

VEGANISMUS UND VEGETARISMUS AUS BUDDHISTISCHER SICHT

Sanghasevaka, 4. März 2015

INHALT

Intro.....	2
Die ethischen Grundsätze buddhistischer Praxis.....	4
Der Übungsvorsatz:Nicht Leben nehmen	4
Der Übungsvorsatz: Nicht Gegebenes nicht zu nehmen	4
Nicht zu nehmen heisst nicht nur nicht zu stehlen!.....	4
Spezialfall der Grosszügigkeit: Nicht Leben nehmen, nicht Leben nehmen unterstützen	4
Entwicklungsfallen bei sozialem oder Tierschutzengagement	5
Ein Blick in den Palikanon.....	6
Das Vasala –Sutta (Der Verworfenen).....	6
Dhammapada	7
Cūlagosinga Sutta	7
War der Buddha Vegetarier oder verzichtete er völlig auf Fleisch?	8
Majjhima Nikāya 55, An Jīvaka - Jīvaka Sutta.....	9
Der Übertrag auf unser Leben.....	12
Fleisch zu kaufen ist kein Akt des liebevollen Gewährseins	12
Es gibt genug Alternativen	12
Fleisch zu kaufen heisst den Tod billigend in Kauf zu nehmen.....	13
Fleisch zu kaufen heisst Leiden von Tieren zu unterstützen.....	13
Eier kommen aus Massentierhaltung	13
Beim kleinen Biobauern	13
Bei den Eltern 😊.....	14
Auf Meetings	14
Sind Veganer per Definition spirituell entwickelte Wesen?	14
Nahe Fallen: Sentimentalität, Egozentrik, Überwältigung durch Leid.....	14
Ferne Fallen: Aktive Aggression - Machtmodus.....	15
Verwirrung, Instrumentalisierung und Missbrauch des Dharmas	15

INTRO

Der buddhistische Übungsweg ist sehr umfassend. Oftmals hört man von buddhistische Meditation, Vipassana-Meditation oder Za-Zen oder andere Begriffe, deren Bedeutung sich erst langsam auf dem Weg in ihrer Tiefe erschließen. Oder man hört etwas von den buddhistischen Kernbegriffen wie Bedingtes Entstehen, vier edle Wahrheiten, Leerheit, Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Buddhanatur. Begriffe, denen etwas mythisches anhängt und über die sich wunderbar diskutieren und nachdenken, aber nicht selten auch sehr wenig fruchtbar streiten oder philosophieren lässt. Wenig fruchtbar deswegen, weil sie sich teilweise nur schwer durchdringen und in alltägliche Übungspraxis verwandeln lassen. Oftmals sind die damit verbundenen Gedankengänge so abstrakt, dass sich wenig konkretes für den Alltag ableiten lässt oder Erkenntnisse um diese Begriffe wenig Auswirkungen auf den Alltag haben. Denn der Buddha selbst hat laut den alten Schriften schon sehr deutlich darauf hingewiesen, dass eine Lehre nicht nur auf der Ebene des Intellekts verstanden werden muss, sondern, dass sie im alltäglichen Denken, Reden und Handeln beginnt und auch dort wieder in ihren Auswirkungen endet. So wies er darauf hin, dass es einen einfachen Weg gibt gute edle Freunde und Lehrer zu erkennen. Nicht in dem man ihnen zuhört und ihre Reden für gut befindet, sondern in dem man mit ihnen zusammenlebt und Tag und Nacht beobachtet was sie tun und wie sie dort reden, wenn sie nicht lehren.

Schon im dreifältigen Pfad, der einfachsten Darstellung des buddhistischen Weges, hat deshalb neben der meditativen Sammlung (samadhi) und der Entwicklung von Weisheit (pranja) das Üben von Ethik (sila) einen sehr hohen, gleichberechtigten Stellenwert. Noch deutlicher wird es in der traditionellen Formulierung des achtfältigen Pfades. Der achtfältige Pfad ist der Pfad der Vision und Transformation, also derjenige Pfad auf dem wir Schauung in das tiefere Wesen menschlicher Existenz erzielen und uns im Einklang mit unseren Erkenntnissen wandeln. Und – wenn wir den Pfad konsequent genug gehen – Erleuchtung erlangen können:

- Vision
- Emotion
- Rede
- Tun
- Lebenserwerb
- Achtsamkeit
- Bemühen
- Sammlung

