versuche“ (Barthes 1984, S. 38).

Nicht anders scheint es sich beim Essen zu verhalten. Wir stammeln: „Oh, schmeckt das lecker“, und damit hat es sich. All die wunderbare Prosa über die verschiedenen Weine weist im Grunde nur darauf hin, dass die Sprache zum Geschmack nicht richtig findet. Genau, wenn ich ein besonderes Verlangen habe, genau dann werde ich sprachlich blind und stumm. Wie soll ich jemandem erklären, dass ich Pfannkuchen besonders liebe? Obwohl ich an der Erklärung scheitere, macht mich diese Liebe tendenziell einzigartig.

Zur Figur „Askese“ führt Barthes aus: „Die Askese (die asketische Anwendung) wendet sich an den Anderen: dreh dich um, schau mich an, sieh, was du aus mir gemacht hast! Sie ist Erpressung: ich führe angesichts des Anderen die Figur meines eigenen Verschwindens vor, zu dem es mit Sicherheit kommen wird, wenn er nicht nachgibt“ (Barthes 1984, S. 43). Askese wäre so nicht Selbstübung, sondern anklagende Kommunikation, eine Variante des Hungerstreiks. Ich nötige und erpresse und gebe dem anderen die Schuld, am besten für alles. Ich bestrafe mich für etwas, für das im Grunde der andere bestraft werden muss. Um ihm seine Schuld vor Augen zu halten, demonstriere ich mit Verzicht, der tödlich enden kann. Würde der andere die Schuld abarbeiten, dann stände es in seiner Macht, eine Linie

des Endes des Verzichts zu ziehen. Aber bei mir kann er das nicht. Es steht in meiner Macht, im Verzicht zu sterben. Und das ist mein Triumph und seine Ohnmacht.

Mit dem radikalen Schlankheitskult der westlichen Welt demonstrieren wir, dass wir entweder keine Überfluggesellschaft haben oder dass wir trotz Überfluss uns diesem entziehen. Wir kommen dem Schuldvorwurf aus der so genannten „Dritten Welt“ zuvor, der darin bestehen könnte, dass wir auf ihre Kosten so ein gutes Leben haben, dass wir essen, während die Menschen dort verhungern. Und wir klagen die „Dritte Welt“ an, dass es uns so dreckig geht. Dazu kommen noch die ganzen Lebensmittelskandale, die mit Zusatzstoffen und Aromen vergifteten Lebensmittel. Uns geht es fürwahr nicht gut, und das soll alle Welt wissen.

Die kurzen Ausführungen zu der Übersetzbarkeit der Fragmente einer Sprache der Liebe in eine Sprache des Essens sollen andeuten, dass diese möglich ist, aber mit dem bisher Gesagten noch keinesfalls abgeschlossen ist. Dennoch sollen die Differenzen zwischen diesen beiden Sprachen nicht außer Acht gelassen werden. Die Liebe hat mit einem menschlichen Gegenüber zu tun, das agiert und auf mich reagiert, das versucht, mich zu verstehen. All das ist vom Essen nicht zu erwarten.

Barthes schreibt über die Liebe, Foucault über die Sexualität. Beide gehören der gleichen Generation an. Beide sterben fast im gleichen Jahr, Foucault an den Folgen einer HIV-Infektion, Barthes an den Folgen eines Verkehrsunfalls. Beide wurden sie mit Lacan und Lévi-Strauss Strukturalisten genannt. Foucault wies diese Zuordnung überwiegend zurück, Barthes nicht.

Ließ sich mit Barthes die Sprache der Liebe in die Sprache des Essens anteilig übersetzen, so funktioniert dies weniger gut, wenn Foucaults Analyse der Sexualität näher angeschaut wird. Dann besteht eine seltsame Diskrepanz zwischen dem Diskurs über die Sexualität und dem über Essen.

Foucault hat drei Bände geschrieben, die sich „Sexualität und Wahrheit“ nennen, in denen er allerdings auch Essen thematisierte. Aber er hätte sie nicht unter „Essen und Wahrheit“ veröffentlichen können. Vermutlich wären mit diesem Titel weit weniger Käufer gewonnen worden. Somit scheint es so zu sein, dass auch im Themenfeld der Philosophie/Soziologie „sex sells“.

