

## 2. Das harte Brot stoischer Tugenden oder Senecas Attacke gegen die feine Küche

---

### VOLLE KOCHVORLESUNGEN UND LEERE PHILOSOPHENSEMINARE

Ein kritisches Nachdenken über die philosophische Problematisierung des Essens in der stoischen Ethik fehlt trotz der umfangreichen Literatur zur hellenistisch-römischen Esskultur nahezu vollständig.<sup>1</sup> Eine aktuelle Studie zur stoischen Moraltheorie meint sogar, die Frage nach der kulinarischen Sorge um sich als unbedeutend für den römischen Stoizismus abtun zu können.<sup>2</sup> Diese Projektion unseres ungastrosophischen Zeitgeistes übersieht die intensive Beschäftigung, die die stoischen Philosophen den eigentlich für unwichtig erachteten Dingen des Essens in Wahrheit gewidmet haben. Die Stoiker sprechen viel über das, was sie eigentlich für nicht der Rede wert halten. In diesem Sinne ist für Seneca die Kochkunst etwas ›Überflüssiges‹: Die bedenkliche Quelle einer bloß aus materiellem Überfluss erzeugten Unvernunft der Menschen.

Mit diesem Urteil folgt er offensichtlich der platonischen Kritik der Völlerei. Aber anders als Platons pauschale Verachtung der Küchenarbeit als kunstloses und vernunftloses Treiben, setzt sich Seneca intensiv mit der kulinarischen Praxis und ihrer Ästhetik auseinander. Er macht sich keineswegs den unsinnigen Standpunkt zu Eigen, dass das Kochen keine Wissenschaft sei und die Küche sich nicht zu einer Kunst perfektionieren ließe. Im Gegenteil: Die Kritik des Hauptvertreters der stoischen Philosophie zielt ausdrücklich auf die Kochschule von Marcus Gavius Apicius, den Repräsentanten des avancierten Standes der kulinarischen Praxis während der römischen Kultur. Dieser, so Seneca, sei »als Lehrer der Kochkunst« aufgetreten und habe »mit seiner Wissenschaft den Zeitgeist angesteckt«.<sup>3</sup> Nicht ohne Neid beschwert sich der große Denker, dass die Popularität von Kochbüchern und Küchenästhetik weit größer sei als das öffentliche Interesse an akademischer

---

1 | Vgl. Hadot, Philosophie als Lebensform; Fuhrmann, Seneca und Kaiser Nero; Forscher, Die stoische Ethik

2 | Vgl. Veyne, Weisheit und Altruismus, 166.

3 | Seneca, Helvia, X,2.

Philosophie. Angesichts der spärlich besuchten Vorlesungen eines Kollegen der philosophischen Fakultät ärgert sich Seneca über die überfüllten Veranstaltungen der Gourmets und ihrer Schule: »Jede geistige Beschäftigung hört auf, und die Professoren der freien Künste dozieren ohne Publikum vor verlassenem Schulräumen; in den Rhetoren- und Philosophenschulen herrscht gähnende Leere: Hingegen, welchen Zulaufs erfreuen sich die feinen Küchen, wie zahlreich drängt sich die Jugend um die Feuerstellen der Lebmänner!«<sup>4</sup>

Auch der frühchristliche Sittenlehrer Clemens von Alexandrien äußert sein Entsetzen über den Kult der Küche unter den Studierenden, die mit Begeisterung zu den experimentellen Vorlesungen und mündlichen Unterweisungen in Sachen der Kunst und Wissenschaft der Gastronomie pilgern. Pikiert, und bewusst überzeichnend, berichtet der gestrenge Kirchenvater: »Sie glotzen, mit glühenden Augen und offenen Mäulern und mischen in das Sausen und Brausen von Saucen, die auf den Öfen brodeln, ihr ungestümes Freudengeschrei.«<sup>5</sup> Über die Lehrtätigkeit der Spitzenköche hinaus besteht das umstrittene Verdienst namentlich des Apicius insbesondere in der sachkundigen Darstellung und Verschriftlichung der verschiedenen Kochkünste der Antike. Apicius versteht sich auf die griechische und die römische genauso wie auf eine luxuriöse oder die einfache Küche. Wenn der stoische Moralist Musonius Rufus über das neue Schrifttum von Kochbüchern schimpft, dann wird er die apicianischen Werke im Sinn gehabt haben. »Ja wir sind in unserer Feinschmeckerei und Schlemmerei so weit gekommen, dass man, wie es musikalische und medizinische Schriften gibt, auch Kochbücher verfasst hat, die den Genuss im Schlunde noch mächtig steigern, aber die Gesundheit ruinieren.«<sup>6</sup>

Mit diesen Äußerungen befinden wir uns an einer äußerst bedenkenswerten Stelle innerhalb der Genealogie des philosophischen Diskurses des Essens. Für sie lohnt es sich, einen Moment lang inne zu halten, um sich die von Seneca und seinen gelehrten Kollegen vorgebrachten Befürchtungen in aller Ruhe zu Gemüte zu führen: Die mögliche Ursache für das allgemeine Desinteresse an der akademischen Philosophie, so hören wir, wird von ihren Repräsentanten nicht in Verbindung gebracht mit den möglicherweise ›trockenen‹ Inhalten ihrer Lehre und der ›Ungenießbarkeit‹ ihrer Bücher. Indes wird man vom gastrosophischen Standpunkt wohl in Betracht ziehen müssen, dass die Philosophie ihren Reiz und eine allgemeine Appetitlichkeit vielleicht auch deshalb einbüßt, weil sich ihr Geist und ihre Vernunft für die kulinarischen Dinge und dergleichen angeblich Vernunftwidrigem zu fein ist. Daher ziehen die gesellschaftliche Öffentlichkeit und der populäre Geschmack nicht grundlos die Vergnügen feiner Küchen den (an sich möglichen, aber durch diese überhebliche Art vertanen) philosophischen Genüssen vor und es werden mehr Kochbücher als Philosophiebücher gekauft.

4 | Seneca, Über Ethik, 95. Brief, 23.

5 | Clemens von Alexandrien, in: Revel, Erlesene Mahlzeiten, 41.

6 | Rufus, Wege zum Glück, 295.

Bleibt festzuhalten: In der nicht unberechtigten Befürchtung der Stoiker, dass ihre Wahrheiten von der Popularität der Kochkünste entmachtet würden, scheint sich die Angst eines Platon, sein Geist werde viel zu stark vom wilden Tier in ihm – vom ständigen Verlangen nach Unvernunft – regiert, noch einmal vergrößert zu haben. In jedem Fall dominiert das undurchdachte Essen. Und so reagieren die stoischen Denker nicht vereinnahmend sondern ausgrenzend auf die philosophische Herausforderung durch die feine Küche.

## EXTRABEILAGE: APICIUS – DER RÖMISCHE STARGASTRONOM

Tatsächlich stammt von Apicius das älteste erhaltene, vermutlich aus der Zeit des Tiberius (25 vor bis 42 nach Chr.) stammende Kochbuch der abendländischen Kultur. Die erste gedruckte Ausgabe erschien gegen Ende des 15. Jahrhunderts in Venedig. Sie geht zurück auf immer wieder kopierte Manuskripte. Der Titel des Buches wechselte zwischen *Ars Magirica* (Kunst des Kochens) oder *Apicius culinaris* oder *De re coquinaria* (Über die Dinge der Küche), der sich schließlich durchgesetzt hat.<sup>7</sup> Auch der Autor steht nicht mit Sicherheit fest, da zahlreiche Männer dieses Namens in Frage kommen könnten, die als Kenner und Genießer auf diesem Gebiet bekannt waren. Die Forschung nimmt heute jedoch an, dass es sich wahrscheinlich um Marcus Gavius Apicius handelt.<sup>8</sup> Die uns vorliegende Fassung des Apicius-Kochbuchs stammt aus dem vierten nachchristlichen Jahrhundert; sie stammt folglich nicht von Apicius selber, sondern bildet eine Zusammenstellung von Rezepten von verschiedenen Autoren aus verschiedenen Zeiten. Das Apicius-Kochbuch wurde also, wie viele Kochbücher später auch, durch Neuauflagen und Änderungen erweitert. Daher verhält es sich mit der Autorschaft des apicianischen Schrifttums ähnlich wie mit Hippokrates und dem *Corpus Hippocraticum* (ein Problem, mit dem wir es noch zu tun bekommen werden). Dennoch geht man inzwischen davon aus, dass ein großer Teil, nämlich 300 der 478<sup>8</sup> erhaltenen Rezepte, ursprünglich von Apicius verfasst wurden.<sup>9</sup>

Der kulturelle Einfluss des Apicius steht im Zusammenhang mit der Tatsache, dass in den Jahrhunderten der römisch-hellenistischen Ära allmäh-

7 | Vgl. Apicius, *De re coquinaria*. Entgegen des heute üblichen Sprachgebrauchs ist daher das Kulinarische nicht einfach mit dem geschmacklichen Genuss (des bereits fertigen Essens) gleichzusetzen, sondern systematisch von der Kulinarik als der Zubereitung und des Kochens, der kulinarischen Praxis zu unterscheiden. Die kulinarischen Dinge sind also nicht primär (rezeptive) Geschmackssachen, sondern allgemeiner die (produktiven) Dinge der Küche, des Essenmachens.

8 | Vgl. Schmitt-Pantel, Artikel Apicius.

9 | Vgl. Alföldi-Rosenbaum, *Das Kochbuch der Römer*.

lich professionelle männliche Berufsköche aus einst verachteten Sklaven zu anerkannten und geschätzten Kulturschaffenden aufsteigen. Dennoch sind männliche Köche im vorchristlichen Rom selten (im Unterschied zum klassischen Griechenland). Aufgrund einer den Sabinerinnen eingeräumten Vergünstigung war die römische Hausfrau eigentlich von der Verpflichtung zum Kochen befreit. Ursprünglich kochten deshalb beaufsichtigte Sklavinnen. In den einfacheren Ständen, die sich keine Sklaven leisten konnten, musste die römische Frau jedoch trotz der gewährten Vergünstigung selbst kochen. Nach einer Übergangszeit, in der man sich Mietköche nahm, wurde es in den reicheren Haushalten jedoch Sitte, einen eigenen männlichen Koch zu halten, dessen Preis häufig höher war als der eines gebildeten Verwalters. Bis zum 3. Jahrhundert hat sich im römischen Reich eine kulinarisch interessierte Öffentlichkeit herausgebildet, an die sich unter anderen der bekannte Publizist und Sammler Athenaios aus Naukratis wendet. Dessen Kochbuch mit dem Titel *Deipnosophistai* (Abendmahl der Gelehrten) beinhaltet endlose Aufzählungen ausgefallener Delikatessen und ist neben dem *De re coquinaria* des Apicius eines der wenigen überlieferten Kochbücher und Rezeptsammlungen der Antike.<sup>10</sup> Vor diesem kulturellen Hintergrund bringt das alte Rom Spitzenköche hervor und bezahlt für seine Stargastronomen ähnlich gut, wie dies heute bei Spitzensportlern üblich ist. Der Historiker Sallust bietet für den Koch des Cassius Nomentanus 100.000 Sesterzen, um ihn abzuwerben. (Zum Vergleich: Ein einfacher Landarbeiter verdiente vier Sesterzen pro Tag.) Kochkunsthistoriker haben zu dieser sozial herausragenden Position der römischen Starköche bemerkt: »Da wundert einen nicht, dass viele dieser Köche als arrogant geschildert wurden. So wurden sie auch in altgriechischen und altrömischen Theaterstücken dargestellt, und ähnliches wird auch aus dem alten China berichtet.«<sup>11</sup> Der philosophisch verfernte Repräsentant der feinen Küche Apicius erregt mit exzessiven Aufwand und symbolischen Luxus einiges Aufsehen in der römischen Gesellschaft. So soll er extra ein Schiff gechartert haben, um sich an der Küste Libyens zu überzeugen, ob dort die Meereskrebse wirklich so groß seien, wie man erzählt. (Ebd., 58) Zur Charakterisierung der apicianischen Gourmandise wird angeführt, dass er in den Augen des römischen Schriftstellers Juvenal das Laster der Ausschweifung personifiziere, während er für Athenaios der feinsinnige Kenner par excellence war; vielen Anderen galt er als das Paradebeispiel eines verschwenderischen Gastgeber. In diesem Sinne wird Apicius auch von den christlichen Schriftstellern Tertullian im 2. Jahrhundert und Appolinaris im 5. Jahrhundert erwähnt.<sup>12</sup>

10 | Vgl. Goody, *Cooking, Cuisine and Class*, 103.

11 | Dünnebieber/von Paczensky, *Kulturgeschichte des Essens*, 65.

12 | Vgl. Revel, *Erliesene Mahlzeiten*, 42.