Jeder Mensch braucht eine Vision, ein irgendwie gearteten klaren Moment oder ein intuitives Gespür dafür, dass es sinnvoll ist sich auf einen Übungspfad zu begeben und den Willen und die Bereitschaft zum inneren Wandel zu entwickeln. Wenn er sich auf den buddhistischen Weg begibt folgen dann die Wandlungs- und Erkenntnisschritte auf den verschiedenen Übungsfeldern, wobei im achtfältigen Pfad besonders die Bereiche der

Vervollkommnung der Emotionen, der Rede und des Tuns herausgehoben werden. Der Bereich des Lebenserwerbs, in dem auch die Menschen vor Jahrtausenden sehr viel Zeit verbrachten, wird noch einmal besonders herausgehoben werden und verweist sehr deutlich darauf, dass die Transformation eben nicht nur auf dem Kissen oder beim Zuhören oder Lesen des Dharmas entsteht, sondern im ALLTAG. Der Lebenserwerb steht also in gewisser Weise stellvertretend für all die Dinge, die wir sonst noch tun. Die letzten drei Bausteine des Pfades geben uns noch besondere Qualitäten an die Hand, welche auf dem Weg wichtig sind: Achtsamkeit (auf alles was wir denken, tun und reden sowie darauf wie all die heilsamen und unheilsamen Dinge entstehen und vergehen, damit wir wissen wie der Geist funktioniert), Bemühen (dem Streben nach Wandlung in Richtung des Heilsamen) und der Vertiefung der Sammlung (dem Zustand des reinen, klaren, in sich ruhenden Geists)

Doch sobald wir uns bewusst machen, dass uns sowohl der dreifältige Pfad (Ethik) als auch der achtfältige Pfad (Emotion, Rede, Tun, Lebenserwerb) unmittelbar mit dem verknüpfen, was wir in unserem Alltag tun, werden wir uns Gedanken darüber machen müssen, was wir in unserem Alltag tun und wie wir es tun. Wie leben wir? Mit welchen Menschen umgeben wir uns? Wie gehen wir mit unseren Freunden und Kollegen um? Was für Folgen hat unser Konsum auf unsere Umwelt? Welche Menschen und welche Politik unterstützen wir und welche Folgen hat dies für die Gesellschaft? Oder auch ganz unmittelbar und sehr konkret: Was essen wir? Welche Auswirkungen hat das was wir essen auf uns und andere Wesen und auf unser aller gemeinsamer Grundlage, nämlich auf die Welt in der wir leben und von der alle Wesen dieser Erde existenziell abhängig sind.

Für die meisten Buddhisten ist es eine nahezu zwangsläufige und natürliche Konsequenz ihren Fleischkonsum aufzugeben oder zumindest zu minimieren. Und viele werden aus ethischer Überzeugung Veganer. Unabhängig von Vegetarier- oder Veganertum neigen viele Buddhisten dazu Produkte aus ökologischer Landwirtschaft und aus der Region zu bevorzugen und Produkte aus der Massentierhaltung und der hochindustrialisierten Landwirtschaft zu meiden. Natürlich ist nicht jeder Veganer automatisch Buddhist. Und nicht jeder Buddhist zwangsläufig Vegetarier oder Veganer. Aber es scheint dort einen inneren Zusammenhang zu geben. Wenn man Buddhisten fragt, dann bekommt man sehr häufig die Auskunft, dass sie zum Verzicht auf Fleisch oder zu einem ökologischeren Lebensstil gekommen sind, weil aus ihrer Sicht dies die logische Konsequenz ihrer Übungspraxis ist. Dass also beispielsweise der Fleischverzicht Ausdruck ihrer spirituellen Praxis ist. Manchmal findet man auch die umgekehrten Fälle: Wo Menschen aus der Tierschutzbewegung oder Ökologie-Bewegung Interesse am Buddhismus entwickelt haben, weil sie sich dort mit ihren Ideen leicht wiederfinden konnten und durch den Buddhismus einen umfassenderen Rahmen für ihr Leben gefunden haben, der in Harmonie mit ihren anderen Grundüberzeugungen steht.