Sex scheint aufregender, geheimnisvoller, verrufener als Essen zu sein. Das Erregende und Anstößige, das, was der Enthüllung harrt, das ordnen wir der Sexualität zu. Sex ist noch immer der primäre Ort des Verbotenen, des möglichen Skandals, der Blamage. Auch wenn das Essen in unseren Tagen von Verboten umstellt ist, ist die Verbotsübertretung, auch bei der Bulimia nervosa, vergleichsweise brav und harmlos. Wenn wir erfahren, dass ein Star bulimisch gewesen ist, dann wird unsere Phantasie nicht so sehr angeregt, als wenn wir mitbekommen, dass eine berühmte Schauspielerin lesbisch ist.

Möglicherweise hat das Primat des Sexes als potenzieller Skandal mit der traditionellen Verbotsordnung der christlichen Religionen zu tun, die die Sexualität

eher ins Rampenlicht rückten als das Essen, das ohne Zweifel auch reglementiert war etwa durch verordnete Fastentage.

Foucault hat die Sexualität nicht jenseits der Macht gesehen, er hat ihr keinen Inselzustand zugebilligt. Er hat herausgearbeitet, wie die *ars erotica* von der Sexualität abgelöst worden ist, die biologisch-wissenschaftlich konzipiert ist. Am Beispiel der Sexualität formulierte er seine Annahme, dass die Macht auch positiv arbeite und nicht nur repressiv. Sie verschaffe auch neue Lüste, da sie bestimmte Praktiken wie die Masturbation verböte, und vor allem das Verbot die Masturbation attraktiv mache. Er hob hervor, dass wir uns über unsere sexuellen Praktiken, und seien diese auch abweichende, Identität verschaffen. Über diese versuche ich meine Biographie zu verstehen, die Beziehung zu meiner Mutter einzuordnen, etc.

Die 68er haben Foucaults Thesen nicht sonderlich wohlwollend rezipiert, konzipierten sie doch die Sexualität als die Möglichkeit zur Befreiung. Foucault entzog ihnen so ihre Spielwiese.

Heute, wo mit den Ideen der zu befreienden Sexualität und der Befreiung durch Sexualität kein Blumentopf mehr zu gewinnen ist, weil fast alles möglich ist, soweit der Partner oder die Partnerin davor gefragt worden ist, hat das Essen in gewisser Weise die Funktion der Sexualität der 68er Generation übernommen. Es wird politisch kontextualisiert etwa durch Konzepte zur Nachhaltigkeit, zur Ökologie, zur Ethik des Essens; es wird ideologisiert zum Beispiel als Vegetarismus, als Veganismus. Es besteht dann ein Freund-Feind-Verhältnis zwischen den bösen Spießern, die noch immer Fleisch essen, und den guten Nichtfleischessern, etc. Vegetarismus und Veganismus dienen dann der Identitätsbildung und -abgrenzung. Das Essen ist zum Schauplatz der (vermeintlichen) Befreiung geworden, wenn ich zum Beispiel beginne, mich orthorektisch zu ernähren.

Die eben genannten Diskurse über das Essen sind subkulturell entstanden und rühren nicht aus dem Mainstream. Sie setzen die 68er Parole „Wir wollen es anders“ mit anderen Mitteln fort.

Der Mainstream hat andere Diskurse über das Essen. Dominant ist das Thema Gesundheit. Essen soll dazu dienen, als Individuum, aber auch als Bevölkerung oder *Volk*, als Nation gesund und *stark* zu bleiben und Krankheiten zu verhindern und so die Krankheitslast und -kosten zu reduzieren. Wer diesen Diskurs als Individuum nicht tatkräftig unterstützt, wird negativ sanktioniert. Gesundheit und gesundes Essen haben sich deutlich moralisiert. Zentrale europäische Tugenden wie die Mäßigung, die über Jahrtausende Gültigkeit besitzen und eine Zivilisation zusammen halten, werden so aufrechterhalten.

Denjenigen, die den so genannten inneren Schweinehund nicht im Zaum halten können, den Übergewichtigen und damit vermeintlich Unmäßigen, droht nicht nur Ungemach in Form von Stigmatisierung und Diskriminierung, sie sind gleichsam

dazu verdammt, etwas zu unternehmen, etwa eine Diät durchzuführen. Sie werden bei diesem Unternehmen nicht alleine gelassen. Es liegen unzählige und sich widersprechende Kostregimes vor, wie eine *erfolgreiche* Diät durchzuführen sei. In der Regel sind es Glaubensbekenntnisse, die diese Kostregimes fundieren. Sie sollen auf den Weg der Tugend, der Mäßigung, zurückführen, sie sollen, aber sie tun es nicht.

