



Du bist, was du isst: Unsere Ernährung beeinflusst vieles in unserem Leben, dennoch behandeln wir sie oft als etwas Nebensächliches.

SHOOT: GANWERI/NZZ

WIE WIR ESSEN

## «Wir müssen zur Mutter Erde zurückkehren»

*Essen sei nicht privat, sondern ein politischer Akt, sagt der Gastosoph Harald Lemke. Er fordert, dass wir unsere Einstellung zur Ernährung ändern – und uns mehr Zeit nehmen fürs Essen.*

Interview: Michael Schoenenberger



*Herr Lemke, für den Normalbürger ist ein Gastrosoph ein Wesen, das er kaum verorten kann. Bitte erklären Sie uns, was ein Gastrosoph tut.*

Gerne. Die Gastrosophie ist die grosse Schwester der Gastronomie. Es ist der Versuch, eine Haltung zum Essen zu beschreiben, die aufs Ganze geht. Essen ist



**Harald Lemke**  
Philosoph und  
Ernährungsethiker

wahnsinnig komplex, hat sehr viele Aspekte. Die Gastrosophie versucht, alle diese Aspekte in den Griff zu bekommen.

*Es ist ja nicht so, dass es an den Universitäten dieser Welt Hunderte Lehrstühle für Gastrosophie gäbe. Wie sind Sie Gastrosoph geworden?*

Die Gastrosophie ist heute, was Bioethik und Biophilosophie in den 1980er Jahren waren. Denkströmungen, die sich formieren. Aber lassen Sie mich Ihre Frage doch umdrehen: Wie kann man heutzutage eigentlich nicht gastrosophisch unterwegs sein?

*Wir alle sind von Geburt an Philosophen?*

Nein, aber eines ist evident: Alle sind wir Gastrosophen, weil wir essen. Wir verhalten uns die ganze Zeit zur Welt des Essens – auf die eine oder andere Art. Und mit der Reflexion über das «Wie», über die Art und Weise, beginnt schon das Philosophieren über das Essen.

*Wir alle seien Gastrosophen, sagen Sie. Gleichzeitig machen sich die meisten Menschen nicht allzu viele Gedanken zum Essen – höchstens dazu, ob es schmeckt und günstig ist.*

Ja, es ist janusköpfig. Wir denken selten über unser Essverhalten nach. Diese Nachlässigkeit ist Teil unserer Fast-Food-Kultur und auch Teil des Problems. Die Gastrosophie versucht, die gesellschaftliche und auch die individuelle Beschäftigung mit dem Essen aufzuwerten.

*Was isst ein Gastrosoph den ganzen Tag? In meiner Person?*

*Ja. Und als Gastrosoph.*

Der Gastrosoph – in meiner Person – isst vor allem so, dass er dem Lebensbereich des täglichen Essens eine eigenwertige Bedeutung beimisst. Das heisst: Ich mache das nicht nur nebenbei, weil mir andere Dinge wichtiger wären.

*Also kein Fast Food.*

Nicht im üblichen Sinne. Auch bei mir darf es einmal schnell gehen, aber das Essen, die Nahrungsmittel, sind wertzuschätzen! Bei mir äussert sich das so, dass ich sehr genau darauf achte, wo die Dinge herkommen. Mir ist wichtig, dass sie gut und nachhaltig produziert werden.

*Und das heisst konkret? Was rät der Gastrosoph dem normalen Alltagskonsumenten?*

Drei Stichworte: biologisch, fair, regional. Das ist mir wichtig. Es gibt heute gewisse Normativitäten, nach denen wir uns richten können, damit unser Essverhalten ethischen Standards genügt. Solche Standards begründe ich philosophisch, und ich will die Gesellschaft bei der Umorientierung philosophisch unterstützen.

*Was ist sonst wichtig?*

Wenig Fleisch essen – und ganz wichtig: selber kochen! Oft sagen die Menschen, sie würden sich beim Essen gerne ethischer verhalten. Aber es fehle die Zeit, neben der Arbeit, der Familie. Das ist eben ein Teil des Problems: Die Menschen müssen sich neu organisieren.

Wir müssen uns wieder Zeit nehmen für das Essen.

*Was zeichnet die westeuropäische Esskultur zu Beginn des 21. Jahrhunderts aus?*

Die grobe Beobachtung ist sicher: Essen ist etwas Nebensächliches. Es muss schnell gehen. Wir geben gerne einmal mehr Geld aus für unser Motoröl als für unser Salatöl. Das ist der generelle Trend, den kann man überall sehen. Essen ist

von keiner grossen Relevanz.

