



von Harald Koisser

Zucker, Fett & Aswad

Ernährung ist grundsätzlich einmal lästig, weil man sich andauernd darum kümmern muss. Sie kostet viel zu viel Zeit: Zeit fürs Nachdenken, was man essen will, Zeit fürs Einkaufen, Zeit fürs Zubereiten, Zeit fürs Einnehmen der Nahrung. Der moderne Mensch verfügt nicht mehr über diese Zeit. Er muss sich um andere, wichtigere Dinge kümmern.

Wer weiß, wo der Mensch in seiner Entwicklung schon wäre, müsste er nicht andauernd essen. Platon, Simone de Beauvoir, Vincent van Gogh, Mozart – was hätten diese Leute nicht alles denken, schreiben, malen und komponieren können, hätten sie nicht mehrmals täglich essen müssen! Oder denk nur an dich selbst: Du als Astrologin – wärs du nicht ohne den dauernden körperlichen Trieb zu Tofu schon längst restlos im Feinstofflichen zu Hause? Oder als Baupolier – du gierst naturgemäß nach dem perfekten Hochhaus und wirst in deinem Streben vom genetischen Trieb nach Leberkäse und Bier immer wieder eingebremst... Kurz: Die Notdurft des Essens stellt sich dem vernunftbegabten Wesen in den Weg seines Erfolgs.

Hier die ernüchternden Zahlen: Frauen verbringen 3,16 Jahre ihres Lebens kochend – Männer sind hier mit 1,45 Jahren deutlich effizienter. Ganze 6 Jahre sitzen wir essend am heimischen Tisch, und weitere 1,45 Lebensjahre verbringen wir essend in Restaurants.

Nun darf nicht außer Acht gelassen werden: wer isst, entleert sich auch.

Ernährungswissenschaftler sind der Meinung, dass eine Darm-Entleerung bei ganz gesunden Menschen nach jeder Mahlzeit stattfinden sollte. Nach jeder! Zum Glück sind wir alle nicht mehr so gesund und entleeren uns nicht mehr so häufig. Trotzdem verbringen wir (Europäer) 3 ganze Lebensjahre am WC. Erschreckend.

Als richtungsweisend gilt hier wohl Donald Trumps Entscheidung, die von Obama eingeführten Beschränkungen für die Verwendung von Salz und Zucker in Schulküchen rückgängig zu machen. Die Kinder würden das gesunde Essen ja doch nur weg-schmeißen und äßen dadurch gar nichts, meinte der amerikanische Landwirtschaftsminister mit dem schönen Namen *Sonny Perdue*. Also kehrt man zu Altbewährtem zurück: Weil Trump will, dass die amerikanischen SchülerInnen wieder mit mehr Begeisterung essen, und weil er weiß, dass sich die mit Abstand fetteste Kindergeneration der Welt besonders für Fett und Zucker begeistert, sollen sie das auch bekommen. Der Effekt wird sein, dass uns die Amerikaner mit nur noch einem Lebensjahr Klo-Zeit (oder gar weniger?) in Sachen Effizienz davonziehen.

Einen wichtigen Pioniersversuch machen auch jene rund 10 Prozent (Tendenz steigend) der Wiener Haushalte, die gar keinen Esstisch mehr haben. Bravo! Wer keinen Esstisch in seiner Wohnung hat, kann dort auch nichts essen – und gewinnt dadurch laut Sta-

tistik sechs Lebensjahre. Wo aber essen diese Leute? Unterwegs, zwischen Tür und Angel, am Computer, im Gehen, oder – noch effizienter – im Laufen. Praktischer Begleiteffekt: zeitsparende Verstopfung.

Empfehlenswert finde ich auch die Gepflogenheiten der indischen Sekte der Janais. In ihren Ashrams gilt „Aswad“ als Vorschrift. *Aswad* heißt übersetzt „kein Geschmack“. Man darf also beim Essen keinesfalls den Geschmack auskosten, denn Essen ist für die Janais eine weltliche Begierde, ein Weg des Genusses, der nicht zur Erleuchtung führt... Jetzt mal abgesehen von der Erleuchtung – denken wir doch nur an die eingesparten Klo-Zeiten!

Ob Trump'sche Fett- und Zucker-Verordnung, Esstischverweigerung oder janaisches *Aswad* – all das sind die richtigen Signale für eine Gesellschaft, die sich von der unerträglichen Bevormundung der Biomenschen (Abart der Gutmenschen) lösen muss, deren Absicht es ausschließlich ist, uns alle durch die Zufuhr von Ballaststoffen, die wir ohnehin nicht mehr vertragen, zu deutlich längeren Essenszeiten und öfterem Stuhlgang zu verführen. Und damit weit weg von jeder Erleuchtung.

Um es auf den Punkt zu bringen: Wir dürfen nicht länger zusehen, wie die Demeterbauern unser Leben zerstören!

Im Namen von Zucker, Fett und Heiliger Scheiße. Aswad!