



K O N S U M - K U L T U R

**KONSUMENTEN
VERBAND**

Geschäftsstelle:
Gentenwisstrasse 15
CH – 8332 Russikon
Tel. 044 955 07 42

E-Mail: info @
konsumentenverband.ch

Website:
konsumentenverband.ch

Konsum-Bildung Info Nr. 4

DIE «REVOLUTION DER AROMEN»



DIE «REVOLUTION DER AROMEN»

Dr. med. Gerhard Schmidt

Am 25. April 1989 erschien, in der wissenschaftlichen Beilage der bedeutendsten Pariser Tageszeitung «Figaro» ein Aufsatz mit der Überschrift: «Cuisine de demain: la revolution des aromes» (die Küche von morgen: Die Revolution der Aromen). Eine solche Veröffentlichung wies auf das bedeutsame Symptom hin, dass die «Küche von morgen» vor einem grossen Umbruch steht, der auf weittragende Folgen für die gesamte menschliche Ernährung hindeutet.



Es ist aber zugleich auch eine Frage, die die biodynamische Wirtschaftsweise betrifft. Darum wollen wir uns an dieser Stelle etwas näher damit beschäftigen.

Die Aromafrage ist für die Ernährung überaus wichtig. Längst hat sich die Ernährungswissenschaft diese Erfahrung zu Eigen gemacht: Eine Nahrung, die nach nichts schmeckt und duftet, ist unzulänglich. Damit ist etwas Schwerwiegendes und Weittragendes ausgesprochen: Eine Nahrung mag substantiell wie kräftemässig (energetisch), den Anforderungen entsprechen, sie wird doch nicht im wahren Sinne des Wortes «ernährend» sein. Warum ist dem so?

Die Wahrnehmung des Aromas ist an den Geruchssinn gebunden. Dieser nimmt nur bis zum Gasförmigen verflüchtigte Substanzen wahr. Ein Gas aber steht schon an der Grenze zwischen dem Ponderablen, Schweren und Inponderablen, dem Unwägbaren. Die Erdatmosphäre, insofern sie gasförmig ist, wird auch zum Träger der aromatischen Substanzen. Diese nehmen hier so feinstofflichen Charakter an, dass sie sich gegenseitig zu durchdringen vermögen. Und von besonderer Bedeutung ist die Tatsache, dass die Atmosphäre – wir könnten sie auch Aromasphäre nennen – durchdrungen ist von Licht und Wärme.

KOSMISCHE UND IRDISCHE KRÄFTE

Aromatische Substanzen erscheinen so als Mittler zwischen dem Irdischen und Kosmischen. Sie stehen an der Grenze zwischen irdischem und ausserirdischem Kräftewirken. So dürfen wir gerade auch das Aromatische der Nahrungspflanzen als Träger solcher Kräfte und Prozesse betrachten, durch die sich die eigentliche Essenz, das heisst aber die Nährkraft, die Anregungskraft ausprägt, die ihnen eigen ist. Benachbart dem Geruch, dem Duft ist das Geschmacksartige der Pflanzen. Hier ist der Auflösungsprozess der Substantialität nur bis zum Flüssigen fortgeschritten. Denn alles, was schmeckbar ist, muss löslich sein. Doch in dem Masse, wie das Feste sich ins Flüssige wandelt, treten auch hier höhere Qualitäten hinzu: Farben erscheinen als Abbilder des Lichtes. Und die sogenannten «ätherischen Öle», die selbst an der Grenze zwischen dem Flüssig-Löslichen und dem Luftig-Versprühenden stehen, bekunden deutlich ausser ihrem Licht auch einen Wärmecharakter. Die beiden Aussagen der modernen Geistesforschung können sich hier unserem Verständnis erschliessen: «Die Materie ist am meisten geistig im Dufte» und «Wenn der Geist am tiefsten zu der physischen Welt herunter steigt, dann entsteht die Geruchswahrnehmung».