Um die Frage, ob zu einem buddhistischen Lebensstil (Zuflucht zu den drei Juwelen als Grundlage der eigenen Lebensführung) auch der Fleischverzicht oder gar der Verzicht auf tierische Produkte dazugehört gibt es aber immer wieder zum Teil hochemotionale Debatten, wo Positionen scheinbar unversöhnlich aufeinander treffen. Und manchmal

werden nahezu gleiche Textpassagen aus den alten Schriften herangezogen um völlig konträre Positionen zu begründen. Offenbar bewegt dieses Thema Emotionen: Die einen wähen sich im Recht derer, welche als Anwälte und Kämpfer für die leidenden Wesen auftreten und verteufeln die Fleischesser. Die anderen verweigern irgendwelche Diskussionen darüber mit dem Verweis, dass der Buddha niemals etwas gegen Fleischverzehr gesagt hat. Und bei anderen wiederum ist es offenkundig, dass sie ihre Gewohnheiten einfach nicht aufgeben wollen und ihnen sowieso jedes Argument recht ist.

Doch was sind eigentlich die Positionen, die in den alten Schriften dem Buddha nachgesagt werden, oder welche in späteren Strömungen des Buddhismus zentral sind?

DIE ETHISCHEN GRUNDSÄTZE BUDDHISTISCHER PRAXIS

Die 5 ethischen Leitlinien für den Alltag geben uns zu diesem Thema schon deutliche Hinweise

DER ÜBUNGSVORSATZ: NICHT LEBEN NEHMEN

Panatipata veramani sikkhapadam samadiyami

Ich nehme den Übungsgrundsatz an, keine Lebewesen zu töten.

In der Positivversion (das was hinter dem Vorsatz steckt): Mit Taten liebevoller Güte läutere ich meinen Körper

DER ÜBUNGSVORSATZ: NICHT GEGEBENES NICHT ZU NEHMEN

„Ich nehme mir vor zu üben nichts zu nehmen was mir nicht gegeben wurde“

Adinandana veramani sikkhapadam samadyami

„Mit Großzügigkeit gebend, läutere ich meinen Körper“

NICHT ZU NEHMEN HEISST NICHT NUR NICHT ZU STEHLEN!

Es heißt damit aufhören zu wollen aus jeder Situation das Meiste oder Beste herauszuschlagen. Letztlich heißt es eine unserer ertiefsten Eigenschaften zu überwinden, die egozentrische Gier, die bereit ist sich selbst und seine Bedürfnisse über alles zu stellen. Nicht-Gegebenes zu nehmen ist leider gesellschaftlich hoch respektabel. Industrie und Gesellschaft basieren zumeist auf Macht. Macht zu haben heißt letztlich sich vom anderen nehmen zu können was man will ohne darum bitten zu müssen. Also seine eigenen Vorteile oder Interessen auf Kosten anderer durchzusetzen, solange wir uns im Rahmen der Gesetze bewegen. Solange wir das Ziel des Lebens in Bedürfnisbefriedigung sehen scheint diese Art zu sehen die logische Konsequenz zu sein.

SPEZIALFALL DER GROSSZÜGIGKEIT: NICHT LEBEN NEHMEN, NICHT LEBEN NEHMEN UNTERSTÜTZEN

Wo immer wir unserer Tendenz zu fehlender Großzügigkeit begegnen, begegnen wir unserer eigenen Egozentrik. Sein eigenes Bedürfnisse nach Befriedigung von Sinnesgenüssen über das Leben anderer Lebewesen zu stellen ist sicherlich ein Ausdruck großer Egozentrik und fühlt sich für mich eher wie die Antithese der Großzügigkeit an.

Jedem Wesen ist sein Leben lieb, niemand will sterben oder leiden. Zu töten oder töten zu lassen ist jemandem sein für ihn Wertvollstes zu nehmen. Folglich wird man sich – wenn man das Mahayana-Ideal des Wesens, welches aus Mitgefühl in der Welt agiert (oder wenn man seine Praxis der ethischen Übungsvorsätze oder auch nur die Metta Bhavana oder die Brahma Viharas praktiziert) eigentlich ganz natürlich mit dem Thema Gewaltloses Essen und folglich mit vegetarischer oder veganer Lebensweise als Teil seiner buddhistischen Praxis auseinander setzen. Es ist völlig unmöglich Liebevolltes Gewahrsein und Großzügigkeit zu praktizieren und nicht zumindest gelegentlich den Konflikt in seiner Praxis zu verspüren, wenn man Fleisch ist. Sobald diese Sensibilität für ethische Belange nicht da ist, fehlt ein existenzieller Baustein in der buddhistischen Praxis, dem Pfad der zu innerer Freiheit, Weisheit und Mitgefühl führen soll.

