

Schönes Essen mit Kokosblütenstaub

Zu veganer Ernährung und dem *Daluma-Laden* im Weinbergsweg

Zwischen Gesundheit, Politik und Wissenschaft wird die vegane Ernährung momentan zu einer gesellschaftlichen Bewegung, bei der die **Literatur** eine entscheidende Funktion einnimmt. Blogs, Websites, Kochbücher und Texte zu Smoothies & Co. erzählen unablässig vom veganen Essen. Weinbergschnecken und Champagner waren gestern. Vor allem junge, gut ausgebildete, gesundheitsbewusste, lockere Menschen, Hipster, pilgern derzeit ins *Daluma* im Weinbergsweg unweit des Rosenthaler Platzes, stehen Schlange und ernähren sich von Speisen und Getränken, die mit Kokosblütenstaub gesüßt werden. Industriezucker aus heimischer Zuckerrübe oder südamerikanischem Zuckerrohr gelten ihnen als Gift. Während die Nahrungsmittel- und Süßwarenindustrie das Essen mit dem schädlichen Zucker vollpumpt, wird im *Daluma* sprachlich darauf geachtet, dass die kaltgepressten Smoothies auf keinen Fall mit Kokosblütenzucker, sondern „Kokosblütenstaub“ abgerundet und gesüßt werden.



Die **Formulierung** „Du bist, was Du isst“ hat als Versprechen und Drohung Konjunktur. Das Sein reimt sich auf die Ernährung. Bei Google wird nach Amazon die Unterrubrik „Ernährung“ der Rubrik „Gesundheit“ in der Süddeutschen Zeitung gelistet, wenn man die Formulierung als Suchbegriff eingibt, weil die Internetredakteure vermutlich die Seite mit der Formulierung getagged haben. Nach der Süddeutschen Zeitung wird gleich Die Welt mit einem Artikel der Ernährungstrainerin Sabine Grohn vom 18. September 2014 aufgeführt. Dort erfährt man dann mit einer Wissensgeste, dass die Formulierung von dem Philosophen Ludwig Feuerbach aus dem 19. Jahrhundert stammt. Das stimmt vielleicht nicht ganz und passt dennoch gut. Immerhin gilt damit ein bedeutender Philosoph als Gewährsmann für das Wissen von der richtigen Ernährung.



Was wusste der höchst einflussreiche Philosoph Ludwig Feuerbach vom **Essen**? Und wie kam er zu seiner Formulierung, die bisweilen auch als launiges Aperçu zur ernsthaften Philosophie des Materialismus belächelt worden ist. Jacob Moleschott hatte 1850 seine ebenso politisch-revolutionäre wie physiologische und ernährungsphilosophische Schrift *Lehre der Nahrungsmittel für das Volk*^[1] in Heidelberg veröffentlicht. Er schickte sein Buch mit der Bitte um eine Rezension an den hochverehrten Philosophen des Materialismus Ludwig Feuerbach, worauf dieser bereitwillig einging und eine längere Rezension mit dem Titel *Die Naturwissenschaft und die Revolution* in den *Blättern für literarische Unterhaltung*^[2] am Freitag, den 8., Sonnabend, den 9., Montag, den 11., und Dienstag, den 12. November 1850, schrieb. In der Eröffnungssequenz der Rezension geht es zunächst nicht um die Ernährung, vielmehr geht es um Politik und Wissenschaft, die staatliche Zensur.

Der selige Minister Eichhorn gab einmal der königsberger Universität die gnädige Versicherung: daß die königliche Regierung zwar keine mit ihren Grundsätzen in Widerspruch stehenden Religions- und Staatslehren dulden könne, daß sie aber nicht im entferntesten daran denke mit dieser Beschränkung der philosophischen Wissenschaften auch die Naturwissenschaften beschränken zu wollen.ⁱⁱⁱ^[3]