Wir haben es eingangs angesprochen: eine Nahrung, die nach nichts schmeckt und duftet, wird nicht wahrhaft ernährend sein, sondern vielmehr nur magenfüllend, das heisst aber beschwerend. Sie ist auch nicht «appetitlich», appetitanregend. Es kann ja jeder die Erfahrung machen, dass er bei starkem Schnupfen und Husten, wenn Geruch- und Geschmacksinn reduziert sind, keinen Appetit entwickelt. Wir brauchen also die Anregung durch das Aroma – und das ist eine viel wichtigere, sogar grundlegende Tatsache zum Verständnis der ganzen Ernährung, dass wir nicht erstaunt sein müssen, wenn Rudolf Steiner zu den Landwirten sagt: «Der meiste Teil (der Ernährung) ist da, dass er die Kräfte die er enthält, an den Körper abgibt, den Körper in Regsamkeit bringt». Zu diesen «Kräften» gehören aber gerade Licht und Wärme, die sich beim Pflanzenwerden in ihren Leib hinein verdichten und in Aroma und Geschmack wieder entbinden. «Denn wenn Sie Aprikosen oder Pflaumen mit

Landwirtschaftlicher Kurs



Rudolf Steiner: Geisteswissenschaftliche Grundlagen zum Gedeihen der Landwirtschaft

Dieser «Landwirtschaftliche Kurs» wurde 1924 für eine Gruppe von Landwirten aus der anthroposophischen Bewegung gehalten. Aus ihm entwickelte sich die als «biologisch-dynamisch» bezeichnete Anbauweise. Der Kurs gibt aber nicht einfach Anleitungen oder Rezepte, die nach Belieben gehandhabt werden können, sondern er bildet vielmehr den Ausgangspunkt für eine Neuorientierung und für eine Erweiterung des Blickes auf die spirituellen Grundlagen der Landwirtschaft.

ISBN 978-3-7274-6400-3
Rudolf Steiner Verlag

feinem Geschmack haben, so ist dieser feine Geschmack, ebenso wie die Farbe der Blüten, das bis in die Frucht heraufgekommene Kosmische». Um diese «Erweiterung nach dem Kosmischen hin» geht es aber in allererster Linie bei der biodynamischen Wirtschaftsweise. Dahin zielen die Massnahmen, die Rudolf Steiner zum Gedeihen der Landwirtschaft erforschen konnte.

NAHRHAFTE NAHRUNG

Vernachlässigt und verleugnet wurden diese Zusammenhänge und führten zu dem «Minderwertig werden der Produkte», zu immer grösserem Verlust an eigentlichem ernährenden Gehalt. Hier zeigt sich auch an einem wesentlichen Punkte das Einzigartige der biodynamischen Wirtschaftsweise. Diese ist in diesem Sinne nämlich keine «Alternative» sondern die Methode zum Gedeihen der Landwirtschaft, und damit zum Produzieren von ernährenden Pflanzen, von nahrhafter Substanz.

Das gilt auch für die Tier-Ernährung, insofern die Tiere, zum Beispiel die Milchtiere, die gute und reichliche Milch spenden können. Wenn ein solches Tier, das «in Freiheit draussen seine Nahrung selber sucht, dem Geruchsorgan nachgeht, nach Massgabe des Geruchsorgans den kosmischen Kräften nachgeht, sich die Nahrung aufsucht... » wird es solche Bildekräfte erlangen, die echte Nahrungsqualitäten auch hier erzeugen.

FAKTOR UMWELT

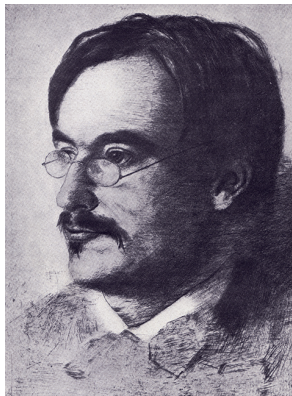
Aber an diesem Punkt müssen wir innehalten und uns fragen: was ist denn inzwischen aus den Weiden geworden? Was haben wir Menschen daraus gemacht im Zuge der allgemeinen Umweltverschmutzung? Es sei an dieser Stelle erlaubt, auf Versuche hinzuweisen, die der Verfasser schon vor Jahrzehnten an Kühen durchgeführt und seither publiziert hat. Da wurden Milchen mittels der «Empfindlichen Kupferchlorid-Kristallisation» untersucht von Kühen, die entweder direkt neben der Autobahn geweidet hatten, oder in einer Entfernung von 100 m von dieser zur Weide gebracht wurden. Diese Milchproben, die uns von der Eidgenössischen Forschungsanstalt Bern-Liebefeld verschlüsselt zur Verfügung gestellt wurden, zeigten ohne Ausnahme eindeutig eine Qualitätsverminderung, wenn die Kühe nahe an der Autobahn geweidet hatten, nicht mehr aber von den gleichen, entfernt geweideten Kühen. Die Analyse ergab bei ersteren einen deutlichen Blei-Rückstand. Aber das Wichtigste dabei ist nicht, dass hier ein milchfremder Faktor auftrat, sondern dass durch diesen eine gesamthafte Verminderung der Milchqualität in Erscheinung trat. Mit anderen Worten, die gesamte Komposition der Milch wurde verändert und führte zur Beeinträchtigung ihrer Qualität. So wird, wenn heute versucht wird, den Blei-Faktor zu eliminieren, sich die Qualitätsfrage der Milch immer noch stellen.

