



Völlerei:

Die Angst vor dem Hunger

In den drei abrahamitischen, monotheistischen Religionen zählt die Völlerei, das masslose Essen und Trinken, zu den Todsünden. Aber kann Essen Sünde sein? Die Frage um das richtige Mass und die Bedeutung der Nahrung in der säkularen Wohlstandsgesellschaft lässt sich denn auch nicht so einfach beantworten.

TEXT: JOHANNA LIER FOTOS: CHRISTIAN SCHWARZ

Samstagnachmittag. Wir stehen auf der Rolltreppe und fahren langsam in den Lebensmittelbereich einer grossen Migrosfiliale herunter. Die Sicht öffnet sich auf die grosszügig angelegte Gemüse und Obstabteilung. Berge schimmernder Äpfel, Birnen, Erdbeeren, Zitronen, Orangen, Aprikosen, Salaten, Zuchinis, Auberginen, Karotten, Artischokken, Fenchel, Bohnen, Frühlingszwiebeln, Winterkartoffeln springen uns an, eine Angestellte spritzt Wasser, damit alles noch frischer wirkt in dieser künstlich beleuchteten Welt, in der die Jahreszeiten zu einer einzigen kulinarischen Zeit verschmelzen. Werbesprüche animieren in einer Weise zum Kauf, als müsste der Mensch zum Essen gezwungen und nicht von Zeit zu Zeit daran gehindert werden. Essen und Einkaufen als Lebensaufgabe. Mich überfällt die Panik, wer wird diese gigantischen Mengen in den verbleibenden zwei Stunden, während der das Geschäft vor dem Wochenende noch geöffnet sein wird, konsumieren, und was geschieht mit dem, was übrigbleibt? Die

Bekannte an meiner Seite, die aus einem Land stammt, in dem Mangel an Essen herrscht, beginnt noch auf der Rolltreppe zu zittern und als wir den endlosen Regalen mit dem Tierfutter entlanggehen, kommt ihr nur noch ein Wort über die Lippen: «Pervers!»

Hat ein Mensch genügend Essen und Trinken, ist sein Überleben gesichert. Nimmt er zuviel davon ein, ist seine Gesundheit, und damit sein Überleben, langfristig ebenfalls in Gefahr. Die natürliche Angst vor dem Hunger, ein starker Trieb, hält uns am Leben, die Masslosigkeit der Angst, das Bedürfnis nach Macht und Kontrolle, die Gier, kann uns jedoch unter Umständen dieses Lebens berauben, oder dazu führen, dass der Überfluss der einen zum Mangel der anderen wird. Dass in unserer Wohlstandsgesellschaft, in der Fettleibigkeit bereits zur Volkskrankheit erklärt wird, im Grunde immer noch die Angst vor dem Hunger herrscht, zeigt sich auch darin, dass neueste Diäten drastische Gewichtsverluste ohne Hungern versprechen und Ge-

sundheitsämter und Lebensmittelkonzerne, die sich des Problems annehmen, nicht von zuviel Essen, sondern lediglich vom falschen Essen sprechen. Dokumentarfilme aus China erzählen vom Wirtschaftswunder und zeigen verfettete, junge Menschen, die mit glasigen Blicken durch die Supermärkte streifen und die gigantischen Einkaufswagen mit Chips, Peanuts, Schokolade, Milchshakes und Süssgetränken füllen, Berge bunter Packungen, deren Inhalte undefinierbar, künstlich und unwiderstehlich sind. Billig und viel heisst die Devise. Der Fortschritt wird gepriesen, endlich Überfluss nach den langen Jahren des Mangels und des Hungers, aber nicht wenige dieser Menschen landen in Kliniken, wo ihnen das Fett abgesaugt und die Mägen verkleinert werden müssen. China steht am Anfang einer Erfahrung, die Europa nun hinter sich lassen will. Zuviel des Essens wird aber zur falschen Essgewohnheit umgedeutet, nicht mehr X-Large Portionen von Pommes und Hamburgers sollen wir uns einverleiben, sondern fünfmal am Tag Gemüse und Obst.

In der Schweiz leiden vier von zehn Erwachsenen, und eins von fünf Kindern an Übergewicht. Und laut dem Bundesamt BAG für Gesundheit essen 30% aller Schweizer und Schweizerinnen zu wenig Obst und Gemüse. Mit dem „Nationalen Programm Ernährung und Bewegung“ setzt der Bundesrat nun auf die Förderung der Eigenverantwortung und mit der Lancierung der Initiative actionsanté will das BAG die Privatunternehmen ins Boot holen. Im Lebensmittelbereich würden COOP und Migros im Brot den Salzgehalt und in anderen Produkten den Fett- und Zuckergehalt reduzieren sowie die Fettqualität verbessern. In der Schweiz verpflegten sich auch täglich schätzungsweise rund eine Million Personen in Einrichtungen der Gemeinschaftsgastronomie. Deshalb unterstütze das BAG auch das Projekt «Qualitätsstandards einer gesundheitsfördernden Gemeinschaftsgastronomie» für

«Du musst es einfach schön machen, mit Sorgfalt kochen und die beste Qualität wählen.»»



die Festlegung, Einführung und Überprüfung von verbindlichen Ernährungsqualitätsrichtlinien. Mit Ihren Aktionen will das BAG ein geeignetes Umfeld schaffen, damit den Menschen die gesunde Wahl und somit die Selbstverantwortung für ihre Gesundheit leicht fällt nach dem Motto «Mache the Healthy Choice the Easy Chice!»

