

Veganer – entspannt euch!

23.04.2015

Der Frühstücks-Ei-Liebhaber hat genau so viel Schuld am Tier-Holocaust wie die feindselige Schwiegermutter am Dritten Weltkrieg!

Für mich die wichtigste Erkenntnis auf dem Ernährungsweg:

„Gesunde Ernährung“ ist kein statischer Zustand, sondern dynamischer lebenslanger Prozess. Es gibt nicht „die“ Idealform der Ernährung. Deshalb muss immer der Raum gelassen werden für Ausnahmen, Korrekturen und für eine Weiterentwicklung.

Es ist zu beachten, nicht einseitig vom Kopf gesteuert zu sein, nicht zu einem ernährungstechnisch perfekten, aber sauertöpfisch dreinblickenden und die Umwelt moralisierenden Zeitgenossen zu werden. Es ist zu beachten, dass wir uns ganzheitlich entwickeln – unsere Gefühle und Bedürfnisse mit einbeziehen, unseren Körper im Einklang mit der Seele transformieren. Dieser Einklang zeigt sich darin, dass unsere Transformation die Beziehung zu den Mitmenschen nicht verschlechtert, sondern verbessert. Für diesen ganzheitlichen Weg ist es wichtig, eher spielerisch und experimentell mit der Ernährung umzugehen, anstatt dogmatisch und moralisierend.

Wer seine eigenen Bedürfnisse nach Tierprodukten erkennt und ein Stück weit zulässt, ist tolerant gegenüber der Umwelt. Natürlich ist die derzeitige Form der Tierausbeutung eine Katastrophe. Wer jedoch die Gesamtheit des Tierleids jedem einzelnen Mitmenschen anhängt, der mal gerne ein Frühstücksei oder ein Käsebrötchen isst, der argumentiert wie der Pazifist, der die Schuld am Dritten Weltkrieg seiner stinknormalen Schwiegermutter in die Schuhe schiebt, weil sie einen nicht akzeptiert und feindselig behandelt. Die Schwiegermutter wird deswegen nicht die Schuld am Dritten Weltkrieg haben, ebenso wenig wie der Frühstücks-Ei-Liebhaber die Schuld trägt am gegenwärtigen Tier-Holocaust.

Hey Veganer – entspannt euch! Fahrt mal ein bisschen runter!
So funktioniert das nicht!

Wer seine Umwelt moralisiert, hat zu 99% noch eine Leiche im Keller! Kehre jeder vor seiner eigenen Tür! Welche Bedürfnisse sind nur unterdrückt und nicht transformiert? Welche Bedürfnisse werden nur im Geheimen gelebt? Wer an sich selbst arbeitet und überlegt, wo er noch selber feindselig gegenüber seinen Mitmenschen ist, der wird ganz gewiss nicht der Schwiegermutter die Schuld am Dritten Weltkrieg gegen.

Bisher habe ich mich als vegan bezeichnet, auch wenn ich für meine Frau oftmals das Frühstücks-Ei zubereite. Am letzten Wochenende jedoch habe ich mir bewusst Schafskäse über meinen Salat gemacht, weil mir letztens der „Schopska-Salat“ im Restaurant so gut geschmeckt hat. Darf ich mich jetzt immer noch als Veganer bezeichnen? Das ist mir so egal! Ich muss in meinen eigenen Ernährungsprozess finden. Ich werde versuchen, den Schafskäse im Salat zu ersetzen durch veganen Schafskäse. Wenn er nicht schmeckt oder zu teuer ist, werde ich versuchen, mit Tofu auch zufrieden zu sein. Wenn ich aber wieder einmal mit Freunden im Restaurant bin, kann es durchaus sein, dass ich wieder „Schopska-Salat“ bestelle. Und ich werde bestimmt nicht sagen „Schopska-Salat, aber bitte ohne Schopska“. Ich werde so lange Schafskäse essen, wie ich es brauche und bis ich ohne Schafskäse mein Gleichgewicht gefunden habe. Wann dieser Punkt erreicht ist, das kann kein Mensch von außen entscheiden, nur ich selbst. Deshalb gestehe ich es auch jedem meiner Mitmenschen zu, in seinem eigenen Tempo vorzugehen.

Ich trage bewusst für meine Uhr ein Lederarmband. Meine Schuhe und mein Gürtel sind vegan, aber das Lederarmband erinnert mich daran, dass ich eine Mitschuld trage an der Ausbeutung der Tiere. Liebe Veganer, wir alle tragen eine Mitschuld. Das zu leugnen, ist lächerlich und macht uns zu überheblichen Moralaposteln, die in einer gestörten Kommunikation mit ihrer Umwelt leben. Erst das Eingeständnis der eigenen Mitschuld baut die Brücke zu unseren Mitmenschen!

Wichtig ist es, dass immer mehr Menschen aufwachen und den gegenwärtigen unhaltbaren status quo der Tierausbeutung und Krankheiten erzeugenden Ernährung aufzugeben. Aber nicht, um in einen neuen – vermeintlich idealen – statischen Zustand zu finden, sondern um die ersten Schritte zu tun und um in den eigenen ganzheitlichen lebenslangen Weiterentwicklungs-Prozess zu finden.