

HENRIK LAGERLUND

Matens filosofi

Hur du blir en filosofisk foodie

fri tanke

Innehåll

1: Vad är matens filosofi?	9
2: Mat och mänskliga rättigheter – <i>Vilka produktionsvillkor kan vi acceptera?</i>	34
3: Mat i klimatförändringarnas tid – <i>Hur äter vi hållbart?</i>	60
4: Genmodifiering – <i>En räddare i nöden eller ett avtal med djävulen?</i>	96
5: Djurens rättigheter – <i>Är det moraliskt försvarbart att äta djur?</i>	123
6: Fattigdom och svält – <i>Mat för alla?</i>	155
7: Övervikt och fetma – <i>Äter vi oss till döds?</i>	182
8: Hälsosam och lycklig – <i>Är det möjligt?</i>	210
9: Manifest för en filosofisk foodie	231
Efterord	238
Vidare läsning.....	240
Noter och referenser	246

Vad är matens filosofi?

FÅ SAKER ÄR så viktiga för våra liv som den mat vi äter. Den påverkar vår hälsa och vårt välmående. Den bidrar till att göra oss lyckliga eller olyckliga. Den har inte bara betydelse för oss själva utan påverkar också andra i vår omvärld – inte minst miljön och klimatet genom det enorma livsmedelssystem som vi alla är en del av. De val av mat vi gör i butiker, på marknader eller restauranger är djupt personliga men de är även moraliska. Ofta låter vi dock andra bestämma över dessa val. Det kan vara den tradition vi växt upp i som vi sedan, ofta omedvetet, valt att leva i enlighet med, men det är lika ofta reklam och andra kulturella influenser som styr våra val av mat. Det kan också naturligtvis vara en religion, en diet eller något annat som styr oss. En filosofisk foodie strävar efter att göra dessa val till sina egna, medvetna, val. Det är en person som lever ett reflekterande liv och undersöker sina egna matvanor och bestämmer sig för att leva sitt liv efter vissa globala värden och principer; en person som kommit fram till att hen måste se på sina val av mat på ett nytt sätt och ta ett djupare ansvar för dessa val och hur de påverkar hen själv och hens omgivning.

Varför bör vi bli filosofiska foodies? För att vi är människor. Svaret kanske inte är svårare än så. Vi människor använder ständigt våra värderingar och våra trosuppfattningar om världen för att välja och bestämma hur vi skall agera. Det är just dessa en filosofisk foodie utsätter för granskning och vill förtydliga för

sig själv. Fråga dig vad för person du vill vara och vilken värld du vill leva i. Att bli en filosofisk foodie betyder att du ställer frågor och tillåter att de svar du kommer fram till bestämmer dessa val. Det handlar naturligtvis främst om mat i all dess aspekter, men kärnan är ändå ett sätt att leva – ett sätt att leva i förhållande till mat. Jag är övertygad om att vi alla måste inse att det är dags att acceptera ett nytt sätt att leva, ett alternativt sätt, om världen skall fortsätta att vara en plats där vi vill och kan leva våra liv till fulländning.

Hur skulle det då påverka ditt liv att bli en filosofisk foodie? Det första som du måste göra i enlighet med denna filosofi är att undersöka ditt eget värdesystem. Ställ konkreta frågor till dig själv! Vad är viktigt för dig i ditt val av mat? Är det hur maten smakar? Är det priset på matvarorna i butiken som styr vad du köper? Är det din hälsa? Är det vad som är enkelt att tillaga? Eller, är det kanske vissa moraliska värden som djurs rättigheter? Är det mänskliga rättigheter? Är det hållbarhet och klimat? Har du bestämda idéer om varför du äter det du äter? Spelar det kanske ingen roll? Bryr du dig om var maten du äter kommer ifrån? Slutligen, är du nöjd med hur du lever ditt liv och de matval du gör? För mig har det betytt mer konkret att jag säger nej till många val som är enkla och att jag söker alternativ vad gäller mina matval. Jag försöker undvika att välja mat som leder till en orättvis värld eller till brott mot mänskliga rättigheter. Jag väljer också bort mat som leder till en ohållbar värld.

