

# DURCH



# DEN KAKAO

Unsere Autorin kannte Kakao nur als Anrührgetränk für Kinder. Bis sie erfuhr: Er kann sogar das Bewusstsein erweitern. Protokoll einer spirituellen Erfahrung

TEXT:  
GRETA  
TAUBERT  
ILLUSTRATION:  
JOE  
MCKENDRY

**U**m diesen Text zu schreiben, werde ich etwas einwerfen. Das sag ich gleich vorab. Ich habe heute keine große Lust zu schreiben, es ist Montag, das Wetter unentschieden, am Kinn wächst ein Pickel. Ein Tag, wo man der Laune ein bisschen auf die Sprünge helfen und dem Hormonhaushalt einen Lambada spielen sollte, wenn man etwas schaffen will. Also hole ich meine Dose aus dem Rucksack, krame ein besonders schön gemasertes Teil in der Größe einer Mandel heraus, schnüffle dessen erdig-holzige Aroma ab, lege es mir auf die Zunge und kaue etwa 20-mal darauf herum, bis sich eine bittere Masse im ganzen Mund ausbreitet. Dann setze ich mich an meinen Laptop und warte auf das Glück. Ich bin ein Kakao-Junkie.

Das fing vor ein paar Wochen in einem Berliner Club an. Ich wanderte zwischen schwitzenden Gestalten herum, die sich an ihren Wasserflaschen festklammerten, sah die grinsenden Derwische auf der Tanzfläche und die dämmernden Gestalten auf der Couch. Da bemerkte ich einen Mann mit Turban und Glitzerwangen, der

mit einer Schale herumging und den Umstehenden etwas ins Ohr raunte. Die Aspiranten tippten einen Finger in die Schale und leckten ihn ab, einer schniefte das darin befindliche Pulver durch die Nase, eine andere löffelte richtig los. Als ich an der Reihe war, fragte ich, was er da mache. „'ne Kakao-Session“, antwortete er. „Wie soll das ablaufen?“, fragte ich. „Du nimmst dir von dem Kakao, und dein Herz öffnet sich“, sagte er, schüttete mir ein paar Gramm in die Hand und verschwand im Nebel. So wurde ich angefixt.

Der Kakao, den der Turbanträger verteilte, ist der neue Stoff der urbanen Bewusstseinerweiterer. Wohin ich gehe, begegnet mir roher Kakao. Bei Frühstücksverabredungen packen sich Freunde des Veganismus dunkle Nibs, kleine rohe Kakaostreusel, auf ihr Müsli. Vor dem Yoga schmatzen Achtsamkeitsbewegte Stücke aus roher Kakaomasse, auf Technofestivals gehen Bohnen im Feiertag herum. In Berlin haben sich sonntags Subkulturelle an wechselnden Orten zu „Lucid“-Treffen zusammengerudelt, wo kein Alkohol ausgeschenkt wird, sondern dickflüssiger Kakao. Wie konnte Kakao, das ich als schnödes Anrührgetränk kenne, eine derartige Renaissance des Kultischen erleben?

Um der Superbohne auf die Spur zu kommen, wendete ich mich an die „Cacao Mama“. Unter diesem Namen leitet die Berlinerin Serap Kara Zeremonien und Workshops über die „faszinierende Substanz Kakao“, wie es auf ihrer Homepage heißt. Beim Seminar „Cacao Alchemy“ erfahre man das antike Geheimnis der heiligen Samen, lerne deren Effekte auf Körper, Seele und Geist kennen und durchschreite die Tore zu Sternen und Planeten.

Vor Beginn sollte ich ein Online-Formular ausfüllen, 108 Euro überweisen und auf eine leichte, vegane Kost umsteigen, „da wir in den fein schwingenden Raum dieser heiligen Pflanze eintreten“, schrieb Kara in einer Vorbereitungsmail. Wenn sie über ihre Liebe zum Kakao berichtet, meint sie nicht ein Kindergetränk aus Tüten oder Milkschokolade. Kakao sei eine Meisterpflanze, die eine starke Kraft besitzt, wie Tabak, Coca, Peyote oder Ayahuasca. Alles Pflanzen, die bei uns als Drogen gelten, in indigenen Kulturen aber rituell verehrt werden. „Durch die Globalisierung sind diese mächtigen Pflanzen auf Reisen gegangen und mit ihnen auch der Schamanismus“, sagt sie. Ich interpretiere: Ähnlich wie im Dschungel Lateinamerikas versammeln sich nun im

Dschungel der Großstadt Menschen, um der mächtigen Bohne zu huldigen.