## DIE GEBURT DER FEINEN KÜCHE

Analysiert man das apicianische Kochbuch nach den philosophischen Grundsätzen der darin enthaltenen Kulinarik, fallen der häufige Einsatz von Saucen, das viele Mischen von Süßem und Salzigem sowie die reichliche Verwendung von Gewürzen und Kräutern auf. So gehört zu jeder Zubereitung fast zwangsläufig *Garum*, eine aus kleinen marinierten Fischen bereitete, sehr scharfe und salzige Gewürzmischung. Was darüber hinaus den Gebrauch von Salz jedoch nicht ausschloß. Unter den in großen Mengen verwendeten Kräutern und Gewürzen, die in den meisten Kreationen den Geschmack bestimmen, sind Zwiebeln, Kümmel, Koriander, Pfeffer, Raute, Flohkraut, Salbei, Kerbel, Schnittlauch, Zimt, Eppich, Minze, Majoran, Thymian, Schalotten, Binsenwurzel, Dill, Origanum oder Dost, Alant, Kardamom, Borstengras, Fenchel, Wacholderbeeren, Silphium aus der Cyrenaica und Liebstöckel (*Ligusticum*), außerdem Meerrettich, Mohnsamen, Bohnenkraut, Bergfenchel, Ammi (*Khellakraut*). Diese Kräuter und Gewürze werden im Mörser zerstampft und mit Öl, Essig, Honig und Wein geknetet. Oft werden sie alle zusammen verwendet und die Speisen vor dem Servieren mit dieser Sauce übergossen.

Viele Gewürze wurden aus dem Orient eingeführt, was zu der Vermutung veranlasst, dass Apicius die griechische mit der asiatischen Kochkunst auf äußerst eigentümliche und neuartige Weise vermischte.<sup>13</sup> Die aufwändige Ästhetik der apicianischen Kulinarik und ihre Technik der geschmacklichen Verfeinerung veranschaulicht folgendes Rezept: »Brate Schweinsleber, und reinige sie darauf von allem Häutigen; vorher jedoch zerreihe Pfeffer, Raute und Fischsülze [*Garum*], und drauf tue deine Leber, und verreihe und mische es eben wie die Fleischklöße. Bilde Klöße daraus, wickele sie mit einzelnen Lorbeerblättern in die Netzhaut, und hänge sie in den Rauch so lange, als dir beliebt. Wenn du sie essen willst, so nimm sie aus dem Rauch und brate sie von neuem. Wirf sie in einen trockenen Mörser, auch Pfeffer, Liebstöckel, Majoran, und zerstoße es. Gieße etwas Fischsülze daran; tue gekochte Gehirnlein hinzu, verreihe es fleißig, damit es keine Fladern habe. Wirf fünf Eidotter dazu und treibe es gut zusammen, so dass es einen einzigen Körper bilde; mische es mit Fischsülze, schütte es in eine eherne Pfanne und koche es

**13** | Zu diesem interkulturellen Transfer fehlt indessen einschlägige Forschungsliteratur. Während man sich im alten Rom vorwiegend mit einheimischen Gewürzen wie Dill, Anis, Koriander, Feld- oder Kreuzkümmel, Thymian, Bohnenkraut, Liebstöckel, Oregano, Fenchel, Minze, Mohn, Knoblauch, Lauch, Wermut, Alant, Weinraute, Senf sowie Sesam begnügte, war die Gewürzvielfalt bis zur Kaiserzeit auf unvorstellbare Ausmaße gewachsen: Kein Fleisch, kein Fisch und keine Sauce wurde ohne den Zusatz mehrerer Gewürze gegessen. So kamen später auch Petersilie, Majoran, Saturei, Thymbra, Polei, Kerbel, Zimt und schärfere orientalische Gewürze wie etwa Pfeffer, Ingwer, und Cardamom hinzu. Heute eher unbekannt und zum Teil ausgestorbene, damals aber sehr wichtige Gewürzpflanzen waren Abrotanum, Amomum, Asafötida, Silphium, Ysop und Betel.

darin. Wenn es gekocht ist, so schütte es auf einen reinen Tisch und schneide es in kleine Würfel. Wirf Pfeffer, Liebstöckel und Majoran in einen Mörser und zerstoße es ineinander. Mische alles in einen Breikessel und lasse es darin heiß werden. Nachdem es heiß geworden, ziehe es hervor, zerarbeite es, binde es und schütte es in eine Schüssel. Streue Pfeffer darüber und trage es auf.«<sup>14</sup>

Über diese raffinierten Produktionsmethoden hinaus ist von paradigmatischer Bedeutung, dass die apicianische Kochkunst erlaubt, auch Fleisch von Tieren zu verwenden, die sonst nicht gerne verzehrt wurden. Dazu gehört damals beispielsweise der Kranich mit seinem faulig-ranzigen Eigengeschmack. Auch aus diesem muffigen Fleisch wird eine leckere Mahlzeit gezaubert.<sup>15</sup> Tatsächlich beruht das *l'art pour l'art* dieser Verfeinerung auf der Dominanz der Form gegenüber dem Inhalt im Primat des Sichtbaren gegenüber dem Geschmacklichen. Das fiktive Festessen des *Cena Trimalchionis* des römischen Satirikers Petronius, auf das später näher einzugehen sein wird, hat diese ornamentale Küche am spektakulärsten ausgemalt.<sup>16</sup>

Man hat zur Verteidigung des ästhetizistischen Kochstils des Apicius, insbesondere ihre Vermischungs- und Vermantschungsverfahren, den Hinweis auf die damaligen Tischsitten vorgebracht: Die liegende Essweise der Römer sei der gesellschaftliche Hintergrund für die konzeptuelle (kochkünstlerische) Notwendigkeit von zusammengemantschtem und in mundgerechte Formen hergestelltem Finger Food gewesen. »Es ist unbequem, tranchieren zu müssen, wenn man auf den Ellenbogen gestützt seitlich liegt. Man musste also die Möglichkeit haben, alles mit einer Hand zu ergreifen. Das führte dazu, dass allerhand bunte Gemengel gekocht wurden und die Haschees dabei eine Hauptrolle spielten.«<sup>17</sup> Hier genügt die Feststellung, dass diese »feine Küche« auch noch nach der Ära des römischen Imperiums eine stilprägende *klassische Gültigkeit* in den mitteleuropäischen Gesellschaften und ihrer Kultur genießen wird. Mit Blick auf die Genealogie der kulinarischen Ästhetik des Westens gilt darum: »Ohne Zweifel lag das abendländische Epizentrum der Kochkunst in Rom.«<sup>18</sup>

Über Jahrhunderte hinweg stellt die apicianische Kochkunst das stilbildende Paradigma einer guten Küche dar. Es wird sich zeigen, dass von einer Kontinuität zwischen der römischen Kochkunst über die mittelalterliche Küche bis hin zur modernen französischen *Haute Cuisine* eines Antoine Carême und seiner Nachfolger gesprochen werden kann. In diesem Sinne merkt Friedländer an, dass »die Kochkunst der Neronischen Zeit an Raffinement der modernen französischen sehr nahegestanden« habe.<sup>19</sup> Es wurde sogar behauptet, man könne bereits in der

14 | Apicius in: Rumohr, Geist der Kochkunst, 33.

15 | Vgl. Hirschfelder, Europäische Esskultur, 86.

16 | Vgl. Petronius, Cena Trimalchionis.

17 | Revel, Erlesene Mahlzeiten, 46.

18 | Wanner, Die ehrbare Wollust, 26.

19 | Friedländer, Sittengeschichte Roms, 631.

spätromischen Profiküche ein postmodernes *anything goes* am Werke sehen, wonach alles mit allem kombiniert wird. »Die Küche des Apicius stellt mit ihrem vielfältigen Mischmasch eine Art ›römische Postmoderne‹ dar.«<sup>20</sup>

Die klassische Postmoderne der antiken Grande Cuisine soll man auch darin erkennen zu können, dass Spuren von Apicius-Rezepten, insbesondere für deftige Mischungen, bis heute in spanischen, italienischen und französischen Gerichten zu finden seien.<sup>21</sup> Entsprechend konzipiert der amerikanische Kulturtheoretiker Mintz die ästhetische Form der Haute Cuisine als einen internationalen, universellen Stil in der Kunst des guten Kochens.<sup>22</sup> Auch die Werke von avancierten Kochkünstlern der Gegenwart funktionieren nach der Logik eines kulinarischen Ästhetizismus. So bemängeln Kritiker beispielsweise an der Kochkunst von Jean-Claude Bourgueil und seiner *Philosophie der Großen Küche*<sup>23</sup>, er würde, in der Tradition der Grande Cuisine eines Paul Bocuse stehend, von Gänseleber, Trüffeln, Kaviar und dergleichen repräsentativer Ästhetik nicht loskommen, sondern ihretwegen mitunter die »Textur der Artischocke« zerstören, statt sich an schonende Garmethoden und an das Gute einer saisonalen Variabilität der Zutaten zu halten.<sup>24</sup>

Die ästhetischen Prinzipien einer raffinierten Küche finden sich seit der römischen Klassik indessen nicht nur weltweit in der luxuriösen Spitzengastronomie; unterstützt durch entsprechende technische Entwicklungen werden sie heute auch über die avancierten Produktionsmethoden der ›industriellen Feinkost‹ globalisiert. In dieser interkulturellen Globalisierung der klassischen Großen Küche qua industrieller Großküche perfektioniert sich technologisch jenes kulinarische Paradigma, das bereits bei Apicius' ›feiner Küche‹ am Werk: Ihre technische Logik steht für einen kulinarischen Stil, der die Substanzen der Rohstoffe und mithin die substanzielle Wahrheit (und die mögliche Vollwertigkeit) der verwendeten Zutaten, bis zur Unkenntlichkeit kunstvoll verfremdet und verfälscht, indem sie diese gegebenenfalls auch minderwertigeren Inhaltsstoffe und fehlende Geschmacklichkeit künstlich substituiert, auf beliebige Weise modifiziert und maskiert, durch ›naturidentische‹ Aromen supplementiert werden, um zuletzt auch über diesen ›raffinierten‹ Weg den schönen Augenschein eines ›feinen Essens‹ zu verkaufen.

Trotz dieser genealogischen Entwicklung und dieser kulinarischen Verfallsgeschichte gilt es das gastrosophische Verdienst des Apicius zu würdigen. Denn die heftigen Angriffe seitens der stoischen Moralphilosophen gelten gerade ihm, weil er die Praxis des angeblich unwichtigen und vernunftwidrigen Essenmachens zu einer eigenständigen Kunst perfektioniert und in der Küche eine Ästhe-

20 | Schwendter, *Arme essen – Reiche speisen*, 230.

21 | Vgl. Dünnebier/von Paczensky, *Kulturgeschichte des Essens*, 60.

22 | Vgl. Mintz, *Tasting Food, Tasting Freedom*.

23 | Vgl. Bourgueil, *Philosophie der Großen Küche*.

24 | Vgl. Seitz, *Unter Trüffeln*.

tik des kulinarisch Guten und Schönen entwickelt, deren klassische und äußerst wirkungsmächtige Werke eine gastrosophische Anerkennung verdienen.

## EINE SOSSE FÜR ALLES

Was Senecas Kritik an der römischen Kochkunst und ihrer »prahlerischen Küche«<sup>25</sup> erregt, sind zum einen geschmacksästhetische Gründe. Die feine Küche betreibe eine Überladung durch eine Unmenge an aufgetischten Speisen. »Mehr soll gleichzeitig auf den Tisch kommen, viele delikate zubereitete Gänge mögen sich zu einem Ganzen zusammenschließen.« Diese Maßlosigkeit einer überfüllten Tafel trägt außerdem zu einer Wahllosigkeit der Kombinationen bei, deren Primat nicht im qualitativen Genuss liegt, sondern in der vermischten Zusammenstellung von Delikatessen. »Auf einzelne Speisen«, so Senecas Verärgerung, »hat man schon keinen Appetit mehr: Gemacht wird eine einzige Mischung aus Leckerbissen.«<sup>26</sup> Über diese wahllose Opulenz hinaus stößt der programmatische Einsatz von künstlichen Geschmacksverstärkern, den die raffinierte Küche vor allem in Form des Universalgewürzes Garum praktiziert, bei dem wahrheitsliebenden Philosophen auf Degout. Für Seneca handelt es sich bei dieser »pikanten ausländischen Fischsoße« um »kostspielige Jauche aus verdorbenen Fischen«, die darüber hinaus »durch faulige Salzlake brennende Schmerzen in den Eingeweiden verursacht«. (Ebd., 25) Der eigentliche ästhetische Mangel dieser Verfeinerung beruht Seneca gemäß in der Negation der geschmacklichen Differenzen und der natürlichen Verschiedenartigkeit der Zutaten. »Zusammen übergieße man, was üblicherweise gesondert aufgetischt wird, mit einer Soße; man mache keinen Unterschied«. (Ebd., 27)

Der Einsatz einer künstlichen Aromatisierung ist Bestandteil einer geschmacklichen Veredelung, die sich in den Zubereitungsmethoden in technischer Form wiederholt. In diesem Zusammenhang kritisiert Seneca den »Mischmasch« (ebd., 29) der römischen Haute Cuisine: »Austern, Seeigel, Klappmuscheln, Seebarben serviere man bunt durcheinander und zusammengekocht!« (Ebd., 27) Durch diese jeden Unterschied gleichmachende Misch-Ästhetik werden aus »grundverschiedenen Naturprodukten« und ihren verschiedenartigen Wirkungen »ungleichartige« und »unausgeglichene Speisen« geschaffen. (Ebd., 19) Weil dabei alles »gewaltsam durcheinander« gemischt wird, zeigt diese überkünstelte Verfeinerungstechnik eine sachliche Beliebigkeit und naturwissenschaftliche Unkenntnis. Aufgrund einer solchen Zubereitung, die diese Küche für ihre Kreationen vorzugsweise wählt, werden die Speisen zu hochverarbeitetem Gemengsel – zu einer Art schmeichelkünstlerischer Feinkost, welche angenehm schmeckt und lecker ist, freilich zu dem Preis, dass es ihr an einem natürlichen Wohlge-

25 | Seneca, Helvia IX, 10.