Das war nicht immer so. Jakob Tanner, Professor für Geschichte der Neuzeit und Sozial- und Wirtschaftsgeschichte an der Universität Zürich, spricht von einer Hierarchie der Nahrungsmittel, die sich im Laufe der Geschichte dauernd verändert. In der ständischen Gesellschaft der frühen Neuzeit, (Mitte 13. Jhd. bis Ende 15. Jhd) wären Vögel beispielsweise ein hochangesehenes Nahrungsmittel gewesen, Gräser hingegen, dazu zählen Gemüse und Salate, hätten einen geringen Stellenwert gehabt. Auf-

grund einer moralischen Physiologie der Nahrung wäre es für einen Edelmann Pflicht gewesen, sich von Fleisch zu ernähren, wobei einem Bauern lediglich die rauhe, dicke Suppe zustand. «In der frühen Neuzeit besass zudem Fett einen hohen Stellenwert. Wohlhabende Leute waren eher dick, Leibesumfang stellte ein Statussymbol dar. Fett speicherte man auch als Vorrat für Hungerzeiten.» Aber Übertreiben wäre dennoch verboten gewesen, fügt Jakob Tanner an, dies habe dann als Verletzung der Todsünde «Völlerei», als Gefrässigkeit und Selbstsucht gegolten. Als sich dann aber im 19. Jahrhundert die bürgerliche Leistungsgesellschaft entwickelte, hätte man begonnen den Nährwert zu optimieren. Der Arbeiter musste für möglichst wenig Geld, möglichst viele Kalorien, Eiweisse und Fette zu sich nehmen, und als im Jahre 1911 die Vitamine entdeckt worden seien, habe das ernährungsphysiologische Zeitalter, in dem wir uns heute befinden, begonnen: «Wer nicht richtig isst, leistet nichts.» Ist dies die Todsünde unserer Zeit? Durch falsche Ernährung die persönliche Leistungsfähigkeit zu gefährden?

Freitagabend. Im Zug zwischen Zürich und Bern wabert ein undefinierbarer Geruch, der sogleich von der Klimaanlage neutralisiert wird. Süßes vermischt sich mit Scharfem, Festes mit Flüssigem. Die Gerüche vermischen sich mit den Geräuschen, Beissen, Kauen, Schlucken, Rascheln, das Knistern des Plastikgeschirrs, das Ausschaben der Joghurtbecher. Es wird gegessen. Ich staune, wie viele Menschen hastig ihr Abendessen im viel zu engen Zugabteil herunterschlingen, derweil sie auf ihren Laptops und Handys herumtippen. Es mutet mich irgendwie trostlos an, und obwohl



die Vielfalt und Qualität des sogenannten Convenience-food, wie auch das Raffinement und die Hygiene der Verpackungen, mittlerweile erstaunlich ist, strahlt dieser Vorgang im Zug etwas Unsinnliches und Einsames aus. Es stört und ekelt mich an. Und ich erinnere mich an eine andere Eisenbahnfahrt zwischen Zagreb und Zürich, als ich das Abteil mit einer dickvermummten alten Frau teilte, die gleich nach der Abfahrt ein fetttriefendes Huhn auf schmutzigem Papier ausbreitete und Teile davon mit sichtlich ungewaschenen Händen abriss und mir anbot. Sie ass laut und schmatzend, redete ununterbrochen, stocherte in den Zähnen herum und wischte sich das Fett mit dem Handrücken vom Mund. Ich ass auch, es störte nicht und es ekelte mich auch nicht an. Sie zeigte mir die Inhalte ihrer

Taschen, Eier, Gemüse, Würste und Brot, alles selbst gezogen, selbst gemacht. Für ihren Sohn in Zürich. Das Kind muss endlich wieder mal anständig essen. Das, was es aus seinem Dorfe kennt. Ist Essen im Grunde ein Gemeinschafts- und Identitätsstiftendes Ritual? Ist es unser Gespräch, und die Intimität im Erkunden der Lebensmittel, die mich all den Schmutz und das Fett zwischen Zagreb und Zürich vergessen lassen? Und ist es die sterile Anonymität der Nahrung und das stille Herunterschlingen, das mich so abstösst zwischen Bern und Zürich?