Mit dieser Eröffnung seiner ausführlichen Rezension formuliert Ludwig Feuerbach Jacob Moleschotts **Nahrungsmittellehre** von Anfang an als eine politische. „Wie? Die Regierung maßt sich die Herrschaft über unsere Gedanken und Gesinnungen an, sie schreibt uns vor(,) was wir denken und glauben sollen, und dennoch erlaubt sie uns den Gebrauch unserer fünf Sinne?“ Die *Lehre der Nahrungsmittel für das Volk* des Mediziners und Sohn des niederländischen praktischen Arztes Dr. J. F. Moleschott in Hertogenbosch, dem die Lehre gewidmet wird, rahmte Ludwig Feuerbach von Anfang an als eine politische, weil die Naturwissenschaften politisch sind. Anders gesagt, in der Rezension geht es mitnichten „nur“ um die Ernährung, sondern um ihre politische Funktion und die des Naturforschers.

Aber nicht nur Demokrat, selbst auch Socialist und Communist, freilich nur im vernünftigen und allgemeinen Sinne dieses Worts, wird nothwendig der Naturforscher; denn die Natur weiß Nichts von den Anmaßungen und Fictionsen durch die der Mensch im Rechte die Existenz seines Nebenmenschen beschränkt und verkümmert hat. Die Luft gehört von Natur Jedem, und eben damit Niemandem, sie ist das Gemeingut aller Lebenden; aber die Rechthaberei hat selbst die Luft zu einem Regale gemacht, „der Wind gehört der Herrschaft“.iv[4]

Zähne schon längst die Nüsse geknackt haben(,) worüber ihr noch heute euch vergeblich den Kopf zerbrecht! ... (S. 1077/78)



Was ist das Sein? Was ist der **Mensch**? Ludwig Feuerbach, der Materialist par excellence, erweist sich als der Nüsse knackende Lifestyle-Philosoph der Stunde. Nüsse gelten als Nervennahrung – Brainfood. Halb im Scherz und doch eben ganz und gar nicht nur als Aperçus also höchst wissenschafts- und philosophiepolitisch ruft Feuerbach mit einem Ernährungsbuch eine „neue Philosophie“ aus. Das ist dann durchaus polemisch, funktioniert allerdings auch poetologisch, sprachspielerisch als neues Wissen. Innerhalb weniger Formulierungen wird der Geist durch den Magen ersetzt und zum revolutionären „Brennstoff“. Dass das Sein ohne Gott rein materialistisch formuliert wird, erlaubt allerdings auch, dass die Ernährungslehre oder eben die *Lehre der Nahrungsmittel des Volkes* als Religion-Ersetzung wiederkehrt. Sie ist nicht Religionsersatz, sondern deren Ersetzung. Dann wird die Ernährung zur Religion und die Religion bestimmt nicht mehr – beispielsweise kosher oder halāl – die Ernährung.

... Die alte Philosophie begann mit dem Denken, sie „wußte nur die Geister zu vergnügen, und ließ darum die Menschen ohne Brot“, die neue beginnt mit Essen und Trinken; die alte Philosophie hatte daher Nichts im Kopfe – „Sein und Nichts

ist identisch“, das Nichts ist das infinitum et indeterminatum negans, Dieu est opposé au néant —, denn wo Nichts im Magen, ist auch Nichts im Kopfe. Der Kopf ist das Vermögen zu schließen, aber die Vordersätze, die Elemente zu diesen Schlüssen liegen in den Speisen und Getränken. Der Geist ist Licht, verzehrendes Feuer, aber der Brennstoff ist der Nahrungsstoff... (S. 1078)



Vegane Ernährung kommt nicht etwa von vegetarischen oder veganen Ernährungsweisen fernöstlicher Religionen wie dem Buddhismus, vielmehr argumentiert sie mit Smoothies bei *Daluma* unter den Namen *Fresh me up*, *M2*, *Beet Box*, *Supergreen*, *Pink Fuel*, *Run*, *Forest*, *The Radiator*, die mit „Energie“, „Antioxidant“, „Stoffwechsel“, „Isotonisch“, „Immunsystem“, „Haut & Haare“ das Sein umschreiben, als hätten sie Jacob Moleschott und Ludwig Feuerbach gelesen.

... Es bleibt dabei: der Nahrungsstoff ist Gedankenstoff.

