

PDF hosted at the Radboud Repository of the Radboud University Nijmegen

The following full text is a publisher's version.

For additional information about this publication click this link.

<http://hdl.handle.net/2066/173149>

Please be advised that this information was generated on 2019-03-18 and may be subject to change.

Thema: Natuur & Natuurlijkheid

Bestaat 'natuurlijk' eten?

Luca Consoli

Als het om eten en voedingspatronen gaat, wordt het begrip 'natuurlijk' er heel snel bijgehaald. Het lijkt een soort toverwoord dat allerlei morele en normatieve implicaties heeft. Natuurlijk eten is goed voor je gezondheid, voor het milieu, het draagt bij aan dierenwelzijn... Het kan niet op. Maar wat betekent het eigenlijk? Is het niet eigenlijk een dusdanig groot containerbegrip geworden dat het ingezet kan worden voor allerlei (tegengestelde) doelen? In dit essay zal ik beweren dat dit inderdaad het geval is.

Er gaat geen dag voorbij zonder dat we via (sociale) media gebombardeerd worden met nieuws en 'doorbraken' op het gebied van 'gezond' en 'natuurlijk' eten (zie bijvoorbeeld de recente opschudding over The Green Happiness en de 'menstruatie van de kip').¹ Meestal wordt er bij deze berichten vanuit gegaan dat het begrip 'natuurlijk' een vanzelfsprekende betekenis heeft, of sterker nog: dat die betekenis ook nog eenduidig zou zijn, waardoor verdere uitleg niet nodig is. De typische opbouw is: 'we weten allemaal toch dat (...voeg hier gewenste voedselsoort in...) goed/slecht is voor gezondheid / milieu?

De centrale vraag die ik in dit stuk kort wil behandelen: is dat inderdaad het geval? Is – als het om voeding gaat – duidelijk wat men onder 'natuurlijk' verstaat? Of is de werkelijke situatie een stuk ingewikkelder?

Waarom is deze vraag relevant? Omdat maatschappelijke discussies over bijvoorbeeld gezondheid (maar in feite over bijna elk onderwerp) spaak lopen. Of helemaal geen discussies zijn, maar een soort steriel langs elkaar heen praten, precies omdat iedereen ervan uit gaat dat 'we' het allemaal over hetzelfde hebben, terwijl dat meestal niet het geval is. Dat resulteert in verwarring, irritatie, polarisatie en uiteindelijk tot

het tegenovergestelde van een constructieve dialoog. De eerste stap tot een andere manier van verantwoord en opbouwend communiceren gaat via het verduidelijken en zichtbaar maken van impliciete definities en aannames.

In dit stuk zal ik dit doel proberen te bereiken door een drietal diëten – of voedingspatronen – kort toe te lichten die allemaal aanspraak maken – impliciet of expliciet – op 'natuurlijkheid'. De reden om het onderwerp via diëten te benaderen is dat heel veel mensen hiermee bezig zijn en het dus een zeer relevant maatschappelijk verschijnsel is. Ik hoop duidelijk te maken dat de betekenissen die deze drie benaderingen geven aan 'natuurlijkheid', op zijn minst heel anders zijn en zelfs onderling onverenigbaar. Ik zal tot slot enige conclusies trekken over de bruikbaarheid en de wenselijkheid van het idee van 'natuurlijkheid'.

Twee opmerkingen vooraf. Ten eerste: in bijna alle gevallen van discussies over voeding waarin het woord 'natuurlijk' wordt gebruikt, heeft dat een onlosmakelijke associatie met 'goed en gezond'. Ik zal me in de volgende analyse niet te veel hierop focussen, maar de sterke moreel-normatieve dimensie van het begrip maakt de noodzaak tot verduidelijking nog urgenter.

Ten tweede: ik zal zelf geen oordeel over deze voedingspatronen uitspreken, het gaat in dit artikel om de manier waarop het idee van 'natuurlijkheid' op verschillende manieren wordt gebruikt.

