‘Als je samen eet neem je risico’

Met humor en vanuit wetenschappelijke onderbouwing onderzoekt Charlotte de Backer hoe menselijk gedrag kan verbinden en uitsluiten. Haar boek is een manifest, een smakelijke oproep om samen te eten. ‘Als we niet meer samen eten, kunnen we als maatschappij niet overleven.’

Tekst: Dorien Voskuil

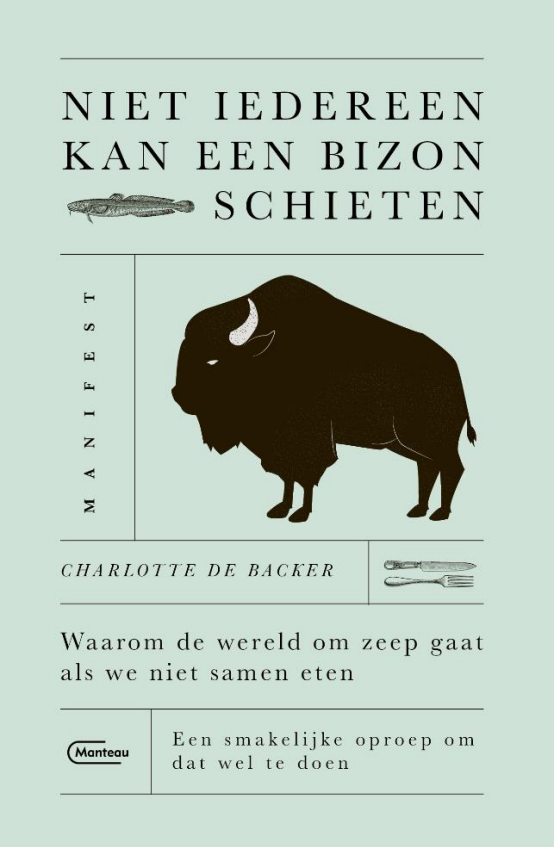
Niet iedereen kan een bizon schieten, de titel van het boek van onderzoeker Charlotte de Backer (België, 1976), verwijst naar de samenwerking die al sinds de vroegste mensvormen nodig is om een gevarieerd voedingspatroon te kunnen samenstellen. In haar werk put De Backer uit de kennis vergaard door onder andere archeologen, antropologen, sociologen en psychologen. Ze combineert het met haar eigen expertise als communicatiewetenschapper.

Is het in de huidige tijd nog noodzakelijk om eten als samenwerking te zien?

“Eigenlijk is er niet zo gek veel veranderd. In die zin dat je nog altijd niet alleen eet. De mensen die het eten voor jou verzorgd hebben, die ken je niet meer. Dat is het grote verschil. In vroeger tijden wist je waar je voedsel vandaan kwam. Het is vandaag de dag nog altijd extreem moeilijk om helemaal alleen te zorgen voor de productie en consumptie van gevarieerde maaltijden. We hebben elkaar nog altijd nodig. Voor wie alleen kookt en tafelt mag het een troostende gedachte zijn dat je nooit helemaal alleen bent. Er gaat altijd werk van anderen aan vooraf.”

Wat is precies de kern van uw manifest?

“We moeten meer aandacht hebben voor de kracht die uitgaat van verbinding, en hoe samen eten daar aan kan bijdragen. Als je kijkt naar samenkomen met of zonder eten, dan zie je die dynamiek. Eten op tafel creëert direct gezelligheid. Dat zie je ook in de kantoor-context. Als je een vergadering met collega’s hebt waar feitelijke zaken besproken worden, dan zal je niet noodzakelijkerwijs hapjes en drankjes serveren. Maar doe je dat wel, dan breng je een overstijgende factor in, je creëert verbinding en gezelligheid.”



Niet iedereen kan een bizon schieten, Charlotte de Backer (Standaard Uitgeverij, 2020)

Hoe komt het dat samen eten zorgt voor cohesie?