Das Gehirn kann ohne phosphorhaltiges Fett nicht bestehen. ... An das phosphorhaltige Fett ist die Entstehung, folglich auch die Thätigkeit des Hirns geknüpft. ... Ohne Phosphor kein Gedanke. („Lehre der Nahrungsmittel“, S. 115 fg.)

Wo hat je ein speculativer Philosoph daran gedacht? ... Aber in Wirklichkeit verhält es sich ganz anders. Hören wir wie. Ehe wir aber dieses Wie verstehen, müssen wir wissen(,) warum wir essen und was wir essen oder vielmehr uns aneignen. „Das Leben ist Stoffwechsel“ (S. 66). (S. 1078)v[5]



„Ohne Phosphor keine Gedanken.“ **Phosphor** ist klasse. Mit Chemie und Physik schreibt Jacob Moleschott die Medizin um, damit Ludwig Feuerbach sie sogleich zur Philosophie transformieren kann. Doch wie funktioniert die Chemie als neuartige Wissensformation vom Leben? Das chemische Element Phosphor, das im 17. Jahrhundert mit dem Beginn der Aufklärung – Englisch: Enlightenment! – entdeckt wird, erinnert in seinem aus dem Griechischen abgeleiteten Namen möglicherweise nicht nur zufällig an die Erleuchtung. φωσ-φόρος phōs-phóros ist ein Neologismus, der gleichzeitig mit dem lateinischen Namen Lucifer als Träger des Lichts und Wissens verknüpft wird. Weiterhin wird dem Verzehr von Nüssen eine positive Wirkung durch Phosphor als Spurenelement für das Gehirn zugeschrieben. Ob sich allerdings Jacob Moleschotts emphatische Formulierung – „Ohne Phosphor keine Gedanken.“ – derart pointiert bestätigen lässt, darf einmal dahingestellt bleiben. Doch das Element Phosphor, das Licht trägt und in Verbindung mit Sauerstoff zu leuchten beginnt, funktioniert zweifellos optimal für die „neue Philosophie“ des Lichts.



Mit dem Phosphor knackt Ludwig Feuerbach eine harte, philosophische **Nuss**. Es geht nämlich in seiner Rezension vor allem darum, wie sich die geistige Tätigkeit des Philosophierens im Materialismus formulieren lässt. Mit dem Phosphor aus dem modernen Wissen der Chemie lassen sich für Feuerbach nun allererst die hellen Gedanken im Phosphor materialisieren. In den literarischen Übersetzungen und Übertragungen zwischen Chemie, Nahrungsmittel, Medizin, Physik und Philosophie ist es nicht ganz unerheblich, dass der Feuerbach-Biograph Adolph Kohut den Briefwechsel zwischen Moleschot und Feuerbach erwähnt.^{vi}[6] Ludwig Feuerbachs philosophische Zuspitzung funktioniert wohl nicht zuletzt deshalb so gut, weil sich Moleschott am 30. März 1850 mit der Geste eines Bekenntnisses als Leser seiner Schriften ausgewiesen hatte.

Ich bin ehrlich genug, Ihnen die Hoffnung auszusprechen, daß Sie meine Schrift als eine von den Blüten werden gelten lassen, in denen sich die alle neuere Wissenschaft drängende, schwellende Knospe Ihres Prinzips entfaltet. Und ich schmeichle mir, einen praktischen Griff getan zu haben, indem ich dazu einen Gegenstand benutzte, der so vielfach und innig mit den mächtigsten Interessen der Zeit verwebt ist.^{vii}[7]



Mit dem „praktischen Griff“ oder der praxeologischen Übersetzung von Feuerbachs Schriften in die **Praxis** des Essens ebenso wie das Praktische der Ernährung und der „Nahrungsmittel für das Volk“ wird eine Verschiebung vorgenommen, die sich mit der Rezension sogleich in das Politische der Philosophie übertragen lässt. Die Revolution als Praxis der Naturwissenschaft und des Philosophierens wird ihrerseits mit „Brennstoff“ versehen, um es einmal so zu formulieren. Was in der Philosophiegeschichte und selbst beim Feuerbach-Biographen Adolph Kohut untergeht oder als nebensächlich abgetan wird, lässt sich mit der Lektüre der Rezension und ihrer textlichen Verwobenheit herausstellen. Nachdem Feuerbach ausführlich Moleschotts Lehre mit Exzerpten referiert hat, kommt er gegen Schluss im vierten Teil zur Emphase, die für das Ernährungsbewusstsein in verkürzter Form sprichwörtlich werden wird.