Voedingspatronen doorgelicht

Als eerste voorbeeld zal ik het zogenaamde 'Paleodieet'² nemen. Het idee erachter is dat mensen oorspronkelijk (dat wil zeggen, de mensheid van vóór de Neolithische Revolutie) jagers en verzamelaars zijn en dat onze genetische make-up grotendeels ongewijzigd is gebleven. Dat zou impliceren dat de voedingspatronen die toen voor ons ideaal waren nog steeds het beste zijn van wat we tot ons kunnen nemen. Met 'ideaal' wordt daarbij zoets verstaan als: ze hebben ons kennelijk een evolutionair voordeel gegeven. Als we 'goed' en 'natuurlijk' willen eten moeten we dus streven naar het dieet van onze Paleolithische voorouders. En waar gaat het dan om? Groenten, fruit, noten -tot nu toe geen grote verrassingen-, maar ook rauw rood vlees en orgaanvlees. Hier zullen een aantal andere voorstanders van 'natuurlijk' eten waarschijnlijk al beginnen te

morren. Het begrip ‘natuurlijk’ vanuit het perspectief van de Paleodiet heeft dus een duidelijke ‘genetische’ component en verwijst naar een bepaald mensbeeld, namelijk de mens als evolutionair gedreven wezen.

Laten we hiernaast nu een even ‘natuurlijk’ voedingspatroon (althans: volgens de aanhangers daarvan) in ogenschouw nemen: het eten van ‘biologisch-dynamisch’ voedsel. In dit geval gaat het niet zozeer om een bepaald ‘oorspronkelijk’ eetschema, maar meer om het idee dat de manier waarop voedsel *geproduceerd* wordt essentieel is voor de invloed op ons welzijn. In een zekere zin is er hier een parallel te trekken met de benadering van de Paleodiet, maar de overeenkomsten houden ook snel op. De basisprincipes van biologisch-dynamisch voeren namelijk terug naar de antroposofische benadering van Rudolf Steiner (1861-1925). Zijn werk is in meerdere opzichten controversieel, maar voor dit artikel gaat het om het idee dat landbouwproducten zodanig geproduceerd dienen te worden dat rekening wordt gehouden met een bepaald spiritueel perspectief en een holistische ecologische blik³, onder andere door het volgen van de fases van de maan voor het planten en oogsten van gewassen.

Is er hier sprake van een vergelijkbaar impliciet begrip van wat ‘natuurlijk’ is, zoals in het geval van de Paleodiet? Mijn stelling is: duidelijk niet. Het gaat hier niet om een genetische make-up en evolutionaire overwegingen, maar om in harmonie leven met het heelal en de spirituele (bijna mystieke) dimensie van voedsel. Het mensbeeld dat hieruit te distilleren valt, is ook onverenigbaar met het eerder besproken mensbeeld. Wat ons tot mensen maakt vanuit een antroposofisch perspectief is onze spirituele verbintenis met het geheel van de natuur, een holistisch beeld dat niet natuurwetenschappelijk onderbouwd kan worden, in tegenstelling tot claims over ‘genetisch gezond eten’ of over ‘het optimaliseren van onze overlevingskansen’. En toch: beide benaderingen kunnen mijns inziens terecht aanspraak maken op het predicaat ‘natuurlijk’!

Het wordt helemaal interessant als we ons richten op een derde benadering van voedsel, die wellicht als minder ‘niche’ beschouwd kan worden dan de vorige twee patronen, en die explosief aan het groeien is: biologisch voedsel. Het begrip ‘biologisch’ wordt ook overduidelijk gekoppeld aan een betekenis van