Vi bör alla ställa frågor om maten vi äter och om livsmedelssystemet generellt. Var nyfiken! Filosofi handlar om att ställa frågor. Vart kommer maten ifrån? Hur har den producerats? Är den genmodifierad? Hur långt har den rest innan den kom till ditt kök eller din tallrik? Du kommer att bli förvånad över hur lite du och andra vet om produktionen och distributionen

av mat. Var också ödmjuk och anta inte att du redan vet eller att du vet bäst. Bara för att du och din familj gjort på ett visst sätt under en tid eller kanske över generationer, så behöver det inte betyda att det är det bästa sättet att göra något på. Försök också bredda ditt värdesystem. Du kommer att bli överraskad över hur mycket dessa nya värden påverkar ditt liv och dina matval om du försöker leva efter dem. På längre sikt kommer du kanske att bli lyckligare, men det kommer definitivt att göra ditt liv mer filosofiskt.

En filosofisk foodie bör inte blandas ihop med andra typer av foodies som ofta har en svagt negativ konnotation i många medvetanden, tror jag. De som myntade ordet på 80-talet, matjournalisterna Paul Levy och Ann Barr, vilka också skrev boken om vad en foodie är, *The Official Foodie Handbook*, ser det dock inte så. En foodie för dem är någon som främst har en estetisk entusiasm för mat, någon som älskar mat och framför allt älskar att smaka på mat. Men ordet har också kommit att bli associerat med en viss snobbighet och en foodie är någon som tycker sig vara lite viktigare än andra för sin mer raffinerade syn på mat och dryck.

I den bemärkelsen för ordet *foodie* åtminstone på engelska tankarna till en gourmet. Kanske kan man säga att en foodie är ett lite hippare sätt att vara en gourmet. Det är ett betydligt äldre ord som har använts i hundratals år. Den första användningen, åtminstone den första kända användningen, härleds ofta till gastronomins klassiker och grundare, *Physiologie du goût* (Smakens fysiologi), skriven av Jean Anthelme Brillat-Savarin (1755–1826) och utgiven 1825. Han skriver där att han inte funnit den definition av en gourmet som passar honom, utan att en sådan ofta missuppfattas som en frossare, vilket för tankarna åt ett helt annat håll. Istället vill han ändra ordets betydelse och i den bemärkelsen kan man nog säga att han skapat begreppet

gourmet för en modern läsare. Han skriver på sitt sedvanligt poetiska språk att en gourmet är någon som har »en etablerad, motiverad och passionerad preferens för objekt som smickrar smaken«. Det är en person med sinne för det förfinade och som också betar sig på det sättet. Det är alltså inte helt olikt hur ordet *foodie* används idag.

En filosofisk *foodie* är inte nödvändigtvis en gourmet i Brillat-Savarins bemärkelse. Det kan hen naturligtvis vara men bara om hens smakbegrepp inkluderar en moralisk dimension. Det är mycket möjligt att den goda smaken vad gäller mat och dryck också bör kompletteras med god moral, men då har gourmén blivit en filosofisk *foodie*. En filosofisk *foodie* går dock ofta djupare och lägger ned moraliska och inte enbart estetiska principer för sina matval och sitt ätande. Dessa principer är i sin tur grundade i en filosofisk självreflektion över de matval hen gör eller bör göra. De grundar sig i ett övervägande och i en insikt formad med hjälp av förnuftet och sanningen. Hen tror sig definitivt inte vara förmer än andra utan leds av ödmjukhet.

Grunderna för vad det betyder att leva som en filosofisk *foodie* finns i den antika filosofin. För många av dem var målet med deras filosofi att hitta ett sätt att leva. En filosof utvecklade inte bara teoretisk kunskap och en vetenskap om världen, utan hade också en idé om hur denna vetenskapliga kunskap skulle översättas till och informera vårt sätt att leva. Det är en sida som vi helt saknar idag eller åtminstone är dåliga på. Vi har nått längre än någonsin tidigare i mänsklighetens historia i vår vetenskapliga syn på världen och vi har lyckats översätta den till enorma teknologiska framsteg, men vi har inte alls haft samma utveckling inom filosofin eller i vår förmåga att översätta detta till moralisk och politisk utveckling. Om något har vår ensidiga betoning på vetenskapliga framsteg visat hur oförmögna vi är att hantera de redskap vi gett oss själva. 1900-talets historia är