

edition punktuell.

Leseprobe

Alle Rechte vorbehalten.

Die Verwendung der Texte und Bilder,
auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags
urheberrechtswidrig und strafbar.

Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung
oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

© edition punktuell.
www.editionpunktuell.ch

Peter Sacher

Nasenstüber

Kolumnen

editionpunktuell.

Badewonne

In der Wanne liegt die Wonne. Ein Hoch auf die Badewanne! Wie wohltuend und erholsam ist doch so ein Bad. Es gibt kaum einen grösseren Luxus, als in eine Badewanne mit angenehm warmem Wasser zu steigen und seinen Körper zu verwöhnen. Und dann noch all die Elixiere, die man ins Badwasser schütten kann: schäumende und nicht schäumende, wohlduftende, die Muskeln relaxierende, entspannende, revitalisierende und und und. Wohlfühlmomente. Ich verstehe nicht, warum die Begriffe «Wohlfühl... und Verwöhn-...» nicht mit dem Baden in Zusammenhang gebracht werden, sondern mit Getränken – insbesondere Kaffee – und Schlafsystemen. Die Badewanne hat übrigens auch der Physik zu einer wichtigen Erkenntnis verholfen. Das archimedische Prinzip nämlich besagt, dass das Gewicht der verdrängten Flüssigkeit gleich gross ist wie das Gewicht des schwimmenden Körpers. Eines Nachmittags, als Archimedes gerade ein Bad nahm, bemerkte er plötzlich, dass das Badewasser über den Rand der Wanne schwappte und er erkannte, dass die aus der Badewanne geflossene Wassermenge genau dem Volumen seines Körpers entsprach. Baden war immer schon sehr beliebt. Nur hatte baden früher nicht die individualisierte, egoistische Note, sondern es war ein sozialer Akt. Die Römer – wer denn sonst – machten das Bad zu einer Kultur. Ihre Bäderkultur gehört zu den bedeutendsten zivilisatorischen Leistungen dieses Volkes, und die Kaiser erkannten sehr bald, dass sie ihre Popularität durch die Errichtung von Thermen verbessern konnten. Zahlreiche Thermen im ganzen Reich zeugen von der Gestaltungskraft römischer Architekten und ihrer künstlerischen und technischen Vollendung. War aber das Baden bei den Römern der Aristokratie vorbehalten, so wurde es im Mittelalter populär und die Badstube zu einem Ort der Geselligkeit und des Austausches von Neuigkeiten. In der frühen Neuzeit kam

das Baden dann allmählich wieder aus der Mode, weil die Ärzte immer häufiger empfahlen, den Umgang mit Wasser möglichst ganz sein zu lassen und reiche Bürger sich ihre Badstube zu Hause einrichteten. Das war dann die Geburtsstunde des Badezimmers. Zudem wurde in den Städten das Brennholz knapp und teuer. So begann der unaufhaltsame Siegeszug der Thermalbäder mit ihrem auf natürliche Weise erhitzten Badewasser. Von Rheuma und Arthrose geplagte Menschen verhalfen den Thermalbädern zu unerhörten Höhenflügen. Seit geraumer Zeit sind auch normale Badeanstalten wieder en vogue. Nur heißen sie jetzt «Wellness-Oase» – «Nautiland» – «Aqua Dome» – «Star-Wellness» oder kurz Spa. Mittlerweile fast eine Selbstverständlichkeit, waren Badezimmer in der eigenen Wohnung über lange Zeit ein absoluter Luxus. Heute nennen sie sich Nasszellen, sind eine Selbstverständlichkeit, und die Hersteller von Badewannen überbieten sich mit verschiedensten Formen und Modellen: Sitz- und Eckbadewannen, eingebaut, eingelassen oder freistehend, ausgefallene Materialien, wildeste Farben, technische Feinessen mit Sprudel- und Jetdüsen, Beleuchtung und vielem mehr. Doch grundsätzlich hat es immer noch nur Wasser in der Badewanne. Die Füllmenge beträgt durchschnittlich 140 Liter.

Und bitte bedenken Sie: Mit einem Bad in der Menge werden weder Sie noch Politiker sauber, und Badewannen sind gefährlich: Jean Paul Marat wurde in einer Badewanne erstochen und Whitney Huston ist in einer Badewanne ertrunken.