„Der Bodhisattva kann genauso wenig daran denken Fleisch zu essen wie eine Mutter daran denken kann das Fleisch ihres Kindes zu essen.“ (Sangharakshita, Essentials, S. 593.f)

Es gibt viele Buddhisten, welche das Thema der Gewaltlosigkeit beim Essen aussparen und regelrechte Abwehrargumentationslinien aufbauen, um sich mit diesem Thema nicht auseinander zu setzen. Als Resultat baut man sich ein riesiges Hindernis auf seinem Entwicklungsweg auf. Denn man schneidet sich von der Fähigkeit mit anderen Wesen mitzufühlen ab und fördert aktiv geistige Mechanismen, welche uns in Unwissenheit halten. Unwissenheit (avidya) ist aber das Grundübel, welches mit buddhistischer Praxis beseitigt werden soll.

Selbst wenn man es nicht vollständig umsetzt oder umsetzen kann, kann man sich in die Richtung bewegen, das Leben und die Bedürfnisse anderer Wesen wertschätzen, auf das Leid anderer Wesen achten und versuchen nicht noch mehr Leid in die Welt zu bringen. Dazu gehört auch das aktive oder passives unterstützen oder zumindest wohlwollendewertschätzen von

- Veganer- / Vegetarierbewegung
- Tierschutz
- Menschenschutz
- Menschenrechtsbewegungen

ENTWICKLUNGSFALLEN BEI SOZIALEM ODER TIERSCHUTZENGEANGEMENT

- Nicht nur an die Viecher denken und Menschen gegenüber gleichgültig sein. ☺ (Ist ein guter Hinweis darauf, dass man die Tierhilfe vielleicht auch braucht um anderes bei sich zu überdecken.)
- Keine operative Hektik, achtsam auf die eigenen Motive bleiben

- Kein Helfersyndrom entwickeln / ausleben
- Kritische Motoren des Helfens bemerken (z.B. „Solange wie ich helfe bin ich gut, habe ein Recht zu existieren, werde ich geliebt)
- Nicht seine eigene innere Praxis als Folge zu vieler Aussenaktivität vernachlässigen (Meditation, Achtsamkeit, Einsicht in das tiefere Wesen menschlicher Existenz erlangen).

EIN BLICK IN DEN PALIKANON

Wenn man in den Palikanon schaut, dann wird man schnell feststellen, dass der Buddha und seine Gefolgsleute ein hohes Maß an Sensibilität für andere, nichtmenschliche Wesen und die gesamte Natur hatten. Beispiele dafür, dass jegliches Leben hoch geschätzt und schützenswert ist, finden sich an verschiedensten Stellen. Welche Folgen diese zutiefst in der Kultur der Gemeinschaft verankerten Wertschätzung des Lebens hat, zeigt sich manchmal in einzelnen Sätzen in verschiedenen Sutren. So wird im Culagosinga Sutra ganz beiläufig folgendes erwähnt: „Wer (vom Almosengang) zuletzt zurückkehrt, nimmt, wenn er will, von dem, was an Speise übrig bleibt, wenn nicht, wirft er den Rest auf grasfreien Boden oder in fließendes Wasser.“ Offenbar war es den drei sehr weit entwickelten Bikkhus Anuruddha, Nandiya und Kimbila sehr wichtig und eine natürliche Geste der Wertschätzung der Umwelt gegenüber, weder Graslandschaften noch stehende Gewässer zu verschmutzen. Offenbar wussten sie schon, dass der Eintrag biologischen Materials von Bächen leichter zu verkräften war und weniger Folgen hatte, als wenn man in Essensreste in einen Tümpel schüttet.

DAS VASALA-SUTTA (DER VERWORFENE)

(aus dem SUTTA-NIPĀTA)