“Eten delen is zoiets inherent in de mens. Je deelt iets met mensen die dicht bij je staan. Als je bij een werklunch allemaal je eigen broodje bij je hebt, is dat iets anders

dan wanneer er een gezamenlijke schaal broodjes is waar je allemaal met de handen iets vanaf moet pakken. We zijn ons daar nu door corona meer dan ooit van bewust vanwege het besmettingsgevaar. Dus als je met een ander persoon uit hetzelfde bakje nootjes grabbelt geef je naar jezelf en die ander het signaal af: die zal wel te vertrouwen zijn."

BROOD EN TROOST

Bent u door de coronacrisis anders gaan kijken naar samen eten?
"Ik ben mij nog meer bewust geworden van de kracht van besmettingsgevaar. Ik had dit weekend een vrijgezellenfeestje van een vriendin. Een klein groepje van zes, alles volgens de veiligheidsmaatregelen en in de openlucht. Ik had een Afrikaans brood gemaakt, dat moest gedeeld worden. De eerste reflex van iedereen: gaan wij nu allemaal van dat brood eten, wat iemand met de handen heeft gebroken? Je merkte ook dat iedereen al snel dacht: dat kunnen wij, we zijn oké. We zijn ons daar bewuster van. Het was voor mij dubbelhard bewijs van de verbindende kracht: als je samen eet neem je risico."

U deed afgelopen jaar wereldwijd onderzoek naar eten in coronatijd. Welke bevindingen uit de enquête hebben u verrast?
"Over de hele wereld ging tijdens de eerste lockdown iedereen brood bakken, en foto's daarvan online plaatsen. Ook in bijvoorbeeld Azië, waar niet ieder kind opgroeit met boterhammen, zoals in Nederland en België. Een fascinerend gegeven. Cultureel staat brood symbool voor transitie, maar ook voor leven en dood. Het is volggedrag in tijden van onzekerheid en paniek. Je zag dat ook met zelfgebakken bananenbrood, een comfort-food in Amerika. Dat werd in de lockdown een ware hype. Het gaf troost."

Waar komt uw fascinatie voor samen eten vandaan?
"Ik ben gepromoveerd op een onderzoek naar roddelgedrag. Dat lijkt heel iets anders, maar roddelen en eten hebben iets gemeen. Beiden zijn een dubbel zwaard: het kan verbinden, maar ook heel hard scheiden. Dat boeit mij. En ja, mijn ouderlijk huis is een warm nest. En waarom? Door het eten dat daaraan verbonden is. Mijn moeder heeft ons dat letterlijk met de paplepel meegegeven. Mijn zus en mijn broer ook, als je daar komt ga je onmiddellijk naar de keuken. Alles draait om eten."

Steeds meer mensen eten bepaalde voedingsmiddelen niet, bijvoorbeeld vanwege allergieën of ethische overwegingen. U stelt dat dat gedrag leidt tot ingewikkelde situaties aan tafel. Hoe heeft u dat zelf ervaren?
"Een paar jaar geleden schreef ik met collega's een boek over wat het betekent om vegetariër te zijn in verschillende culturen. Dus ik dacht: laat ik dan ook vegetariër worden, om te ervaren hoe dat is. Ik ben daar erg van geschrokken, maar ik ben blij dat ik het gedaan heb. Omdat ik toen pas besefte hoe moeilijk dat is. Ik herinner mij een barbecue met collega's van mijn man, toen ik nog niet zo lang vegetariër was. Het was heel gezellig, we gingen allemaal aan tafel en opeens vroeg de gastvrouw: 'Wie is hier de vegetariër?'. Dat was ik. Ik kreeg een apart schaaltje. Onmiddellijk was de sfeer aan tafel: en waarom doe je dat, en waarom kan je niet eten wat iedereen eet, en mag je dochter dan wel vlees eten? Ik was zo overweldigd doordat ik steeds verantwoording moest afleggen. Je bent de lastige persoon. Ik heb het ook niet volgehouden."