Wir sitzen in einem Stuhlkreis in der Villa Eden in Berlin-Pankow. Parkett, Blick in den Garten, Kachelofen. Ein Räucherstäbchen zieht eine zarte Säule an einer kahlen Wand hoch, es gibt Detox-Tee und zum Annähern an die Materie erst mal eine Kakaobohne. Ich schnippe sie mir in den Mund und fange vergnügt an zu kauen, als ich die geschockten Gesichter der acht anderen Frauen bemerke. Kara sitzt mir in weißer Leinenbluse und Jeans gegenüber, ihre dunklen langen Locken rahmen ihre dunklen Augen ein. Sie fragt: „Hast du sie gegessen?“ Ich versuche, die Einzelteile wieder in den Handteller zu spucken, während sie erklärt, dass wir uns mit allen Sinnen der Bohne widmen sollen. Die Bohne stamme von einer kleinen Biopflanzung auf Bali. Kara habe dort ein Praktikum gemacht, um die Pflanze in ihrem natürlichen Habitat kennenzulernen.

Der Kakaobaum wächst wie ein Ring einmal um die Erde, 20 Grad nördlich und 20 Grad südlich des Äquators. Im Schatten von Kokospalmen, Bananenstauden und Avocadoebäumen braucht er bis zu fünf Jahre, um etwa handtellergroße Früchte zu tragen. Die in Fruchtfleisch eingebetteten Samen werden herausgelöst und ausgelegt, um zu fermentieren. Erst diese Säurebildung holt das typisch schokoladige Aroma aus der Bohne hervor.

**DIE FRAUEN IM** Stuhlkreis schnüffeln an der Bohne, befühlen ihre Oberfläche, lutschen, knacken, kauen. „Vorn floral“, sagt jemand. „In der Mitte erdig.“ Und eine andere: „Hinten sehr bitter.“ Ich hole mir die spröden Reste aus den Zähnen. Ich fand sie vor allem ziemlich trocken.

Bis aus der unpräzisen Kakaobohne eine raffinierte Schokoladentorte wird, braucht es viele Veredlungsschritte. Aber: „Jeder davon zerstört etwas von der lebendigen Kraft der Pflanze“, sagt Kara. Der amerikanische Rohkostpapst David Wolfe widmet sich seit vielen Jahren und Büchern der „Pflanze der Götter“. Er hat dazu beigetragen, sie als sogenanntes Superfood weltweit populär zu machen, das sich in Biosupermärkten und Veganläden ausbreitet. Ähnlich wie Goji-Beeren, Spirulina-Algen oder Kokosnüsse ist roher Kakao eines der „potentesten, hochkonzentriertesten und nährstoffreichsten Nahrungsmittel unseres Planeten“. Sein Buch „Naked Chocolate“ listet seitenweise die chemischen Komponenten auf, die

in Schokolade enthalten sind. Das lässt sich zwar nur schwer lesen, erhöht aber beim Ernährungsbewussten die Gewissheit, einem komplexen Ding auf der Spur zu sein. Besonders wichtig für Kakao als Seelenfutter seien Magnesium, das die Muskelentspannung fördert, Serotonin, das als Glückshormon auch im menschlichen Gehirn enthalten ist, sowie eine Handvoll weiterer Stoffe, die Hochgefühle auslösen oder den Kreislauf stimulieren.

Die Wunderstoffe des Superfoods allein können aber nicht erklären, warum ich in diesem Stuhlkreis in Pankow gelandet bin. Seit mehr als 4000 Jahren wird Kakao verehrt. Die Maya setzten ihn rituell bei Taufen, Hochzeiten oder Opferritualen ein und benutzten ihn sogar als Währung. Bei den Azteken wurde er mit Reichtum und Ansehen verbunden. Als 1519 der spanische Eroberer Hernán Cortés Mexiko unterwarf, bemerkte er, wie dieser „göttliche Trunk die Müdigkeit bekämpft und die Widerstandskraft stärkt“. Er brachte ihn nach Europa, wo man Kakao mit Zucker süßte, entölte, alkalisierte, mit Milch verrührte – und schließlich dem Massenkonsum freigab. Mittlerweile ist Schokolade die beliebteste Süßigkeit im Land, etwa neuneinhalb Kilo isst jeder Deutsche im Jahr. Das entspricht 95 Tafeln. Die Frauen im Stuhlkreis erzählen, dass sie eine starke Verbindung zu Kakao hätten. Manche mochten einfach schon immer Schokolade, manche waren bereits bei Kakaozeremonien im Ausland, eine Teilnehmerin hat auf einer Plantage in Brasilien gearbeitet, eine andere malt Bilder auf Kakao. Kara sagt, sie habe viele Jahre in der Schmuckindustrie gearbeitet, sich mit Gold, Edelsteinen und Minerali-