‘natuurlijk’³, maar het gaat om heel iets anders dan genen, of harmonie met de wereld. Biologisch voedsel wordt als natuurlijk beschouwd, onder meer omdat het niet om genetisch gemodificeerde organismen (GGO’s) gaat en omdat het niet wordt bespoten met chemische bestrijdingsmiddelen (al is dat soms wel het geval) en het dus goed is voor het milieu. Het gaat in dit geval dus om een samenhang van verschillende factoren die allemaal sterk bij wet gereguleerd zijn, en toch als eindresultaat het gevoel van ‘natuurlijkheid’ oproepen. Hoe kan dat? Omdat er allerlei impliciete aannames worden gemaakt. Om een voorbeeld te noemen: het verschil tussen genetisch modificeren en fokken en/of kweken. Zolang je deze twee ingrepen als kwalitatief verschillend beschouwt – dat wil zeggen ingrijpen in het genotype (modificatie) als ‘on-natuurlijk’, en ingrijpen in het fenotype (kweken en/of fokken) als ‘natuurlijk’ – volgt bijna automatisch dat alles wat met GGO’s te maken heeft per definitie geen aanspraak kan maken op ‘natuurlijkheid’, in tegenstelling tot de traditionele veredelingsmethodes. Dat een tegenwoordige biologische tomaat heel weinig lijkt op de oertomaat, maakt het in de ogen van de meeste mensen niet minder natuurlijk. Het verschil tussen *natuurlijk als oorspronkelijk* (zoals in het geval van de Paleodiet) en *natuurlijk als niet bewerkt op een specifieke manier* wordt hiermee duidelijk, en daarmee dat het om verschillende concepten gaat.

Condition humaine

Wat kunnen we concluderen uit bovenstaande analyse? Allereerst dat het begrip ‘natuurlijk’ inderdaad zeer uiteenlopende en onverenigbare betekenissen kan hebben, en dat deze betekenissen dusdanig verschillen dat ze de mogelijkheid tot een (maatschappelijke) dialoog over wat ‘goed eten’ is in de weg staan. Waarom blijven we dit begrip dan überhaupt hantieren? Zou het niet beter zijn als we het begrip niet gebruikten? Op het moment dat een term een dusdanige container is geworden dat de veelzijdigheid aan definities wederzijds begrip blokkeert, waarom dan er aan vasthouden?

Het is niet realistisch om te denken dat we zulke diepgewortelde begrippen kunnen schrappen uit ons woordenboek en ook niet uit ons dagelijks taalgebruik. De verwijzing naar wat ‘natuurlijk’ is doet

namelijk een beroep op de zoektocht naar wie we 'echt' zijn en: dit zoeken is één van de basiskenmerken van onze *condition humaine*. Wat rest ons dan? Het lot aanvaarden en doorgaan? Dat nou ook weer niet. Elkaar blijven bevragen, proberen om die impliciete aannames boven water te krijgen en als ze eenmaal zichtbaar zijn een werkelijke discussie op gang proberen te brengen. Idealistisch? Utopisch? Misschien, maar dat is ook 'natuurlijk'; wat ons tot mensen maakt.

Dr. Luca Consoli is Universitair Docent Wetenschap en Samenleving aan de Radboud Universiteit. Zijn onderzoek richt zich op een deugdethische benadering van (wetenschappelijke) praktijken. Hij is daarnaast lid van de Slow Food beweging en een enthousiaste thuiskok.

Noten

- ¹ Los van het feit dat de bewering wetenschappelijk gezien onzin is, het is overigens niet duidelijk uit de gevoerde discussies waarom het eten van 'menstruatie' iets afkeuringswaardig zou moeten zijn. Zie voor het artikel dat de discussie heeft doen losbarsten: <https://www.nrc.nl/nieuws/2016/09/16/ik-dacht-dat-we-gezond-aten-4317495-a1521617>
- ² Er zijn uiteraard talloze variaties hierop, ik probeer hier de gemeenschappelijke noemers te identificeren.
- ³ Zie voor een historische analyse bijvoorbeeld Paull, J. (2011) The Secrets of Koberwitz: The Diffusion of Rudolf Steiner's Agriculture Course and the Founding of Biodynamic Agriculture, *Journal of Social Research and Policy* 2(1), 19-29.
- ⁴ <https://www.nrc.nl/nieuws/2016/06/29/voedingsbudgetpopulariteit-van-biologisch-eten-bli-2963177-a1504898>.
- ⁵ Zie bijvoorbeeld hoe vaak het voedingscentrum 'natuurlijk' verbindt met 'biologisch': <http://www.voedingscentrum.nl/encyclopedie/biologisch.aspx>