*Aber in den letzten fünfzehn Jahren hat sich einiges getan. Regionale Produkte in den Läden, Bio-Produkte, das Tierwohl wird grossgeschrieben. Stimmen Sie zu?*

Das ist zu relativieren. Noch immer sind die allermeisten Produkte problematisch. Aber es gibt da und dort ein Umdenken. Überall auf der Welt gibt es Initiativen, weil man sieht, dass es andere Möglichkeiten gibt, wie wir mit dem Essen umgehen und damit die Welt verbessern können. Denn es ist nun einmal so: Wir haben wegen unseres Essverhaltens diverse Probleme. Umweltzerstörung, Massentierhaltung, Artensterben, Adipositas. Die gute Nachricht aber ist: Es gibt Alternativen.

*Und die wären? Gemüse vom urbanen Balkon, fast kein Fleisch und etwas Leitungswasser dazu? Bitte, sind wir nicht auch auf dieser Welt, um die schönen Seiten des Lebens zu geniessen?*

Sie dürfen geniessen, aber anders! Ich glaube, wir stehen vor einer grossen Entdeckung. Sie wird uns als Menschheit und unseren Planeten wirklich voranbringen. Das ist die bäuerliche Arbeit. Wir waren immer schon Bauern, die ganze Menschheit bis vor kurzem eigentlich, jahrtausendlang. Wir müssen die Teilzeit-Bäuerlichkeit als erderhaltende Lebenspraxis neu entdecken.

*Ist es für viele Menschen nicht gerade ein Segen, sich des täglichen Kampfs*

«Wir denken selten über unser Essverhalten nach. Diese Nachlässigkeit ist Teil unserer Fast-Food-Kultur und auch Teil des Problems.»  
*und Krampfs um Nahrung entledigt zu haben?*

Sicherlich. Aber wissen Sie: Das ist eine coole Arbeit. Zwischendurch den Com-



Neue Zürcher Zeitung  
8021 Zürich  
044/ 258 11 11  
<https://www.nzz.ch/>

Medienart: Print  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
Auflage: 104'397  
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Seite: 14  
Fläche: 262'210 mm<sup>2</sup>

Auftrag: 1008268  
Themen-Nr.: 541.003

Referenz: 70374410  
Ausschnitt Seite: 3/5

puter ausschalten und dann etwas anbauen oder ernten.

*Ihr pädagogischer Ansatz ist offensichtlich.*

Ja, wir brauchen Veränderungen – aber sie bringen den Menschen eben persönlich etwas. Ich kann Ihnen sagen, diese bäuerliche Arbeit ist sehr befriedigend . . .

*. . . aber ein bisschen utopisch, nicht?*

Völlig utopisch. Und gleichzeitig wird sie gelebt. Sie ist also kein Utopismus, keine Utopie in schlechtem Sinne, sondern sie ist eine «Eu-topie». «Orte des Guten» existieren bereits vielerorts. Es sind zwar noch wenige Menschen, die ihr Essen selber kochen oder beispielsweise eine Teilzeit-Bäuerlichkeit leben. Aber alle, die es tun, sagen: Ja! Warum nicht einen Teil der Lebensmittel selbst produzieren? Man weiss, wo es herkommt, was drin ist, kennt die Qualität. Es ist auch schön, die Dinge wachsen zu sehen!

*Und was ist der philosophische oder gastrosophische Aspekt dabei?*

Wenn wir das alles gross denken: Es geht darum, so zur Mutter Erde zurückzukehren.

*Ach bitte.*

Nein, wirklich. Die grosse Gegengeschichte ist ja: Wir machen diesen Planeten kaputt, und dann wandern manche von uns auf den Mars aus. Es spricht alles dafür, dass solche Szenarien irgendwann in der Zukunft, in den nächsten Jahrzehnten, stattfinden. Genau gegen diese Weltflucht kämpfe ich mit der Gastrosophie und der Idee der konvivialen Menschheit. Das Erdgebundene, ganz buchstäblich, das Fasziniertsein von diesem Planeten und seinen Naturprozessen, das ist eine grosse Entdeckung, die wir machen können.

*Könnte man sagen, dass die Verhaltensänderungen, die Sie postulieren, nur für gutsituierte Menschen überhaupt möglich sind?*

Klar, Bio-Lebensmittel sind teurer.