# DER KERL SCHÜTTETE MIR EIN PAAR GRAMM IN DIE HAND



## UNSERE AUTORIN



Greta Taubert hat sich durch zahlreiche Kakaoprodukte gefuttert. Ergebnis: Wer die Bohnen zu bitter findet oder eine Zeremonie scheut, aber doch einen kleinen Kakao-rausch anstrebt, sollte eine Tafel Bitterschokolade mit hohem Kakaoanteil essen. Kribbelt schön im Bauch!

en befasst und schließlich bei einer Stiftung gearbeitet, die sich für den ethischen Abbau von Gold einsetzte. 2011 habe eine selbst gemachte, vegane Schokolade ihres Mitbewohners ihr Leben verändert: „Ich betrat einen spirituellen Raum, in dem ich das gesamte Bild des globalen Kakaohandels vor Augen hatte.“ Es sei wie ein Weckruf gewesen, dass sie sich für die Pflanze als Botschafterin einsetzen solle.

Ich werde nervös. Sollte es möglich sein, tatsächlich einen veritablen Kakao-trip zu schieben? Werde ich malen, tanzen oder die Welt retten wollen? „Ihr werdet dem Geist der Pflanze begegnen“, sagt Kara. Was genau passiere, sei ganz unterschiedlich. „Einmal sprang ein Mann mitten in der Zeremonie auf und rief: ‚Ich gehe jetzt Holz hacken!‘“, sagt sie.

Wir rollen Yogamatten aus, in deren Mitte die Frauen auf einem Altar Federn, Quarze und Perlenarmbänder ablegen. Kara holt eine Digitalwaage und schüttet aus einer Plastiktüte entölte Kakaostücke darauf. 20 Gramm pro Person würden für eine „wundervolle innere Erfahrung“ ausreichen, 30 Gramm seien bereits eine „zeremonielle Erfahrung“, bei mehr als 42 Gramm beginne der Körper, den Kakao abzustoßen. Sie mischt den Kakao im

Blender mit lauwarmem Wasser, Kokosblütenzucker, Vanille und Chili zu einem cremigen Sud, den wir mit geschlossenen Augen aus kleinen Gläsern im Schneidersitz trinken. In den Mundwinkeln bleiben kleine Abdrücke zurück, die wie Lachmünder aussehen.

Wir legen uns auf Matten, Kara zündet Kerzen und Räucherstäbchen an, stellt Meditationsmusik an und beginnt, in einem Säuselton von Wasser, Erde, Luft, Feuer zu sprechen, von Engeln und Wesen der höheren Frequenzen. Mich überfällt ein gewaltiger Kopfschmerz. Sie fordert uns auf, uns vorzustellen, wie unseren Füßen Wurzeln wachsen, aber bei mir wächst nur das Stechen an den Schläfen.

Während um mich herum die Frauen schwer atmend in die spirituelle Erfahrung sinken, muss ich an den Holzhacker denken, der daraus so polternd ausgebrochen ist, und muss mir ein Lachen verkneifen. Je mehr ich es zu unterdrücken versuche, umso schlimmer wird es. Ich winde mich auf der Matte, beiße ins Kissen und versuche, die inneren Bilder zu unterdrücken. Es nützt nichts: Ein Mann nach dem anderen zieht vor meinem inneren Auge mit einer Axt vorbei. Ich könnte wiehern, so ulkig finde ich das. Als Kara mit bedeutungsschwerer Stimme sagt: „Es ist, wie es ist“ und „Du musst jetzt gar nichts“, pruste ich los. Das Lachen schallt an den kahlen Wänden. Ich schüttele mich. Ein Mann will Holz hacken! Haha!

Die Plantagenarbeiterin und Kara gucken mich erst verwundert an, dann lachen sie mit. Ich halte mir den Bauch, die Tränen laufen mir die Wangen hinunter. Eine Frau nach der anderen lässt sich vom Lachanfall mitreißen. Und noch während ich lache, frage ich mich, was daran eigentlich so komisch sein soll: Ein Mann, der mit einer Axt losziehen will, ist im Zusammenhang mit einer fragilen Regenwaldpflanze eigentlich nicht so lustig. Mein Lachen erstirbt allmählich, und ein merkwürdiges Gefühl breitet sich aus. Hat der Kakao mir einen hintersinnigen Witz erzählt? Bin ich vom Kakao durch den Kakao gezogen worden?

Kurz nach der Zeremonie kaufe ich mir meine ersten eigenen Kakaobohnen. In einer Dose begleiten sie mich jetzt: zum Frühstück, zum Yoga, zu Kakaorunden mit Freunden, zu Partys. Vielleicht veranstalte ich sogar eine Kakao-Session. Für diesen Text habe ich 16 Kakaobohnen gegessen. Es ist Mittwoch, der Pickel ist weg, und die Sonne scheint wieder, innerlich. ●