Gemäss einer Studie der Universität St. Gallen hätten die Schweizer und Schweizerinnen fürs Essen immer weniger Zeit und weniger Geld. Der Discount-Trend in der Ernährung steige an,



Verpflegung am Arbeitsplatz würde an Bedeutung gewinnen. Conveniencefood sei also gefragt. Ein weiterer Trend sei auch die Nahrungsaufnahme an «warmen Theken» von Supermärkten und das schnelle Essen im Stehen in Fachgeschäften. Dagegen verliere die traditionelle Gastronomie an Anteil. Diese Branche sähe sich zusätzlich damit konfrontiert, dass das Abendessen – im Gegensatz zu den anderen Mahlzeiten – wieder vermehrt zu Hause eingenommen würde. Hans Gerlach hingegen, Koch, Autor und Foodstylist, erzählt in einer Sendung des Bayerischen Rundfunks, er stelle fest, dass die Menschen geradezu süchtig nach Kochbüchern und TV-Kochsendungen seien, obwohl sie immer weniger Zuhause kochen würden. Und die japanische Autorin Banana Yo-

shimoto beschreibt das gleiche gesellschaftliche Phänomen in ihren Büchern. Das Rebellen-tum ihrer Helden und Heldinnen, Aussenseiter und Verliererinnen, äussert sich denn auch zwangsläufig in exzessiven Koch- und Essorgien. Völlerei als Widerstand. Lässt das schnelle, funktionale Essen eine Leerstelle zurück? Entsteht ein Mangel an Geborgenheit und sozialer Zuwendung? Und wird das mit dem Lesen von Kochbüchern, dem Schauen von TV-Kochsendungen – oder in übertriebenen Orgien kompensiert?

Man muss die Wurst lange im Wasser ziehen lassen, damit sie glitschig wird, und das Brot soll flockig und weich sein. Während des Wettbewerbs zerbricht man

den Hotdog mit einem sicheren Griff in der Mitte, reisst den Mund auf, lässt den Zungenrücken weit nach unten sinken und entspannt die Kehle. Möglichst schnell und gezielt werden nun beide Hotdogstücke gleichzeitig in den Mund gestopft und ohne Kauen heruntergeschluckt. Diese Anleitung stammt aus einer Beschreibung eines Trainingslagers für ein alljährliches Hotdogwettessen irgendwo in Deutschland. Wettessen erleben einen Aufschwung, auch in der Schweiz, obwohl niemand die Gefährlichkeit und Absurdität dieses Unterfangens bestreitet, ist doch anlässlich eines Chilliwettessens 2008 ein Teilnehmer tatsächlich vor Ort gestorben. Magendurchbruch, Speiseröhrenriss und Herzversagen drohen den Fressern, die sich pro Wettkampf, der in der Regel zehn

bis zwölf Minuten dauert, bis zu sechzig Hotdogs einverleiben. Eine andere gefährliche Art und Weise des Ernährungswettbewerbs wird beispielsweise auf der international agierenden, ästhetisch aufwändig gestalteten Website «beautiful angel» propagiert. Junge Frauen tauschen sich in Blogs darüber aus, wie man sich möglichst effektiv und radikal schlankhungern kann, was nicht selten zum Tod führt. Sich masslos vollfressen? Sich genauso masslos zu Tode hungern? Strategien, um sich Anerkennung und Status zu verschaffen?

Der wohl berühmteste Theaterregisseur aus der Schweiz, Christoph Marthaler, der zur Zeit das Theaterfestival in Avignon leitet, pflegt von Zeit zu Zeit nach Schottland zu reisen. Dort lebt ein Bauer, der drei Kühe besitzt und drei Sorten Käse herstellt. Auf dem Markt kann man in einem Fotoalbum die drei Tiere bewundern, und weiss also bei jedem Stück Käse, das man kauft, aus welchem Euter es stammt. Christoph Marthaler, der ein leidenschaftlicher Koch ist, tischt anlässlich eines Abendessens nur noch zwei von diesen Käsen auf. Eine der Kühe ist gestorben. Und mit ihr auch ihr Käse. Er wird nie wieder hergestellt werden. Könnte dieser Bauer aus dem schottischen Hochland eine Beispiel geben für eine Form des richtigen Umgangs mit Nahrungsmitteln in einer Gesellschaft, in der es den grossen Hunger nicht mehr gibt, sondern nur noch viele, verschiedene kleine? Wenn es aber so ist, das zur Zeit nicht mehr die Theologie, sondern die Wissenschaft darüber entscheidet, was eine Sünde ist, dann muss auch dieser Käse unter das Stigma der Unmässigkeit fallen. Er ist nämlich sehr fett und sehr salzig. Aber auch wenn man ihn nicht mag, diesen penetranten Blauschimmelkäse, das Blättern im Fotoalbum und das Hören der Geschichte füllt einem das Herz. Ein kleiner Hunger wenigstens ist gestillt. ■