Alternative Ernährungsformen und der Mainstream, der durch die DGE vertreten wird, erscheinen weit voneinander entfernt zu sein, aber sie konvergieren in einem bestimmten Habitus der kontrollierten und tendenziell asketischen Lebensweise. Sie haben sich alle der europäischen Idee der Mäßigung verschrieben.

Neben den Empfehlungen der DGE zur gesunden Lebensführung hat sich noch ein anderer Gesundheitsdiskurs etabliert. Obliegt es dem Einzelnen, die Empfehlungen der DGE umzusetzen, geht es also hier um das eigene Gesundheitsverhalten, so richtet sich der andere Diskurs auf die Gefahren, die von außen allenthalben und unentwegt lauern, nämlich in den Lebensmitteln, die zu süß, zu fett sind, die gefährliche Aromen und Zusatzstoffe enthalten, die auch ohne Lebensmittelskandal unsere körperliche, aber auch geistige Gesundheit unterwandern. Höchste Vorsicht ist geboten. Am besten ist es, nur noch das zu essen, was der eigene Garten hergibt. Konnten unsere Vorfahren im 19. Jahrhundert an den üblen Folgen der Masturbation ihre Gesundheit einbüßen, so ist es heute der unbedachte Kauf beim Discounter, der nicht ähnliche, aber vergleichbar schwere Folgen haben kann. Das Panorama der Gesundheitsängste hat sich also tendenziell verschoben. Obwohl wir eine immer noch steigende Lebenserwartung haben und nahezu doppelt so alt werden wie unsere Vorfahren vor 100 Jahren, fühlen wir uns von Lebensmitteln vergiftet, ungeachtet des Umstandes, dass es genau die ausreichende Versorgung mit Lebensmitteln ist, die dazu beiträgt, dass wir immer länger leben. Und auch hier können wir ein Freund-Feind-Verhältnis konstruieren: da wir, die Unschuldslämmer und Opfer, dort die böse Lebensmittelindustrie, die uns an den Kragen will.

Dann gibt es noch einen anderen Essensdiskurs, der Essen mit edler Kultur verbindet. Ein Mensch mit dem Anspruch, kulturell hoch zu stehen, hat gleichsam die Pflicht, eine sehr gute Ernährungskompetenz zu besitzen, angefangen von den sieben unterschiedlichen Olivenölen, die seine offenen Küchenregale zieren, die er geschmacklich nicht nur zu unterscheiden weiß, sondern selbst im Urlaub in der Toskana erworben hat; fortgesetzt in einem gut sortierten Weinkeller. Natürlich kann dieser Mensch exzellent kochen, was er mit seinen Freunden oft macht, um dann über Stunden hinweg zu essen und zu reden, aber niemals große Portionen. Er frisst und säuft nicht. Er ist ein gespannter Genießer, der maßvoll von Natur aus ist. Kurzum: Er ist vollkommen kultiviert.

Angenommen dieser Mensch hat einen Partner oder eine Partnerin, angenommen, das Bett wird nach dem Essen geteilt, dann muss sich dieser Mensch im Bett total konträr zum Esstisch verhalten. Er muss spontan, wild und leidenschaftlich sein, sein Verstand darf keine Rolle spielen. Da muss er Tier sein.

Der Kulturmensch kann sich medialer Unterstützung sicher sein. Es mangelt nicht an Kochshows im Fernsehen, er kann unter zahlreichen bis zahllosen Kochbüchern aussuchen, in den Social Media wird er ebenfalls fündig.

So lässt sich nicht sagen, dass es keine Diskurse zum Essen gibt. Zu fragen bleibt, über welche Aspekte des Essens nichts gesagt wird, was aus den Diskursen ausgeschlossen bleibt.

Beim Thema Sexualität war bei den 68ern die Aufforderung, darüber zu reden, mit der mehr oder weniger impliziten Idee verbunden, den Sex aus den repressiven Zwängen der Gesellschaft zu befreien. Der erste Schritt zur Befreiung bestand im Reden, so die Konzeption. Wer redet, macht sich seiner Unterdrückung als Frau, als Schwuler bewusst und kann dann beginnen, sich der Repression zu entziehen, sich gemeinsam zu wehren.