Moralische Kompetenz

Über Jahrhunderte waren die Oberhäupter der Religionen die unwidersprochen akzeptierten, moralischen Instanzen. Die Bibel, der Koran, die Lehren des Buddha waren als Sündenspiegel ihrer

Zeit konzipiert, um das lasterhafte, zügellose Leben in Bahnen zu ordnen und die Gesellschaft zu sozialisieren. Irgendwann stiegen dann die modernen Moralapostel, die auf den drohenden Kulturzerfall und neuerdings eben die Klimakatastrophe pochen, aufs Podium. Eine erste «Umweltdebatte» wurde allerdings schon im 17. Jahrhundert geführt. Rousseau, Hobbes und Locke dachten über den Naturzustand des Menschen als Gegenpart gegenüber der Zivilisation nach und erkoren diesen Naturzustand zum Idealbild, wobei ob der Definition des Naturzustandes ein echter Streit entbrannte. In der politischen Debatte ist der Begriff «Umwelt» konsequent mit der Ökologiebewegung verstrickt. Innerhalb der Naturwissenschaften werden anstelle von «Umwelt» spezifischere Begriffe wie Ökosystem, Habitat oder einfach Natur verwendet. Aber «Umwelt» – eigentlich ein Ersatzwort für das damals gebräuchliche französische Wort «Milieu» – ist dankbarer, weil es alles und nichts besagt.

Panikmache in Bezug auf Klima und Umwelt verleiht Gehör und steigert die Auflagen der Printmedien. Namhafte Persönlichkeiten haben sich den Umweltschutz auf die Fahne geschrieben und so tüchtig Geld gesammelt und ihre Popularität gesteigert. Die Erde weiss sich allerdings gegen Angriffe auf ihre Integrität zu wehren. Wir haben Kenntnis, dass der Sauerstoffgehalt der Atmosphäre seit Millionen von Jahren bei 21% liegt. (Wäre er deutlich darüber, so würde alles explodieren. Wäre er tiefer, so würde alles Leben ersticken.) Und in der Tat erscheinen schon die ersten Berichte – begründet auf Satellitenbilder –, dass die Gletscher des Karakorum-Massifs im Himalaya wieder an Grösse zunehmen.

Warum nur scheinen pessimistische Prognostiker moralisch wertvoller oder kompetenter als Optimisten? Die Antwort ist nicht einfach. Ein Grund könnte eine perverse Schadenfreude sein, dass niemand, aber auch gar niemand, von diesen Apokalyp-

sen verschont bleibt, dass Katastrophen die ganze Gesellschaft, also auch die Reichen und Superreichen, die höchsten Politiker und Würdenträger sowie die Wirtschaftskapitäne treffen, dass man sich nicht mehr mit Holding-Gründungen, Anrufung des Politfilz oder einem Grundstück auf den Seychellen aus der Affäre ziehen kann. Vielleicht liegt es daran, dass man sein Gewissen mit einer pessimistischen Grundstimmung am besten beruhigen kann. Das kollektive Gewissen jedenfalls ist aus vielerlei Gründen schwarzseherisch, defätistisch. Und böse Zungen behaupten, dass Optimismus in der alten Welt als Geisteskrankheit gilt.

Zugeben, dass es einem gut geht, ist offensichtlich nicht opportun, denn es verhindert zu monieren, dass es einem noch besser gehen könnte.

Berühmte Löcher

Ein Loch kann zum Beispiel definiert werden als ein Ort fehlender Materie. Nebst dem berühmtem Loch im Socken, das wie magisch sämtliche Blicke auf sich zieht, wenn man aus irgendeinem Grund den Schuh ausziehen muss, ist sicher das Ozonloch, das wir mit unserer verdammten Manie für Sprays selber provoziert haben, eines der berühmtesten Löcher. Wenn Sie Golf spielen, denken Sie wahrscheinlich an die 10 in «The Belfry» in England. Dieser Golfplatz ist ja bekannt geworden durch die Ryder Cup-Spiele. Äusserst populär ist zurzeit der Begriff des Schwarzen Loches. Ein Schwarzes Loch ist ein astronomisches Objekt, an dessen Oberfläche die Schwerkraft so stark ist, dass nichts dieses Objekt verlassen kann – noch nicht einmal Licht. Vor Kurzem haben Astronomen den bislang energiereichsten Materiestrom eines Schwarzen Lochs entdeckt. Diese Entdeckung hat die bisherige Lehrmeinung, dass im Zentrum fast jeder Galaxie ein Schwarzes Loch

sitzt, arg ins Wanken gebracht. Die Schweiz hat zwei berühmte Löcher: das Martinsloch und das Hölloch. Das Martinsloch ist ein Loch von rund 15 Metern Durchmesser in den Tschingelhörnern. Es liegt auf einer Höhe von rund 2600 Metern und ist so ausgerichtet, dass es vom Tal aus sichtbar ist. Im Frühjahr und am 11. November (St. Martin) scheint die Sonne morgens durch dieses Loch in den Ort Elm hinunter. Der Mond hingegen nur alle 19 Jahre einmal. In diesem Dorf wurde die Kirche so gebaut, dass der Kirchturm durch dieses Loch von der Sonne beschienen wird. Das Hölloch ist ein Karst-Höhlensystem im Kanton Schwyz und mit 200 Kilometern die längste Höhle Europas und zugleich eines der grössten Höhlensysteme der Welt.