SYNTHETISCHE AROMEN

Wir haben aber am Anfang dieser Arbeit ein anderes Problem angesprochen, auf das wir jetzt zurückkommen wollen: «Die Revolution der Aromen», wie es in der französischen Zeitung hiess, was ist damit gemeint? Im weiteren Verlauf der Darstellung heisst es dann, dass nach Meinung von Ernährungsspezialisten in 20–30 Jahren zu 70% Nahrungsmittel gegessen würden, die heute noch nicht existieren.



Rudolf Steiner



Rudolf Steiner um 1891/92, Radierung von Otto Fröhlich

Rudolf Steiner (1861 - 1925), Begründer der Anthroposophie.

Auf Grundlage dieser geisteswissenschaftlichen Weltanschauung gab Steiner einflussreiche Anregungen für verschiedene Lebensbereiche, etwa Pädagogik (Waldorfpädagogik), Kunst (Eurythmie, anthroposophische Architektur), Medizin (anthroposophische Medizin), Religion (die Christengemeinschaft), Landwirtschaft (biologisch-dynamische Landwirtschaft) und auch in vielen Vorträgen zur Ernährungsfrage.

Ludwig Feuerbach



Ludwig Feuerbach (1804 - 1872) deutscher Philosoph und Anthropologe.

Von ihm stammt der Ausspruch «Der Mensch ist, was er isst». Aber auch der folgende Wortlaut stammt aus seiner Feder:

«Denn nicht Gott schuf den Menschen nach seinem Bilde, wie es in der Bibel steht, sondern der Mensch schuf, wie ich im ‚Wesen des Christentums‘ zeigte, Gott nach seinem Bilde.»

Ludwig Feuerbach

Dieser Anteil unserer Nahrung würde nämlich bis dahin künstlich aromatisiert werden, d.h. in der Regel wohl, dass synthetisch hergestellte Aromen den verschiedensten Nahrungsmitteln zugesetzt werden, um ihnen irgendeinen gewünschten Geschmack, ein gefragtes Aroma zu verleihen. Die Nahrungs-substanzen selber spielten dann nur noch eine Rolle als die notwendigen Energieträger. Die Menschen könnten unter den verschiedenen Aromen auswählen und so wären auch ganz neue aromatische Effekte möglich, mit bisher unbekanntem Wirkungen auf den Menschen. Alles das könnte die Spitzentechnologie auf dem Felde der Nahrungsmittelchemie bis dahin entwickeln.

Heute, zu Beginn des 21. Jahrhunderts, ist die Prognose von 1989 Realität geworden. Alle grossen Lebensmittelindustrien verwenden in ihren Fertigprodukten synthetische Aromen. Mehr dazu auf der Homepage: www.konsumentenverband.ch/ernaehrungslehre

«DER MENSCH IST WAS ER ISST»

Die betroffenen Ernährungsspezialisten sind sich im Klaren darüber, dass eine solche Nahrung tiefgreifende Wirkungen auf den Menschen ausüben würde. Zunächst würde, so schreiben Sie, unser ganzer Verdauungsorganismus allmählich verändert werden. Und es würde schliesslich evident werden, dass wir wirklich das sind, wovon wir uns ernähren, bis in unsere Gehirnstruktur hinein.

Angesichts eines solchen Konzeptes wird das Wort wiederum aktuell, das Ludwig Feuerbach bereits vor mehr als 130 Jahren ausgesprochen hat als Überzeugung seiner materialistischen Weltanschauung: «Der Mensch ist, was er isst». Im feuerbachschen Sinne ist dieses Wort ganz sicher eine völlige Illusion, denn in Wirklichkeit darf nichts in unser Inneres eindringen, was nicht vorher abgebaut und somit dekomponiert ist, so dass es nun vom Menschen selbst wieder neu

aufgebaut, die Komposition seiner eigenen Leiblichkeit erschafft. Aber sind wir sicher, ob und wie dies mit einer Nahrung noch möglich ist, wie sie als geschmacklos und mit mangelndem Aroma immer mehr angeboten wird. Und wie sollte es mit einer Nahrung bestellt sein, die nun künstlich aromatisiert wird im Sinne der genannten Forscher? Wenn die schon erwarten, dass dadurch der ganze Mensch verändert wird, – könnte dann das Wort «Der Mensch ist, was er isst» doch Wirklichkeit werden?

