

Auf der ekstatischen Straße des gelungenen Geschmacks

Eine PSY {SOZ} PHY Perspektive auf kulinarischen Genuss und hedonistische Optimalität

Daniel KOFAHL

Ist eine Ära der Entzückung heute eine vertretbare Vision für eine bessere Form der menschlichen Existenz? Welche Potentiale von Entzückung und für fruchtbare Ekstase lassen sich beobachten?

„Ären der Entzückung traten in der Geschichte gewöhnlich immer dann in Erscheinung, wenn Zivilisationen einen wohlhabenden Zustand physischer, politischer, technischer und sozialer Sicherheit erreicht hatten“.¹

Timothy Leary

Nimmt man das einleitende Zitat des Psychologen Timothy Leary, um damit den Zustand der Gegenwartsgesellschaft vergleichend mit zurückliegenden Gesellschaftsepochen zu analysieren, lässt sich verschiedenes feststellen. Eine Ära der Entzückung ist wohl kaum das vorherrschende Deutungsmuster, mit dem man den globalen Zeitgeist beschreiben würde. Andererseits dürfte dennoch ein Empfinden dafür vorhanden sein, dass in Anbetracht der kulturellen und ökonomischen Möglichkeiten, welche sich die menschliche Spezies auf unterschiedlichen Wegen erschlossen hat, das Potential für eine Welt voller Entzückung nicht nur punktuell und hochgradig selektiv gegeben wäre. Im Gegenteil, weitreichende Entzückung könnte durchaus in einem zeitlich-räumlich-personell erweiterten Umfang als dies derzeit der Fall ist realisierbar sein. Denn dass in den letzten 20, 100 oder gar 500 Jahren enorme Fortschritte erzielt worden sind, ist kaum bestreitbar. Um physische und technische Entwicklung zu vermessen, muss man lediglich Indikatoren wie durchschnittliche Lebenserwartung, Fortschritte im Gesundheitssystem, generelle technologische Entwicklungen, aber etwa auch die anthropologisch ganz zentrale Kunst der Nahrungszubereitung, die *Kochkunst*, heranziehen. Problematisch wird es dagegen, wenn man nach Indikatoren für die Bereiche *politischer* und *sozialer Sicherheit* sucht, denn dies sind die Felder, auf denen es bedauerlicherweise die heftigsten Erschütterungen und Krisen gegeben hat und immer noch gibt, sodass es für einen beträchtlichen Teil der Menschen

¹ Leary, Neurologic, 39.

derzeit noch immer mehr um das pure Überleben oder den Kampf gegen den sozialen Abstieg statt um die Stabilisierung einer dauerhaften Entzückungskultur geht.

Diese Ambivalenz in der Gegenwart soll jedoch kein Hindernis sein, die Idee einer *Ära der Entzückung* nicht doch als vertretbare Vision für eine bessere Form der menschlichen Existenz in Erwägung zu ziehen. Und vor allem ist sie erst recht kein Grund dafür, die mannigfachen Potentiale von Entzückung und auch für fruchtbare Ekstase, die es in der Welt jetzt bereits gibt, zu ignorieren oder sie nicht mit einer besonderen Achtsamkeit in Bezug auf ihr Dasein und das in ihnen gegebene Leistungsvermögen genauer zu beobachten.

Optimierung

Es wird gerne und viel optimiert in der uns umgebenden Kultur. Der Businessplan wird optimiert, das Input-Output-Verhältnis wird optimiert, der Freundeskreis wird optimiert und in einem Atemzug gleich zum Netzwerk umstrukturiert, die irrational romantisch verklärte Liebesbeziehung wird zur Lebensabschnittspartnerschaft mit Ehevertrag optimiert, die Wissenschaftskarriere wird optimiert, der Speiseplan wird optimiert, und was auf jeden Fall permanent noch optimiert werden kann, das ist das leider ach so defizitäre Selbst, in seinem immer viel zu schwachen, kränklichen (oder zumindest krankheitsanfälligen) Körper.

