



Fakten klösterlicher Esskultur

FREQUENZ

- Frühstück war und ist teilweise bis heute unbekannt bzw. marginal
- die Hauptmahlzeit ist mittags und bei den Kartäusern bis heute meist die einzige des Tages
- am Abend wird ein Imbiss genommen bis hin zu einem vollständigen Abendbrot mit Beilagen

FASTENREGELUNGEN

- Fastenregelungen reichen von wöchentlicher Verpflichtung bei den Kartäusern bis hin zu optionalen Regelungen bei den Franziskanern
- das freitägliche Fasten bei Wasser und Brot praktizieren bis heute die Kartäuser

FLEISCHVERZICHT

- übliche Fleischverzichtstage im Kloster sind außer dem Freitag auch der Mittwoch und der Samstag
- Rücksichtnahme auf Kranke ist obligatorisch, diese dürfen sogar Fleisch essen
- in der Tradition war Fleischgenuss untersagt, wurde aber immer wieder unterlaufen (Wasservögel = Fische)
- Fischgenuss war in allen Klöstern normal, insbesondere bei den Zisterziensern

QUALITÄT

- es wird nicht angeordnet, das Essen solle besonders schlecht oder mager sein
- Essen soll der Gesunderhaltung dienen, aber auch erfreuen – im Rahmen klösterlicher Genügsamkeit
- Rhythmen und Abstufungen von Festen und Jahreszeiten prägen das Essen

RHYTHMUS & PERSON

- es soll gegessen werden, was in der Region üblich ist und was zur Jahreszeit passt
- die Mönche / Nonnen sollen nicht murren, wenngleich sie ihre Bedürfnisse ggf. äußern können
- Essen außerhalb der gemeinschaftlichen Essenszeiten waren und sind im Kloster verboten bzw. unerwünscht, woraus sich dennoch eine ganze Reihe von Ausnahmen entwickelten
- es gab paradoxe Regeln: nach Augustinus sollten die, die vor dem Klostereintritt gut gegessen hatten, auch im Kloster besser essen

RITUS & GEMEINSCHAFT

- das Essen im Kloster geschieht meist gemeinschaftlich, nach einem bestimmten Ritus des Gebetes und schweigend, unter Anhören der Tischlesung
- somit verbindet die Klostertradition Ernährung und Bildung
- zudem: das Essen im Schweigen, mit rahmendem Gebet und auch sonst vielen rituellen Verhaltensweisen war und ist konzentriert, bewusst und achtsam

EINSTMALS

- Hauptbestandteile des klösterlichen Essens früherer Zeiten waren Brot, Gemüse und Hülsenfrüchte, Fisch, Eier, Milchspeisen, dazu Wasser, Wein, Bier (bei Benedikt unbekannt, da nicht zur mittelitalienischen Ernährung des 6. Jh. gehörend: dort dominierte Wein)
- die mittelalterlichen Auswüchse von Zusatzspeisen und Biergenuss sind glücklicherweise heute nicht mehr relevant