Wenn nun angesprochen wird, was beim Thema Essen ausgeschlossen wird, dann ist damit nicht der Anspruch verbunden zu befreien, eher zu reflektieren, warum unser kollektiv betriebenes restringiertes Essverhalten nicht nur in dem Prozess der Zivilisation (Elias) gründet, sondern auch religiöse Wurzeln besitzt, und über die Essensregeln der christliche Glaube säkularisiert und wirkmächtiger denn je in der breiten Bevölkerung vorhanden ist. Er ist weit davon entfernt, sich verabschiedet zu haben. Eine nicht leicht zu beantwortende Frage könnte so formuliert werden: Warum wird der christliche Glaube nicht manifest als Glaube gelebt, sondern verdeckt über Essensvorschriften? Warum wollen wir uns von dem Glauben frei wähnen?

Beim Thema Sexualität sind wir froh und stolz, den Vorgaben der Kirchen nicht gerecht zu werden. Nicht so beim Essen. Mit dem Sex beschwören wir eine freie und hedonistische Gesellschaft, in der jede und jeder darüber entscheiden darf, wie sie oder er über Sex denken will und wie sie oder er sexuell handeln will. Mit unserem streng normativ geregelten Essverhalten bomben wir uns gleichsam in vormoderne Zeiten zurück, in denen es keine Wahlmöglichkeiten gab, in denen der Regent vorgab, welchen Glauben die Bevölkerung haben durfte.

Es ist nicht von der Hand zu weisen, dass sich jede Gesellschaft darüber definiert, was erlaubt und was verboten ist, etwa welche Lebensmittel als essbar und nicht essbar gelten. Deshalb nimmt es nicht wunder, wenn eine Gesellschaft verbindlich vorgibt, wie gegessen wird, welche Manieren eingehalten werden sollen. Es ist aber überraschend, wie rigoros unsere Vorstellungen über Essen und Schlankheit sind. Unser Essverhalten lässt sich auch vor dem Hintergrund des ra-

dikalisierten Schlankheitsideals in eine Formel gießen: Esse am besten nichts oder sehr wenig!

Es ist nicht minder überraschend, dass wir fast alle akzeptieren, dass unsere Kultur in unsere Körper massiv eingreift, in etwas so Privates, das sich Körper und Essen nennt. Es wird medial diskutiert, wie Privatheit durch das Internet verloren gehen kann. Es wird nicht diskutiert, warum wir uns vorschreiben lassen, was wir in welchen Mengen essen und wie schlank wir sein sollen. Ob wir dies dann auch tun und umsetzen, ist ein anderes Kapitel.

Wenn unsere Gesellschaft ein Gesetz erlassen würde, das den Sex vor der Ehe verbietet, dann gäbe es einen riesigen Aufschrei. Auch eine soziale normative Erwartung, auf den Sex vor der Ehe zu verzichten, würde auf keine Gegenliebe stoßen. Doch die soziale Erwartung, sich gesundheitsgerecht zu verhalten und schlank zu sein, wird akzeptiert, wie rigoros das Schlankheitsideal auch immer sein mag. Da gibt es keine Freiheitsgrade, keine Spielräume. Marilyn Monroe könnte heute nicht mehr Schauspielerin sein, sie würde kein Star mehr werden, keinen Playboy-Titel würde sie zieren.

So sind wir bezüglich der Einstellung gegenüber dem Essen und der Schlankheit radikal vormodern. Möglicherweise halten wir Freiheit und Demokratie nicht so gut aus, zumindest nicht auf allen Ebenen. Wenn die gesellschaftliche Kontrolle des Essens zu den modernen Machtstrategien dazu gehört (Foucault), dann ist das für uns kein Problem. Im Gegenteil. Und darüber wollen wir auch nicht reden, genau so wenig wie über die christliche Fundierung unseres Essverhaltens, wollen wir doch dem Anschein nach den Glaubensvorschriften entkommen sein.