In der Modebranche geben nicht die Knopflöcher am meisten zu reden, sondern die Löcher in den Designer-Jeans. Ein Freund meinte: «Meine Frau hat die teuersten Löcher der Welt. Ich habe noch nie in meinem Leben so viel für Löcher bezahlen müssen.» In den 80er-Jahren füllten Geschichten über «Nessie», das Ungeheuer von Loch Ness, während der feuilletonistischen sauren Gurkenzeit – auch Sommerloch genannt – regelmässig die Gazetten.

Berühmte Löcher sind auch das Loch im Magen, zu dessen Behandlung Sie nicht einen Chirurgen konsultieren sollten, sondern eher Paul Bocuse, und das Loch im Geldbeutel, für welches eher die Bank zuständig ist als der Sattler. Wer hingegen für das Loch in der Staatskasse verantwortlich ist, bleibt in der Regel im Dunkeln. Jetzt habe ich doch vor lauter Geschwafel vergessen die wohl berühmtesten Löcher zu erwähnen: Es sind natürlich die Löcher im Emmentaler. Haben Sie sich schon einmal überlegt, wie viel Käse die Eidgenossen sparen, indem sie so viele und so grosse Löcher in ihren Emmentaler stopfen?

Die gestohlene Revolution

Mohammad Bouazizi war sich wohl kaum bewusst, welch grossen Stein seine Verzweiflungstat ins Rollen bringen würde. Sie löste die Jasminrevolution und den sogenannten Arabischen Frühling aus. Das Volk hat die Revolte inszeniert und den Umbruch umgesetzt. Nach der erfolgreichen Revolution entpuppte sich die Pseudoorganisation der Aufständischen als absolut ungenügend für ein geordnetes, politisches Leben. Die Jungen, welche die Revolution angezettelt hatten und die Konfrontation mit den ehemaligen Machthabern respektive deren Schergen erfolgreich ausgefochten haben, sind die Verlierer, weil die gut organisierten Gruppen – meist mit Unterstützung aus dem Ausland – Despoten, diktatorische Figuren oder Mitglieder des alten Régimes auf Grund versteckter «Kriegskassen» und mit ihrem Filz die Macht an sich reissen und den ehemaligen Exponenten die Revolution stehlen. Alle die sich unbewaffnet, aber mit eisernem Willen gegen Panzer, Tränengasbomben und Schlagstöcke stellten, sehen sich um die Früchte ihres Umsturzes betrogen. Extremisten sind die Nutzniesser und Usurpatoren des verworrenen politischen Vakuums nach der Revolution. Es herrscht leider wieder ein Klima der Verunsicherung, niemand fühlt sich mehr sicher. Ungemeine Angst macht sich breit in der Bevölkerung. Angst vor Repressalien, vor Überfällen, vor dem Rückfall in die Zeit der traditionellen Rollenverteilung, Angst davor, dass die erreichten demokratischen Ziele niedergetrampelt werden und sich die alte «Nomenklatura» wieder etabliert. Prügel, Diskriminierung und juristische Willkür sind wieder an der Tagesordnung.

Die vermeintlich erreichte Gleichberechtigung geht den Bach ab. In Ägypten benimmt sich der neue Staatspräsident wie ein Diktator und raubt dem Volk die Errungenschaft, Moubarak mit seiner verwerflichen Gesinnung und seinem autoritären Verhal-

ten in die Wüste geschickt zu haben. «Wir haben die Revolution gewonnen», skandieren Jugendliche, aber sie wähten sich in falschem Siegesrausch. Es ist eben nicht so einfach Revolution zu machen und ein Régime zu stürzen, das sich 30 Jahre lang eingefressen hat. Als Präsident Mursi seine Amtsbefugnisse ausweitete und sich der Judikative entzog, war der Sturm der Entrüstung gross. Verrat an den Zielen der Revolution wurde ihm vorgeworfen und ein neuer Aufstand mit Massenschlägereien war das Resultat. Die neuen Machthaber haben kein Gesetz erlassen, das der Bevölkerung dient. Alles zielt nur darauf ab, ihre Macht zu festigen. Und auch die Religion benutzen sie nur, um ihre Macht zu konsolidieren. Zudem gibt es einen Generationenkonflikt. Die alte, autoritäre Generation trifft auf eine neue, sehr mobile, flexible und weltoffene Generation, die traditionelle Hierarchien und eingeschränkte Rechte nicht mehr akzeptiert. In Tunesien bestand zur Zeit von Präsident Bourgiba eine vollständige Gleichstellung der Frauen, unter anderem mit Recht auf Abtreibung, Heirat nur im Einverständnis beider Ehepartner und freien Zugang zu den Universitäten. Nach der Revolution von 2011 herrscht nun unter der neuen Regierung wieder eine Unterjochung und Diskriminierung der Frauen.

Der arabische Frühling hat mehr Fundamentalismus gebracht als Demokratie.