Und damit man weiß, wie weit es mit der Optimierung schon gekommen ist, wird nummeriert, gezählt, gelistet, gerant und evaluiert was das Zeug hält. So viel geht rein, so viel geht raus. Einnahmen, Ausgaben, am besten keine Ausnahmen. 200 Euro rein, 300 Euro raus, oh Schreck! 500 Kalorien rein, 350 raus, oh Schreck! Fünf Küsse gegeben, nur drei erhalten, oh Schreck! 20.003 Zeichen geschrieben, veröffentlicht in einem Journal ohne Reuter-Impact-Faktor, oh Schreck! Sechs Stunden und vierunddreißig Minuten und zwölf Sekunden geschlafen, acht Stunden und fünfzehn Minuten und vier Sekunden gearbeitet und kein kluger Gedanke, oder zumindest keiner der nobelpreiswürdig wäre, und dabei doch Chia-Samen statt Curry-Wurst gegessen und nur Professoren umgarnt anstatt mit Proletinnen zu quatschen, Schritte gezählt (zehntausendzweihundertfünfundzwanzig) und trotzdem unzufrieden und erschöpft, oh Schreck! Wenigstens zeigt der Vergleich, dass es genau 51,34 Prozent der Mitmenschen noch schlechter ergangen ist, also immerhin ein Platz in der oberen Hälfte, doch ein Abstieg ist nicht ausgeschlossen. Den Kampf um den Platz in der nummerierten, abgezählten Hierarchie muss man immer weiterführen, Veränderungen sind messbar. Anlass genug, die Optimierung mal wieder zu optimieren.

PSY {SOZ} PHY

PSY PHY ist eine von Timothy Leary ins Sprachspiel der Wissenschaft eingeführte Abkürzung. Der von 1959 bis 1963 an der Harvard University lehrende Psychologe Leary erwähnt sie unter anderem in seinem (längeren) Aufsatz beziehungsweise (kurzen) Heftchen *NeuroLogic* und entwirft sie als transdisziplinären Forschungsansatz. Er zielt hierbei explizit auf die Verbknüpfung von „Physik, Physiologie, Pharmakologie, Genetik, Verhaltenspsychologie und am wichtigsten [...] Neurologie“² ab. Wir sehen die Reihe hier selbstverständlich auch noch durch jegliche Form von Gesellschafts- und Kulturwissenschaften, wie zum Beispiel eine „Soziologie der Transzendenz“³, eine „Ethnologie der Träume“ oder neue wissenschaftliche Disziplinen wie eine „Euphrologie“ fortgesetzt. Darum erweitern wir in der Kapitelüberschrift die PSY PHY Theorie auch zu PSY {SOZ} PHY Theorien.

PSY {SOZ} PHY steht für Theorien, die sich an der Schnittstelle von „Science-Fiction, Philosophie und Wissenschaft“ herausbilden⁴. Timothy Leary weist darauf hin, dass diese Theorien sowohl wissenschaftlich sind, da sie auf den Erfahrungsergebnissen der klassischen Wissenschaften aufbauen, als auch „fiktiv im Sinne Wittgensteins, d.h.: alle Theorien und Spekulationen über die Lehrsätze der Naturwissenschaften sind subjektiv. [...] So populär solche Theorien auch sein mögen, sind sie doch ebenso fiktiv“⁵. Dieses fiktive und spekulative Moment eines freien wissenschaftlichen Arbeitens zurückzugewinnen erscheint lohnenswert in einer Wissenschaftswelt, die sich entlang von hierarchischen Rankings, quantitativ bemessenen Impact-Faktoren, starren Institutionalisierungen und strengen Sozialisations- und Initiationsriten zu einer stahlharten, rationalistischen Optimierungskaskade entwickelt hat. Warum? Einfach, um wieder ein phantasievolles „Anything goes“⁶ auch im Wissenschaftssystem zu haben. Dieses dient als methodologisches Pendant für die Herausforderung in der Welt außerhalb der Wissenschaft – kurzum: im Leben – und sie betreffende Utopien, die diese Welt dringend braucht.

Es geht hierbei auch um die Rehabilitation von Begriffen und Ideen, die im gegenwärtigen Wissenschaftssystem kein anerkanntes Standing besitzen oder die im Großen und Ganzen, so muss man mit Bedauern feststellen, sogar missbilligt werden: Genuss, Entzückung, Erotik, Traum, Rausch, Ekstase, Exzess und viele mehr. Dabei macht es in Bezug auf das wirkliche Leben der wirklichen Menschen, und nicht nur idealtypischer und statistischer Korrelate, die in Büros und Laboren der grauen Wissenschaftsgarde entwickelt worden sind, durchaus Sinn Hypothesen und Theorien zu diesen praxisnahen Begriffen und Ideen zu entwickeln. Gerade wenn es um Essen und Trinken geht.