26 | Seneca, Über Ethik, 95. Brief, 27.

schmack des Essens mangelt. Der Kochkunsttheoretiker Revel bestätigt Senecas Kritik an der apicianischen Ästhetik. »Sie pflegte«, so Revel, »das Nebeneinander, sie häufte Nahrungsmittel, Düfte und Würzen aufeinander, ohne zu wissen, dass nicht die Menge der Gewürze und Kräuter zählt, sondern ihre Verbindung, und dass die Aromen sich gegenseitig neutralisieren, wenn man alle Gerichte damit überschüttet. Sie wusste nicht, wie wichtig es ist, beim Kochen den richtigen Augenblick abzuwarten, um ein Kraut hinzuzugeben, damit dieses seinen Duft weitergeben kann.«<sup>27</sup>

Auch aus kulturgeschichtlicher Sicht lautet das kritische Urteil, dass die kulinarischen Grundsätze der klassischen Großen Küche dazu führen, »die wahre Natur der Einzelbestandteile zu verbergen«.<sup>28</sup> Rumohr geht noch einen Schritt weiter und spricht angesichts des oben zitierten Gerichts (»Brate Schweinsleber...«) von der römischen Haute Cuisine als einer »zerstörenden Kochart«<sup>29</sup>, die alles andere als die mimetische Technik einer den Eigengeschmack der Dinge bewahrenden und ihren natürlichen Nährwert schonenden Zubereitung beherrsche oder perfektioniere und statt dessen die ästhetizistische Verfeinerung zur maßgeblichen Produktionsmethode des »guten Kochens« erhebt.<sup>30</sup>

Einen »ungeheuren Sittenverfall« beklagt Seneca in seiner *Ethik* (95. Brief, 29) angesichts der esskulturellen Implikationen dieses aus seiner Sicht schlechten Geschmacks. Weitsichtig wird die Befürchtung ausgesprochen, dass sich dereinst die Menschen mit vorproduziertem Fertiggericht abfüllen lassen werden: »Ich warte schon darauf, dass Vorgekautes serviert wird. Das ist ja doch nicht viel anders, als Muschelschalen und Gräten zu entfernen und dem Koch die Arbeit der Zähne zu überlassen.« (Ebd., 28) Spürbar schlagen diese Formulierungen jenen diät-moralischen Ton an, welcher die stoische Ernährungsphilosophie insgesamt charakterisiert. Ausführlich tadelt Senecas Kritik der grassierenden Esssitten sogar einzelne Genussmittel und Speisen, deren bedenkliche Wirkungen problematisiert werden. Manche leckere Speisepilze werden so zu einem gleichwertigen moralischen Problem wie andere verwerfliche Dinge. Beispielsweise Champignons. »Und meinst du, dass jene Champignons, ein köstliches Gift, keine verborgene Wirkung haben, auch wenn diese nicht sogleich eingetreten ist?« Wir sehen den

**27** | Revel, *Erliesene Mahlzeiten*, 50f.

**28** | Hirschfelder, *Europäische Esskultur*, 86.

**29** | Rumohr, *Geist der Kochkunst*, 33.

**30** | Rumohr weist auf die historische Bedeutung dieser Situation hin: »Als Coelus Apicius jenes Kochbuch verfertigte, welches allen modernen in der Form und Richtung zum Muster diente, da war bereits jegliche Spur von Würdigung der arthaften, jedem Nahrungsstoff eigentümlichen Güte verschwunden; da schien es der Gipfel der Kunst zu sein, den Charakter jeder Speise durch Mischung und Verarbeitung zu vernichten.« (ebd., 32) Vor diesem Hintergrund sieht Revel die verschiedenen gastrosophischen »Perioden der Rückkehr zu den Naturprodukten als Reaktion auf eine schwerverdauliche und komplizierte Küche«. Vgl. Revel, *Erliesene Mahlzeiten*, 16.

Weisheitslehrer sogar das Speiseeis – den »im Sommer genossenen Schnee« – verurteilen, weil es seiner Meinung nach »zu einer Verhärtung der Leber führt«. (Ebd., 25) Weiter wird angeschwärzt, dass das geschmacklose Fleisch der Austern – die außerdem, wie Seneca hinzufügt, »mit Unrat gemästet« sind – zu »ekligem Völlegefühl« verhilft. Selbst Kurzgebratenes kommt nicht zu kurz, und wird ebenfalls von einem Genussmittel zu einem Mittel des Selbstekels umgedeutet. »Und denkst du, dass jene noch rohen Fleischstücke, die man fast direkt aus dem Feuer heraus in den Mund führt, ohne Schaden erst im Magen gelöscht werden? Wie widerlich und übelriechend ist demnach das Aufstoßen und wie groß der Ekel vor sich selbst bei solchen, die ihren Rausch vom Vortag ausdünsten? Man merkt wohl, dass das Genossene verfault, nicht verdaut wird.« (Ebd., 25)

An solchen Malediktionen, die Essen im Medium des philosophischen Begriffs bewusst schlecht reden, tritt ein neues diskursives Element innerhalb des diätmoralischen Denkens auf, mit dem sich der rhetorisch geschulte Seneca einerseits von Platons unterschweligen Bauchreden absetzt und andererseits jenen Diskurs vorbereitet, dessen sich die christliche Anti-Kulinarik verstärkt bedienen wird. Im Unterschied zu den christlich-religiösen Anorektikern diffamiert der stoische Asket doch noch nicht das Essen an sich, sondern nur bestimmte Speisen und Zubereitungsweisen einer moralisch wie kulinarisch geschmacklosen und diätetisch ungesunden Raffinesse. – Vielleicht hat der Rhetorikautor Quintilian diesen verunglimpfenden Diskurs vor Augen, wenn er Seneca zwar beträchtliche Sachkenntnis bescheinigt, zugleich aber bemängelt, dass bei ihm doch Einiges einem professionellen Urteil nicht standhalte.<sup>31</sup>

Jedenfalls gilt festzuhalten, dass sich Senecas Kritik des »guten Essens« hauptsächlich gegen die dekadente Überfeinerung einer abgeschmackten Luxusküche richtet, der es primär um repräsentativen Genuss geht. »Wie bedauernswert sind doch alle«, beklagt der stoische Diätmoralist die Prasserei und Geltungssucht seiner wohlhabenden Mitbürger, »deren Gaumen nur noch durch die erlesensten Gerichte gereizt werden; erlesen aber nicht durch vorzüglichen Wohlgeschmack oder besonderen Gaumenkitzel, sondern nur weil sie selten und schwer zu beschaffen sind.«<sup>32</sup> In dem geschmacklosen Drang zu den feinen Unterschieden einer symbolischen Distinktion sieht der nachsokratische Sittenkritiker Seneca eine der wesentlichen Ursachen für die kulinarischen Extravaganzen seines Umfeldes: »Die Verschwender streben danach, ihr Leben fortwährend zum Gegenstand der Gespräche zu machen. Bleibt es verschwiegen, so glauben sie, ihre Mühe verloren zu haben. Sooft etwas, was sie tun, dem Gerücht entgeht, sind sie missvergnügt. Es gibt viele, die ihr Vermögen verprassen: Um sich unter diesen einen Namen zu machen, genügt es nicht, üppig zu leben, man muss es in auf-

**31** | Vgl. Fellmeth, Brot und Politik.

**32** | Seneca, Helvia IX, 11.

fallender Weise tun, eine gewöhnliche Verschwendung verursacht in einer so beschäftigten Stadt kein Gerede.«<sup>33</sup>

Gemäß dieser Logik der ostentativen Verausgabung ist lediglich das Exquisite gut, weil das ›kulinarisch Gute‹ teuer sein muss, aber nicht unbedingt besonders gut zu schmecken hat. Daher repräsentieren beispielsweise seltene Fische, rare Vögel oder fettige Murmeltiere kostspielige Delikatessen. Eine Ladung Drosseln, die sich Metellus Scipio für ein Gelage bestellt, kostet mit 60000 Sesterzen das 125-fache des Jahreslohnes eines Legionärs.<sup>34</sup> Ein hoch angestellter Mann namens P. Octavius kauft sich mit der Summe von 5000 Sesterzen für eine 4 1/2 Pfund schwere Seearbe den Ruhm ein, einen Fisch erstanden zu haben, der nicht nur dem Kaiser Tiberius, sondern auch seinem Rivalen Apicius zu teuer gewesen sei, und erlangte damit unter seinesgleichen großes Ansehen.<sup>35</sup> Der Romhistoriker Friedländer weist darauf hin, dass die symbolischen Verausgabungen über die repräsentativen Speisedarbietungen hinaus zum größeren Teil die finanziellen Aufwendungen für eine prunkvolle Dekoration und für Aufsehen erregende Geschenke oder ›Mitnehmsel‹ betrafen. (Auf die kulturhistorischen und rechtstheoretischen Hintergründe dieser Ökonomie der Gabe wird zurückzukommen sein.)

So verwundert es zuletzt nicht, wenn Seneca die Ursache des spektakulären Freitodes des angefeindeten Esskünstlers Apicius zum willkommenen Anlass für eine moralische Belehrung nimmt, die es »sich lohne, zu kennen«. Nicht ohne schadenfroher Genußtuung erläutert der Philosoph die angeblichen Hintergründe: So habe sich Apicius, nachdem er hundert Millionen Sesterzen für seine Küche ausgegeben, eine Unmenge herrschaftlicher Zuwendungen restlos aufgebraucht und gewaltige Abgaben des Kapitols in ein paar Gelagen verprasst hatte, durch drückende Schuldenlast erstmals genötigt gesehen, seine Kassenbücher zu studieren. Er habe sich dann errechnet, so Seneca, dass ihm noch zehn Millionen Sesterzen übrig bleiben würden. Weil aber mit zehn Millionen Sesterzen zu leben, für einen Lebemann und Feinschmecker wie Apicius mit einem Leben am Rande der Hungersnot gleichbedeutend gewesen wäre, sei er durch Gift aus dem Leben geschieden. Senecas Fazit lautet selbstredend: »Gipfel des Wohllebens: Sich mit zehn Millionen Sesterzen für bettelarm zu halten! Nun glaube noch, dass es auf die Größe des Vermögens, nicht des Geistes ankomme.«<sup>36</sup>

**33** | Seneca zitiert in Friedlaender, Sittengeschichte Roms, 630.

**34** | Hirschfelder, Europäische Esskultur, 88.

**35** | Vgl. Friedlaender, Sittengeschichte Roms, 630.

**36** | Seneca, Helvia X, 3.

## LUKULLISCHE VERHÄLTNISSE UND IHRE FOLGEERSCHEINUNGEN

Für den Hauptvertreter der stoischen Philosophie Seneca ist der Lebemann Apicius nur eine Ausgeburt der maßlosen Exzesse der römischen Überfluggesellschaft und ihres alles dominierenden Zwangs zur beispiellosen Üppigkeit und symbolischen Verschwendung. Wie Platon, so stellt auch er seine philosophische Reflexion der Kochkunst in einen größeren gesellschaftlichen Zusammenhang. Aber anders als Platon, erkennt Seneca in dem kulinarischen Ästhetizismus der Kochhochkultur nicht die Ursache der gesellschaftlich vorherrschenden Esskultur, sondern die Symptomatik ihres schlechten Geschmacks. So hat sich die moralische Verurteilung der kulturellen Dekadenz des Römischen Imperiums vor allem am Kulinarischen, an den raffinierten Tafeln und den kultivierten Gaumenfreuden erregt. Als Beispiel führt der Stoiker die dekadenten Exzesse des Kaisers Caligula (Cajus) an: »Der Kaiser Cajus, den mir die Natur hervorgebracht zu haben scheint, um zu zeigen, was die höchste Lasterhaftigkeit im höchsten Glück vermöge, hat an einem Tage um zehn Millionen Sesterzen gespeist, und obgleich dabei von dem Erfindungsgeist aller Welt unterstützt, fand er doch kaum eine Möglichkeit, die Abgaben von drei Provinzen zu einer Mahlzeit aufzuwenden.« (Ebd., IX, 11)

Nach der Eroberung Galliens feiert Julius Cäsar seinen Triumph, indem er 250.000 römische Bürger zu einem mehrtägigen Bankett lädt. Ob Cäsar, Caligula, Kaiser Augustus oder der monströs fettleibige und noch junge Elagabal, Kaiser Tiberius, Claudius, Vitellius Trajan oder der korpulente Maximus, der täglich nicht weniger als vierzig Pfund Fleisch in sich hineinschaufelt usw. – sie alle verkörpern das geläufige Bild vom kaiserlichen Rom als einer in maßlosem Luxus schwelgenden Gesellschaft.<sup>37</sup>

Freilich ist bei der sprichwörtlich gewordenen lukullischen Üppigkeit an dessen römischen Namensgeber zu erinnern. *Lucius Licinius Lucullus*, ein etwas älterer Zeitgenosse Senecas, inszeniert pompöse Gelage und kostspielige Festmahle, die allgemeines Aufsehen erregen. Die Tatsache, dass sein Name noch heute als Synonym für kulinarische Verausgabung und üppigen Schmaus gilt, scheint jedenfalls die Einschätzung zu bestätigen, »er habe sich durch seine Kochkunst größere Verdienste erworben als durch seine Eroberungen.«<sup>38</sup> Nicht zu Unrecht wurde auf das bedenkliche Wertesystem der moralischen Verurteilung des Lukullischen hingewiesen: »Seine Morde als Feldherr bleiben regelmäßig unerwähnt, wenn ihm am Zeug gefickt wird. Allem Anschein nach wiegen Sünden bei Tisch ungleich schwerer als Sünden auf dem Schlachtfeld. Das bleibt ein höchst be-

**37** | Friedländer notiert hier einschränkend, dass der Tafelluxus in Rom während der Periode von Augustus bis Vespasian zwar einen sehr hohen Grad erreicht hatte, jedoch weder so ausschweifend und ungeheuerlich noch so alltäglich und allgemein gewesen sei, wie man nach Senecas übertreibenden Äußerungen zu glauben neigt; vgl. Friedlaender, Sittengeschichte Roms, 628.