Die rigiden Essens- und Gewichtsnormen könnten verstanden werden als Gegengift zur offenen demokratischen Gesellschaft, als Wirbelsäule eines Ordnungssystems in der im 19. Jahrhundert so gefürchteten Massengesellschaft ohne feste feudale Struktur. Sie geben jedem Menschen Halt und Orientierung, sie schaffen gemeinsamen Sinn, sie verorten jeden in einer Verteilung von Normerfüllung und quantifizierbarer Abweichung. Sie geben jedem einen Platz, über den er und sie sich identifizieren können. Zu fragen bleibt, ob wir diese starre Ordnung brauchen, oder ob sie eher aus der übermächtigen Angst vor der diffusen und unbeherrschbaren Masse geboren ist und eigentlich in der Strenge überflüssig ist. Unsere Gesellschaft würde höchstwahrscheinlich überleben, beziehungsweise besser leben, wenn die Freiheitsgrade größer wären, wir liberaler mit Essen und Gewicht umgehen würden und wir einen gemeinschaftsstiftenden Sinn diskursiv-reflexiv herstellen und nicht blind normativ. Dann könnten wir reden über die in der Schlankheitsnorm eingebettete Tugend der Mäßigung, anstatt sich ihr zu sklavisch unterwerfen und uns damit permanent selbst zu demütigen.

Wir könnten beginnen, die Idee der Mäßigung anders zu interpretieren. Keine Frage, dass Mäßigung nicht nur Restriktion bedeutet, sondern auch die beneidenswerte Fähigkeit, Herr und Frau über den eigenen Körper, ihm also nicht ausgeliefert zu sein. Wir können froh sein, unsere Aggression, unseren Hunger, unsere sexuellen Impulse kontrollieren zu können. Wir beginnen keine Schlägerei, wenn wir uns über jemanden ärgern, wir verspeisen keinen Hamburger in der Oper und wir fallen nicht über jemanden her, wenn wir sexuell begehren.

Wir sollten aber nicht dichotom teilen zwischen der guten Mäßigung und der bösen Maßlosigkeit. Maßlos und unersättlich zu sein, kann zuweilen großartig sein. Verteufeln wir die Maßlosigkeit, wollen wir etwa stets restringiert essen, dann überfällt sie uns. Restriktives Essverhalten begünstigt den unkontrollierbaren Essanfall (Klotter 2007). Erst über die Maßlosigkeit finden wir Gefallen an der Mäßigung. Immer maßlos zu sein, ist eintönig und langweilig. Aber diese notwendige Verschränkung von Maß und Maßlosigkeit ist den Gesundheitsexperten hierzulande, aber auch weltweit, zuwider. Sie fordern permanente Askese und verorten die Maßlosigkeit implizit als aus dem Reich des Bösen kommend. Der *Exzess* beim Essen eines 5-Gänge-Menüs, das Trinken von mehr als einem Glas Wein gilt als verwerflich, fast als undenkbar.

Barthes (1984) umschreibt das Zusammenspielen von Maß und Maßlosigkeit so: „Ich fülle mich (ich bin erfüllt), ich häufe an, aber ich überschreite die Grenzen des bloßen Mangels: ich bringe ein *zuviel* hervor, und in diesem *zuviel* kommt es zur Erfüllung (das *zuviel* ist das Reich des Imaginären: sobald ich mich nicht mehr im *zuviel* bewege, fühle ich mich betrogen; *angemessen* bedeutet für mich *nicht genug*“ (Barthes 1984, S. 93). Damit ist aber die Reise nicht abgeschlossen: „Das Übermaß hat mich zum Maß geleitet“ (Barthes 1984, S. 95). Das *Zuviel* muss sein, damit ich umfänglich satt bin und dann zurückkehren kann zu dem dann angenehmen Maß. Das Imaginäre ist nicht nur für die Liebe reserviert. Auch beim Essen spielt es eine zentrale Rolle. Wenn ich Eis esse, dann esse ich Sommer, Sonne, Strand, Meer, ferne Länder.

Jullien (2005) erblickt in diesem Dualismus von Maß und Maßlosigkeit manichäisch-gnostisches Denken: da das Reich des Guten, dort das des Bösen, da das Reich des Lichtes, dort das der Finsternis. Er begreift diese Dichotomie als intellektuelle Bequemlichkeit:

Jene Bequemlichkeit folglich, die darin besteht, jede der beiden Seiten zu isolieren und Licht und Schatten, gleich zwei antithetische Welten, in zwei Lager zu scheiden, kurzum, beide auf eine eigene Entität zurückzuwerfen und aus ihnen Rollen machen: Gut und Böse. Denn obschon sie sich gemeinhin nicht mehr zu dieser Tradition bekennt, das Böse zu einer eigenen Kraft zu machen und davon ausgehend die Geschichte zu verkürzen und dramatisch zuzuspitzen, kehrt jene Versuchung