

## Essen – Identität – Verantwortung: ein Zukunftsschlüsselthema?

(Thomas Mohrs)

„Der Mensch isst, was er ist“, lehrte Ludwig Feuerbach bereits 1850 und meinte das in einem sehr wörtlichen Sinne: „Die Speisen werden zu Blut, das Blut zu Herz und Hirn, zu Gedanken und Gesinnungsstoff. Menschliche Kost ist die Grundlage menschlicher Bildung und Gesinnung.“ Wir *werden*, was wir uns einverleiben und verstoffwechseln, weshalb es auch alles andere als nebensächlich oder beliebig ist, *was* wir uns einverleiben – eine Einsicht, die freilich schon in einer berühmten Empfehlung des griechischen Arztes und Philosophen Hippokrates zum Ausdruck kommt: „Eure Nahrungsmittel sollen Eure Heilmittel sein, und Eure Heilmittel sollen Eure Nahrungsmittel sein.“

Diese (ur)alten Einsichten werden heute von der Ernährungsmedizin ebenso wie der modernen Gehirnforschung und der Neurogastroenterologie uneingeschränkt bestätigt. Insbesondere der enge Zusammenhang zwischen Ernährung und Gehirnfunktion ist inzwischen gut belegt.

Ernährung hat demzufolge nicht nur in einem eher trivialen Sinne mit Identität dergestalt zu tun, dass man halt gewisse Vorlieben und Abneigungen hat, sondern in einem sehr gehaltvollen, umfassenden, im Hinblick auf die physische ebenso wie die psychische Identität geradezu fundamentalen Sinn.

Die enorme Bedeutung des Zusammenhangs zwischen Essen und Identität wird aber spätestens dann klar, wenn man sich vergegenwärtigt, dass die ersten Lebensjahre eines Menschen für die Ausbildung der personalen ebenso wie der kollektiven/kulturellen Identität(en) von ausschlaggebender Bedeutung sind. Für den Hirnforscher Manfred Spitzer z. B. ist aus neurowissenschaftlicher Sicht eine alte Volksweisheit auf vielfache Weise bestätigt: „Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr.“ Aus neurowissenschaftlicher Perspektive müssen wir uns daher auch darüber im Klaren sein (resp. werden), dass wir unsere Kinder bereits im Elternhaus und im Kindergarten darauf *konditionieren*, ob sie später „gute“ Esser werden (können) – oder anders formuliert: „Jugendesskultur“ beginnt in der Wiege.

Geht man von diesem engen Zusammenhang zwischen Essen und Identität aus, ist auch klar, dass und inwiefern Ernährung und Verantwortung bzw. Ethik unmittelbar und vielschichtig zusammenhängen. Es geht um:

- Verantwortung gegenüber sich selbst und der eigenen (physischen ebenso wie psychischen) Gesundheit;
- Verantwortung gegenüber unseren Kindern, ihrer gesunden Entwicklung allgemein, aber nicht zuletzt auch im Hinblick auf Aspekte wie ihre schulische Lernfitness;
- Verantwortung gegenüber unserem sozialen/regionalen Umfeld und seiner kulinarischen Infrastruktur im Hinblick auf Aspekte der Lebensmittelqualität ebenso wie der Ernährungssicherheit und -souveränität;
- gesamtgesellschaftliche (staatsbürgerliche) Verantwortung, die darin besteht, dass wir durch unsere Ernährungsweise einen Beitrag dazu leisten können, ein funktionierendes und leistungsstarkes Gesundheitswesen zu bewahren;

- globale (weltbürgerliche) Verantwortung, die sich der komplexen Zusammenhänge einer globalisierten Nahrungsmittelindustrie samt ihrer immensen Probleme und Gefahrenpotentiale bewusst ist, sei es im Hinblick auf den Zusammenhang zwischen unserem Ernährungsverhalten und menschlichem Elend in anderen Teilen der Welt oder den Zusammenhang zwischen unserem konsumistischen Lebensstil und dem möglichen bzw. immer wahrscheinlicher werdenden ökologischen „overkill“.

Wenn man sich alle diese Dimensionen bewusst macht, wird man auch den Schluss akzeptieren müssen, dass Essen keine reine Privatsache (mehr) ist, sondern der Gastrosoph Harald Lemke mit seiner These recht hat, „dass das Essen politisch ist“, unausweichlich, tagtäglich, „jedes Mahl“.

Keine Frage also: Ernährung ist ein Zukunftsschlüsselthema. Deshalb hat das Thema „Jugendesskultur“ unausweichlich auch eine normative Dimension: Es kann nicht reichen, diese (höchst komplexe) Kultur zu analysieren und zu beschreiben, sondern es muss auch darum gehen, sie im Sinne einer nachhaltigen, zukunftsfähigen Entwicklung zu beeinflussen und zu verändern – stets eingedenk der klugheitsethischen bzw. „gastrosophischen“ Forderung, die Aspekte des Genusses und der Lebensfreude mit zu bedenken und in den Vordergrund zu stellen, in der Hoffnung auf die Einsicht und das Lebensgefühl, dass bewusster und fairer Genuss zugleich gesteigerter Genuss ist.