Rudolf Steiner hat zu dem Ausspruch Feuerbachs bereits 1908 Stellung genommen. Er sagte: «Wir essen sozusagen nicht nur das, was sich materiell vor unseren Augen ausbreitet, sondern wir essen mit in einer gewissen Beziehung das Geistige, das sich hinter diesem Materiellen verbirgt». In diesem Sinne – so deutete es Rudolf Steiner demnach aus, könne sogar der Ausspruch Feuerbachs eine gewisse Berechtigung haben! Das hiesse aber doch sehr ernsthaft die Frage zu stellen: Welches Geistige «essen wir mit», wenn wir zu ihm durch die Ernährung in Beziehung treten?

Durch die Massnahmen der biodynamischen Wirtschaftsweise kann die Nahrung wieder im echten Sinne aromatisiert werden, das heisst, ihre Wechselwirkung mit den kosmischen Kräften betätigen und dadurch die notwendige Nahrungsgrundlage für den Menschen und seine Bestimmung schaffen. Die heute schon aromalos gewordene Nahrungssubstanz mit künstlich geschaffenen Aromen, ist im Begriff eine Entwicklung befördern, die Rudolf Steiner 1924 nach dem Landwirtschaftlichen Kurs mit den Worten umschrieb: man könnte ungefähr ausrechnen, in wieviel Jahrzehnten die Produkte «so degeneriert sein werden, dass sie noch im Laufe dieses Jahrhunderts nicht mehr zur Nahrung der Menschen dienen können».

AUS EINSICHT HANDELN

An solchen Fragen dürfen wir heute nicht mehr vorbeigehen auch wenn sie recht unbequem sind. Sie verlangen, dass wir unsere Bewusstseinskräfte steigern, um uns urteilsfähig, zu machen gegenüber den Problemen, die uns unsere tägliche Nahrung stellt.

An der «Revolution der Aromen» wird sich tatsächlich mehr entscheiden, als wir wohl heute schon ahnen können. Sie fordert uns zu einer Revolution unseres Bewusstseins heraus, die uns lehrt, «aus Einsicht zu handeln», wie es Rudolf Steiner bereits in seiner «Philosophie der Freiheit» erkannt hat als die wahrhaft zeitgemässe Lebenshaltung des modernen Menschen.



Die Demeter-Produkte aus der biodynamischen Landwirtschaft verwenden alle natürliche Kräuter und Gewürze. Künstliche Aromen und Glutamate sind verboten.

Literaturhinweise:

«Le Figaro», Paris, 25. April 1989

Rudolf Steiner: Geisteswissenschaftliche Grundlagen zum Gedeihen der Landwirtschaft

Gerhard Schmidt: Zur Qualitätsfrage in der Ernährung, 1985

Rudolf Steiner: Die Philosophie der Freiheit, 1. Auflage 1894

Gerhard Schmidt: Dynamische Ernährungslehre



Autorennotiz

DR. MED. GERHARD SCHMIDT

Der Arzt Dr. med. Gerhard Schmidt hat sich Zeit seines Lebens mit Fragen zu einer neuen Ernährungshygiene aus geisteswissenschaftlicher Sicht beschäftigt. Er war jahrelang Mitarbeiter der Naturwissenschaftlichen Sektion am Goetheanum und übernahm dabei den Aufbau und die Leitung des medizinpsychologischen Forschungslabors mit Schwerpunkt Ernährung. Über zwanzig Jahre führte er das Haus der Ernährungsforschung und Landwirtschaft. Unter seiner Leitung wurden am Versuchslabor weit über 100'000 Versuche durchgeführt. Schmidt ist auch der Erfinder der Iris-Gesichtspflege-Linie bei Weleda.

