

In den Medien wird reichlich über Kochen und Genießen gesprochen, und einige Vertreter, die Beiträge zu kulinarischen Themen liefern, werden als Gastrosophen bezeichnet. Doch was genau meint Gastrosophie? Ist es ein Modebegriff oder kann man in der Philosophiegeschichte auf Vorläufer treffen, die fernab vom heutigen Medienrummel eine ernste Auseinandersetzung mit dem Kulinarischen gesucht haben?

Epikurs Lustprinzip als Kern einer modernen Gastrosophie

Wenn Essen und Denken aufeinandertreffen

Epikur ist Begründer einer Philosophie, die Freude und Lust am Leben nicht negiert, sondern in den Mittelpunkt stellt. Kern dieser Philosophie ist das Lustprinzip. Epikurs Thesen wurden schon zu seinen Lebzeiten kritisch aufgenommen. Nicht zuletzt aufgrund von Missverständnissen wurden er und seine Anhänger als eine dem ausschweifenden Leben frönende Kommune abgetan. Weil Epikurs Lehre provokativ ist, wird sie gerne missverstanden und falsch wiedergegeben. Das ist häufig in diffamierender und auch parodierender Weise geschehen.

Entgegen dieser Abwertung wird im Folgenden die Komplexität des Lustbegriffs bei Epikur ebenso gezeigt, wie seine Förderung eines moralisch guten Lebens. Seine Ethik bildet mögliche Ausgangspunkte und erste Lösungsansätze für eine gastrosophische Auseinandersetzung mit unserer heutigen Lebensmittelwelt. Denn globalisierte Agrarmärkte, industrialisierte Produktionen und wachsender Nachfrage führen zu wirtschaftlichen Herausforderungen und ethische Fragen.

Zunächst wird das Lustprinzip Epikurs dargestellt und auf einige von ihm beschriebene Differenzierungen eingegangen. Im zweiten Teil wird der Begriff »Gastrosophie« näher definiert und sein historischer Hintergrund beleuchtet. Anschließend soll eine moderne Gastrosophie, die sich auf Epikurs Ethik beruft, und die sich daraus ergebenden Konsequenzen beschrieben werden.

Epikurs Lustprinzip I: Die Definition von Lust

Epikur sieht in der Lust das von den Menschen natürlich angestrebte »höchste Gut«. Zentral für die Auslegung des Lustbegriffs ist, dass Epikur Lust als Abwesenheit von körperlichem Schmerz und seelischer Unruhe definiert. Epikur schließt damit einen neutralen Zustand aus. Keine Schmerzen zu haben

ist bereits ein Zustand der Lust. Gleichzeitig stellt er klar, dass nicht die oftmals mit Lust assoziierten »(...) Lüste derer, die ausschweifend leben, auch nicht die Lüste, welche auf dem Genuß beruhen (...)« (Long, Sedley 2006, S. 133) gemeint sind.

Epikurs Lustprinzip II: Begierden

Nach dieser Definition lässt sich ein Lust erfülltes Leben bereits mit einfachsten Mitteln verwirklichen. Um Hunger zu beseitigen ist nicht ein luxuriöses Essen notwendig. Auch ein Stück Brot lindert den Schmerz des Hungers und führt somit zu einem Zustand der Lust. Begierden können also auf unterschiedliche Weise befriedigt werden. Epikur nennt das Essen und Trinken bei Hunger und Durst »natürlich und notwendig«. »Natürlich aber nicht notwendig« ist das luxuriöse Essen. Die dritte Kategorie benennt »weder natürliche noch notwendige« Begierden wie z.B. das Streben nach Ruhm und Ehre (S. 136). Davon ausgehend entwickelt Epikur das »Lustkalkül«, nach dem jeder bestimmte Dinge wählt oder umgeht, um das Ziel des größtmöglichen Lustgewinns systematisch zu verfolgen. Schmerz kann sinnvoll sein, wenn größere Lust folgt. Andererseits sollte eine mögliche Quelle der Lust umgangen werden, wenn Schmerzen folgen könnten. Dies setzt nach Epikur ein »kluges, gutes und gerechtes Leben« (Euringer 2003, S. 94) voraus, denn ein Leben in größter Lust ist nur in Verbindung mit diesen Tugenden denkbar und umgekehrt.