Trotzdem ist ethisch richtige Ernährung nicht nur eine Frage des Geldes. Viele Menschen könnten anders, aber sie tun es nicht. Auch die Politik muss handeln und weit mehr tun: Beispielsweise könnte «Bio, fair, regional» von der Mehrwertsteuer befreit werden.

*Nicht die «böse» Wirtschaft, sondern die Politik ist das Problem?*

Ja, die politischen Eliten sind rückständig und gar nicht gut informiert. In der Tendenz macht die Wirtschaft mit, die Konsumenten machen mit. Die Politik zögert. Es gibt zwar auch Greenwashing, bei dem Unternehmen auf Nachhaltigkeit machen, aber in Tat und Wahrheit wenig ändern. Aber es gibt eben auch Unternehmen, die sehen, dass es einen gesellschaftlichen Wandel gibt. Kein Unternehmen ist, historisch gesehen, angetreten mit der Absicht, unbedingt nicht nachhaltig zu produzieren und nur so Geld zu machen. Viele sehen nun, dass sie mit fairen und nachhaltigen Produkten Geld verdienen können, weil die Menschen das wollen und auch bezahlen.

*Darf man noch Fleisch essen?*

Ich bin kein Befürworter des Fleischessens, vertrete aber keinen Rigorismus des absoluten Verzichts. Eine Gesellschaft ohne Fleischkonsum ist derart jenseits der Realität, dass uns schon sehr geholfen wäre, ässen wir wesentlich weniger Fleisch und kein Fleisch aus Massentierhaltung.

*Einmal pro Woche den Sonntagsbraten – das geht aber ethisch in Ordnung?*

Wir müssen diese Frage von der Moral in die Mathematik übertragen. Eine bestimmte Anzahl Menschen isst eine bestimmte Menge Fleisch pro Tag. Dann muss man fragen, wie es um die Produktionsbedingungen, die Ressourcen, das CO<sub>2</sub> steht. Wenn Fleisch einen bestimmten Input braucht, muss man das hochrechnen, und dann ergibt sich daraus eine Menge, die wir bedenkenlos essen können. Nach dem Gerechtigkeitsgrundsatz: Gleiche Fleischrechte für alle. Ich befürchte, weil wir ja inzwischen ziemlich viele Menschen sind, es ist weniger als

ein Sonntagsbraten.

*Aber die Menschen essen nun einmal gerne Fleisch.*

Ja, wir lösen das Problem deshalb nicht allein über Ethik und Verzicht, sondern brauchen auch Phantasie und kulinarische Kreativität. Wir können ja gut essen, ohne über den Tod des Tieres gehen zu müssen.

*Pilze und Algen statt Wurst?*

Ja, und Tofu und Insekten und so weiter.

*Ein Insekt ist also weniger wert als ein Schaf? Es ist ethisch besser, einen Mehlwurm-Burger zu verspeisen statt ein Rindsfilet?*

Ich schliesse mich jenen Tierethikern an, die eine gewisse Abstufung bei den Lebewesen vornehmen. Komplexere Organismen sind mehr wert als weniger komplexe. Aber das ist eine sehr schwierige Frage. Wir merken immer mehr bei Pflanzen, wie intelligent sie sind, welche Kommunikationssysteme sie haben. Um den nutritiven Schuldzusammenhang kommen wir nicht herum: Wir müssen anderes Leben töten, um selber zu leben.

*Locke, Kant und sogar Habermas plädierten dafür, die Menschen essen zu lassen, was sie wollen. Ich behaupte, Sie als politischer Gastrosoph, als den ich Sie jetzt einmal bezeichne, wollen die Menschen steuern, bevormunden, Ihnen sagen, was richtig ist. Ich frage Sie: Müssen wir Menschen die «Tyrannei der Tugend» wirklich akzeptieren?*

Halt, dagegen verahre ich mich. Das stellt mich in eine unglückliche Ecke. Es ist ja gerade andersrum. Wir werden ja die ganze Zeit gesteuert. Da ist nicht auf der einen Seite die Freiheit und auf der anderen Seite die Tyrannei der Ethik. Nein, wir sind extrem tugendhaft, aber einzig und allein in unserem Fast-Food-Leben. Wir gehorchen dem Imperativ des Konsums und einem Liberalismus der Nicht-Nachhaltigkeit.