Hoe kwam dat?
"Mijn moeder had lasagne gemaakt. Ze is al wat ouder en had lang in de keuken

gestaan. En ik moest dan zeggen: ik ga dat niet eten, want ik eet geen vlees. De teleurstelling droop van haar gezicht. Ze zei: 'maar ik heb zoveel moeite gedaan…' Dus ik kon dat niet volhouden. Ik eet wel anders vlees, door een periode geen vlees te eten en daarbij stil te staan. Wij eten bijna geen vlees meer. Maar als ik ergens kom en iemand serveert vlees, dan zal ik het opeten."

MORELE LUXE

We maken elke dag keuzes over hoe en wat we eten. Ziet u eten als een morele daad?

"Ja, zonder twijfel. Zeker in de samenleving van vandaag. Elke keuze die wij in westerse samenlevingen maken is een morele daad. Bij vlees sowieso. Als je vlees eet stel je een morele daad dat je het leven van een dier niet belangrijk genoeg vindt om je dieet anders samen te stellen. Elke trip naar de supermarkt, de keuzes die je daar maakt… waar het vandaan komt, als je daar niet bij stil staat stel je ook een morele daad."

En voor mensen die echt wel andere zorgen hebben, dan waar hun eten vandaan komt?

"Mensen in precaire financiële omstandigheden kunnen zich misschien niet veroorloven om daarover na te denken. Maar ze zijn daar zelf niet verantwoordelijk voor. Ik denk dat we dat heel hard moeten benadrukken: ze worden gedwongen om andere keuzes te maken. Het is de uitkomst van de ongelijkheid in onze samenleving, en dan is hun voedselkeuze een uitkomst van de morele daad van de mensheid.
Het boek *Hamburgers in het paradijs* van Louise Fresco heeft mij dat wel geleerd. Het hele idee van vegan zijn om de planeet te redden; dat is moreel een heel mooie keuze, maar wie dat kan zit in een luxe positie. Er zijn heel wat mensen die die keuze helemaal niet kunnen maken. Voeding is moreel beladen."

Wat is in uw ogen goed eten?

"Het mooie aan dat wij omnivoren zijn, is dat we zo gevarieerd kunnen eten. De prijs die we daarvoor betalen zijn de morele dilemma's die daar uit voortvloeien. Het is jammer dat mensen zichzelf allerlei restricties opleggen. Ik vind, wij dragen met elkaar een grote verantwoordelijkheid voor mensen met een echte, ernstige allergie. Maar er is een groeiende groep van mensen die geen, ja ik ga dat woord toch gebruiken, die geen recht hebben om hun voedselkeuzes aan anderen op te dringen. Voor mensen met van die ongemakjes waardoor ze bijvoorbeeld geen brood of melk willen gebruiken: dat is de gezondheidskeuze die je maakt, maar je hebt ook een sociale keuze. Het is de afweging die je moet maken als individu. Uiteraard heb je het recht. Maar je moet wel beseffen: als je je lichaam ziet als tempel waar niets slechts mag inkomen, dan betaal je daar een prijs voor."

U geeft in uw boek een waarschuwing af: om onze vriendschappen en samenleving te redden zullen we vaker samen eten moeten delen.

"Het is belangrijk te weten waar je eten vandaan komt en die verbindende sociale factor is nodig. Als het individuele belang groter is dan het groepsbelang, als iedereen alleen gaat eten, dan gaan mensen elkaar uitmoorden, letterlijk. Ik denk dat als we niet meer samen eten, we als maatschappij niet kunnen overleven."

BIO

Charlotte de Backer (1976) werd geboren in Gent en woont in Antwerpen. Ze studeerde Communicatiewetenschappen aan de Universiteit Gent en werkte in de Verenigde Staten en het Verenigd Koninkrijk. De Backer is hoogleraar Voeding en Communicatie aan de Universiteit Antwerpen. Ze is actief in het domein van voeding, sociaal taalgebruik en interpersoonlijke relaties. Haar onderzoek beantwoordt vragen als hoe de media ons eetpatroon beïnvloeden en hoe ons eetpatroon ons sociaal gedrag beïnvloedt.



(Foto: Thomas Sweertvaegher)