Epikurs Selbstgenügsamkeit

Die bisherige Annäherung an Epikurs Lustbegriff zeigt, dass er nicht für eine herkömmliche Lust plädiert, die sich in Festen und Gelagen manifestiert, sondern eine geradezu asketische Definition wählt, die Lust zu einem stets verfügbaren, über einfachste Mittel herzustellenden Zustand gewinnt. Trotz der universellen Verfügbarkeit einfacher Mittel, die die Lust fördern, betont Epikur, dass diese Selbstgenügsamkeit kein Selbstzweck ist, also keine Askese, die in der Einfachheit der Dinge etwas Gutes an sich sieht. Vielmehr erhöht Epikur damit die Wahrscheinlichkeit, ein Leben in Lust auch unter einfachen Bedingungen zu erreichen: »Auch die Selbstgenügsamkeit halten wir für ein großes Gut, nicht um uns immer mit wenigem zu begnügen, sondern damit wir uns dann mit wenigem begnügen können, wenn wir nicht das Viele haben, in der echten Überzeugung, dass am Luxus diejenigen das größte Vergnügen haben, die ihn am wenigsten nötig haben, und dass alles Natürliche leicht, das Nichtige dagegen schwer zu beschaffen ist«. (Long, Sedley 2006, S.133)

Epikur macht sich unabhängig von Luxusprodukten, indem er nicht leidet, wenn sie nicht verfügbar sind. Freilich wird er sie aber nicht ablehnen, wenn sie sich ihm anbieten. Ein vernünftiger Umgang beispielsweise mit Wein ergibt sich aus dem beschriebenen Lustkalkül. Dieses Kalkül, das der Vernunft bedarf, erweist sich als wesentlich im Umgang mit vermeintlichen oder tatsächlichen Lüsten.

Der Ursprung der Gastrosophie

Die Darstellung der Ethik Epikurs zeigt deutliche Bezüge zur Welt der Gastrosophie, die laut Brockhaus (17. Auflage, 1968) lehrt, »Tafelfreuden zu genießen, ohne dass Gesundheit und Menschenwürde Einbußen erleiden.« Epikur greift darüber hinaus auf Vergleiche zurück, die sich direkt auf Essen und Trinken beziehen. Damit veranschaulicht er zum einen Sachverhalte die sich auf andere Lebensbereiche beziehen, aber diese Vergleiche können ebenso unmittelbar, im wörtlichen Sinne auf Fragen der Gastrosophie angewendet werden.

Eine »Gastrosophie« wird erstmals von Charles Fourier entwickelt und 1852 von Eugen von Vaerst in seinem gleichnamigen Buch als philosophische Wissenschaft des Essens begründet. Dabei untersucht er sowohl die Herstellung der Lebensmittel und der Speisen als auch ihre Rezeption. Er geht auf die geschmackliche Wahrnehmung und chemische Prozesse ein. Er beachtet die unmittelbaren Phänomene des Essens und die weitreichenden Bezüge, die zwischen Produzent und Konsument bestehen. Epikurs Ethik, genauer das oben erläuterte Lustprinzip, bildet eine wichtige Grundlage für eine moderne Gastrosophie. Bemerkenswert ist allen voran die Betonung der sinnlichen Freuden. Damit stellt sich Epikur gegen die Stoa oder Platon und auch gegen den daraus folgenden Trend einer »Diätmoral« in der westlichen Philosophie, wie sie Harald Lemke in seiner »Ethik des Essens. Eine Einführung in die Gastrosophie« beschreibt. Mit dem Satz »Ursprung und Wurzel alles Guten ist die Lust des Bauches, auch das Weise und Überfliegende bezieht sich nur auf diese« (Hossenfelder 1991, S. 69) stellt Epikur wörtlich die »Gastro-Sophia« in den Mittelpunkt seiner Lehre. Dass er dennoch keine ausschweifende Lust propagiert, sondern die Vernunft über seine Lehre stellt wird, im Folgenden weiter ausgeführt.