*Und warum sind die berühmten zitierten Philosophen zu anderen Schlüssen*



*gekommen als Sie? Weil das Essen vielleicht eben doch etwas sehr Privates ist? Was ich Ihnen schon die ganze Zeit zu sagen versuche: Essen ist nicht mehr privat. Essen ist ein politischer Akt. Was die Philosophen angeht: Ja, Platon, Kant und Habermas haben sich keine Gedanken dazu gemacht. Nur in einem Punkt: Seit 2500 Jahren gibt es die Idee des Vegetarismus. Doch sind wir keinen Zentimeter vorangekommen. Diese philosophischen Schwächen muss ich doch reflektieren!*

*Aber Herr Lemke, es ist halt einfach lecker, das Fleisch...*  
...genau. Deshalb plädiere ich auch nicht für einen Rigorismus.

*In Ihrem Buch geben Sie sich als Moralapostel. Ein harmloser Luxus wie ein Glas Bier, ja jeder kulinarische Genuss lebe vom Hunger Tausender Menschen in anderen Ländern. Ist das nicht übertrieben?*

Das habe ich geschrieben? Das hört sich wirklich nicht so schön an... ich glaube, ich habe dort im Kontext den Zen-Buddhisten Nakagawa zitiert.

*Genau, aber die Aussage, die Sie machen, ist eindeutig.*

Nein, das ist nicht mein Standpunkt. Natürlich bin ich ein Moralist in der Sache. Als Philosoph versuche ich moralische

**«Kein Unternehmen ist, historisch gesehen, angetreten mit der Absicht, unbedingt nicht nachhaltig zu produzieren und nur so Geld zu machen.»**

Standards zu begründen, an die sich idealerweise alle Menschen halten sollten. Aber ich tue dies, ohne irgendwelchen Partikularinteressen verpflichtet zu sein: keiner Universität, keiner Redaktion, keinem Unternehmen. Ich bin Freigeist, und dies im guten nietzscheanischen Sinne. Wer sonst sagt auch einmal Dinge, die die Leute provozieren, aber auch bereichern können? Philosophische Ethik hat ihren

Preis, aber den nehme ich in Kauf.

*Zurück auf den Boden: Muss ich ein schlechtes Gewissen haben wegen des Biers am Feierabend?*

Nein, das müssen Sie überhaupt gar nicht. Wenn Sie das Bier aus regionalen Quellen beziehen, wenn mit dem Hop-

## WIE WIR ESSEN

Diesen Sommer befasst sich die NZZ mit diversen Fragen rund um das Essen. Die Beiträge zur Serie finden Sie online hier:

**NZZ** [nzz.ch/schweiz/essenskultur/](http://nzz.ch/schweiz/essenskultur/)

fen und den Zutaten alles stimmt, alle Kriterien erfüllt sind, dann würde ich sagen: Prost, ist doch prima!

*Was sagen Sie zum Bedürfnis des Menschen, sich zu berauschen?*

Ich halte es mit dem gastrosophischen Hedonismus. Ein bisschen Fleisch dürfen wir essen, das ist nicht gleich vom Übel. Es gibt auch das metaphysische Bedürfnis nach dem Rausch. Menschen haben diese Lusterfahrung immer schon gesucht. Unser Dasein auf dieser Welt ist mitunter schwierig. Grund genug für einen vernünftigen Rausch.

*Kant sah das ja in Bezug auf seine Mittagsgemeinschaften auch so.*

Genau. Da erleben wir den Gastrosophen Kant, der ja eher nicht bekannt ist.

Aber er gehört durchaus zu den wenigen gastrosophischen Vordenkern. Er hat sich seinen Tag so eingerichtet, dass er mit Freunden jeden Tag viel Zeit dem Essen und Trinken widmen konnte. Nicht so gut war, dass er nicht selber gekocht hat (lacht).

*Sozialrevolutionäre haben eines gemeinsam: Sie malen den Teufel an die Wand, machen den Menschen Angst und arbeiten so darauf hin, die herrschenden Zustände im Sinne der eigenen Ideologie zu verändern. Auch Sie behaupten:*

*«Das 21. Jahrhundert ist das Zeitalter der globalen Krisen.» Können Sie sich bitte erklären?*

Ich mache doch nicht auf Panik, sondern beschreibe die Realität. Also: Wenn Sie nicht finden, dass wir in der Krise stecken, dann ist Ihnen nicht zu helfen. Dann leben wir auf verschiedenen Planeten.