Wir sehen zugleich hieraus von welcher wichtigen ethischen sowol als politischen Bedeutung die Lehre von den Nahrungsmitteln für das Volk ist. Die Speisen werden zu Blut, das Blut zu Herz und Hirn, zu Gedanken und Gesinnungsstoff. Menschliche Kost ist die Grundlage menschlicher Bildung und Gesinnung. Wollt ihr das Volk bessern, so gebt ihm statt Declamationen gegen die Sünde bessere Speisen. Der Mensch ist(,) was er ißt. (S. 1082)



Der Mensch ist, was er isst, wird zum geflügelten und politischen Wort. Es heizt die missglückte **Revolution** von 1848 auf anderem, physiologischen Terrain an. Natürlich spielen Hunger und Armut im „Volk“ oder der „Arbeiterklasse“ 1850 eine nicht zu geringe Rolle. Doch viel entscheidender wird nun der revolutionäre Kampf über die richtige Ernährung. Denn die Formulierung – „Der Mensch ist was er ißt.“ – sagt nur ansatzweise, was richtige Ernährung ausmacht. Allerdings folgt von Ludwig Feuerbach direkt darauf eine Formulierung als Zitat von Moleschott, die zumindest in Deutschland seit 1850 die Nahrungsmittelaufnahme nicht ganz unwesentlich mit beeinflusst haben dürfte. Sie wird keinem Vegetarier und Veganer schmecken.

... Der Mensch ist(,) was er ißt. Wer nur Pflanzenkost genießt(,) ist auch nur ein vegetierendes Wesen, hat keine Thatkraft (S. 101): ... (S. 1082)



Bevor auf die vegane Ernährung zurückzukommen ist, muss kurz auf den typographischen Abdruck von Feuerbachs Text im Medium der **Tageszeitung** unter dem Titel *Blätter für literarische Unterhaltung* eingegangen werden. Einerseits werden Zitate in einer kleineren Schrifttype eingerückt mit Seitenangabe zitiert. Andererseits fehlen sehr häufig syntagmatische Kommata, die das Verhältnis der Satzgefüge regeln und strukturieren. Wo dies der Fall ist, wurden hier Kommata in Klammern hinzugefügt. Ob dieses Fehlen im Drucksatz für die Zeitung erst entstanden ist oder bereits im Manuskript vorhanden war, lässt sich mehr ermitteln. Eine weitere Auffälligkeit lässt sich damit formulieren, dass der Titel „Lehre von den Nahrungsmitteln für das Volk“ wie oben nicht durch Anführungsstriche oder Kursivsetzung kenntlich gemacht wird, sondern in der Formulierung – als Wissen? – aufgeht. Da hiermit typographische Praktiken zur Generierung von Wissenschaft angesprochen werden, kann zumindest gesagt werden, dass der Text im Zeitungsdruck zwischen Wissenschaftspraxis und Literatur schwankt.



Was hat Essen mit Literatur und **Wissenschaft** zu tun? Dass der Berliner Industriearbeiter, sagen wir, um 1900 gern ein fettes Eisbein mit Sauerkraut aß, könnte auch etwas mit Jacob Moleschots *Lehre der Nahrungsmittel für das Volk* und seiner *Physiologie der Nahrungsmittel. Ein Handbuch der Diätetik* (1850), die bis zum Ende des 19. Jahrhunderts in vielfachen Auflagen veröffentlicht werden, zu tun haben. Offenbar werden beide Bücher mit dem unterschiedlichen Titel in der Medizin und Nahrungsmittelkunde von großer Bedeutung. Es lässt sich allerdings an den Texten zum veganen Essen und zu „Superfood“ beobachten, dass sie eine eminente Rolle für die Ernährung spielen. Wissenschaftliche Gesten in der Sprache sind dabei ebenso entscheidend wie poetologische. „Kokosblütenstaub“ lässt sich auch als eine poetologische und wissenschaftliche Verfeinerung von Kokosblütenzucker lesen.