² Leary, *Neurologic*, 7.

³ Leary, *Dichter der Reise nach Innen*, 179.

⁴ Leary, *Neurologic*, 7.

⁵ Ebd.

⁶ Vgl. Feyerabend, *Wider den Methodenzwang*.

Optimalität

Die Teller und Gläser sind voll, die Speisen süß, fettig, saftig, knusprig, die Getränke gehaltvoll, fruchtig, aromenstark, alles zusammengetragen aus der ganzen Welt und das Beste aus der nahen Umgebung. Alle sind da, Geliebte und Geliebter, die Familie, die Freunde, Bekannte, Unbekannte, die Musiker sind auf ihren Plätzen, sie können jetzt anfangen zu spielen. Noch eine Ansprache? Nein. Später. Jetzt erstmal nur ein „Freunde! Lasst es euch schmecken!“ Alle greifen zu, voller freudiger Gier, die Augen blitzen, bei den vielfältigen Geschmäckern und Konsistenzen. Finger und Lippen tasten und werden abgeleckt, es wird laut gelacht und wild geredet. Alle sind gut drauf, es geht ihnen gut, sie verfallen in eine aufgeregte Trance. Irgendwann isst man nicht mehr, weil man hungrig ist, sondern ausschließlich, weil es gut schmeckt. Man trinkt, auch nicht aus Durst, sondern um des Gefühls willens und um Mund und Kehle feucht zu halten, weil man noch mehr disputieren, plaudern und lachen will. Die Menschen berühren sich – mit Blicken, mit Worten, mit ihren Körpern. Alles ist gut, das Leben ist *entzückend*, es ist *wohlschmeckend*, es ist *lecker*, alles ist *optimal*, ein *ekstatisches Gefühl* stellt sich ein.

Hedonistische Bresche

Worum es in diesem Text geht, ist eine gelungene Ernährung des Menschen in einer eher ungewöhnlichen Präferenzrichtung zu plausibilisieren. Es geht um ein anderes Verständnis von *Gelungesein*. Es geht nicht so sehr um *Optimierung*, so wie es im gängigen Diskurs vorherrschend ist. Die Idee von Optimierung ist selbst gar nicht so eindeutig optimiert, wie immer wieder suggeriert wird.⁷ Wenn voller Vernunft, mit guten rationalen Argumenten an einer Stelle optimiert wird, fällt oftmals an anderer Stelle etwas weg, was sich nicht in die Trias von Vernunft, Rationalität und Quantifizierung pressen lässt: Genuss, Traditionen, Gemeinschaftlichkeit, geheime Wünsche und so weiter.

Darum unternimmt dieser Text den Versuch, Energie dafür zu liefern, den „*Entzückungs-Schaltkreis*“⁸ und den „*Ekstase-Schaltkreis*“⁹ wieder anzuwerfen, auch in der Wissenschaft. Es geht darum, die Entzückung und Ekstasen, die im Kontext von Essen und Trinken, von Speisen und Getränken, von Küche, Gastronomie und Tischgemeinschaft entstehen können, als Optimalitäten auf den Schirm zu bekommen. Als optimales Objekt, optimales Subjekt und optimales Ziel von Analyse und Forschung. Es geht darum, eine „*hedonistische Bresche zu schlagen*“¹⁰, die

⁷ Vgl. für eine kritische-konstruktive Auseinandersetzung zur Idee der Optimierung den Beitrag von Benjamin Berend in dieser EPIKUR-Ausgabe (Berend, vom Übermenschen zur sozialen Plastik).

⁸ Leary, *Neurologic*, 32ff.

⁹ Leary, *Neurologic*, 36ff.