So fegen nun bereits in einigen Staaten nach dem Arabischen Frühling schon wieder orkanartige Herbststürme durch das Land, und die Menschen müssen sich auf einen harten Winter gefasst machen. Es bleibt allein die tröstliche Tatsache, dass nach jedem Winter wieder ein Frühling kommt.

Nackt

«Nackt» sensibilisiert. «Nackt» verkauft sich gut, tönt ein bisschen verrucht, aber nicht so vulgär wie die Begriffe Sex oder Pornographie. Eine solche Kolumne hätten Sie mir nicht zuge-
traut, nicht wahr? Dem Adjektiv «nackt» begegnen wir in man-
cherlei Kontext. Ein Film von David Zucker trägt den Titel «Die
nackte Kanone», als hätte man Kanonen je in einem Armani-
Anzug gesehen. Reinhold Messner gab seiner Erzählung über die
Abenteuer am Nanga Parbat den Titel «Der nackte Berg». Hier
hat man wohl nackt mit kahl gleichgesetzt. Viele Zeitungsberichte
über Hausbrände melden: «Er konnte nur seine nackte Haut ret-
ten.» Die «nackte Haut» ist ein Pleonasmus, denn Haut ist per
definitionem immer nackt. Etwas allegorischer hingegen ist die
Redewendung «mit dem nackten Leben davonkommen», was be-
deutet, dass man überlebt, aber den Besitz verloren hat. «Ohne
Bürgerrechte bleibt nur das nackte Leben» lautete denn auch der
Titel eines Interviews von Giorgio Agamben und Beppe Gaccia
über Abschiebegefängnisse und Internierungslager für Flücht-
linge in Europa. Das wirklich berühmte Buch von Desmond Mor-
ris, in dem er wissenschaftliche Erkenntnisse über die Entwick-
lungsgeschichte des Menschen beschreibt, heisst «Der nackte
Affe». In diesem Klassiker vergleicht Morris den Menschen mit
192 bekannten Primatenarten. Da geht es denn tatsächlich um
Felle und Behaarung.

Dass immer weniger Printmedien abonniert werden, ist offen-
bar die nackte Realität. Sehen Sie, nackt klingt doch gut. Als «das
nackte Grauen» bewertete ein Gast im Internet sein Hotel in
Spanien. Ein Synonym für Grauen ist Grusel, und wieso bitte soll
der nackt sein? Auch von «nacktem Selbstbewusstsein» liest man,
was immer man sich darunter vorzustellen hat. «Nackte Angst
rund um den Volkspark» titelte die Hamburger Morgenpost, weil

der HSV sein Spiel gegen Nürnberg verlor. Ein weiterer Ausdruck lautet «der nackte Wahnsinn». Warum ist der Wahnsinn mit diesem Adjektiv wahnsinniger als Wahnsinn per se? Fast wähnt man sich an einem literarischen FKK-Strand. Was die meisten Leute mit «nackt» sagen wollen, ist eigentlich vielmehr unverblümt, ungeschminkt oder schnörkellos – im Sinne von unverhohlen, eindeutig, echt oder aufrichtig. Aber «unverblümt» lockt keinen Hund hinter dem Ofen hervor, «ungeschminkt» geht heute kein Mädchen mehr zur Schule, und «schnörkellos» lenkt kein Augenmerk auf eine Kolumne. Kein Moselwein dürfte wohl so bekannt sein wie «Krövers Nacktarsch». Bei dem Namen handelt es sich am ehesten um eine Verballhornung des lateinischen «Nectarius» (Nektar) beziehungsweise des keltischen «Nackas», was in etwa «felsige Höhe» bedeutet und sich aus der Tatsache ableitet, dass der Nacktarsch-Hang im Herbst ohne Laub ziemlich nackt aussieht. Einer anderen Überlieferung zufolge soll ein Kröver Kellermeister zwei Jungen den Hintern versohlt haben, nachdem er sie dabei erwischt hatte, wie sie aus einem seiner Fässer Wein tranken.

Eine Redewendung jedoch verwendet den Begriff nackt zu Recht, nämlich «die nackte Wahrheit». Veritas hiess die Göttin der Wahrheit in der römischen Mythologie. In den «Carmina» des Dichters Horaz taucht erstmals der Begriff «nuda Veritas», die sprichwörtliche «nackte Wahrheit», auf. Nackt erscheint sie denn auch als allegorische Gestalt in Botticellis berühmtem Gemälde «Die Verleumdung des Apelles» (La Calunnia di Apelle). Wenn man von der «nackten» Wahrheit spricht, meint man die reine Wahrheit ohne Verhüllungen. Die Wahrheit ist also nackt, weil sie sich nicht in fadenscheinige Ausflüchte und Lügen hüllt. Aber aufgepasst: «Die Wahrheit von heute ist die Lüge von morgen.»

Geben Sie es zu, Sie hatten mehr (oder bedeutend weniger, d.h. nackteres?) erwartet von dieser Kolumne.

Spaziergänge

Sonntage waren schlimm als Kind. Vor allem wegen der obligatorischen Spaziergänge. Schon beim Frühstück wurde debattiert, wohin der nachmittägliche Spaziergang führen sollte. Wieso mussten sie mich denn überhaupt mitnehmen? Bewegung hatte ich doch als Kind genügend, und zudem hatte ich doch so tolle Spielsachen und Bücher. Wenn wir den Weg nahmen, der über eine Anhöhe am Sportstadion vorbeiführte, konnte ich wenigstens einen kurzen Blick auf das Fussballfeld werfen, aber für das Nachverfolgen einzelner Spielzüge war die Distanz doch zu gross. Meistens führte der sonntägliche Spaziergang meiner Familie aber durch einen – zugegebenermassen – wunderschönen Wald auf eine Lichtung mit einem – nachträglich muss ich auch das noch einräumen – wunderbaren Ausblick über den See und einem Restaurant, wo man herrliches Eis ass.

Bei trübem Wetter führte der Spaziergang in die Stadt. Von Bürgersteig zu Bürgersteig, entlang endloser Häuserzeilen. Gemeinerweise kamen wir auf dem Nachhauseweg am Lokomotivdepot vorbei. Aber sonntags war da leider tote Hose, da konnte ich trödeln und bummeln und spähen, wie ich wollte, es zeigte sich keine Lok. Ausserhalb dieser Zone jedoch gingen mir die Gemächlichkeit und Bedächtigkeit eines Spazierganges gewaltig auf den Keks. Oft ging man zu Bekannten. Dort spazierte man meistens über Feld und Flur. Entlang verwaister Äcker oder Weiden. Hinter den hohen Maisfeldern sahen wir Kinder überhaupt gar nichts mehr. Selten genug kam man in die Nähe von Kühen. Etwas war irritierend. Wir trafen beim Spazieren stets viele Leute an. Solche mit Hunden, andere Familien mit Kindern. Irgend etwas musste also doch am Spazieren dran sein. Der Spaziergang war wohl doch nicht als psychologische Strafe anzusehen. Wiederholt trafen wir dieselben Leute, und oft blieben meine Eltern stehen,

um sich in angeregtem Ton mit denselben zu unterhalten. Nun als Erwachsener, vor allem als Teil der arbeitenden Gesellschaft, bin ich mir über den Stellenwert eines Spazierganges klar geworden. Er ist sehr erholsam, inspirierend. An der frischen Luft bewegen sich gleichzeitig Körper und Geist. Spaziergänge sind auch Gedankengänge. Manch ein Spaziergänger kann aber nicht einfach die Schönheit der Natur genießen, sondern unterzieht die Natur fortwährend einer ökologischen oder wie auch immer gearteten Analyse. Schiller hat in seinem Gedicht «Der Spaziergang» die systematische Betrachtung der Landschaft, die eigentlich den schönen wissenschaftlichen Namen Promenadologie trägt, heftig kritisiert, zu Recht will ich meinen. Spazieren kommt vom italienischen Wort «spaziare», in der Bedeutung «sich räumlich ausbreiten, sich ergehen». Physische und psychische Weiträumigkeit sozusagen. Spazieren sollte also etwas Kontemplatives, Angenehmes sein.

Nicht zu vernachlässigen sind auch die sozialen Aspekte eines Spazierganges, und nach manch üppiger Tafel ist ein sogenannter Verdauungsspaziergang angezeigt. Robert Walsers längste Erzählung «Der Spaziergang» setzt die Tätigkeit mit lyrischer Mobilität und distanzierendem Temperament gleich, mit Entzücken und Freiheitsbegeisterung.

Einer der berühmtesten Spaziergänge ist der Philosophenweg in Heidelberg.

Lassen wir doch zum Schluss Hölderlin zum Thema sprechen: «Bei immerwährender sitzender Beschäftigung nistet sich so leicht etwas Hypochondrie ein, wenn man nicht auch zuweilen wieder den Geist und den Körper lüftet.»

PS: Die nächste Stufe, das Wandern, ist heroisch, befreiend, aber es kann süchtig machen.

Haferflocken

Als Kind ass ich zum Frühstück Haferflocken mit Milch, ausser sonntags. Die schmeckten himmlisch und gaben Energie für den ganzen Tag. Nach der Meinung meiner Eltern sogar viel zu viel Energie, aber das ist eine ganz andere Geschichte. Haferflocken waren eigentlich kaum zu überbieten. Hafer enthält doppelt so viel Eiweiss wie andere Körner und hilft damit dem Gehirn und dem Körper, sich gesund zu entwickeln. Ein hoher Gehalt an B-Vitaminen macht Hafer zu einer echten Nervennahrung. Zudem stecken viele wichtige Mineralstoffe wie Kalzium, Magnesium, Eisen, Mangan und Kupfer darin. Der relativ hohe Fettanteil von etwa neun Prozent macht das Getreide besonders nahrhaft. Die Flocken sind besonders leicht verdaulich und deswegen selbst für empfindliche Kinder gut verträglich. Trotzdem sind sie ausgesprochen reich an Ballaststoffen, die lange satt machen und der Verdauung gut tun. Die meisten Kinder mögen den milden und leicht nussigen Geschmack von Haferflocken richtig gern.