Vegan heißt praktizierte Political Correctness und verspricht einen optimalen **Stoffwechsel** für die Gesundheit. Im [Café Weltgeist](#) der Humboldt-Universität am Hegelplatz im Gebäude der Philosophischen Fakultät II backt die Betreiberin veganen Kuchen für Studentinnen und Dozentinnen. Die hochvernetzte [Anthropozän-Debatte](#), wie sie im Haus der Kulturen der Welt geführt wurde und wird, hat nicht zuletzt dazu geführt, dass der Betreiber des [Restaurants Auster](#) für die jungen, engagierten Mitarbeiterinnen nur noch vegan kocht und auf der Mittagskarte mindestens ein veganes Gericht wie „Reisbandnudeln mit Frühlingsgemüse & Kokos-Limetten-Sauce“ als Hauptgericht angeboten wird. Die geologischen Veränderungen des Menschen auf dem Planeten Erde „The Great Acceleration“ seit 1950 wie die [Zunahme beim Methanausstoß](#) durch Massentierhaltung betreffen ebenso die Luftverschmutzung wie die Ernährung mit Fleisch und Milch. Früher nannte man es Landluft, wenn die Äcker geruchsintensiv mit Gülle gedüngt wurden. Heute warnt die *Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau* vor den 4 gesundheitsgefährdenden [Gasen in der Gülle](#).



Jacob Moleschotts Sentenz – „Das Leben ist Stoffwechsel.“ – kehrt wieder im globalen Stoffwechsel und dem geologischen **Fußabdruck des Menschen** auf der Erde. Die Wahrnehmungsweise seiner Physiologie ist mehr oder weniger direkt auf die Ökologie und das Anthropozän transformiert worden. Die großen aktuellen Erzählungen vom Menschen sind stärker, aber durchaus anders im 19. Jahrhundert verknüpft. Denn auch die Formulierung, dass der Mensch ist, was er isst, wurde in ein subjektiviertes „Du bist, was du isst“ übersetzt. Jeder Einzelne wird heute für seine Ernährungsweise wenigstens tendenziell verantwortlich gemacht, was sich als eine Revolution der Revolution bedenken ließe. Das Verantwortungsbewusstsein für Erde, Umwelt und Menschen beginnt heute stärker denn jemals zuvor mit der veganen Ernährung mit der Sorge um sich selbst.



Jeder **Smoothie-Saft**, der im *Daluma-Laden* angeboten wird, hat nicht nur eine unverwechselbare Farbe und einen vielversprechenden Namen, vielmehr noch gibt es zu jedem eine exklusive Erzählung, die mit einer Tabelle über den „Brennwert“ und einer Arithmetik von Fetten, Kohlenhydraten, Eiweiß, Omega 6, Phosphor, Vitamin B1 und Magnesium in Prozentanteilen zum Tagesbedarf korrespondiert. Daraus ergibt sich dann eine „Wertung“ mit Sternchen in den Rubriken „Haut & Haare“, „Gleichgewicht“, „Energie“, „Immunsystem“, „Antioxidant“, „Isotonisch“ und „Stoffwechsel“. Es sind die neuen Paradigmen des richtigen Lebens. Und natürlich wird der Nachhaltigkeit in einer schnelllebigen Zeit viel Aufmerksamkeit geschenkt. Die Nahrungsmittel werden, anders gesagt, von Daluma beispielsweise für [M²](#) sprachlich genau hergestellt und erschlossen.