¹⁰ Leary, *Neurologic*, 33.

eudämonistische Ekstase stark zu machen, gegen die Ideologien und Ideologen asketischer Genussfeindlichkeit. Es geht, im weitesten Sinne, um eine (Ernährungs-)Politik der Ekstase.¹¹

Psychosoziales Essen

Entzückung und Ekstase sind brauchbare Termini, wenn man überlegt, wie sehr Lebensmittel oder die Vorgänge des Kochens und Verzehrens ekstatisch verzücken können. Wir wissen, dass die Grenzen zwischen Lebensmitteln und Rauschmitteln fließend, brüchig, nicht eindeutig sind.¹² Lebensmittel und Speisen werden zudem immer wieder dazu verwendet, eine psychosozial-aktive Wirkung zu erzielen. Darum ist, wo im deutschsprachigen Raum oft von „Genussmitteln“ geredet wird, in anderen Sprachen die Bezeichnung „Stimulanzien“ gang und gäbe.¹³ Ganz klar ist dieser anregende Aspekt bei Wein, Kaffee, Schokolade¹⁴ oder Tee, allesamt Lebensmittel beziehungsweise Stimulantien, von denen einige je nach Zeit und Kulturkreis auch als Rauschgifte verboten waren oder noch sind. Zum anderen kann man mit Bestandteilen von psychoaktiven Pflanzen, wie Marihuana oder psychedelischen Pilzen¹⁵, die beide auf der Verbotliste vieler Länder stehen, durchaus kochen und sie als mal mehr oder mal weniger schmackhaftes Gericht verzehren.¹⁶

Eine *reine Nahrung* gibt es jedenfalls nicht für den sinnesgeleiteten Menschen. Menschen sind sowieso keine dumpf mechanischen, aus der Zeit gefallenen Maschinen, die jemand von außen mit Holz, Kohle, Benzin, Photovoltaik versorgt, damit sie diese Energielieferungen verstoffwechseln und das ist es dann gewesen. Essen und Trinken ist immer auch Kultur, immer auch sozial, immer auch Gefühl und damit also sozial- und psycho-aktiv. Gelegentlich, bei einem besonders gelungenen Mahl, können sogar psychedelische Erfahrung insofern auftreten, als dass es „*Ekstase, sinnliche Entfaltung, religiöses Erlebnis, Offenbarung, Erleuchtung, Kontakt mit der Natur*“¹⁷ hervorruft.

Ekstatisches Essen und eine Kulinaristik der Optimalität

Noch einmal, was wir unter optimalem Essen oder einer Kulinaristik der Optimalität verstehen: Es geht darum zu beobachten, wie Menschen in die größte Verzückung bis hin zur Ekstase geraten, wenn sie etwas essen, was sie lieben, auf das sie sich schon lange gefreut haben, aber

¹¹ Vgl. Leary, Politik der Ekstase.

¹² Vgl. Schievelbusch, Paradies.

¹³ Vgl. Schievelbusch, Paradies.

¹⁴ Vgl. hierzu z.B. Schievelbusch, Paradies, oder für die „neue Partydroge Kakao“ ichoc.de, Kakao.

¹⁵ Vgl. hierfür z.B. Elkin u. Jereza, Magic Mushrooms.

¹⁶ Literarisch gibt es den schönen von Charles Baudelaire geprägten Begriff der „Hachichins“, der „Haschischesser“.

¹⁷ Leary, She comes in Colors, 122.

auch, was sie gustatorisch auf das angenehmste zu überraschen vermag.¹⁸ Auf der anderen Seite gibt es aber auch den Verzehr von Speisen in bereits ekstatischen Situationen, etwa wenn Speisen von Liebenden während des erotischen Spiels verzehrt werden oder wenn während eines anderweitig eingeleiteten Rauschs Ess- und Trinkerlebnisse stattfinden. Im Anschluss könnte sich dann ein Gefühl einstellen, welches Hermann Hesse in seinem Buch „Die Morgenlandfahrt“ beschreibt: „Wenn etwas Köstliches und Unwiederbringliches dahin ist, dann haben wir wohl das Gefühl, aus einem Traum erwacht zu sein“¹⁹.