**38** | Anthus, Vorlesungen zur Esskunst, 115f.

denklicher Irrtum der ›Moral‹.«<sup>39</sup> Obschon Lucullus, entsprechend seines kriegerisch erbeuteten Reichtums, die lukullischen Genüsse bis zu dem exklusiven Grad eines für den durchschnittlichen Bürger unerreichbaren Luxus steigert, spiegelt sich in seiner Feinschmeckerei gleichwohl die große gesellschaftliche Bedeutung wider, die das Essen in der römischen Ära erlangt.

Zwar sieht die gewöhnliche Versorgungslage und Alltagsküche des römischen Volkes oft nicht mehr vor als Brot oder dicken Mehlbrei (*puls*), mit ein wenig Gemüse, meist preisgünstigen Kohl (*holus*) neben Bohnen, Erbsen und Linsen.<sup>40</sup> Doch leben die Römer des ersten nachchristlichen Jahrhunderts – mit zunehmendem Wohlstand – nach den Gebräuchen, die heute allgemein für ›typisch römisch‹ gelten: Ausgedehnte Ess- und Trink-Gelage (wobei Gelage mitunter nur das damals übliche Liegen zu Tische meint) werden als wesentliche Praxisformen einer Lebensästhetik kultiviert, die bei den stoischen Philosophen auf totale Ablehnung stößt und unter den römischen Satirikern zum bevorzugten Gemeinplatz wird. So ist mit dem *Gastmahl des Trimalchio* an die literarische Überzeichnung der populären Mahlkultur des antiken Roms zu erinnern, mit der Senecas Zeitgenosse Petronius das als eine bloße förmliche Verfehlung (von an sich gut geheißenen Esssitten) persifliert, was gerade von der Sittenstrenge des Stoizismus bekämpft wird.

Petronius' Satire beschreibt einen Emporkömmling namens Trimalchio, ein zu Geld gekommener früherer Sklave, der aus Renommiersucht ein pompöses Gastmahl veranstaltet, das weniger durch seinen Wohlgeschmack als durch die ästhetische Raffinesse der dargebotenen Köstlichkeiten spektakulär in Szene gesetzt wird. Nach ohnehin schon reichlichen Vorspeisen und Zwischengerichten wird schließlich als erste Hauptspeise (*caput cenae*) eine Platte serviert, »auf der ein Keiler erster Größenordnung lag, und zwar mit einer Freiheitsmütze und so, dass an seinen Gewehren zwei Körbchen aus geflochtenem Palmbast hingen, das eine mit syrischen, das andere mit ägyptischen Datteln gefüllt. Rings herum aber waren winzige, aus Knusperteig bereitete Ferkel so gelegt, als ob sie sich nach den Zitzen drängten, um anzudeuten, ein Mutterschwein sei aufgetischt.«<sup>41</sup> Daraufhin tritt ein bärtiger Riese als Zerleger auf, der mit seinem Hirschfänger »tüchtig in die Flanke des Tieres stößt«, worauf plötzlich Krammetsvögel aus dem Riss des falschen Keilers hochfliegen. Nach dem rein symbolisch gefüllten Keiler wird nun ein echtes *porcus Troianus* aufgetragen, das den ganzen Tisch in Anspruch nimmt. Der Koch ergreift ein Schlachtmesser und schneidet der Sau in vorsichtiger Manipulation »hüben und drüben den Bauch« auf. Augenblicklich geben die Ritze einem Druck nach, weiten sich und lassen »Bratwürste mit Plunzen hervorkullern.«<sup>42</sup>

39 | Herrmann, Schlemmermahl und Schlangenfress, 134.

40 | Vgl. Weeber, Alltag im Alten Rom.

41 | Petronius, Trimalchio, 40, 3ff.

42 | Ebd., 49, 1ff.; vgl. Bahr, Die Sprache des Gastes.

Der Sinn der satirisch karikierten Erlebnisgastronomie ist offenkundig: Ein Neureicher, ein Parvenü und Anfänger in der Kunst des Essens prahlt gegenüber seinen zwielichtigen Tafelgästen mit den ein ums andere Mal aufgetragenen Leckerbissen und mit einem entsprechenden Ambiente, das einzig und allein den unkultivierten und letztlich stilllosen Geist des Gastgebers Trimalchio widerspiegelt, nur gastronomisierten Reichtum zur Schau stellen zu wollen anstatt das gemeinschaftliche Mahl als eine unspektakuläre Lebenskunst zu zelebrieren. Petronius malt in seinem üppig gestalteten Sittengemälde die lukullischen Schmausereien seines Milieus nur satirisch aus, insofern stimmt es, zu sagen: »Die bittere Ironie der Erzählung zielt ganz eindeutig auf die Halbbildung, die millionenschwere Kulturlosigkeit und die immer wieder vorkommenden Ausrutscher ins Ordinäre des Parvenüs Trimalchio.«<sup>43</sup> Aber trotz oder gerade mithilfe dieser satirischen Übertreibung lässt Petronius' Gastmahl-Darstellung indirekt erkennen, welchen zentralen (gastrosophischen) Stellenwert die römische Esskultur einer alltagsethischen Mahlpraxis und dem konvivialen Glücksideal eines Mahlgemeinschaftslebens beimaß.<sup>44</sup>

Entgegen dieser populär-poetischen Wertschätzung der kulinarischen Lebensfreuden thematisiert Seneca, darin den platonischen und aristotelischen Ernährungsdiskurs folgend, die gesellschaftlichen, ökonomischen und medizinischen Folgeerscheinungen dieses Wohllebens. Unter einem ökonomischen Gesichtspunkt spricht der Stoiker die expansive Dynamik des Wirtschaftsprozesses der römischen Konsumgesellschaft an. »Von überall her«, so seine philosophisch-ökonomische Kritik, »bringt man zusammen, was nur immer der kecke Gaumen kennt. Was der durch Leckereien zerrüttete Magen kaum vertragen kann, wird vom entferntesten Ozean herbeigeschafft.«<sup>45</sup> Tatsächlich kommen bereits umweltethische Bedenken gegenüber der Naturzerstörung zu Wort, wenn der Ressourcenhunger im Dienste eines, obschon durch Leckereien zerrütteten, nichtsdestoweniger unersättlichen Magens als Grund für den Raubbau an den Wäldern und für das rücksichtslose Ausbeuten der Fischbestände verurteilt wird. Dementsprechend ist die grenzenlose Konsumsucht »die Verwüsterin der Landstriche und des Meeres«.<sup>46</sup>

Indessen vertieft Senecas Philosophie die umweltethische Problematik dieser Naturausbeutung nicht weiter. Gleichwohl ist in diesem Zusammenhang an den römischen Imperialismus zu denken, dessen kriegerischen und weltwirtschaftlichen Aktivitäten dem römischen Reich ermöglichten, innerhalb der Küstenregionen des Mittelmeerraums und über den ausgedehnten Handel mit überseeischen

**43** | Fellmeth, Brot und Politik, 97.

**44** | Petronius' Mythogastrosophie dient dem einflussreichsten Renaissance-Schriftsteller Francois Rabelais als Vorbild für dessen üppige Schlaraffenlanderzählung *Gargantua und Pantagruel*.

**45** | Seneca, Helvia IX, 10.

**46** | Seneca, Über Ethik, 95. Brief, 15ff.

Ländern einen kulturellen Transfer von neuartigen Lebensmitteln, Gerichten, Speisekombinationen, Zubereitungsmethoden entstehen zu lassen und in Gang zu halten.<sup>47</sup> Stärker als die ökologischen und wirtschaftlichen Hintergründe des gesellschaftlichen Konsumlebens stellt Seneca dessen gesundheitliche Auswirkungen in den Mittelpunkt seiner Kritik. »Wie sehr haben Gesundheitsschäden zugenommen!«, lautet folglich seine diätetische Diagnose. »Das sind die Zinsen, die wir für unsere maß- und rücksichtslose Gier nach Sinnenfreuden zu entrichten haben.« (Ebd., 23) In Briefen an seinen Freund Lucilius wird moniert: »Über die Unzahl der Krankheiten brauchst du dich nicht zu wundern: Zähle die Köche!«<sup>48</sup>

Dennoch scheinen nicht so sehr die vielen Köche und die üppige Speiseauswahl das Problem zu sein, sondern die raffinierte und hochverarbeitende Zubereitungsart der Nahrungsmittel. Eine ausgeklügelte und zu Genusssucht verführenden Gastronomie, die »tausend Leckerbissen erfunden hat, um die Gier zu erregen«, sorgt für »einen zum Platzen vollen Bauch«, der sich zum eigenen Schaden angewöhnt hat, mehr aufzunehmen, als ihm gut tut. Die zunehmenden ernährungsbedingten Gesundheitsschäden rühren demnach aus der physiologischen Unbekömmlichkeit und der trophologischen Minderwertigkeit oder einfach aus der schlechten Verdaulichkeit der Produkte her, die der Qualität und der Vollwertigkeit der verwendeten Nahrungsmittel wenig Beachtung schenkt zugunsten deren schönen Scheins. Ansonsten sei klar, so der philosophische Ernährungswissenschaftler Seneca, dass sich ungleichartige Speisen »unmöglich vertragen« können und sie, wenn man sie verschlungen habe, wegen ihrer verschiedenartigen Wirkung »schlecht verdaut« werden. So begründet er das Schlechte der vorherrschenden Ernährungspraktiken, neben ihren ökonomischen und ökologischen Folgen und ihrer kulinarisch-ästhetischen Verfälschungen, mit den an ihnen ablesbaren Begleiterscheinungen einer physisch schädlichen Übersättigung und Fehlernährung. Als empirischen Beleg für dieses Urteil bietet er Befunde ernährungsbedingter Pathologien und beschreibt deren wechselvollen Verlauf und vielfältigen Symptome. (Vgl. ebd., 19)

Die aufgestellte Liste solcher beschwerlichen und leidvollen Dystrophie klingt wie ein Auszug aus aktuellen Gesundheitsberichten: Innere Geschwüre der Ausscheidungsorgane, gichtige Finger wegen Versteifung von Gelenken sowie Lähmung empfindungslos gewordener Muskeln oder ihr unausgesetztes Zucken und Zittern, Magerkeit wegen Magenbeschwerden, Flüssigkeitsansammlung überall in der Haut, Gelbsucht, Schwindelanfälle, Blässe weindurchränkter Muskeln, Gesichtsverfärbung, Gewebebrand [Nekrose, Dermatitis], Augen- und Ohrenleiden und bohrende Schmerzen eines überreizten Gehirns. (Vgl. ebd., 16) Mit der letztgenannten Begleiterscheinung einer schlechten Ernährung, den bohrenden Schmerzen eines überreizten Gehirns, erwähnt Seneca eine »Strafe für Genusssucht«, auf die auch andere Autoren zu sprechen kommen. So berücksichtigt

47 | Vgl. Weeber, *Luxus im alten Rom*; Friedlaender, *Sittengeschichte Roms*, 624ff.