So habe ich gehört. Einst weilte der Erhabene zu Sāvattḥī, im Jeta-Hain, im Kloster des Anāthapindika. Der Erhabene nun hatte sich am Morgen angekleidet und, mit Schale und Gewand versehen, begab er sich nach Sāvattḥī um Almosenspeise. Damals nun brannte vor dem Hause des Brahmanen Aggika-Bhāradvāja das Kult-Feuer: die Opferspende wurde dargebracht. Der Erhabene in Sāvattḥī Haus für Haus um Almosenspeise gehend, kam so auch zum Hause des Brahmanen Aggika-Bhāradvāja. Dieser sah den Erhabenen von weitem herankommen, und als er ihn erblickt hatte, rief er ihn also an: "Dort bleibe, du Kahler! Dort bleibe, du elender Asket! Dort bleibe, du elender Verworfenener [1]! Bleibe stehen!" So angeredet, sprach der Erhabene zum Brahmanen Aggika-Bhāradvāja also: "Kennst du denn, o Brahmane, den Verworfenen oder die Dinge, die zu einem Verworfenen machen?" - "Nicht kenne ich, Herr Gotama, den Verworfenen oder die Dinge, die zu einem Verworfenen machen. Gut wäre es, wenn mir der Herr Gotama so diese Sache zeigte, daß ich den Verworfenen kennen lerne oder die Dinge, die zum Verworfenen machen!" - "So höre denn, Brahmane, merke wohl auf. Ich werde sprechen." - "So sei es, Herr", antwortete der Brahmane Aggika-Bhāradvāja. Der Erhabene sprach also:

*116 Ein Mensch, der zornig, wuterfüllt, ein bösgarteter Verleumder, [2]
Mit übler Ansicht, heuchlerisch, - ihn als Verworfenen kenne man.*

- 117 Ob es Getier der Erde oder auch der Luft [3], wer Lebewesen hier verletzt,
Wer für Lebendiges kein Mitleid hat, - ihn als Verworfenen kenne man.**
- 118 Wer Dörfer, Städte einkreist, angreift und sie dann zerstört,
Berüchtigt ist als Landesplage, - ihn als Verworfenen kenne man.
- 119 Wer anderer Besitz, sei es im Dorfe, sei's in Wald und Feld,
Ihm nicht gegeben, diebisch an sich nimmt, - ihn als Verworfenen kenne man.
- 120 Wer Schulden eingeht und gemahnt, dann leugnet [\[4\]](#):
'Nicht schulde ich dir irgend was!', - ihn als Verworfenen kenne man.

DHAMMAPADA

*Allen Wesen ist ihr Leben lieb
Alle Wesen fürchten sich vor Leid
Niemand möge deshalb töten oder Tod verursachen
Und die Furcht vor Leid und Tod vermehren*

M. 31. (IV,1) CŪLAGOSINGA SUTTA

Und der Erhabene wandte sich nun an den ehrwürdigen Anuruddho, der zur Seite saß, und sprach also:

"Geht es euch, Anuruddher, leidlich, kommt ihr wohl aus, ohne Mangel an Nahrung?"

"Leidlich, Erhabener, geht es uns, wohl, Erhabener, kommen wir aus, wir ermangeln, o Herr, nicht der Nahrung."

"Vertragt ihr euch aber, Anuruddher, einig, ohne Zwist, mild geworden, und seht euch sanften Auges an?"

"Freilich, o Herr, vertragen wir uns, einig, ohne Zwist, mild geworden, und sehn uns sanften Auges an."

"Inwiefern aber, Anuruddher, vertragt ihr euch, einig, ohne Zwist, mild geworden, und seht euch sanften Auges an?"

"Da gedenk' ich, o Herr, also: 'Erreicht habe ich's, wohl getroffen, fürwahr, der ich mit solchen wahren Asketen vereint lebe.' Und ich Glücklicher, o Herr, diene diesen Ehrwürdigen mit liebevoller Tat, so offen als verborgen, mit liebevollem Wort, so offen als verborgen, mit liebevoller Gesinnung, so offen als verborgen, Und also verweilend, o Herr, denke ich: 'Wenn ich nun meinen eigenen Willen aufgäbe und mich nur dem Willen dieser Ehrwürdigen unterwürfe?' Und ich habe, o Herr, meinen eigenen Willen aufgegeben und mich dem Willen dieser Ehrwürdigen unterworfen. Verschieden, o Herr, sind zwar unsere Körper, aber ich glaube wir haben nur einen Willen."

Und der ehrwürdige Nandiyo, und der ehrwürdige Kimbilo sprach zum Erhabenen:

"Auch ich, o Herr, gedenke also: 'Erreicht habe ich's, wohl getroffen, fürwahr, der ich mit solchen wahren Asketen vereint lebe.' Und ich Glücklicher, o Herr, diene diesen Ehrwürdigen mit liebevoller Tat, so offen als verborgen, mit liebevollem Wort, so offen als verborgen, mit liebevoller Gesinnung, so offen als verborgen. Und also verweilend, o Herr, denke ich: 'Wenn ich nun meinen eigenen Willen aufgäbe und mich nur dem Willen dieser Ehrwürdigen unterwürfe?' Und ich habe, o Herr, meinen eigenen Willen aufgegeben und

mich dem Willen dieser Ehrwürdigen unterworfen. Verschieden, o Herr, sind zwar unsere Körper, aber ich glaube, wir haben nur einen Willen.