Wir bringen den Begriff des Optimalen gegenüber der Optimierung in Stellung, um deutlich zu machen, dass es eine Idee des Gelungenen, des Besseren gibt, die sich nicht an Input-Output-Größen messen lässt. Das Optimale, eine verwirklichte Optimalität, nimmt Bezug auf das gelungene Leben. Als einige relevante Kategorien eines gelungenen Lebens können, im Anschluss an Leary, zum Beispiel Lebensfreude, sinnliche Aufgeschlossenheit, schöpferische Kraft²⁰ herangezogen werden, oder auch die Fähigkeiten, „neugierig, sensibel, ekstatisch, erotisch, schamlos, frei, verschmitzt, rebellierend, intuitiv, humorvoll, spielfreudig und spirituell“ zu sein.²¹

Keinesfalls geht es hier um Quantitäten, sondern um Qualitäten.²² Diese sind nicht nur auf Vernunft und irrational rationalem Verstand gegründet, sondern auf umfassenderen individuellen Sinnlichkeiten, sozialen Emotionen und sensualistischen Praktiken. Dafür braucht es freilich auch angemessene soziale Strukturen und eine entsprechende Kultur muss vorhanden sein oder entwickelt werden.

Ist ekstatischer Genuss jetzt Pflicht oder Überforderung?

Natürlich nicht. Natürlich doch.

Wir leben in einer Kulturzeit, in der es ein *Genussimperativ* gibt, also wie Jacques Lacan und Slavoj Žižek ausgeführt haben, den *Befehl zu Genießen*. Žižek zeigt in seinem Buch „*Liebe Dein Symptom wie dich selbst!*“²³, wie die Struktur des Begehrens und auch der daran anschließende Genuss durch die kapitalistische Warenwelt okkupiert sowie die dunklen, abgründigen Seiten

¹⁸ Wirklich gut künstlerisch inszeniert ist eine solch ekstatische Verzehrssituation in neuerer Zeit übrigens in einem Video des Kochs David Muñoz in welchem dieser sich, seine Küchenbrigade, seine Speisen und seine essenden und trinkenden Gäste in Szene setzt, fraglos fiktiv und mit einer Vision von ekstatischer Optimalität.

¹⁹ Hesse, *Morgenlandfahrt*, 28.

²⁰ Vgl. Leary, *She comes in Colors*, 121.

²¹ Leary, *Steig aus*, 157.

²² Leary verweist in einem Interview zum Beispiel darauf, wie wenig Sinn es etwa macht, guten Sex und ekstatische Erotik an der isolierten Zahl von Orgasmen festzumachen: „Die Beschäftigung mit der Zahl der Orgasmen ist ein Fallstrick für viele Männer und Frauen. Es ist eine rohe und vulgäre Vorstellung, als frage man, wieviel sie für ihr Negligé ausgegeben habe“ (Leary, *She comes in Colors*, 127). Eine solche Einschätzung trifft auch auf andere Bereiche des Lebens zu, etwa das Essen, welches in der Tat nah an dem der Erotik liegt. Nicht umsonst heißt die Unterüberschrift des Films *Tampopo* „Essen und Sex ist im Grunde dasselbe“, ebenso wie in Dante Alighieris Göttlicher Komödie die Höllenkreise für Völlerei und Wollust direkt nebeneinanderliegen.

²³ Žižek. *Liebe dein Symptom*.

der menschlichen Psyche geformt werden. Insofern ist selbstverständlich Obacht geboten, wenn Verzückung, Ekstasen und als optimale Genüsse angepriesene Erlebnisse in soziokulturell kastrierter Form zum flotten Konsum angeboten oder als Neutralisierer von politischem Engagement gegen die Ungerechtigkeiten der Welt verabreicht werden. An anderer Stelle und zu anderer Zeit wird dieser Aspekt noch weiter auszuführen sein.

