

Essen

Maren Möhring

Wenn es um die Regulierung des Körpergewichts geht, ist die Ernährung eines der zentralen Interventionsfelder. Generell unterliegt die Praxis »essen«, die den → Körper gegenüber seinem Außen öffnet, besonders umfassenden gesellschaftlichen Kontrollversuchen (Douglas). Orte und Zeiten des Essens und die Art und Weise, wie Nahrung aufzunehmen ist, werden von regional, (sub)kulturell und historisch spezifischen Regeln angeleitet; religiöse und/oder ethische Nahrungsgebote legen auf fundamentale Weise fest, was als (nicht) essbar gilt. Im Kontext aktueller Debatten um Körpergewicht sind es vor allem gesundheitliche und dabei immer auch geschlechts- und schichtspezifische Normen, die das Essverhalten anleiten (sollen).

So lässt sich die globale Nahrungsungleichheit zwischen den Geschlechtern nicht etwa aus einer vermeintlich natürlichen Zweiteilung von Körpern ableiten, die mehr oder weniger Nahrung benötigen; vielmehr wird diese Zweiteilung über die Produktion weniger oder stärker ernährter Körper mit hergestellt: Essen ist immer auch ein *doing gender*, wie nicht zuletzt das geschlechtsspezifisch nach wie vor unterschiedlich ausgeprägte Streben nach Schlankheit zeigt (→ Gender). Dass es ebenfalls ein *doing class* ist und viel über die soziale Positionierung von Menschen verrät, hat Pierre Bourdieu bereits 1979 herausgearbeitet (→ Klasse).

In westlichen Gesellschaften sind Debatten über das Essen stark ernährungs- und damit naturwissenschaftlich dominiert. Ernährung und → Gesundheit werden in einen direkten Zusammenhang gestellt und das Essen in die Pflicht genommen, zur Gesunderhaltung des Körpers beizutragen. Zugrunde liegt ein Konzept des Essens, das Nahrung vor allem als Energielieferantin oder Nährstoff und damit als Input versteht, der kontrolliert werden muss (→ Kalorie). Ein solchermaßen regulierender Blick auf den Körper konstruiert diesen als potentiell problematisch – als einen Körper, der eigentlich immer mehr will als er soll und deshalb das Diäthalten notwendig

macht. Einseitig ist eine solche ernährungswissenschaftliche Perspektive nicht nur, weil sie die sozialen und symbolischen Dimensionen des Essens vernachlässigt, sondern auch, weil sie letztlich ein kausales Verhältnis zwischen Ernährungspraxis und Gesundheit bzw. Körpergewicht annimmt. Die Beziehungen zwischen aufgenommener Nahrung und Körperfett, aber auch zwischen Körperfett und Gesundheit sind weit komplexer als es eine einfache Input-Output-Rechnung, die zudem nur den individuellen Körper in den Blick nimmt, erfassen kann.

Trotzdem sind gegenwärtige und insbesondere populärwissenschaftliche Debatten um ›Adipositas‹ nach wie vor von Kontrastierungen geprägt, die einem (vermeintlich) unüberlegt-haltlosen Essen die mäßigende Selbstregulierung als Ideal gegenüberstellen. Dabei sind es immer ›die Anderen‹, denen ein zügelloses (Ess-)Verhalten unterstellt wird – sei es den ›Wilden‹ in kolonialen Kontexten, den ›unersättlichen Frauen‹ in patriarchalen Systemen, den ›zuckersüchtigen Kindern‹ oder ›Dicken‹ in aktuellen Debatten über das Körpergewicht (→ Zucker). ›Der Dicke‹ fungiert dabei als prägnante Figur des Scheiterns, weil er die vermeintlich verfehlte (Selbst-)Regulierung der eigenen Ernährungspraxis re-präsentiert (Robnik).

Die aktuelle Forschung zum Thema »essen« setzt genau dort an, wo ernährungswissenschaftliche Konzepte vorschnell die soziale Dimension ausblenden und auf ein bestimmtes, nämlich selbstreguliertes und souveränes Subjekt setzen. Versteht man Essen hingegen als materielle und symbolische Verbindung ganz unterschiedlicher Körper(teile) und Substanzen, als *alimentary assemblages* (Probyn), dann gerät die relationale und transformative Dimension des Essens in den Blick: Der Essvorgang stellt eine (meist irreversible) Verknüpfung zwischen essendem und gegessenem Körper her, in die auch die vielen Akteure und Aktanten einbezogen sind, die an der Produktion, Distribution und Zubereitung von Nahrung beteiligt sind. Ein solchermaßen relationales Verständnis von »essen« macht die vielfältigen Verflechtungen sichtbar, in die der Essensakt eingebunden ist, und stellt die Idee des essenden Körpers als autarke, selbstregulierte Entität in Frage. Besonders deutlich stoßen Regulierungsimperative an ihre Grenzen, wenn es um die Verarbeitung der Nahrung im Körperinneren geht: »I may eat many apples, but I will never master which of their sugars, minerals, vitamins, fibres are absorbed; and which others I discard. How to give words to this mode of being a subject?«, fragt Annemarie Mol pointiert (30). Die neuere kulturwissenschaftliche Essensforschung interessiert sich dementsprechend verstärkt für das Un/Verfügbare im Essensakt und kann damit als wichti-

ges Korrektiv einer Ernährungsdebatte fungieren, die davon ausgeht, dass wir für unser Körpergewicht alleine verantwortlich sind und eine für ideal gehaltene Körperform mit ausreichender (Ess-)Disziplin herstellen können (→ *Healthism*). Eine solche Infragestellung gesellschaftlicher Responsibilisierungsstrategien impliziert aber keineswegs, essende Menschen aller Verantwortung zu entheben. Gerade ein relationales Verständnis von Essen ermöglicht es, soziale und ökonomische Ungleichheiten, problematische Tier-Mensch- und Mensch-Umwelt-Beziehungen sowie psychosoziale Faktoren in eine körpertheoretisch informierte Essensforschung einzubeziehen.

Literatur

- Bourdieu, Pierre. *La Distinction: Critique sociale du jugement*. Éditions de Minuit, 1979.
- Douglas, Mary. *Purity and Danger: An Analysis of Concepts of Pollution and Taboo*. Routledge, 1966.
- Mol, Annemarie. »I Eat an Apple«. *Subjectivity* 22, 1, 2008, S. 28-37, <https://doi.org/10.1057/sub.2008.2>.
- Probyn, Elspeth. *Carnal Appetites: FoodSexIdentities*. Routledge, 2008, <https://doi.org/10.4324/9780203361160>.
- Robnik, Tanja. »Richtig« Essen: Grenzziehungen im Diskurs um gesunde Ernährung. Unveröff. Diss., LMU München, 2021.

Weiterführend

- Mackert, Nina. »Making Food Matter: »Scientific Eating« and the Struggle for Healthy Selves«. *Food, Power, and Agency*, hg. von Jürgen Martschukat und Simon Bryant, Bloomsbury, 2017, S. 105-128, <http://dx.doi.org/10.5040/9781474298773.ch-005>.
- Möhring, Maren. »Essen«. *What Can a Body Do? Praktiken des Körpers in den Kulturwissenschaften/What Can a Body Do? Figurationen des Körpers in den Kulturwissenschaften*, hg. von Netzwerk Körper, Campus, 2012, S. 47-56.
- Paulitz, Tanja und Martin Winter. »Ernährung und vergeschlechtlichte Körper«. *Open Gender Journal* 2, 7, 2018, S. 7-20, <http://dx.doi.org/10.25595/440>.