"Also, o Herr, verweilen wir verträglich, einig, ohne Zwist, mild geworden, und sehn uns sanften Auges an."

"Recht so, recht so, Anuruddher. Und verweilt ihr auch ernsten Sinnes, Anuruddher, eifrig, unermüdlich?"

"Freilich, o Herr, verweilen wir ernsten Sinnes, eifrig, unermüdlich."

"Inwiefern aber, Anuruddher, verweilt ihr ernsten Sinnes, eifrig, unermüdlich?"

"Wer da zuerst von uns, o Herr, vom Almosengang aus dem Dorfe zurückkehrt, der bereitet die Plätze und setzt Trinkwasser, Waschwasser und den Spülnapf vor. Wer zuletzt vom Almosengang aus dem Dorfe zurückkehrt, und es ist noch Speise übrig, und er verlangt danach, so nimmt er davon; wo nicht, so wirft er sie fort, auf grasfreien Grund oder in fließendes Wasser. Dann ordnet er die Sitze, räumt Trinkwasser, Waschwasser und Spülnapf weg und fegt den Speiseplatz rein. Wer bemerkt, daß man den Trinknapf oder den Waschkrug oder den Mistkübel nicht mehr braucht, der stellt ihn gesäubert auf. Wenn er es allein nicht kann, so winkt er einen zweiten herbei, und wir kommen und helfen, ohne daß wir, o Herr, aus solchem Grunde das Schweigen brächen. Und jeden fünften Tag, o Herr, sitzen wir die ganze Nacht hindurch in Gesprächen über die Lehre beisammen. Also, o Herr, verweilen wir ernsten Sinnes, eifrig, unermüdlich."

WAR DER BUDDHA VEGETARIER ODER VERZICHTETE ER VÖLLIG AUF FLEISCH?

Ein sehr häufig diskutiertes Thema ist es, ob der Buddha selbst vollständig auf Fleisch verzichtete oder den völligen Verzicht auf Fleischkonsum empfahl. Und da wird erstaunlicherweise von beiden Seiten gerne dasselbe Sutra mehr oder weniger genau zitiert (Jivaka – Sutra).

Wenn man das Sutra genau liest findet man eine hoch detaillierte Darstellung des Themas Fleischkonsum, wobei der Buddha eine klare Abwägung von verschiedenen Rahmenbedingungen durchführt. Erst einmal weist er den Vorwurf zurück, dass er und seine Gefolgsleute Fleisch von Tieren essen, die für sie geschlachtet wurden. Und dann zählt er die Situationen auf unter denen Fleisch gegessen werden darf und warum

1. Er verweist auf die Tatsache, dass ein Bikkhu in Abhängigkeit von einem Dorf lebt, dieses Dorf für Almosengänge braucht. Und dass er davon ausgeht dass dieser Bikkhu voll liebender Güte (Metta, liebevolles Gewahrsein) ist. Und das dieser Bikkhu nicht darauf aus ist bestimmtes besonderes, ihm angenehmes Essen haben zu wollen und deshalb bestimmte Haushalte für seine Almosengänge bevorzugt. Dass dieser Bikkhu also keinerlei Bevorzugung einer bestimmten Speise – warum auch immer – in sich trägt. (Ich denke mal dass die meisten von uns schon an diesem Kriterium scheitern. Denn wenn dem so wäre, dann wäre es für uns ein leichtes auf Fleisch zu verzichten 😊)
2. Wenn ein Bikkhu, der mit diesen Merkmalen ausgestattet ist, Almosenspeise entgegen nimmt, dann ist es ein Akt des Mitgefühls, denn er wird weder sich noch

dem anderen dadurch Leid zufügen, indem er eine großzügige Gabe zurückweist und den anderen möglicherweise damit beschämt oder zurechtweist.