Hier jedoch soll zum Abschluss noch einmal auf das ekstatische Potential hingewiesen werden, welches zwar nicht mehr gänzlich unentdeckt, aber doch weitestgehend ver- beziehungsweise ungeborgen geblieben ist. Geschmack, Geruch, Haptik, Optik und Akustik sind die Sensoren der singulären Organismen zu ihrer Außenwelt, über Sozialität und Kultur werden die Möglichkeiten dieser Sensoren entwickelt und ausgerichtet, in der Psyche werden die Resultate der Welterfahrung zum individuellen Er-Leben. Das Gehirn ist gerade für das Individuum zentraler Dreh- und Angelpunkt seines Da-Seins und was an diesem speziellen Ort passiert ist beachtlich: „Jede Sekunde werden rund tausend Millionen Signale im menschlichen Gehirn ausgelöst, [...] die man gewöhnlich nicht bewusst registriert“²⁴. In der Kultur der quantifizierenden Optimierung und der vernünftigen (Ir-)Rationalität hat es sich eingebürgert, die überwältigende Komplexität auf Teufel komm raus reduzieren zu wollen oder zu müssen. Demgegenüber setzt die Idee von der Optimalität und Ekstase das Aushalten der Komplexität, den Rausch der Komplexität, der Reise und der Navigation durch die Hyperkomplexität. Doch was passiert, wenn nun kulinarische oder anderweitige Dinge passieren, die in erstaunlicher Verzückung sowie ekstatische Erlebnissen münden: „[...] man kann eine unglaubliche Zahl gleichzeitiger Botschaften aus verschiedenen Körperteilen wahrnehmen. Da man daran nicht gewöhnt ist, kann das zu unglaublicher Ekstase oder zu Verwirrung führen. Manche Menschen werden erschreckt durch diesen Niagara sinnlicher Energie“²⁵. Eben damit solche beängstigenden Erfahrungen, die sich vom weitgehend durchgetakteten, mit seinen wiederkehrenden Redundanzen gefüllten Alltag vieler Menschen unterscheiden, aufgefangen und in Optimalität geführt werden können, benötigt es eine (Ernährungs-)Kultur, die dem entspricht. Daran kann die hedonistische Forschung und Wissenschaft mitwirken, ohne sich ins Restaurant ganz oben im Elfenbeinturm zurückzuziehen, sondern indem sie sich mit allen Sinnen hinausbegibt und im Getümmel auf der Straße des gelungenen Geschmacks herumtreibt. In dieser Praxis kann sie sich die *dionysische Weisheit* aneignen und als *fröhliche Wissenschaft der Ernährung* eine auf *Eudämonismus* bedachte *Diätet(h)ik* entwickeln²⁶.

²⁴ Leary, She comes in colours, 123.

²⁵ Leary, She comes in colors, 123f.

²⁶ Onfray, Bauch der Philosophen, 161, 175.

Literatur

Berend, Benjamin: Vom Übermenschen zur sozialen Plastik. Hedonistische Lebenskunst im Zeitalter der Selbstoptimierung. In: EPIKUR – Journal für Gastrosophie 1 (2018).

Elkin, Allison u. Jereza, Bea: So schmecken Magic Mushrooms richtig gut. Im Internet: <https://munchies.vice.com/de/articles/magic-magicshrooms-mussen-nicht-nach-sagemehlschmecken-629> (1. Februar 2017).

Feyerabend, Paul: Wider den Methodenzwang. Suhrkamp, Frankfurt am Main 1986.

Hesse, Hermann: Die Morgenlandfahrt. Suhrkamp, Frankfurt am Main 1928.

ichoc.de: Berlin: Die neue Party-Droge Kakao. Im Internet: <http://ichoc.de/party-droge-kakao-chocoholics-in-berlin/> (15. Dezember 2016)

Kofahl, Daniel: Ethnologie und Soziologie als Ernährungskulturwissenschaft. In: Marmite (Hg.): Marmite Food Labs 2015 – Das Buch. Zürich 2016. S. 91-105.

Leary, Timothy: NeuroLogic. Der Grüne Zweig, Löhrbach. 1993 [1973].

Leary, Timothy: Dichter der Reise nach innen. In: Ders. (Hg.): Politik der Ekstase. Raymond Martin Verlag, Markt Erlbach 1997 [1968]. S. 171-186.

Leary, Timothy: She comes in Colors. In: Ders. (Hg.): Politik der Ekstase. Raymond Martin Verlag, Markt Erlbach 1997 [1968]. S. 117-154.

Leary, Timothy: Politik der Ekstase. Raymond Martin Verlag, Markt Erlbach 1997 [1968].

Leary, Timothy: Steig aus oder gib deinen Geist auf. In: Ders. (Hg.): Politik der Ekstase. Raymond Martin Verlag, Markt Erlbach 1997 [1968]. S. 155-162.

Onfray, Michel: Der Bauch der Philosophen. Campus, Frankfurt am Main 1990.

Schievelbusch, Wolfgang: Das Paradies, der Geschmack und die Vernunft. Eine Geschichte der Genussmittel. Fischer, Frankfurt am Main 1997.

Zizek, Slavoj: Liebe Dein Symptom wie dich selbst! Jaques Lacans Psychanalyse und die Medien. Merve, Berlin 1991.