48 | Seneca, *Über Ethik*, 95. Brief, 23.

auch der römische Arzt Galen den Einfluss des Essens auf die geistige Gesundheit.<sup>49</sup> Die Kenntnis einer gesunden Diät würde den Menschen für das Leben daher großen Nutzen bringen und die Fähigkeiten ihres ›höheren‹ Seelenteils, die Verstands- und Einbildungskräfte, verbessern.<sup>50</sup>

Der Moralist Plutarch geht noch einen Schritt weiter und hebt das physisch-moralische Kontinuum zwischen unvernünftigen Ernährungsgewohnheiten und geistigem Verfall hervor. Daher wirke sich eine schlechte Esskultur physiologisch entsprechend schlecht auf einen ›gesunden Menschenverstand‹ aus, so dass ein schlechter Geschmack der Esssitten folglich den moralischen Gesundheitszustand seines Wahrnehmungsvermögens und seiner Erkenntniskräfte beraube. »Die Sinnesorgane werden nämlich«, so Plutarch, »alle miteinander krank, sie werden gemeinsam zur Zügellosigkeit überredet und für diese gewonnen, wenn sie das natürliche Maß nicht mehr einhalten.«<sup>51</sup>

Die hier von Plutarch, Galen und Seneca geäußerte Beunruhigung, dass falsche Ernährungspraktiken auch moralische und physische Krankheiten des Geistes mit sich bringen können, knüpft an das (sogar von extremen Rationalisten wie Platon oder Descartes) eingeräumte Zugeständnis einer irreduziblen Einheit von menschlichem Geist und dem sich ernährenden Körper an. Nicht nur beeinflusst der Geist den Körper, auch das einverleibte Essen das Denken. Dieses physisch-moralische Kontinuum zwischen Denken und Essen lässt sich als Indiz für den gastrosophischen Verdacht nehmen, dass eine Fehlernährung durchaus für den Geist und das Denken schlecht sein kann, und dass sich eine schlechte Ernährungsweise mitunter in einem schlechten Ernährungsdenken vergeistigt.

**49** | Vgl. Wöhrle, Studien zur Theorie der antiken Gesundheitslehre, 225.

**50** | Der tragische ›Fall Nietzsche‹, die bohrenden Schmerzen seines überreizten und bis zur völligen Demenz erkrankten Gehirns, ist hierfür das vielleicht nur bekannteste Beispiel – und seine ›Gastrosophie‹ der bewusste Versuch, diesen leidvollen Zustand durch eine ›Vernunft in der Küche‹ zu verändern (siehe II.5).

**51** | Plutarch, Tischgespräche, 145. Für Plutarch ist dieser moralisch-physische Wahnsinn der Sinne die angebliche Ursache des allgemeinen Verfalls des kulturellen Lebens und dessen traditioneller Werte: »So zerrüttet das erkrankte Gehör den Sinn für musische Bildung, woraufhin der verweichlichte und entfesselte Sinn nach schimpflichen Genüssen und weibischem Nervenkitzel begehrt. Auf diese Weise wird der Gesichtssinn dazu gebracht, sich nicht mehr an Kriegstänzen, Schattenboxen und kunstvollen Tänzen zu erfreuen, auch nicht an Skulpturen und Bildern, sondern Mord und Totschlag von Menschen, Verwundungen und rohe Kämpfe als das wertvollste Schauspiel überhaupt anzusehen. So folgen den widergesetzliche Mählern zügellose Hörstücke, den schamlosen Melodien und Liedern aus der Art geschlagene Schauspiele und schließlich den unkultivierten Schauspielen eine Unempfindlichkeit und Rohheit gegenüber anderen Menschen.« Vgl. Plutarch, Zwei Traktate vom Fleischessen.

## EXTRABEILAGE: GALENS DIÄTETIK

Angesichts des hohen Standes an ernährungsbedingten Zivilisationskrankheiten wundert es nicht, dass der römische Zeitgeist mit Claudius Galen einen der berühmtesten Ärzte hervorgebracht hat. Er gilt als der namhafteste Nachfolger des Griechen Hippokrates, des antiken Begründers der Diätetik, über die noch ausführlich (II.2) zu sprechen sein wird. In Rom wirkend, entwickelt Galen eine Gesundheitslehre, die Ernährungsfragen eine wesentliche Bedeutung beimisst, wobei seine diätetischen Schriften weitestgehend der hippokratischen Schulmedizin folgen.<sup>52</sup> Er systematisiert und erweitert die verschiedenen Stränge der griechischen Philosophie und Medizin zu einem Gesundheitsverständnis, das auf den Zustand natürlicher Körperkräfte und auf die Erhaltung der gesunden Säftemischungen ausgerichtet ist, was die Kanonisierung einer säftheoretischen Medizin vorantreibt.<sup>53</sup>

Dennoch führt Galen eine grundlegende Neuerung in die medizinische Diätetik ein: Als einer leichten und steten Abweichung vom Ideal der Eukrasie (i. S. eines richtigen Säftehaushalts und rundum gesunden Körperzustandes) räumt er die Möglichkeit einer »gesunden Dyskrasie« ein, »wenn noch keine Funktion des Körpers deutlich geschädigt ist.«<sup>54</sup> Demnach gibt es nicht nur den Zustand entweder einer völligen Gesundheit oder der manifesten Krankheit; stattdessen und weit wahrscheinlicher kann sich der gesunde Mensch in einer »neutralen« Körperverfassung befinden, eines weder (lat. *ne*) ganz gesunden noch (lat. *utrum*) ganz kranken Zustands. Dieser neutrale Gesundheitsbegriff liegt der modernen Vorstellung des Gesundseins als eines unauffälligen Funktionierens oder »Schweigens der Organe« zugrunde.<sup>55</sup> Bereits Galen definiert also Gesundheit als einen »Zustand, in dem wir weder Schmerzen leiden noch im Gebrauch der Lebenskräfte behindert sind.«<sup>56</sup>

Ansonsten treibt der römische Arzt die Anwendung des humoraltheoretischen Schematismus vor. Besonders deutlich wird dies in seiner Abhandlung *Über die Kräfte der Nahrungsmittel*, in der die verschiedenen Schriften u. a. von Hippokrates, Mnesitheos, Dieuches, Diokles und Herakleides zusammengetragen werden. Der Autor fügt der bereits bestehenden Diätetik keine nennenswerten neuen Erkenntnisse hinzu, stattdessen wird der phänomenologische Ansatz der hippokratischen Trophologie durch taxinomische Anordnungen ersetzt. Die Bedeutung

52 | Vgl. Wöhrle, Studien zur Theorie der antiken Gesundheitslehre, 213-248.

53 | Vgl. Bergdolt, Leib und Seele, 107.

54 | Galen, De temperamentis II,4, 609.

55 | Vgl. Gadamer, Was ist Heilkunst.

56 | Galen, De sanitate tuenda I,5, 18.

der einzelnen Nahrungsmittel wird strikt säftetheoretisch bestimmt und ihre diätische Wertigkeit hinsichtlich der Axiome Feuchtigkeit – Trockenheit, Wärme – Kälte, Zähigkeit – Flüssigkeit klassifiziert. In umfangreichen Darstellungen geht Galen alle tierischen und pflanzlichen Nahrungsmittel nach diesem Muster durch.

So wird zum Beispiel Rindfleisch gegenüber Schweinefleisch als trockener bezeichnet. Gehirn bilde Schleim und dicke Säfte, ebenso die Leber; saure Milch sei kalt und mache dicke Säfte, Käse sei scharf und warm. Hart gekochte Eier seien schwer verdaulich und machen dicke Nahrung. Honig sei warm, daher gut für alte Leute und kalte Mischungen des Körpers. Die besten Speisen hielten die Mitte zwischen den verdünnenden und verdickenden Nahrungsmitteln ein, etwa hartes Brot, Fleisch von Geflügel, viele Seefische. Gut seien auch Kürbis, Salat, Baumfrüchte, Gurken dagegen neigen zur Zersetzung im Magen, sie seien feucht, kalt und schleimig. Alle, deren Blut mehr dunkelgallig ist, bräuchten eine feuchte und warme Nahrung; alle, die bittergalliges (gelbgalliges) Blut hätten, eine feuchte und kühle Nahrung, die schleimartiges Blut haben, eine erwärmende und austrocknende Nahrung. Knoblauch, Zwiebeln, Kresse, Lauch, Senf würden die Körpersäfte verdünnen.<sup>57</sup>

Auch die humoraltheoretischen Ratschläge von Athenaios spiegeln die Galensche Diätetik wider: Unter Einbeziehung der vier Jahreszeiten werden für den Winter Nahrungsmittel empfohlen, welche »die von Kälte erstarten Körperteile erwärmen und die steif gewordenen Säfte lösen. Die Getränke seien Met, Honigwein, alter und wohlriechender Weißwein, überhaupt Substanzen, die Feuchtigkeit anzuziehen vermögen; doch vermindere man die Menge des Getränks; die trockene Speise sei leicht herzustellen, gut gegoren, gut gekocht, rein, und sei mit Fenchel und Ammi gemischt. Man nehme als Küchenkräuter Kohl, Spargel, Lauch, zarte gekochte Zwiebel und gekochten Meerrettich; als Fische Felsenfische, die sich leicht im Körper verteilen; als Fleisch Geflügel und, neben anderen Arten, Ziege und Jungschwein; als Saucen solche, die mit Pfeffer, Senf, Ölrauke, Garum und Essig bereitet sind.«<sup>58</sup>

Galens Ernährungsmedizin sorgt dafür, dass sich die hippokratische Diätetik in den römischen Medizinschulen etabliert; sie setzt sich folglich nicht der von Seneca vorgetragenen Kritik am »Reparaturbetrieb« des zeitgenössischen Gesundheitswesens aus. Der Philosoph Seneca trägt, ähnlich wie bereits Platon, die wertekonservative Meinung vor, dass in früheren Zeiten »kein so aufwendiger ärztlicher Apparat, nicht so viele Instrumente und Arzneibüchsen vonnöten«<sup>59</sup> gewesen wären, weil die

57 | Vgl. Rothsuh, *Konzepte der Medizin*, 196f.

58 | Athenaios zitiert in Foucault, *Die Sorge um sich*, 137.

59 | Seneca, *Über Ethik*, 95. Brief, 19.

Menschen gesünder gelebt und gegessen hätten, als sie dies heute tun. Aber auch der Ernährungsexperte Galen vermag mit seiner Gesundheitsratschlägen wenig Einfluss auf die allgemeinen Lebensgewohnheiten der Bevölkerung auszuüben, so dass die medizinische Diätetik genauso wenig wie die philosophische Diätmoral der Stoiker die römische Wohlstandsschicht erreicht, um der grassierenden Unvernunft ihres in vielerlei Hinsicht schlechten Essens bessernd entgegenwirken zu können.

## **PFLICHT UND TUGEND DER UNERSÄTTLICHKEIT ALS SYNDROM DER GESELLSCHAFTLICHEN BULIMIE**

Angesichts der gesellschaftlich vorherrschenden schlechten Esssitten bleibt Seneca nur die resignative Feststellung: »So leiden wir eben infolge unseres neuen Lebensstils an neuartigen Erkrankungen.« (Ebd.) Die populäre Tendenz zur Übersättigung und Fettleibigkeit spiegelt sich im kulturellen Wandel des römischen Körperideals wider. Während die griechische Kultur den athletischen Muskelbau idealisierte, gilt den Römern Korpulenz und Leibesfülle als ein akzeptabler Zustand des »schönen Körpers«. Mit anderen Worten, eine gewisse Dicklichkeit stößt im antiken Rom durchaus auf breite Akzeptanz. Eine gesellschaftliche Mode, die sich nicht zuletzt aus dem sozialen Distinktionswillen gegenüber den »abgemagerten Gestalten und Anhängern einer mysteriösen jüdischen Sekte, der Christen«, nährt.<sup>60</sup>

Als eine sicherlich willkommene Rechtfertigung für diese Toleranz gegenüber einem dicken Körper unterbreitet der römische Wissenschaftsautor Celsus seinem übergewichtigen Publikum den ungemein erleichternden Gedanken, dass Verfettung und Fettleibigkeit eine natürliche Ursache hätten – nämlich in einer zu schlaffen Haut.<sup>61</sup> Folgerichtig sei nicht das eigene und selbst zu verantwortende (und zu verändernde) Verhalten, sondern die von Anderen vorgegebene, vererbte Veranlagung entscheidend darüber, ob sich ein Bauch zum Platzen füllt oder nicht, wenn man mehr in ihn hineinstopft, als er verdaut bekommt. Damit formuliert Celsus ein ätiologisches Konzept der Fettsucht (Adipositas oder Hypertrophie), das auf »endogene Faktoren« verweist und Übergewicht »eher als individuell unverschuldet« rechtfertigt. (Ebd.)