3. Genauso würde so ein Bikkhu einem anderen die Freude am Geben nicht zerstören, er könnte sich im Bewusstsein, dass der andere sich gerade darüber freut einem heiligen Mann ein Geschenk zu machen, mitfreuen. Auch wenn dort Fleisch mit zwischen den Speisen liegt (Nicht vergessen: Voraussetzung ist: -Abhängigkeit, er würde sich selbst schaden; - wirkliche Grundierung in Mitgefühl; - frei von Gier, Ärger, Mißgunst, ...)
4. Genausowenig würde es dem Buddha einfallen jemandem ungefragt eine Belehrung zu geben, wenn der ihm gerade etwas zu essen schenken will und er Hunger hat. Zumindest solange er weiss, dass es nicht für ihn geschlachtet worden wäre. Denn genau dann würde er mit der Annahme der Nahrung bejahen, dass für ihn geschlachtet werden darf.

Solange wie die Familie, die ihn versorgt sowieso Fleisch ist, lebt sie wahrscheinlich sowieso schon in ihrer persönlichen Welt der karmischen Verstrickungen. Durch die Gabe von Almosenspeisen tritt sie aus ihrer Welt in den direkten Kontakt mit entwickelten Menschen, wertschätzt sie und öffnet sich damit ein wenig ihrem Einfluss. Und durch den Akt der Großzügigkeit selbst bringt die Familie etwas Positives in ihre Welt.

Das ganze Sutra handelt also um die art wie sich Menschen begegnen und wie selbst aus dem Akt des Fleisch Annehmens ein Akt von Weisheit sein kann, der anderen dabei hilft in positive Geistesverfassungen zu kommen und diese nicht zu zerstören. Für mich ist dieses Sutra ein Musterbeispiel für das Liebevolle Gewahrsein eines entwickelten Menschen anderen Menschen gegenüber. Der Buddha zeigt hier einen großen Respekt gegenüber dem anderen Menschen. Er sieht seine Großzügigkeit und übersieht die karmischen Folgen beiderseits komplett.

MAJJHIMA NIKĀYA 55, AN JĪVAKA - JĪVAKA SUTTA

1. *So habe ich gehört. Einmal hielt sich der Erhabene bei Rājagaha im Mangohain von Jīvaka Komārabhacca auf.*

2. *Da ging Jīvaka Komārabhacca [\[1\]](#) zum Erhabenen, und nachdem er ihm gehuldigt hatte, setzte er sich seitlich nieder und sagte zum Erhabenen:*

3. *"Ehrwürdiger Herr, ich habe dieses gehört: 'Sie schlachten Lebewesen für den Mönch Gotama; der Mönch Gotama ißt wissentlich Fleisch, das für ihn zubereitet wurde, von Tieren, die um seinetwillen getötet wurden.' Ehrwürdiger Herr, sagen jene, die so sprechen, das, was vom Erhabenen gesagt worden ist, und stellen sie ihn nicht falsch dar, mit dem, was der Wahrheit widerspricht? Erklären sie in Übereinstimmung mit dem Dhamma auf eine Weise, so daß nichts, was einen Grund zum Tadeln schaffen könnte, berechtigterweise aus ihren Behauptungen abgeleitet werden kann?"*

4. " Jīvaka, jene, die so sprechen, sagen nicht das, was von mir gesagt worden ist, sondern stellen mich falsch dar, mit dem, was unwahr ist und der Wahrheit widerspricht."

5. " Jīvaka, ich sage, daß es drei Fälle gibt, in denen Fleisch nicht gegessen werden sollte: wenn man sieht, hört oder vermutet, daß das Lebewesen für den Bhikkhu geschlachtet worden ist. Ich sage, daß in diesen drei Fällen Fleisch nicht gegessen werden sollte. Ich sage, daß es drei Fälle gibt, in denen Fleisch gegessen werden darf: wenn man nicht sieht, nicht hört und nicht vermutet, daß das Lebewesen für den Bhikkhu geschlachtet worden ist. Ich sage, daß in diesen drei Fällen Fleisch gegessen werden darf [2].