Gastrosophie nach Epikur

Die bei Epikur formulierten Gedanken werden von bekannten Philosophen variiert oder erweitert. Lemke listet einige von ihnen auf. Darunter ist Bartolomeo Sacchi (Platina), der im 15. Jahrhundert Epikur in Form eines Kochbuchs, das auch gesundheitliche, kulinarische und ethische Aspekte aufgreift, gegen bestehende Vorurteile verteidigt. Balthasar Gracian bezieht im 17. Jahrhundert den Geschmack in seine Ethik mit ein und fordert eine Geschmacksbildung. Christian Thomasius nimmt Ende des 17. Jahrhunderts die Gedanken seiner Vorgänger auf und systematisiert sie. Rousseau setzt sich 1762 in seinem »Emil« ausführlich mit der Auswahl von Lebensmitteln und deren Produktion auseinander. Schon vor Eugen von Vaerst wurde Gastrosophie, die sich mit genussvollem Essen beschäftigt, betrieben. 1822 hat Friedrich von Rumohr Gedanken zum Essen in seinem Buch »Vom Geist der Kochkunst« veröffentlicht. Brillat-Savarin hat in seiner »Physiologie des Geschmacks« von 1826 eine Grundlage geschaffen, die Essen, Kochen und Genießen ungewohnte Aufmerksamkeit verschaffte. Und Antonius Anthus schrieb 1838 seine »Vorlesungen über die Esskunst«.

Während diese Bücher sich kulinarischer Probleme annehmen, geht Lemke der ursprünglichen Bedeutung des Gastrosophie-Begriffs nach und entwickelt eine »Ethik des guten Essens als eine Praxisform eines ethisch guten Lebens«. Er veranschaulicht die moralische Dimension der Wahl unserer Lebensmittel an der intensiv diskutierten Frage des Fleischkonsums. Diese Definition, die Ethik als wesentliches Merkmal mit einbezieht, entspricht dem hier verwendeten Begriff der »modernen Gastrosophie«. Ob eine Ethik, die vom Essen ausgeht, überhaupt zu entwickeln ist, wird am Ende dieser Erörterung nochmals anzusprechen sein.

Neben einer normativen Definition der Gastrosophie, wie Harald Lemke sie anstrebt, machen auch heute Gastrosophen diesen Aspekt nicht zum Ausgangspunkt ihrer Überlegungen, betrachten ihn allenfalls am Rande. Sie stehen Brillat-Savarin näher, in dem sie ihre Theorien stark am Genuss und der Verarbeitung von Lebensmitteln durch professionelle Köche orientieren. Neben Jürgen Dollase, der wöchentlich über Restaurantbesuche im Feuilleton philosophiert und auch Theorien der Kochkunst erarbeitet, ist Wolfram Siebeck ein wichtiger Vertreter. »Kein wirklicher Feinschmecker hält einer Brot- oder Teesorte nur deshalb die Treue, weil bei ihrer Herstellung keine Kinder und keine Chemiker beteiligt waren. Neben der zweifellos zu begrüßenden Eliminierung von Zusätzen in Lebensmitteln bedeutet dies nicht immer einen gustatorischen Gewinn für das jeweilige Produkt« schreibt Siebeck im Zeit Magazin (Nr. 7/11. März 2010) und gewichtet damit die Kriterien von Feinschmeckern. Natürlich ist der Geschmack von zentraler Bedeutung, aber vielleicht sollte sich auch ein Feinschmecker diesen verderben lassen, wenn ein geschmacklich gutes Produkt ethischen Bewertungen nicht genügt. »Moderne Gastrosophen« praktizieren Genuss in einem ganzheitlichen Sinne und betrachten den gustatorischen Faktor nicht isoliert.

Kernthemen einer modernen Gastrosophie

Die wachsende Globalisierung im Lebensmittelbereich führt vor Augen, welchen wirtschaftlichen aber auch politischen Einfluss die Wahl unserer Lebensmittel hat. Entgegen der politischen Enthaltensamkeit Epikurs, die sich auch in den Umständen seiner Zeit begründen, kann eine »moderne Gastrosophie« diesen Bereich nicht ignorieren, vielmehr steht er im Mittelpunkt einer Ethik des Essens.