Unsere hausgemachte Milch aus besten Paranüssen kombiniert mit Matcha aus Kogashima versorgt dich nachhaltig mit Energie. Matcha gibt Koffein nur langsam ab und ist außerdem eines der antioxidativsten Lebensmittel überhaupt. Paranüsse liefern dazu mit Kohlehydraten und Omega-Fettsäuren gesunde Brennstoffe für den Körper. Durch die hohen Mineralwerte der Paranuss in Verbindung mit Meersalz ist M² zudem eine wertvolle isotonische Quelle. Aufgeschäumt wird M² außerdem zur perfekten Matcha-Latte.



Ohne die ausgefeilte Erzählung auf dem **Etikett** ließe sich schwer sagen, warum man den Chia Pudding von Chiasamen und Mandelmilch mit dem Acai-Beeren-Topping zum Frühstück oder einen bestimmten Smoothie kaufen und trinken sollte. Von der persönlichen Adressierung – „versorgt dich nachhaltig mit Energie“ – bis zur physiologischen Lieferung von „gesunde(n) Brennstoffe(n) für den Körper“ und der „perfekten Matcha-Latte“ geht es nicht zuletzt um anspruchsvolle literarische Operationen der Verknüpfung. Die Säfte im *Daluma* sind in jeder Hinsicht sinnlich, indem Auge, Geschmack und „Bildung“ angesprochen werden. Es ist die Highend-Variante der veganen Ernährung inklusive Philosophie.

Torsten Flüh

Daluma

Weinbergsweg 3
10119 Berlin-Mitte

(Rosenthaler Platz)

Mo – Fr 08:00-20:00

Sa – So 10:00-19:00

Restaurant Auster

Haus der Kulturen der Welt

John-Foster-Dulles-Allee 10

10557 Berlin

Café Weltgeist

Humboldt-Universität zu Berlin

Philosophische Fakultät II

Dorotheenstraße 24

10117 Berlin

Gib die erste Bewertung ab

- Currently .0/5 Stars.
- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Tags : [Daluma](#) . [Weinbergsweg](#) . [Ernährung](#) . [Literatur](#) . [Wissen](#) . [Kokosblütenstaub](#) . [vegan](#) . [Veganer](#) . [Smoothie](#) . [Zucker](#) . [Industrie](#) . [Du bist was Du isst](#) . [Der Mensch ist was er isst](#) . [Ludwig Feuerbach](#) . [Materialismus](#) . [Naturwissenschaft](#) . [Revolution](#) . [Jacob Moleschott](#) . [Nahrungsmittel](#) . [Volk](#) . [Rezension](#) . [Brief](#) . [Blätter für literarische Unterhaltung](#) . [Essen](#) . [Nahrungsmittellehre](#) . [Naturforscher](#) . [Mensch](#) . [Phosphor](#) . [Brennstoff](#) . [Religion-Ersetzung](#) . [Geist](#) . [Licht](#) . [Ohne Phosphor kein Gedanke](#) . [Stoffwechsel](#) . [Chemie](#) . [Medizin](#) . [Nuss](#) . [Praxis](#) . [Praxeologie](#) . [Gesinnungsstoff](#) . [Tageszeitung](#) . [Wissenschaftspraxis](#) . [Anthropozän](#) . [Restaurant Auster](#) . [Methan](#) . [Gülle](#) . [Matcha](#) . [Etikett](#) . [Physiologie](#) . [Café Weltgeist](#)

i[1] Moleschott, Jacob: Lehre der Nahrungsmittel für das Volk. Vgl.: Dritte Auflage. Erlangen 1858 ([Internet Archive](#))

ii[2] Feuerbach, Ludwig: Die Naturwissenschaft und die Revolution. In: [Blätter für literarische Unterhaltung. Nr. 268, Jahrgang 1850](#), S. 1069 (Internet Archive)

iii[3] Ebenda

iv[4] Ebenda S. 1070, zweite Spalte oben

v[5] Anm.: In der Rezension ist auffällig, dass in den verschachtelten Sätzen von Ludwig Feuerbach häufig Kommata fehlen. Um das Fehlen der Kommata zu verdeutlichen, wurden die in Klammern vom Berichterstatter ergänzt.

vi[6] Kohut, Adolph: Ludwig Feuerbach. Sein Leben und seine Werke. Hamburg 2013. S. 237 ff

vii[7] Ebenda S. 238