Auf diese Weise wird die ebenso individuelle wie kollektive Ernährungsweise gegenüber der Möglichkeit einer gesundheitlichen Problematisierung entmoralisiert und nicht nach asketischen Idealen beurteilt. Celsus' Kollege Galen hält dieser unendlichen Leichtigkeit des Dickseins eine andere Logik entgegen, indem er sich die Position der säftheoretischen Medizin zu Eigen macht: Bei denkbar bester Körperkonstitution »verhält sich der genau richtig im Fleisch stehende

**60** | Didou-Manent/Ky/Robert, Dick oder dünn, 66.

**61** | Vgl. Klotter, Mächtiges Fressen, 137.

Körper so, dass er [...] die Mitte zwischen Dürre und starkem Fleisch hält.« Außerdem betont der berühmte Hippokratiker, dass es zur Erhaltung der Gesundheit darum ginge, gegenüber »allen Übertreibungen« eine Ethik der Maßhaltung zu praktizieren.<sup>62</sup> So lässt sich sagen, in dem Spannungsverhältnis zwischen Galens Diätetik und Senecas Diätmoral des Maßhaltens einerseits und Celsus' spekulativen Biologisierung der Fettsucht andererseits spiegelt sich ein »zweigleisiges Ätiologiemodell« der Dickleibigkeit wider, das seit der Spätantike bis in die Gegenwart das westliche Ernährungsdenken beherrscht.<sup>63</sup>

Im Zusammenhang mit einer diätetischen Problematisierung der Fettsucht und mit Blick auf die philosophische Genealogie der heutigen »Essstörungen« ist die altrömische Praktik des Essenserbrechens oder Vomierens zu erwähnen, die kulturelle Analogien zum bulimischen Syndrom der Gegenwart herstellen hilft. Seneca thematisiert das Ambivalente in der Gewohnheit der Römer, mit Hilfe von Brechmitteln ein planmäßiges Erbrechen des Gegessenen hervorzurufen. Er sieht in dem Einsatz von Vomitiven (wie Federkiel, lauwarmes Wasser oder Wasser mit Salz) eine medizinisch sinnvolle Möglichkeit, sofern nur gelegentlich nach einem zu reichlichen Mahl, um gesundheitlich unerwünschten Folgen oder Übelkeit vorzubeugen, erbrochen wird. Ein jeder kennt, meint Seneca, die Mängel seiner Leibesbeschaffenheit und Verdauungskräfte; daher erleichtert der Eine den Magen durch Brechmittel, ein Anderer stärkt ihn durch reichliche Nahrung, ein Dritter leert und reinigt ihn durch Einschaltung eines Fastens. Friedländer weist darauf hin, dass sich Seneca mit seiner physiologischen Rechtfertigung dieser Art von situativer Bulimie auf eine lange Tradition stützen kann. So hätten die alten Ägypter, nach Herodot die gesündesten Menschen, in jedem Monat drei Tage hintereinander Brechmittel und Klistiere eingesetzt, und selbst Hippokrates empfiehlt das regelmäßige Purgieren auch durch Vomitive. Galen schließt sich auch in diesem Punkt seinem großen Vorgänger an und bestätigt Senecas Auffassung, obschon Galen das Erbrechen eher vor als nach der Mahlzeit empfiehlt.<sup>64</sup>

Abgesehen von dieser diätetisch legitimen und im Einzelfall gesundheitlich gebotenen Kombination von Fressen und Brechen prangert Seneca den häufigeren Fall des Missbrauches als offenkundigen Beweis für eine Sozialpathologie einer dekadenten Völlerei und Unersättlichkeit an. Ein bulimisches Symptom, das den gesellschaftlichen Zwang zu einem sowohl wirtschaftlichen als auch esskulturellen Konsumismus zeige, bei dem »man sich erbricht, um essen zu können, und isst, um sich zu erbrechen, und die Speisen, die man aus der ganzen Welt zusammensucht, nicht einmal der Verdauung würdigt.«<sup>65</sup> Bei dieser, zwar von den stoischen Philosophen kritisierten, aber von Vielen kulturell praktizierten, affirmativen Bulimie handelt es sich um die List einer Volkskrankheit: Der

62 | Vgl. Galen, *De sanitate tuenda* I,6.

63 | Klotter, *Mächtiges Fressen*, 141.

64 | Vgl. Friedlaender, *Sittengeschichte Roms*, 632.

65 | Seneca, *Helvia*, IX, 10.

›Normalität‹ einer gesundheitlich schädlichen Übersättigung im individuellen Selbstopfer einer essgestörten Existenz. Aber erst das Zusammenspiel von Fress- und Brechsucht ermöglicht jene sozialpathologische Konsumsucht, bei der trotz leidvoller Übersättigung ein unersättlicher Hunger fortbesteht. Von Senecas moralphilosophischem Standpunkt aus zeigt sich in dieser zivilisierten Völlerei das populäre Lebensprinzip und Glücksideal einer falsch erfüllten Essistenz, die bloß die gesellschaftliche Pflicht zu einem wirtschaftlich notwendigen Konsumzwang in die Tugend einer solchen Völlerei verkehrt.

Im Sinne dieser sittlichen Verkehrung oder Perversion ist hier vom bulimischen Syndrom eines verfehlten Wohllebens zu sprechen. Indessen sollte im Sittenverfall des alten Roms nur das historisch bekannteste Beispiel für eine solche vulgärgastrosophische Anthropophagie gesehen werden; Parallelen zu den gegenwärtigen Ernährungsverhältnissen liegen auf der Hand.<sup>66</sup> Für den Kontext der römischen Gesellschaft insistiert der Historiker Friedländer allerdings zu recht auf eine Einschränkung der seneca'schen Sozialkritik: »Die Äußerungen einiger zum Übertreiben und Generalisieren geneigter Schriftsteller berechtigen schwerlich zu dem Glauben, dass die ekelhafte Unsitte des täglichen Vomierens mit all ihren schlimmen und widerlichen Folgen auch nur in größeren Kreisen allgemein war, selbst in der Zeit der größten Schwelgerei, geschweige denn in einer späteren.«<sup>67</sup>

Während in unserer Zeit die sozialpathologischen Strukturen einer fehlgeleiteten Esskultur als ›Essstörungen‹ gänzlich psychologisiert und individualisiert werden, indem die kulturellen Hintergründe, die gesellschaftlichen Zusammenhänge und die ökonomischen Zwänge üblicherweise unthematisiert bleiben, wird der populäre ›schlechte Geschmack der Völlerei‹ in der römischen Antike nicht nur von Medizinern als unvernünftig problematisiert, sondern eben auch von Philosophen, wie Seneca und anderen Ethikern und wie vor ihnen schon Platon und Aristoteles, in den Blick genommen und als ein zentraler Faktor der moralisch fragwürdigen, gesellschaftlichen Lebensverhältnisse reflektiert. Im Vergleich dazu wird deutlich, in welchem Maße sich die gegenwärtige Philosophie mit der Unvernunft des vorherrschenden Nahrungsdispositivs abfindet und sich mit einem schlechten Essen kritiklos zufrieden gibt. Ganz anders verhält es sich mit den klassischen Denkern, deren Schriften eine sozialphilosophische Problematisierung und eine moraltheoretische Sorge um die lebenskünstlerische Aufgabe einer vernünftigen Ernährung deutlich erkennen lassen. Freilich ist mit Blick auf die kaum wahrgenommene Geschichte (und Aktualität) des ernährungsphilosophischen Diskurses und dessen diätmoralischen Mainstream zum

**66** | Hans Jonas' Verantwortungsethik aktualisiert die diätmoralische Kritik an der »Völlerei« als »sozialökonomischer Tugend und Pflicht« und mahnt eine »neue Frugalität in unsern Konsumgewohnheiten« durch »Zügelung der Genussgier« und »Mäßigung« an; vgl. Jonas, Prinzip Verantwortung, 175f.

**67** | Friedlaender, Sittengeschichte Roms, 632.

Stoizismus ein wesentlicher Punkt hervorzuheben: Trotz des philosophischen Nachdenkens über eine vernünftige Esspraxis nutzt Senecas Ernährungslehre die mithilfe der angeführten kulinarisch-ästhetischen, ökologischen, gesundheitlichen und gesellschaftlich-ökonomischen Argumenten solide begründete Kritik nicht dazu, eine gastrosophische Ethik eines allgemein besseren Essens zu entwerfen. Statt diese Chance zu nutzen, schießt Seneca (wie Jonas) mit seiner Kritik der schlechten Esssitten über das mögliche Ziel einer Gastrosophie hinaus und verschreibt sich der gegenteiligen Moral einer nicht weniger gestörten Esspraxis: Er schreibt das radikalisierte Ideal einer kulinarischen Selbstentsagung und einer diätmoralischen Magersucht als Gegenrezept zur populären Völlerei vor.

## ANOREKTISCHE MENTALITÄT DER STOISCHEN SELBSTENTSAGUN

Als ursächlicher Grund für die grassierende Unvernunft eines schlechten Essens werden die Unbeherrschtheit der Genusslust und die Gier nach kulinarischen Vergnügen gegeißelt. So tadelt Musonius, er habe »nur ganz wenige Menschen gesehen, die darauf achteten, wie sie diesen Lüsten entgehen könnten. Sehe ich doch, dass die Meisten nach solchen Leckereien gieren [...] und was ist denn Schlemmsucht anderes als völlige Unbeherrschtheit gegenüber Speise und Trank, wodurch die Menschen das Angenehme in der Nahrung dem Nützlichen vorziehen?«<sup>68</sup> Mit seinem Urteil, dass einzig das maßvolle Essen ein moralisch vernünftiges Essen sei, äußert der römische Moralist vertraute Themen der klassischen Diätphilosophie. Mit seiner Auffassung, »dass Anfang und Grundlage eines vernünftigen Lebens das Maßhalten bei Speise und Trank sei« (ebd., 279), wird deren asketisches Ideal aktualisiert. Mit anderen Worten, im Großen und Ganzen übernimmt die römische Stoizismus die klassische Position einer Tugendlehre des Genussverzichts.

Und doch lässt sich eine gewisse Verschiebung des Schwerpunkts im diätmoralischen Diskurs des ersten und zweiten Jahrhunderts n. Chr. feststellen. An einer lebensnahen Begebenheit veranschaulicht Seneca die Logik eines kulinarischen Stoizismus, deren alltagspraktische Strategie auch vorsieht, sich mit den vorherrschenden Vergnügen zu arrangieren. In der Vorbereitungszeit zu dem alljährlichen und größten römischen Volksfest, der Saturnalien, einer Feier zu Ehren des altitalischen Ackerbau-Gottes Saturnus, sieht der Sittenkritiker die Stadt in fieberhaften Vorfreude, um noch »fröhlicher zu speisen und die Toga abzulegen«, als diesen Unsitten über das ganze Jahr hinweg ohnehin schon gefrönt wird. Seneca fragt sich in einem Brief an seinen Freund, ob es sinnvoll sei, sich »als einziger der Vergnügungen zu enthalten, wenn die ganze Menschenmenge ihnen verfallen ist«. Freilich wäre es in der Sache das moralisch Richtige, als Zeichen der eigenen Festigkeit und sittlichen Seelenstärke »den schmeichelhaften

68 | Musonius, Wege zum Glück, 281f.

Verlockungen eines ausschweifenden Lebens« fernzubleiben. Aber noch mehr sittliche Kraft stellt derjenige unter Beweis, so der römische Politiker, der sich von der prallen Realität dieser falschen Verhältnisse nicht absondert, sondern daran teilnimmt, um zu beweisen, dass man auch »angesichts des trunkenen und sich erbrechenden Volkes nüchtern und enthaltsam« sein kann. Dadurch tut man »dasselbe, nicht jedoch auf dieselbe Weise«. <sup>69</sup>

In dieser demonstrativen Enthaltbarkeit zeichnet sich ab, dass unter den Stoikern die Begründung und die Bestimmung der geforderten Mäßigkeit erkennbar anders auszufallen beginnt: An die Stelle einer strategischen Ökonomie der Esslust, die die Übermäßigkeit und Völlerei nicht weniger meidet als den Mangel und Verzicht (um das besagte bulimische Syndrom zu umgehen), wird eine anorektische Mentalität zum Programm. Diese ernährungsphilosophische Magersucht verpflichtet die Individuen dazu, ihre kulinarischen Bedürfnisse auf minimale Ansprüche zurückzuschrauben. Porphyrios verbindet das stoische Lebensideal mit einer freiwilligen Frugalität und einer tugendhaften Abstinenz, die sich in einem Geschmack der Notwendigkeit übt. »Mit vollem Recht«, so der Neoplatoniker, »schließt die Vernunft das Viele und Überflüssige aus und beschränkt das Notwendige auf Weniges: Sie will nicht belästigt werden, indem sie mehr Bedürfnisse hat, sie will nicht mehr Dienerschaft, indem sie Aufwand macht, sie will nicht essen, um mehr Genüsse zu haben; sie will nicht viel genießen, um mehr der Ruhe pflegen zu müssen; sie will nicht fette Mahle halten, um schlaftrunkener zu werden; sie will nicht den Leib mästen, um die Fesseln nur stärker, sich selbst aber zum eigenen Berufe träge und schwächer zu machen!« <sup>70</sup>

Diese genussfeindliche Vernunft zielt weniger auf den Widerstand gegenüber der Völlerei durch eine strategische Mäßigung als auf eine alltagskulturelle Radikalisierung gastrosophischer Selbstentfremdung qua kulinarischer Selbstentsagung: der ideellen Reduktion der ethischen Sorge um die richtige Ernährung und einer gut erfüllten Essistenz auf das diätmoralische Gebot einer beiläufigen »Befriedigung von Grundbedürfnissen«. So rät Epiktet: »Was den Körper betrifft, ob es sich um Essen, Trinken, Kleidung, Wohnung oder Bedienung handelt, so befriedige nur das nackte Bedürfnis; was nur auf äußeren Glanz und Luxus abzielt, das klammere völlig aus.« <sup>71</sup> Ähnlich redet auch der römische Kaiser und philosophische Stoiker Marc Aurel von der »Schwelgerei der Lustlinge« und verliert ansonsten kaum ein Wort über solche unwichtigen und nur zur Selbsterhaltung notwendigen Dinge wie dem Essen. (Selbst der geistige Hunger, der akademische »Bücherdurst« fällt für Marc Aurel unter die Rubrik der »unnötigen Genüsse«). Auch Für Seneca steht hinsichtlich einer richtigen Haltung gegenüber der Ernährung fest: »Der Körper braucht nur wenig. Er möchte nicht frieren, möchte durch Nahrungsmittel Hunger und Durst stillen können, alle sonstigen Bedürf-

69 | Seneca, Über Ethik, 18. Brief, 4.