Konsum-Bildung Info Nr. 4 Die «Revolution der Aromen»

Diese Publikation ist kostenlos abrufbar unter www.konsumentenverband/download

BÜCHER VON GERHARD SCHMIDT

Folgende Bücher von Gerhard Schmidt sind beim Konsumenten Verband noch erhältlich:



GRUNDFRAGEN DER ERNÄHRUNG

Texte aus «Dynamische Ernährungslehre, Bd. 1», 44 Seiten, 2013 Konsumenten Verband, CHF 8.-- | ISBN 978-3-9524237-0-7

Aus dem gesamten Werk Rudolf Steiners – der ja keinen zusammenhängenden «Ernährungskurs» gegeben hat, wie er es für zahlreiche andere Gebiete getan hat – sammelte Gerhard Schmidt all die vielen Hinweise und Anregungen zur Ernährung und begründete darauf seine Forschungsarbeit. Er war überzeugt, dass aus den vielen einzelnen Aspekten und Gesichtspunkten eine ganz neue Konzeption für die gesamten Ernährungsprobleme spricht. Rudolf Steiner entwickelte – so fragmentarisch es auch im Einzelnen erscheinen mag – eine wirklichkeitsgemässe Anschauung über das Gebiet der Ernährung.



DYNAMISCHE ERNÄHRUNGSLEHRE

Die Anregung der Geisteswissenschaft Rudolf Steiners für eine neue Ernährungshygiene
304 Seiten | CHF 25.--

GRUNDLAGEN FÜR EINE DYNAMISCHE ERNÄHRUNGSLEHRE

Erkenntniswissenschaft als Grundlage für die Ernährungsforschung
232 Seiten | CHF 25.--

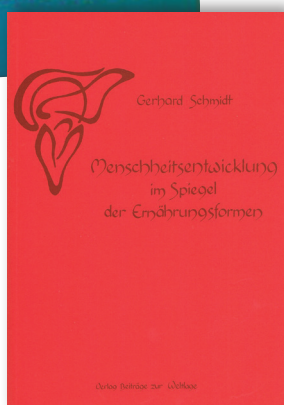
ZUR QUALITÄTSFRAGE IN DER ERNÄHRUNG

Darstellung und experimentelle Ergebnisse
174 Seiten | CHF 25.--



MENSCHHEITSENTWICKLUNG IM SPIEGEL DER ERNÄHRUNGSFORMEN

93 Seiten | CHF 18.--



ZU BESTELLEN BEI

Konsumenten Verband
Gentenwisstrasse 15
CH - 8332 Russikon
Tel. 044 955 07 42
info@konsumentenverband.ch

Oder online auf folgender Homepage:
www.konsumentenverband.ch/literatur

Nach Eingang der Bestellung erhalten Sie die Bücher zusammen mit einer Rechnung.

SCHWEIZERISCHER KONSUMENTEN VERBAND

Der Schweizerische Konsumenten-Verband ist die älteste Konsumentenvereinigung in der Schweiz. Er wurde 1955 gegründet. Im Verband sind regionale Konsumentenvereine, Institutionen, Einzelmitglieder und Gönner zusammengeschlossen.



Als Mitglied vorwärts schauen. Foto: Mitgliederausflug auf einem biodynamischen Hof

MITGLIED WERDEN

Wenn Sie sich für die biodynamische Landwirtschaft und eine verantwortungsvolle Wirtschaftspraxis interessieren und unsere Arbeit unterstützen möchten, empfehlen wir Ihnen eine Mitgliedschaft.

Als Mitglied im Konsumenten Verband fördern Sie die schweizweiten Initiativen und Aktivitäten des Konsumenten Verbandes. Dieser ist auch Partner von Demeter Schweiz. Als Empfangsgeschenk erhalten Sie das aktuelle Bildungsheft.

Mehr Info: konsumentenverband.ch/mitglied

QR-RECHNUNG.NET



Empfangsschein

Konto / Zahlbar an
 CH60 0839 2000 0000 1608 0
 Konsumenten Verband
 Gentenwisstrasse 15
 8332 Russikon

Zahlbar durch (Name/Adresse)

Währung CHF Betrag

Annahmestelle

Zahlteil



Währung CHF Betrag

Konto / Zahlbar an
 CH60 0839 2000 0000 1608 0
 Konsumenten Verband
 Gentenwisstrasse 15
 8332 Russikon

Zusätzliche Informationen
 *Mitgliederbeitrag CHF 50.--
 *Einmalige Spende *bitte ankreuzen

Zahlbar durch (Name/Adresse)