ER NIMMT DIE ALMOSENSPEISE OHNE GIER, VOLL LIEBENDER GÜTE UND OHNE ÜBELWOLLEN

6. " Jīvaka, da lebt irgendein Bhikkhu in **Abhängigkeit von einem bestimmten Dorf oder einer bestimmten Stadt**. Er verweilt, indem er eine Himmelsrichtung mit einem Herzen durchdringt, das erfüllt ist von Liebender Güte; ebenso die zweite, ebenso die dritte, ebenso die vierte Himmelsrichtung; auch nach oben, nach unten, in alle Richtungen und überall hin, und zu allen wie zu sich selbst, verweilt er, indem er die allumfassende Welt mit einem Herzen durchdringt, das von Liebender Güte erfüllt ist, unerschöpflich, erhaben, unermeßlich, **ohne Feindseligkeit und ohne Übelwollen**. Dann kommt ein Haushälter oder der Sohn eines Haushälters zu ihm und lädt ihn für den nächsten Tag zum Essen ein. Der Bhikkhu nimmt an, wenn er mag. Wenn die Nacht vorüber ist, am Morgen, zieht er sich an, nimmt seine Schale und äußere Robe, geht zum Haus jenes Haushälters oder jenes Sohnes eines Haushälters und setzt sich auf einem vorbereiteten Sitz nieder. Dann bewirtet der Haushälter oder Sohn eines Haushälters ihn mit guter Almosenspeise. Er denkt nicht: 'Wie gut, daß jener Haushälter oder Sohn eines Haushälters mich mit guter Almosenspeise bewirte! Ach, wenn mich doch ein Haushälter oder Sohn eines Haushälters auch künftig mit solch guter Almosenspeise bewirten möge!'

So denkt er nicht. Er ißt jene Almosenspeise, ohne daran gefesselt zu sein, ohne davon betört zu sein, ohne daran zu hängen, indem er die Gefahr darin erkennt und versteht, wie man ihr entkommt. Was meinst du, Jīvaka? Würde jener Bhikkhu bei solch einem Anlaß eine Wahl treffen, die ihm zum Leid gereichen würde, oder die einem anderen zum Leid gereichen würde, oder die beiden zum Leid gereichen würde?" - "Nein, ehrwürdiger Herr." - "Ernährt sich jener Bhikkhu bei jenem Anlaß nicht mit untadeliger Nahrung?"

7. "Ja, ehrwürdiger Herr. Ich habe dieses gehört, ehrwürdiger Herr: 'Brahmā verweilt in Liebender Güte.' Ehrwürdiger Herr, der Erhabene ist mein sichtbarer Zeuge dafür; denn der Erhabene verweilt in Liebender Güte."

" Jīvaka, **jegliche Begierde, jeglicher Haß, jegliche Verblendung aufgrund derer Übelwollen entstehen könnte, sind vom Tathāgata überwunden worden, an der Wurzel abgeschnitten worden, einem Palmstumpf gleichgemacht worden, beseitigt worden, so daß sie künftigem Entstehen nicht mehr unterworfen sind [3].** Wenn sich deine Äußerung darauf bezieht, dann gestatte ich sie dir."

"Ehrwürdiger Herr, meine Äußerung bezieht sich auf genau das."

ER NIMMT DIE ALMOSENSPEISE VOLL MITGEFÜHL MIT DEM DER GIBT

8. " Jīvaka, da lebt irgendein Bhikkhu in **Abhängigkeit von einem bestimmten Dorf oder einer bestimmten Stadt**. Er verweilt, indem er eine Himmelsrichtung mit einem Herzen

durchdringt, das **erfüllt ist von Mitgefühl**; Was meinst du, Jīvaka? Würde jener Bhikkhu bei solch einem Anlaß **eine Wahl treffen, die ihm zum Leid gereichen würde, oder die einem anderen zum Leid gereichen würde**, oder die beiden zum Leid gereichen würde?" - "Nein, ehrwürdiger Herr." - "Ernährt sich jener Bhikkhu bei jenem Anlaß nicht mit untadeliger Nahrung?"

"Ja, ehrwürdiger Herr. Ich habe dieses gehört, ehrwürdiger Herr: 'Brahmā verweilt in Mitgefühl.' Ehrwürdiger Herr, der Erhabene ist mein sichtbarer Zeuge dafür; denn der Erhabene verweilt in Mitgefühl."

"Jīvaka, jegliche Begierde, jeglicher Haß, jegliche Verblendung aufgrund derer **Grausamkeit entstehen könnte**, sind vom Tathāgata überwunden worden, an der Wurzel abgeschnitten worden, einem Palmstumpf gleichgemacht worden, beseitigt worden, so daß sie künftigem Entstehen nicht mehr unterworfen sind.

ER NIMMT DIE ALMOSENSPEISE IN MITFREUDE UND OHNE MIßGUNST

9. " Jīvaka, da lebt irgendein Bhikkhu in Abhängigkeit von einem bestimmten Dorf oder einer bestimmten Stadt. Er verweilt, indem er eine Himmelsrichtung mit einem Herzen durchdringt, das **erfüllt ist von Mitfreude**; Was meinst du, Jīvaka? