

ROUND TABLE

Redaktion JOCELYNE ITEN

GENUSS GIBT ES NICHT OHNE VERZICHT

WOLFGANG ROTHER

Professor für Philosophie

«Dass wir bewusst auf etwas verzichten, dass wir Schmerzen um späterer Lustempfindungen willen zu ertragen bereit sind, dass wir uns vor exzessivem Lustgenuss hüten, um Kopfweh, Bauchschmerzen und Überdross zu vermeiden, sind zweifellos wichtige Aspekte der Kunst des Geniessens. Was vielleicht noch wichtiger ist: Wer geniesst, empfindet nicht nur Lust, sondern weiss, dass er Lust empfindet. Insofern geniessen wir nicht mit unseren Sinnesorganen, sondern dank unserem Geist. Es gibt kein bewusstloses Geniessen – vielmehr ist Geniessen ein Phänomen des Bewusstseins, das die sinnliche Lustempfindung nicht nur steigert, sondern auch erinnerbar macht. Wenn wir an vergangene Freuden denken, erfreuen wir uns jedes Mal erneut an ihnen.»

SIBEL ERISIK

Inhaberin des veganen Restaurants Elle'n'Belle

«Wer auf gewohnte Dinge wie etwa Fleisch und Milch verzichtet, macht sich frei für Neues und experimentiert mit bekannten und unbekanntem Produkten. Bewusster Verzicht, den Tieren zuliebe, bringt nicht nur zusätzlich lukullischen Genuss, sondern er beglückt und befreit auch Geist und Herz.»

THOMAS BRUNNER

Professor für Konsumentenverhalten

«Genuss steht hoch im Kurs. Er ist der Gegenpol zum immer schneller ablaufenden Alltag mit all seinen Sorgen und Lasten. Man will sich etwas gönnen und sich verwöhnen. Bei der Wahl der Lebensmittel ist der Genuss oft das Hauptkriterium. Unser Leben ist aber vielschichtig, und es gibt noch zahlreiche andere Motive: Essen muss gesund sein, darf nicht dick machen, soll aus nachhaltigem und regionalem Anbau stammen oder wenigstens fair gehandelt worden sein. All diese Motive zu vereinen, ist schwierig bis gar unmöglich. Wer es versucht, muss hin und wieder Abstriche beim Genuss machen.»

JAY FUCHS

Bodybuilderin

«Wenn ich in meinen Wettkampf-Vorbereitungen auf einiges verzichte, geniesse ich danach umso intensiver: Ein Stück selbstgebackener Schokoladenkuchen wird dann zur regelrechten Geschmacksexplosion. Verzicht bedeutet für mich Freiheit, da mein Leben nicht durch Genussrituale bestimmt wird.»

ANJA GASSER & LIRIDON SULEJMANI

Mode-Blogger

«Als Blogger werden wir oft eingeladen. Mal dürfen wir ein Hotel testen oder für die Präsentation eines neuen Produkts ins Ausland gehen, um dann das Erlebte auf unserem Blog oder in den sozialen Netzwerken zu veröffentlichen. Das Reisen, für das wir oft nichts bezahlen müssen, ist sicher ein Genuss. Dennoch ist das volle Programm – das Suchen einer geeigneten Location für Fotos für unser Blog, aber auch das Networking – harte Arbeit. Verzicht spüren wir insofern, als wir von Termin zu Termin rennen, weshalb oft keine freie Minute mehr für persönliche Angelegenheiten bleibt. Diesen Verzicht nehmen wir aber gern in Kauf, denn der Genuss, den unsere Arbeit bringt, überwiegt bei weitem.»

CHRISTOPH SIGRIST

Pfarrer im Grossmünster Zürich

«Ein Banker schreitet zur Mittagszeit vom Paradeplatz über die Münsterbrücke. Dabei verzichtet er auf das üppige Mittagessen und auf den Besuch im Fitness-Center an der Münster-gasse. Stattdessen öffnet er die schwere Bibeltüre von Otto Münch und lässt sich vom Licht-einfall im Kirchenraum Grossmünster zu einem der mit den Farben spielenden Achat-Fenstern von Sigmar Polke ziehen. Vor dem lichtdurchfluteten Fenster bleibt er fasziniert stehen. Er verzichtet auf den Blick aufs Smartphone, auf die Börsenkurse. Im darauffolgenden Gespräch offenbart er mir: «Weisst du, ich nähere jede Woche an dieser Stelle meine atheistische Spiritualität. Es ist ein Genuss, auf Essen und Muskeln zu verzichten. Ich werde leer wie eine Schale für neue und gute Gedanken.»