70 | Porphyrios, Enthaltbarkeit beseelter Wesen, 153f.

71 | Epiktet, Handbüchlein der Moral, 33.

nisse dienen nur den Lastern, nicht den Bedürfnissen.«<sup>72</sup> Die stoische Vernunft des kulinarischen Minimums und der diätmoralischen Reduktion des Sinns des Essens auf körperliche Bedürfnisbefriedigung wird von Senecas Ideal einer philosophischen Hungerkunst am deutlichsten ausgesprochen. So stelle ein echter Stoiker die eigene »Geistesgröße« auf die Probe, indem er fastet und sich als Beweis seiner Enthaltensamkeit in der alltäglichen Lebensführung »mit kärglichsten und einfachster Kost« zufrieden gebe – am besten mit einem »harten Stück Schwarzbrot«. <sup>73</sup> Entsprechend schuld bewusst gesteht Marc Aurel den Genuss von frisch gebackenem Brot.<sup>74</sup>

Tatsächlich rät Seneca seinem Freund Lucilius, sich an hartes Brot als einer genussverachtenden Lebensweise zu gewöhnen, um jederzeit auch ohne all die Bequemlichkeiten und ohne allen Luxus mit dem Wenigsten bestens auskommen zu können und die innere Sicherheit zu bewahren. Zur mentalen Einübung einer stoischen Magerküche empfiehlt er seinem Freund, einige Tage festzulegen, »an denen Du Dich von Deinem Wohlstand distanzierst und Dich mit dem Minimum anfreundest«, in der Absicht, »mit der Armut Umgang zu haben«. (Ebd., 12) Damit diese kulinarische Armut und ernährungsphilosophische Anorektik eines vorsätzlichen Hungerns nicht als »Scherz« eines bloß sporadischen Fastens oder situativen Genussverzichts aufgefasst wird, sondern wirklich als ethische Form einer alltäglich praktizierten Esskultur Ernst genommen wird, soll diese Magerkeit an »drei oder vier, bisweilen auch an mehr Tagen« stattfinden. Wenn man diese Anweisungen erfüllt, dann, beteuert der Philosoph, hat das über die moralische Pflichterfüllung hinaus einen Gesundheitseffekt und außerdem noch beträchtliche ökonomische Vorteile durch die eingesparten Ausgaben. Wer wollte, könnte sich mit wenig Geld, mit nur zwei römischen »As«, billig sättigen und trotzdem guter Dinge sein. Schließlich würde sich der Hedonist Epikur, so Seneca, in einem Brief bezüglich der eigenen Lebensgewohnheiten gegenüber einem Nacheiferer seiner Lehre rühmen, »dass er für seine Ernährung keinen ganzen As benötige, Metrodoros aber, der noch nicht so weit sei, einen ganzen.«

Zweifelsohne wäre es ein grobes Missverständnis, in Seneca einen Epikureer zu vermuten. Seine Moraltheorie verweigert sich strikt dem epikureischen Gedanken, dass »das Essen den Maßstab für ihr Wohlbefinden abgibt«, wie er in seinen Ratschlägen zu einem »glücklichen Leben« klarstellt.<sup>75</sup> Der römische Antigastrosoph will diesbezüglich keinerlei Missverständnisse aufkommen lassen: »Des Menschen Glück will ich, nicht des Magens.« (Ebd.) Es ist daher – schon mit Blick auf die epikureische Gastrosophie (siehe II.3) – an dieser Stelle hervorzuheben, dass die Mäßigung des Essvergnügens und die Strategie eines billigen

**72** | Seneca, Von der Tugend der Mäßigung, 277.

**73** | Seneca, Über Ethik, 18. Brief 7.

**74** | Vgl. Marc Aurel, Selbstbetrachtungen, III, 2.

**75** | Seneca, Vom glückseligen Leben, 9.

Einkaufens bei den Epikureern und Stoikern nicht denselben Sinn haben.<sup>76</sup> Der wohlhabende Stoiker Seneca tut sich regelmäßig an einem harten Stück Schwarzbrot göttlich, nicht um anderntags sich wieder guten Käse wohlschmecken zu lassen, wie es der nicht sonderlich begüterte Hedonist Epikur tut, der außerdem als Sokratiker weiß, dass weder Gutes teuer sein noch aber an gutem Essen gespart werden muss.<sup>77</sup> Die argumentative Verschränkung von Ethik und Ökonomie, an die Seneca denkt, greift einer Moral der Billigkost vor, die darin besteht, freiwillig schlechter zu essen als nötig, um am Essen Geld zu sparen, weil dieses weniger wichtig sei als andere Dinge im Leben. Gleichzeitig verteidigt Seneca diese geschmacklose Logik sogar als das eigentliche Gute, als den wahren Genuss: »Eine solche Kost glaubst Du, reicht nur zur Sättigung aus? Sie ist vielmehr sogar ein Genuss; ein Genuss allerdings, der nicht oberflächlich und flüchtig oder immer wieder auf Erneuerung angewiesen ist, sondern ein beständiger und zuverlässiger.«<sup>78</sup> Mit der rhetorischen Strategie, kulinarische Armut und den Geschmack des Billigen als die Ethik des Essens auszugeben, denken die Philosophen und später erst recht die religiösen Sittenlehrer eines asketischen, mental anorektischen Ernährungsstils das reale Elend der eigenen Essistenz – theoretisch – weg. Es muss daher nicht verwundern, wenn noch Kant, der große Idealist und Verfechter der menschlichen Würde, die bürgerliche Gesellschaft darüber aufklärt, dass Hunger der beste Koch sei – und darin dem von ihm hoch geschätzten Seneca nacheifert. (Siehe I.7)

Die stoische Ernährungslehre heißt die funktionelle Sättigung durch hartes Brot, die einförmige und unvermischte Kost gut. »Freilich«, so schreibt Seneca in einem Anflug eines Zweifels gegenüber diesem kulinarisch verkümmerten Geschmackssinn, »Wasser, Gerstenbrei oder ein Bissen Gerstenbrot sind eine angenehme Sache«. (Ebd., 10) Doch es bleibt dabei: Die alltägliche Diät einer freiwilligen gastrosophischen Selbstlosigkeit und die Kultur eines verdrängten Essvergnügens müssen nicht schmecken – und sollen dies auch nicht. Denn gemäß der stoischen Tugendlehre soll es in den täglichen Dingen der Ernährung schlechterdings nicht auf Geschmack und eine entsprechend gute Küche ankommen. Der »höchste Genuss« sei nicht im kulinarischen Selbstgenuss zu suchen, sondern im Gegenteil in der philosophischen Magersucht, deren Ideal einer rich-

**76** | Vgl. Foucault, Die Sorge um sich, 82.

**77** | Die Paradoxie, dass sich Seneca selbst wiederholt auf Epikur beruft, um seine Ernährungslehre zu begründen, ist ihm selbstverständlich nicht entgangen. Zur Rechtfertigung führt Seneca in einem seiner Briefe (Über Ethik, 18. Brief, 9) an, dieser »bekannte Meister des Lebensgenusses« sei seiner Meinung nach in Wahrheit ein vortreffliches Beispiel für eine Praxis der sparsamen Küche. Denn Epikur habe sich mit einfacher Ration den Hunger gestillt, um zu sehen, ob dem Wohl in seiner höchsten Vollendung etwas abgehe, oder wie viel ihm abgebe, und ob es wert sei, dass man diese abgetane Lust mit großem Zwang erkaufe.

**78** | Seneca, Über Ethik, 18. Brief, 12.

tigen Diät letztlich sogar gesundheitliche Gesichtspunkte egal sind. Denn das stoische Lebensideal der Ataraxie, der Unerschütterlichkeit des Gemüts und der Verachtung des Körpers, fordert eine Gleichgültigkeit gegenüber dem leiblichen (Wohl-)Leben. Marc Aurel wiederholt die sarkastische Äußerung des frühen Stoikers Chrysipp, der zur Verteidigung seiner Apathie gegenüber der körperlichen Gesundheit einwendet, dass auch »Hippokrates, der so viele Krankheiten geheilt hatte, selbst krank wurde und starb«.79

Welch ein »Argument«. Ähnlich vertritt auch Seneca, dass Gesundheit oder Krankheit keine moralischen Güter sind, die in irgendeiner Form zur Glückseligkeit beitragen; sie gehören zu den unwichtigen Dingen, den *indifferentia* oder *media*.80 Diese indifferente Haltung gegenüber dem eigenen Körper, seinem gesundheitlichen Zustand und seiner Bedürftigkeit, erinnert an die rationalistische Anthropologie Platons, die den Leib letztlich nur als Mittel für die vermeintlich wichtigeren Lebenszwecke betrachtet. Und doch drückt sich hier eine Verschiebung der philosophischen Problematisierung der Natur des Menschen aus: Das stoische Vernunftideal einer richtigen Ernährung ist moralisch nicht in dem liberal (medial) diätetischen Sinne, dass es dem Körper zu seiner Gesundheit verhelfen will, sondern in einem rigoros diätmoralischen Sinne, insofern sie dazu anrät, im Umgang mit den körperlichen Dingen und den Lüsten des Gaumens eine unbedingte Asketik walten zu lassen. Was die magersüchtige Forderung der stoischen Philosophie hervorruft, ist nicht so sehr die Sorge um das physische Wohl, es ist die Sorge um die »sinnliche Unbeherrschtheit« und eine »unvernünftige Esslust« per se. Solchen Esskapaden wird das asketische Ideal entgegengehalten, jeglichem kulinarischen Vergnügen zu entsagen, indem sich das moralische Individuum gegenüber dem alltäglichen Nahrungsgeschehen möglichst gleichgültig (indifferent) und anspruchslos (funktionell) verhält.

## PLUTARCHS TISCHGESPRÄCH

Dass aber die Radikalisierung der griechischen Diätmoral zu Zeiten von Seneca, Epiktet und Marc Aurel keineswegs selbstverständlich ist (im Unterschied zur späteren christlichen Haltung gegenüber den Dingen des Essens), zeigt sich an der Unentschiedenheit des philosophischen Selbstverständnisses, wie man am besten isst. Beispielsweise scheint der römische Moralist Plutarch durchaus an eine stoische Lebenskunst des Essens zu denken, die von einem streng asketischen Stoizismus abweicht. In den Ausführungen seiner *Tischgespräche* wird ein lehrreicher Dialog über die umstrittene Eindeutigkeit dargestellt, in der die stoische Ethik um die Allgemeinverbindlichkeit ihrer Auffassung von einer guten Esskultur ringt: Der griechischen Tradition der Symposion-Literatur entspre-

79 | Aurel, Selbstbetrachtungen, III, 3.

80 | Vgl. Über Ethik, 82. Brief, 10ff.

chend, lässt der Autor im Rahmen eines Gastmahls, das sich im Hause des Arztes Philon abspielt, die Tafelgäste darüber diskutieren, ob eine vernünftige Ernährungsweise der Praxis eines »einfachen« oder »genussvollen« Essens entspricht.

Ausgangspunkt des Disputs ist der erwartungsgemäße Sachverhalt, dass ein Gast namens Philinus für sich und seinen kleinen Sohn nichts weiter an Speisen will außer »Brot« – um sich symbolisch zugespitzt als Repräsentant der stoischen Antikulinarik zu erkennen zu geben.<sup>81</sup> Mit diesem Wunsch enthält sich der anscheinend ernährungsbewusste Vater auch der »prächtigen Bewirtung«, die der gastgebende Arzt gerade aufischt, um seinen Freunden etwas Gutes zu tun. Der Dialog nimmt seinen Lauf dadurch, dass ein anderer Gast, namens Markion, der von Philinus vertretenen frugalen Ernährungsmoral widerspricht. Dieser Markion wendet sich an den Gastgeber mit den Worten: »Wahrlich, sagte er, Philinus vereitelt dir die ganze Zubereitung, indem er die Gäste in Furcht setzt und vom Genusse abschreckt.« (Ebd., 135) Damit diese genussfeindliche Abschreckung nicht dazu führt, dass sich die Tischgesellschaft sofort auflöst, aus Furcht, etwas Grundfalsches und Verwerfliches zu tun, einigen sich die Gäste darauf, diese Streitfrage erst *nach* dem gemeinsamen Mahlgenuss auszutragen. – Eine ebenso quasi-gastrosophische wie strategisch-diätetische Entscheidung, in die Plutarch bewusst seine Vorstellung von vernünftigen Tischsitten einfließen lässt.<sup>82</sup>

In dem anschließenden Tischgespräch beruft sich der strenge Stoiker Philinus zur Begründung, warum er sich den dargebotenen köstlichen und verführerischen Gerichten verweigert und stattdessen vermeintlich einfache und gesunde Speisen bevorzugt, gerade auf Philon, den Gastgeber. Dieser sollte »als Arzt« – so Philinus' provokante Anspielung – selbstverständlich wissen, worin gutes Essen besteht, und deshalb auch wissen, dass die dargebotene volle Tafel ihr widerspricht. (Es sei denn, und wie sich zeigen wird, steuert Plutarchs Argumentation auf diese Pointe zu, es wäre denkbar, dass eine prächtige Bewirtung durchaus einen gesundheitlich unbedenklichen Genuss darstellt, so dass der Arzt Philon seine Gäste auf moralisch korrekte Weise prächtig bewirtet um ihres essenziellen Wohllebens willen.) Der ungnädige Gast moniert die »gemischten und mannigfaltigen Speisen, womit uns der Koch des Philon durch eine Kunst, die der seines Herrn so ganz zuwider ist, alldieweil vergiftet hat, indem er vermittelt der Neuheit und Abwechslung der Gerichte unseren Appetit immer von frischem erweckte, so dass er von einem zum andern unaufhaltsam fortgehen und zuletzt alle Schranken der Mäßigkeit und Genügsamkeit überschreiten musste.« (Ebd., 137)

Mit dieser Kritik bringt Philinus die geläufige Verurteilung der Haute Cuisine à la Apicius vor, die offenbar auch bei diesem Gastmahl zum Einsatz kommt.