Die Zusammenhänge unserer Nahrungsmittelproduktion sind ohne genauere Kenntnis dieses Systems nicht mehr nachzuvollziehen. Dass Produkte wie Äpfel zu bestimmten Jahreszeiten aus Chile oder Neuseeland kommen, ist eine alltägliche Gegebenheit. Bereits der Kauf eines Apfels ist eine Entscheidung mit möglicherweise weltweiten Folgen. Für den Konsumenten schwerer zu beurteilen sind Produkte, die Zutaten aus verschiedensten Teilen der Welt beinhalten, die unter unterschiedlichen Bedingungen geerntet oder produziert wurden. Hier soll nicht auf das Für und Wider der modernen Nahrungsmittelindustrie eingegangen werden, aber die Beispiele zeigen die Komplexität und Probleme dieses Bereichs.

Praktische Gastrosophie

Das erwähnte Lustkalkül bestimmt nach Epikur, was zu wählen und was zu meiden ist, um mögliche Schmerzen zu umgehen bzw. Lust zu erfahren. In der Gastrosophie kann diese Maxime als Grundlage eines guten Einkaufs dienen. Es sollen nur Lebensmittel gewählt werden, die Schmerz vermeiden und zu Lust führen. Natürlich schließt das die Mitmenschen ein. Epikurs »Egoismus« fördert auch ihre Lust. Epikur möchte um seiner selbst willen niemandem schaden, da es seine Seelenruhe beeinträchtigen würde. Um diese Anforderung in die Praxis umzusetzen, muss sich der Konsument mit den angebotenen Produkten auseinandersetzen, um beurteilen zu können, welche Folgen sein Einkauf hat, bzw. welche Produktionsmethoden er unterstützt. Dies sollte er nach »bestem Wissen und Gewissen« tun.

Der Einkauf ist ein wesentlicher Teil des kulinarischen Prozesses. Wird er nach den genannten Kriterien vollzogen, ist bereits ein wichtiger Beitrag zu einem größtmöglichen Genuss geleistet. Ob es sich nun um einfache Grundprodukte handelt oder Luxusprodukte in unserem Sinne, bleibt für den Genuss zweitrangig. Für einen Epikureer können beide als Quelle der Lust dienen. Wann immer sich besondere Produkte anbieten, werden sie auch angenommen. Davon ausgehend, dass kein Hunger zu erleiden ist, kann ein moderner Epikureer sich an dem erfreuen, was ihm wirklich schmeckt, und diese Speisen besonders genießen, da er sie bewusst isst. Selbstverständlich darf dann auch Wein genossen werden, um die »natürliche, aber nicht notwendige Begierde« nach Genuss zu befriedigen.

Epikur vertritt ein weiteres gastrosophisches Prinzip mit einer großen Selbstverständlichkeit: Um seine Gedanken über das Leben und den Tod zu verdeutlichen, schreibt er: »So wie er bei der Speise die angenehmste und nicht allemal die größte Menge wählt, so genießt er auch bei der Zeit nicht die ausgedehnteste, sondern die angenehmste« (Long, Sedley 2006, S. 174) und vermittelt damit ein klares Lebens-Qualitäts-Verständnis.

Eine andere Eigenschaft der Gastrosophie zeigt sich in Epikurs Garten. Der Garten ist Sinnbild einer für alle offene Gemeinschaft und drückt damit ihre Bedeutung aus. Dass Freunden eine wesentliche Bedeutung zukommt, zeigt folgendes Zitat: »Du sollst mehr Umsicht darauf verwenden, mit wem du ißt und trinkst, als darauf, was du ißt und trinkst; denn Nahrungszufuhr ohne einen Freund ist das Leben eines Löwen und eines Wolfs.« Damit greift Epikur die Tischgemeinschaft als soziales Phänomen auf. Eine soziologische Betrachtung der Nahrungsaufnahme ist auch im Interesse der Gastrosophie, die Essen als »soziales Totalphänomen« (Marcel Mauss) untersucht.