*Entschuldigen Sie bitte, ich wollte Sie darauf hinweisen, dass gewisse Textpassagen bei Ihnen durchaus gefährliche Sprengkraft haben.*

Vielleicht. Die Gastrosophie habe ich mir ausgesucht, weil ich hier Mut machen kann. Viele Philosophen praktizieren nur noch Kritizismus. Auch ich komme aus einer solchen kritischen Tradition, und dieser Schwerpunkt auf Kritik hat mich immer gestört. Max Horkheimer, der Begründer der Frankfurter Schule, etwa sagte: «Wir können das Gute nicht beschreiben, sondern nur das Schlechte kritisieren.» Das hat mich immer zurückgelassen. So ist es ja nicht. Wir können, hinsichtlich der Ernährung ganz sicher, sehr genau bestimmen, was für alle das Gute wäre.

*Wenn man allerdings die Statistiken liest, dann geht es im Zeitalter des Kapitalismus, das Sie kritisieren, mehr Menschen immer besser.*

Dem würde ich nicht einmal widersprechen. Bildung und Gesundheit sind gute Beispiele. Aber seit fünfzig Jahren wollen wir den Welthunger beseitigen, und viel zu wenig geschieht. Da kann ich schlicht nicht sagen: Das wird schon durch weitere Entwicklungspolitik. Irgendwann. Wenn wir eine Welt ohne Hunger und Ungleichheit wirklich wollten, brauchte eine solche Politik nicht Jahrzehnte – ohne Ende in Sicht.

*Allerdings ist der Welthunger zurückgegangen, erst 2017 – und zwar vor allem wegen Kriegen – leiden wieder mehr Menschen an Hunger.*

Das ist schon richtig. Aber es ist doch nicht genug, wenn ich weiss, dass jetzt nicht mehr eine Milliarde Menschen, sondern «nur» noch 777 Millionen Men-



Neue Zürcher Zeitung  
8021 Zürich  
044/ 258 11 11  
<https://www.nzz.ch/>

Medienart: Print  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
Auflage: 104'397  
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Seite: 14  
Fläche: 262'210 mm<sup>2</sup>

Auftrag: 1008268  
Themen-Nr.: 541.003

Referenz: 70374410  
Ausschnitt Seite: 5/5

schen hungern.

*Aber wir arbeiten daran.*

Nein, tun wir nicht, tut mir leid.

*In Ihrem Buch werden Sie auch politisch. Es geht um Zapatismus, sozialrevolutionäre Gruppierungen, um Marx und um Kapitalismuskritik, selbstverständlich auch um Kritik an unserer westlichen Konsumgesellschaft. Wäre freier Handel weltweit nicht viel besser für die Hungernden dieser Welt als die absurden und ins Verderben führenden Versprechen nach venezolanischer Art? Freihandel wäre sicher ein Weg, er ist aber auch eine Utopie. Und wir würden damit die ökologischen Probleme nicht lösen. Ich befürchte, sie würden sich noch akzentuieren. Die Uno hat sich fairen Welthandel auf die Fahnen geschrieben, aber wir haben auch die Welt-*

handelsorganisation, und die macht leider einfach andere Dinge.

*Lassen wir das so stehen und kommen wie noch einmal zurück zu einem Ihrer zentralen Punkte: die Verhaltensänderung der Menschen beim Essen. Leider geht es ja ziemlich langsam voran damit. Bleiben Sie dennoch hoffnungsvoll?*

Ja, das bleibe ich. Gesellschaftlicher Wandel braucht sehr lange. Wir sollten das in grösseren Zeiträumen sehen, Hunderten von Jahren, vielleicht Tausenden. Das ist nicht wie eine Revolution, das ist nicht das Erstürmen der Bastille – und dann ändert sich alles automatisch. Nein, so geht das nicht, wir brauchen Zeit. Wie bei allen anderen humanistisch-utopischen Entwicklungen sehe ich auch beim Essen eine Entwicklung, die zwar sehr langsam, aber doch in die richtige Richtung geht.

## Spezialist für die Ethik des Essens

msc. · Der deutsche Philosoph und Kulturwissenschaftler Harald Lemke lehrt und forscht in den Bereichen Ernährungsethik und Gastrosophie. Er ist Direktor des Internationalen Forums Gastrosophie und unterrichtet am Zentrum für Gastrosophie der Universität Salzburg. Überdies hat er mehrere Gastprofessuren inne, etwa an der Slow-Food-Universität in Pollenzo. Lemke ist Autor mehrerer Bücher, darunter die philosophische Abhandlung «Ethik des Essens», die erstmals 2007 erschienen ist. Er lebt in Hamburg.