

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

manichäischer Art immer wieder: Die Versuchung, zum primitiven, heute kaum veränderten Antagonismus zwischen Licht und Finsternis zurückzukehren, den Anderen zu verteuflern, ja den Anderen bloß noch zur Verteuflung zu gebrauchen und sich auf die ‚Achse des Bösen‘ zu berufen. (Jullien 2005, S. 53 f.)

Mit Hilfe dieser dichotomen Logik fällt es wohl nicht schwer, etwa die Lebensmittelindustrie für die sogenannte Adipositas-Epidemie verantwortlich zu machen. Der Bevölkerung, fähig Auto zu fahren, das Smartphone zu bedienen, einer Arbeit nachzugehen, wird unterstellt, dass sie nicht wissen könne, was sie an Lebensmitteln einkaufe. Sie werde durch die Lebensmittelindustrie in die Irre geführt und auf eine üble Art manipuliert.

In der Sprache der Psychoanalyse nennt sich dualistisches Denken Spaltung, ein primitiver Abwehrmechanismus, der darin besteht, dass ich negative Selbstanteile nach außen verlagere, zum Beispiel auf die Lebensmittelindustrie, und sie dann verfolge. Ich selbst bin dann das reine Gute, das Objekt das reine Böse. Das, was ich abwehren muss, ist zum Beispiel der Impuls, dass ich gerne Fettes und Süßes esse, etwa in Form von Schokolade. Da ich mir dies nicht zugestehe, muss ich die Lebensmittelindustrie verteuflern. Die nach außen verlagerten negativen Selbstanteile versuche ich im Objekt zu vernichten, oder gar das ganze Objekt. Ich ertrage dann nicht, dass ich böse sein kann, und ich ertrage nicht, dass die Lebensmittelindustrie viele gute Seiten hat. Natürlich ist ohne Spaltung das Leben komplizierter. Ich bin vielschichtig, das Objekt auch. Ohne Spaltung kann ich mich aber bemühen, etwas bei mir zu ändern, ich kann mich schuldig fühlen und nach Wiedergutmachung streben.

Das Böse wäre so ein Teil von mir, es gehört zu meiner inneren Natur. Diesem Teil zu folgen, wäre ein Fehltritt (Jullien 2005, S. 56). Das Böse könnte auch entstehen, wenn ich etwas Gutes tun will, dieses aber misslingt. Es entspringt dem Fehlen des Guten. Es ist so eine Schwäche. Und es gehört zum Menschsein dazu:

Ist es denn nicht eben die Möglichkeit, Böses zu tun, die den Menschen von den stumm ablaufenden Vorgängen abtrennt und ihn zum Menschsein erhebt – die also die menschliche Natur fördert? Denn erhebt der Mensch sich nicht, gerade weil er zu dem Bösen fähig ist, über die Tierwelt und entdeckt an sich jene Freiheit, aufgrund der er, da er nicht mehr bloß eine Wesenheit ist, nicht nur leben (nach dem Modell aller ‚Lebewesen‘), sondern existieren kann (mit einem persönlichen Schicksal)? (Jullien 2005, S. 59)

Ich werde zum Menschen, indem ich die Freiheit habe, zwischen dem riesigen Burger und einem Salat zu wählen. Die Wahl muss auch auf den Burger fallen können. Menschliche Kulturen praktizieren dies auch so. Es gibt Fastenzeiten, aber es gibt auch Weihnachten, Ostern, Kirmes, Oktoberfest, also kollektiv organisierte Übertretungen des Gebots der Mäßigung.

Wenn der Dualismus von Gut und Böse, von Licht und Schatten beiseitegelassen wird, dann hört der ausgerufene Krieg gegen Adipositas auf, der im Übrigen zur Ausbreitung von Essstörungen führt. Wir verdammen Übergewicht nicht mehr, wir verachten die Adipösen nicht mehr. *Wir* sind dann auch nicht mehr die rein Guten, wir sind so anfällig wie die anderen, vielleicht anfällig für andere Probleme, die nicht besser sein müssen als der Hang zum Übergewicht.

Zu diesem Text:

In ihm tauchen einige Redundanzen auf, die ich in Kauf genommen habe, um nicht mit ständigen Verweisen auf andere Kapitel und Abschnitte das Lesen erheblich zu erschweren und die Zusammenhänge aus dem Blick zu verlieren. Damit ist auch dem Umstand Rechnung getragen, dass nicht alle Leserinnen und Leser das gesamte Buch lesen werden, sondern eben einzelne Kapitel, die dann doch eine gewisse Einheit bilden sollten.

Franziska Fett hat die Mühe auf sich genommen, diesen Text gegen zu lesen. Dafür danke ich sehr!



Fragmente einer Sprache des Essens

Ein Rundgang durch eine essgestörte Gesellschaft

Klotter, C.

2015, VII, 157 S., Softcover

ISBN: 978-3-658-07064-9