Aber wie ein Tsunami schwappte dann die Riesenwoge der «Cornflakes» über den Atlantik auf das europäische Festland. Die Haferflocken hatten endgültig ausgedient. Geblieben ist die Milch. Cornflakes sind «unschlagbar knusprige Flocken aus sonnenverwöhntem Mais» wie der Hersteller uns weismacht. «Erfunden» haben die Cornflakes die amerikanischen Brüder William Keith und John Harvey Kellogg. Der Name Kellogg ist seit der epochemachenden Entwicklung dieses Nahrungsmittels unzertrennbar mit unserer Frühstückskultur verbunden. T.C. Boyle erzählt in seinem Roman «The Road to Wellville» die Geschichte von Doktor John Harvey Kellogg, der zu Beginn des 20. Jahrhunderts in der etwas ominösen Klinik namens «Battle Creek» – sagen wir mal – ungewöhnliche Methoden anwandte. 1994 wurde der Stoff mit Anthony Hopkins in der Hauptrolle verfilmt.

Als dann die Ernährungswissenschaft das Sagen betreffend gesundem Essen für sich pachtete, kamen die Ballaststoffe zum Zug. Aber «Ballaststoff» verkauft sich nicht gerade besonders gut. Und so musste ein neu-deutscher Ausdruck in die Bresche springen: «Fibres». Ballaststoffe sind weitgehend unverdauliche Nahrungsbestandteile, meist Polysaccharide, also Kohlenhydrate, die vorwiegend in pflanzlichen Lebensmitteln vorkommen, unter anderem in Getreide, Obst, Gemüse, Hülsenfrüchten und in geringen Mengen in der Milch. Sie gelten inzwischen, ganz anders als ihre Bezeichnung vermuten lässt, als wichtiger Bestandteil der Ernährung, der sowohl den Blutzuckerspiegel günstig beeinflusst als auch den Cholesterinspiegel. Von nun an verköstigte man also Fibres. Fibres war das magische Wort. Fibres schienen alle Kraft für einen gesunden Organismus in sich zu vereinigen, und wer noch zum Frühstück ein Brötchen ass – womöglich sogar noch mit Butter – der wurde ganz scheel angesehen und schien schon fast zu einem vorzeitigen Ableben verurteilt. «Fruit n Fibre» konnte man auf der Verpackung lesen. Das tönt natürlich gesünder, schmackhafter und moderner als Haferflocken mit getrockneten Apfel- und Bananenstückchen.

Irgendwann war dann «Fibre» auch nicht mehr besonders verkaufsträchtig, und es musste eine neue Bezeichnung für das gesunde Frühstück her. Nun isst die ganze Nation Zerealien oder Cerealien, falls man seine humanistische Bildung offenbaren möchte. In Deutschland isst jeder Verbraucher 2,4 Kilogramm Cerealien pro Jahr. Unter dem allgemeinen Begriff Cerealien, oder auch Frühstückscerealien, versteht man die Gesamtheit der Müslis, Cornflakes und alle anderen knusprigen Getreideerzeugnisse. Die Bezeichnung Cerealien findet sich heute auf vielen Verpackungen. Frühstücksprodukte, Riegel und Snacks werben mit diesem Begriff, der in der heute gebräuchlichen Form eigentlich eine Erfindung der Werbebranche ist. Er leitet sich ab von Ceres,

der römischen Göttin des Ackerbaus. Diese wurde oft mit einem Ährenbündel dargestellt. Zu ihren Ehren feierte man im alten Rom jährliche Feste, die Cerealien, Vorläufer des Erntedankfestes. Darüber hinaus bezeichnete man Getreide als Cerealie. Ob Cerealien mit Schokolade oder Zimt, Cornflakes, Früchte- oder Knuspermüslis – die bunte Getreidevielfalt hat sich einen festen Platz auf germanischen Frühstückstischen erobert. Ihre Vielfalt und vor allem die unkomplizierte Zubereitung machen sie zu einer beliebten Frühstücksmahlzeit. Die Zerealien heissen aber «Fitness» oder «Wellness» und die Packung – wohlgemerkt grossdimensioniert – verheisst Fitness durch Essen ohne körperliche Er-tüchtigung und Schwitzen. Auch eine Bikini-Figur ist – mit Garantie – vorprogrammiert, wenn man nur genügend solcher Cerealien verspeist. Mittlerweile gibt es sogar einen Europäischen Verband der Frühstückscerealienhersteller.