**81** | Plutarch, Tischgespräche, 4. Buch, 134.

**82** | In Plutarchs *Regeln zur Erhaltung der Gesundheit* ist nachzulesen, dass man während der Mahlzeiten sich nicht über allzu schwierige oder erregende Themen unterhalten solle, auch ermüdende Genussmittel seien zu vermeiden.

Jedenfalls will er unter einer rein kulinarischen Vernunft »keineswegs jene aus so vielerlei Ingredienzen zusammengesetzten Pasteten, Brühen und Suppen verstanden wissen, die freilich ganz überflüssig und entbehrlich sind.« (Ebd., 143) Indessen basiert die vom Stoiker Philinus geäußerte Kritik an der präsentierten Kochkunst nicht etwa auf kulinarisch-technischen oder geschmacksästhetischen Gründen. Entsprechend werden an dem »vielfachen Gemengsel« der prächtigen Bewirtung keineswegs die kulinarische Überkünstelung und der bloß symbolische Geschmack problematisiert. Es werden ausschließlich gesundheitsmoralische, rein diätetische Einwände gegen ihre Appetitlichkeit und gleichzeitige Unverdaulichkeit angesprochen. Als Gegenmodell propagiert Philinus daher die ungemischte und einförmige Speise, weil sie am wenigsten schmecke und am leichtesten zu verdauen sei. (Vgl. ebd., 136)

Die Konzeption des Dialogs zeigt, dass es Plutarch darum geht, diese genussfeindliche Position zu hinterfragen. So lässt er Philinus' Widersacher Markion sagen, er sehe in einer solchen kulinarischen Asketik nur »die Behauptung einiger Leute, dass man wie die Zikaden von Luft und Tau leben« solle. (Ebd., 135) Plutarch legt Markion eine Philosophie des Essens in den Mund, bei der die Ästhetik schmackhafter Speisen und die Diätetik einer gesunden, aber vielfältigen Kost eine Einheit bilden, anstatt sich gegenseitig auszuschließen. Er beruft sich für diese grundbegriffliche Verbindung des Guten mit dem gesundheitlich Nützlichen auf Sokrates als Gewährsmann (ebd., 138) und widerspricht implizit der von Seneca vertretenen Tugendlehre der Stoiker, die das essenziell Gute kategorisch von der Lust trennt. Freilich lässt sich Plutarch in seiner Kritik an der kulinarischen Armut letztlich nicht von der gastrosophischen Geschmackästhetik der sokratischen Philosophie leiten. (Details dazu in II.1). Als Begründung seines Versuchs, der anorektischen Diätmoral seiner berühmteren Zeitgenossen Seneca, Epiktet und Marc Aurel eine gemäßigtere Version entgegen zu halten, reicht ihm die noch vergleichsweise »üppige« Diätküche Platons. Denn immerhin habe »auch Plato seinen braven und edlen Bürgern die Mannigfaltigkeit der Speisen verstattet, indem er ihnen Zwiebeln, Oliven, Kohl, Käse und allerhand andere Gerichte vorsetzt, ja ihnen nicht einmal den Genuß des Konfektes untersagt.« (Ebd., 143)

Plutarch führt deshalb gegen die Behauptung des Philinus, dass ein aus verschiedenartigen und vermischten Speisen bestehendes Essen schwer verdaulich sei und dass somit eine abwechslungsreiche und vielseitige Ernährungsweise entsprechend ungesund sei, in der Stimme des Markion an: Ganz im Gegenteil müsse gerade ein so vermischter und aus so vielerlei Teilen zusammengesetzter Körper wie der menschliche »den Stoff zu seiner Erhaltung eher aus einer mannigfaltigen als aus einer einfachen Materie sammeln« (ebd., 141). Außerdem reize die Verschiedenheit der Gerichte den Appetit nicht mehr als alles andere auch, denn »überhaupt alles Angenehme lockt uns an und verstärkt unseren Appetit zum Essen und Trinken.« Grundsätzlich gibt Plutarch zu bedenken, dass eine gesunde Diät nicht in der absoluten Vermeidung des Vergnügens bestehe, weil

jede Form der Sättigung mit Lust verbunden sei. »Deswegen machen wir«, argumentiert der gemäßigte Tischredner, der darin hippokratisches Gedankengut erkennen lässt, »nicht auch unseren Brei aus grobem Mehl, [deswegen] lassen wir nicht statt des Spargels wilden Lauch oder Disteln kochen, [deswegen] verbannen wir nicht diesen lieblichen uns entgegenduftenden Wein und trinken dafür saureren aus einem Fasse, das von einem Schwarm Fliegen umsummt wird.« (Ebd., 142) So wendet sich Plutarch gegen eine aus diätetischen Gründen radikale Asketik der kulinarischen Selbstentsagung und widerlegt die von Philinus vorgebrachte Argumentation mit ihren eigenen Mitteln: Nicht die prächtige Bewirtung durch mannigfaltige und leckere Speisen sei schlecht, eher das einförmige und geschmacklose Essen sei ungesund und mithin führe eine mentale Anorektik gerade zu einer selbst verschuldeten Fehlernährung.

Plutarch verteidigt daher die Auffassung, dass es eine vergleichsweise leichte Sache sei, dem unbekömmlichen Appetit zu widerstehen und dessen Übermaß einzuschränken. Anders aber verhält es sich mit der Maxime einer andauernden Enthaltung und einer Unterdrückung des natürlichen Appetits: Weit mehr als zu viel Genussucht und zu viel lustvoller Appetit wirkt sich zu viel stoische Moral einer ideellen Magersucht und zu viel Asketik der kulinarischen Armut schädlich aus. Denn, so Plutarch, wenn der natürliche Appetit und die Genusslust erst einmal nachlassen und so schwach werden, dass sie ihr Begehungsvermögen (*orexis*) und ihre Willenskraft (*praxis*) verlieren, dann wird es schwer, diese wiederherzustellen. »Also ist eine vielfache Nahrung weit zuträglicher als eine einfache«, so die Schlussfolgerung, »weil es leichter ist, der Ausschweifung der Natur Einhalt zu tun als ihrer Entkräftung abzuhelpen.« (Ebd., 143) Als Fazit seiner Verteidigungsrede für eine platonische Diät erklärt Plutarch »die Meinung einiger, dass man die Überladung mehr fliehen müsse als den Mangel, für falsch und behaupte gerade das Gegenteil. Denn Überladung kann nur insofern schaden, wenn sie eine Unverdaulichkeit oder Krankheit erzeugt; der Mangel aber, wenn er auch sonst kein Übel anrichtet, ist schon an und für sich der Natur ganz zuwider.« (Ebd., 143)<sup>83</sup>

**83** | Plutarchs einflussreicher Ratgeber empfiehlt allerdings, schwere Kost nur mit größter Vorsicht zu genießen und Fleisch aus tierethischen Gründen möglichst überhaupt nicht. Milch hingegen wird als gesundes, hochwertiges Nahrungsmittel gerühmt, das die Natur selbst geschaffen habe. (Vgl. Plutarch, Regeln zur Erhaltung der Gesundheit, Sp. 789) Außerdem ist hier an seine ausgeprägte Vorliebe für »Seeprodukte« zu erinnern, die der Vegetarier nicht als Tierfleisch betrachtet. (Vgl. Plutarch, Tischgespräche, 4. Buch, 159f.) Ähnlich fällt auch die frühchristliche Speiseordnung des Kirchenvaters Clemens von Alexandrien aus: »Denn gibt es nicht innerhalb einer mäßigen Einfachheit eine Mannigfaltigkeit von gesunden Speisen: Gemüse, Wurzeln, Oliven, Kräuter, Milch, Käse, Obst und allerhand trockener Nahrungsmittel? – Unter Nahrungsmitteln sind diejenigen vorzuziehen, welche ohne Anwendung des Feuers unmittelbar genossen werden können, denn sie sind uns stets bereit und sind die einfachsten. – Demgemäß lebte der Apostel Matthäus von Samenkör-

So weiß sich Plutarchs Theorie des maßvollen Genusses im Sinne einer ›natürlichen Ernährung‹ dem stoischen Vernunftbegriff eines ›naturgemäßen Lebens‹ eher verpflichtet als alle jene Stoiker, welche das Gebot der kulinarischen Asketik in Richtung einer ernährungsphilosophischen Anorektik verschärfen. Und doch ist auch Plutarch – nicht zuletzt als Platoniker – zu einer tendenziellen Radikalisierung der klassischen Diätmoral bereit, die sich mit der Christianisierung der römischen Kultur weiter verstärkt. In *De deo Socratis* berichtet Plutarch von einer Übung der Entbehrung, bei der man sich zunächst durch intensive sportliche Betätigung Appetit verschafft und sich dann zu Tische setzt, der mit den üppigsten Speisen beladen ist. Nachdem man sich an dieser ›Augenweide‹ eine Weile ›satt gesehen‹ hat, überlässt man sie den Dienern und begnügt sich selbst mit der dürftigen Kost der Sklaven.<sup>84</sup> Mit diesem Ideal einer permissiven Frugalität, bei der die Augen nicht mitessen, sondern nur sie – die visuellen Vergnügen an Symbolkost – sich sättigen sollen, nähert sich auch Plutarch letztlich der stoischen Weisheitslehre seiner Kollegen wieder an. Man kann in der mentalen Anorexie ihrer Ernährungslehre bereits die Vorboten jenes Programms einer »Abtötung des Fleisches«<sup>85</sup>, in Verbindung mit symbolischer Zukost, wahrnehmen, welche das christliche Moralsystem der abendländischen (Ess-)Kulturgeschichte vermach hat. Wenigstens wird es einem schwerfallen, sich von Rumohrs Auffassung überreden zu lassen, die ethische »Vernachlässigung des Essens« sei nicht »in der Wirkung stoischer Weisheit« zu suchen.<sup>86</sup>

Die Weisheit des römischen Stoizismus hat kaum leugbar ihren Teil zur philosophischen Essstörung der westlichen Kultur beigetragen. – Allerdings nicht durch ihre gut begründete Kritik am kulinarischen Ästhetizismus der apicianischen Kochkunst und am schlechten Geschmack einer Völlerei. Jedoch, und umso wirksamer, durch die verschlimmerte Degradierung einer möglichen gastrosophischen Lebenspraxis. Die philosophische Verachtung der kulinarischen Genüsse und sinnlichen Bedürfnisse verdichtet der Diätmoralist Epiktet zu jener degoutanten Devise für alle Lebenslagen – »Halte aus und enthalte dich!« –, die im Verlauf der unterirdischen Geschichte des abendländischen Zivilisationsprozesses, um mit Adorno und Horkheimer zu sprechen, zu trauriger Geschichtsmächtigkeit gelangte.<sup>87</sup>

---

nern, hartschaligen Früchten und Gemüse ohne Fleisch. Und Johannes, der die Mäßigkeit im äußersten Grade übte, aß Blattknochen und wilden Honig. – Die blutigen Opfer aber, glaube ich, wurden nur von den Menschen erfunden, welche einen Vorwand suchten, um Fleisch zu essen, was sie auch ohne solche Abgötterei hätten haben können.« Vgl. Clemens von Alexandrien, *Paidagogos* II.

**84** | Vgl. Plutarch zitiert in Foucault, *Die Sorge um sich*, 82.

**85** | Foucault, *Technologien des Selbst*, 49.

**86** | Vgl. Rumohr, *Geist der Kochkunst*, 27.

**87** | Vgl. Horkheimer/Adorno, *Dialektik der Aufklärung*, 207.

In dieser *substine et abstine* Mentalität schlägt die ethische Sorge um das schöne Leben, die *vita beata*, die Seneca eigentlich lehren will, in ihr reales Gegenteil um: in die reine Beherrschung, Entsagung und Verarmung des existenziellen Selbst. Wenn Aretaios im ersten Jahrhundert n. Chr. den Körper nur noch als »Schlamm und Dunkelheit« wahrzunehmen weiß, worin sich die menschliche Seele und Humanität verliere, dann verstärkt sich darin bereits spürbar die von Foucault beschriebene Tendenz zur sittenstrengen Pathologisierung der »sinnlichen Lüste des Fleisches«,<sup>88</sup> in deren Geiste sich der christliche Moralkodex formiert und der Essensgenuss als Sündenpfuhl und Quelle allen Übels verteufelt wird.

---

88 | Vgl. Foucault, Die Sorge um sich, 301.