Epikur soll in seinem Garten Nutzpflanzen zur Selbstversorgung angebaut haben. Diese Nähe zum Produkt ist ganz im Sinne der gastrosophischen Bewegung um Carlo Petrini, der mit dem Slow-Food-Gedanken weltweite Bekanntheit erlangt hat und besonders die ethischen Aspekte der Nahrungsmittel und ihrer Produktion betont. Der Garten als Grundlage für eine bewusste Ernährung wird in Schulgartenprojekten der Organisation gefördert. Selbst die »First Lady« Amerikas sorgte mit der Errichtung eines Gartens zur Selbstversorgung

für medienwirksames Aufsehen. Hinter dem Slow-Food-Slogan »Gut, Sauber und Fair« steckt umfassendes Verständnis, um Lebensmittel zu bewerten. Wichtig ist ihr, dass Lebensmittel nicht allein nach ihren Anbaumethoden beurteilt werden. Auch Herkunft und Verarbeitung bzw. Tradition der Herstellungsweise finden in diesem Modell Beachtung. Die Rückbesinnung auf regionale Produkte heute nimmt Epikur vorweg: »Man soll nicht aus Gier nach fernen Gütern die nahen gering achten, sondern bedenken, daß auch diese einmal zu den sehnlich erwünschten gehört haben.« (Mewaldt 1949, S. 69)

Grenzen und Möglichkeiten der Gastrosophie

Es zeigt sich, dass Lust bei Epikur weit über die begrenzte Annahme, es handele sich um ein bloßes Genießen materieller Dinge, hinausgeht. Wesentliche Merkmale, auf die sich eine Gastrosophie bei Epikur beziehen kann, sind der auf die Vernunft bezogene Lustgewinn, die ethische Dimension des Handelns und die Wertschätzung sinnlicher Genüsse als fester Bestandteil eines glücklichen Lebens. Davon ausgehend kann eine Gastrosophie, die über die Wertschätzung von gutem Essen hinausgeht, in Form einer praxisbezogenen Bewertung der Produktion, Distribution und Konsumation unserer Lebensmittel eine gesellschaftlich relevante Rolle einnehmen. Ihre Inhalte werden in Zukunft noch größere politische, ökonomische und ökologische Bedeutung erfahren und sollten trotz ihrer scheinbaren Trivialität nicht gering geachtet werden. Vielmehr ist es sinnvoll, eine moderne Gastrosophie weiterzuentwickeln, um gesellschaftlichen Anforderungen gerecht zu werden.

Dass Essen eine ethische Dimension besitzt, lässt sich kaum bestreiten; inwiefern man sie zum Ausgangspunkt einer eigenen Ethik des Essens machen kann, bleibt zu hinterfragen. Die hier angesprochenen und am Beispiel des Essens beschriebenen Konflikte gehen über einzelne Konsumentenentscheidungen hinaus und verlangen Lösungen, die weitere Bereiche betreffen. Es gilt, sich diesen Fragen zu stellen und politisch zu lösen. Das geht aber über individuelles Verhalten, wie den gelegentlich geforderten Fleischverzicht, hinaus. Die damit in Verbindung stehenden Probleme sind nicht einseitig von Konsumenten zu lösen. Eine solche Vereinfachung bliebe, auch wenn, im Sinne einer »Verbraucher Macht«, gut gemeint, fragwürdig. Sie ginge mit einer Verschiebung der Verantwortung vom Produzenten zum Konsumenten einher. Nicht nur deshalb könnten Lebensmittelproduzenten von einer Philosophie in Gestalt einer Gastrosophie profitieren: um Antworten auf wesentlichen Fragen zu finden, die richtungsweisend für ein verantwortungsvolles Handeln sind.

Literatur

- Euringer, Martin: Epikur. Antike Lebensfreude in der Gegenwart. Stuttgart 2003
- Hossenfelder, Malte: Epikur. München 1991
- Lemke, Harald: Ethik des Essens. Eine Einführung in die Gastrosophie. Berlin 2007
- Petrini, Carlo: Gut, Sauber und Fair. Grundlagen einer neuen Gastronomie. Wiesbaden 2007
- Rigotti, Francesca. Philosophie in der Küche. Kleine Kritik der kulinarischen Vernunft. München 2002
- Epikur, Brief an Menoikeus. In: (Long, Sedley Hrsg.): Die hellenistischen Philosophen. Stuttgart 2006
- Epikur; Mewaldt, Johannes: Philosophie der Freude. Stuttgart 1949
- Brockhaus Enzyklopädie. 17. Aufl. Wiesbaden 1968