Produkte wie Cornflakes oder andere aufbereitete Müslipackungen enthalten meist sehr viel Zucker, wenig Ballaststoffe und weisen einen hohen glykämischen Index auf. Deshalb empfehlen Experten reine Cerealien, denn nur diese enthalten viele Ballaststoffe und Vitamine. Dazu zählen zum Beispiel Haferflocken.

Sie haben richtig gelesen: Haferflocken.

Stilleben

Eine meiner Ansicht nach viel zu wenig beachtete Kunstform ist das Stilleben. Stilleben bezeichnet in der Kunstgeschichte die Darstellung toter beziehungsweise regloser Gegenstände. Auswahl und Gruppierung erfolgt nach inhaltlichen, oft symbolischen und ästhetischen Aspekten. Zu einer eigenständigen Gattung der Malerei entwickelten sich diese Bilder erst zu Beginn des 17. Jahrhunderts im Barock. Im Mittelalter trat das Stilleben nicht

als selbständige Gattung auf. Das Thema der Sachdarstellung tauchte, ähnlich wie die Bildnismalerei, zuerst nur am Rande religiöser Themen auf: als Darstellung gegenständlicher Attribute für einen Heiligen oder Ausstattung mythologischer Szenen, als sachlich orientierte Darstellung natürlicher Objekte in Teilen der Landschaftsmalerei oder als Abbildung symbolisch gemeinter Gegenstände in allegorischen Bildern. Bis ins 18. und 19. Jahrhundert nimmt das Stilleben als Thema der Malerei nach dem sakralen Bild, dem Historienbild, der Landschaft, dem Genrebild und dem Portrait in der akademischen Rangfolge der Bildgattungen den niedrigsten Rang ein. In den anfänglichen Stilleben ging es zunächst um Kuriosa wie fremdländische Früchte, kostbare Waffen und Schmuckgegenstände. Die Sachdarstellung war somit im Gleichschritt mit der Erforschung der Natur und der Sammelleidenschaft. Im Zeitalter der Entdeckungen kommt dann dem Künstler häufig die Funktion zu, die neue, wissenschaftliche Sicht auf die Dinge an den Gegenständen darzustellen, auf die sich dieses forschende Interesse richtet, oft verbunden mit religiösen oder ethischen Vorstellungen.

Stilleben sind eine Oase der Bedächtigkeit, sie laden zum andächtigen Betrachten ein, sie sind unaufgeregt, aber sprühen nur so von Symbolik. Dargestellt werden unter anderem Spiegel als Symbol der Eitelkeit, Uhren – vielfach Sanduhren – die für die Lebenszeit und damit auch die Sterblichkeit stehen, Rosen, wobei die Rose als Blume der Venus die Liebe und die Sexualität vertritt, Nahrungsmittel wie Wildbret, Jagdbeute oder Südfrüchte als Zeichen für Wohlstand und Luxus. Kostbar verzierte Gläser stehen ebenfalls für Luxus, und die Klarheit des Glases versinnbildlicht überdies Keuschheit. Häufig dargestellt sind Kerzen, denn eine brennende Kerze ist ein Sinnbild für Materie und Geist. Im Barock werden dann Attribute der Wissenschaft, des kaufmännischen Lebens, der literarischen Bildung, der Frömmigkeit, Tro-

phäen der Jagd und des Krieges sowie der Fruchtbarkeit der Erde zu Stillleben gruppiert. Es ist nicht so sehr die «tote Natur» – nature morte der Franzosen oder natura morta der Italiener – sondern das wirklich «stille Leben» – still life der Engländer – das den Gehalt und die Anziehung solcher Gemälde ausmacht.

Was müsste man wohl heutzutage auftürmen, um den gegenwärtigen Lifestyle zu charakterisieren? Ein Handy, Nespresso-Kapseln, ein Paar Jeans, eine Swatch, Pappbecher, ein GPS, eine Halogenlampe, einen Fernsehapparat, eine Auswahl an Sushi, einen Tablett-Computer und eine Spielkonsole. Ich bin mir nicht so sicher, ob Museumsbesucher in 200 Jahren ehrfürchtig vor diesem Stillleben stehen bleiben, es bewundernd betrachten, über die Symbolik der dargestellten Gegenstände nachdenken würden und ob es auch mit einer angemessenen Würdigung versehen im Lexikon der Kunst und dem Bildband über das entsprechende Museum abgebildet würde.

Ode an die Postkarte

Postkarten gegenüber habe ich eine total ambivalente Haltung. Einerseits erhalte ich sehr gerne Postkarten, die mich zum Teil aus den hintersten Winkeln der Welt erreichen und Freundschaften und Bekanntschaften, die mir sehr wichtig sind, am Leben erhalten. Andererseits bedeutet dies, dass ich deshalb bei entsprechenden Gelegenheiten auch meinerseits eine nicht wirklich kleine Zahl solcher Karten senden sollte. Senden geht ja noch, denn die meisten Ansichtskartenverkäufer halten vernünftigerweise auch gleich Briefmarken feil. Aber schreiben, das ist ein echtes Alptraum. Ende des 19. Jahrhunderts erfolgte die bahnbrechende Erfindung der Postkarte. Damals kamen Grüsse in Bilderform in Umlauf, ein neues Kommunikationsmittel war geboren. Kaum

war man ein paar Tage verreist, war es geboten, sich hinzusetzen und einen Stapel Postkarten mit Sätzen zu beschriften wie «Wetter gut, Essen gut, alles gut.», «Sommer, Sonne, Meer, was will man mehr?» oder «Es ist wunderbar hier. Uns geht es gut, wie geht es Euch?» Grüsse die mit einem Fragezeichen enden sind besonders idiotisch, als ob man am Urlaubsort postwendend eine Antwort des Adressaten erwarten könnte. Ein kleiner Stress ist die Auswahl des Sujets. Man muss nämlich zwischen einem tollen Bild von Landschaften, Naturschauspielen, geographischen Besonderheiten, Kunstgegenständen oder Sehenswürdigkeiten, den üblichen Bildern von Strand, Sonne, Liegestühlen und Sonnenschirmen sowie einer in irgendeiner Weise witzigen Abbildung auswählen. Die Auswahl der Letzteren ist besonders schwierig, denn die Abgrenzung zu blöd oder schwachsinnig ist heikel. Die Postkarte stellt eine Sonderform der russischen Kunst dar, denn viele grosse Künstler haben dort speziell für Postkarten produziert.

Eigentlich müsste sie längst tot sein, die Postkarte. In einer Zeit, wo wir per Tastendruck kommunizieren und in Chatrooms oder per SMS respektive MMS und E-Mail globale Kommunikationsfäden spinnen, hält sich das bunte Kartonrechteck jedoch recht wacker. Gemäss einer kürzlich publizierten Umfrage versenden immer noch 53 Prozent aller Leute ihre Feriengrüsse per Postkarte. Texttechnisch – wie das heute heisst – muss man sich zwischen Scylla und Charybdis durchmogeln, um einerseits ein bisschen Gas zu geben, damit die Empfänger nicht meinen, es sei nicht schön, es gefalle einem nicht oder man langweile sich, und andererseits um nicht allzu sehr den Neid oder die Eifersucht der Gegrüssten zu wecken oder den Anschein zu geben, zu bluffen oder arg zu übertreiben. Zudem soll der Text nicht allzu banal sein, aber für etwas richtig Literarisches ist der Platz allzu beschränkt. Gewisse Absender suchen sich besonders diejenigen Karten aus auf denen im Textfeld schon sehr viel Legende zum

umstehenden Bild geschrieben steht, damit sich die Grussbotschaft auf ein Minimum beschränken und man im besten Fall irgendwie an das Geschriebene anknüpfen kann. Persönlich wähle ich mit Vorzug Postkarten aus, bei denen im Textfeld ein Areal ausgespart ist «Für Postzwecke. Bitte nicht beschriften». Das erleichtert die intellektuelle Anstrengung.

Mit dieser Kolumne haben Sie Glück, denn auf Postkarten heisst es mitunter: «Wegen Ferien kein Text.» Aber Urlaub ist offenbar auch nicht alles, wie man so liest: «Hab' in den Bergen meine Ruh' , was ewig drückt, ist der Bergschuh.» – «Guter Schnee, phantastische Pisten, was stört sind alle andern Touristen.» – «Musst' in Verona hinter einer Säule steh'n, hab' von Aida nichts geseh'n.» – «Eine Kreuzfahrt bucht' ich mit Sabine, nun hält mich Seegang in der Kabine.»

Dann bleib' ich lieber zu Hause, muss mich nicht ärgern und nota bene keine Postkarten schreiben. Trotzdem: Ganz herzliche Grüsse.

Soziale Normen, Massengeschmack und Vorbilder

Gesellschaftliche Normen regeln das Leben in einer Gemeinschaft. Sie legen fest, was in einer sozialen Gruppe zu tun und was zu lassen respektive was opportun oder obsolet ist. Sie sind Verhaltensforderungen an die Inhaber von sozialen Rollen. Soziale Normen sollen Vertrauen schaffen, ein harmonisches Zusammenleben ermöglichen. Sie sind gesellschaftlich und kulturell bedingt. Es sind von den meisten Gesellschaftsmitgliedern akzeptierte und vertretene Verhaltensmassregeln und Handlungsmaximen, die Sitten und Gebräuche sowie Verbote und Gesetze.

Die Einhaltung von sozialen Normen untersteht der gesell-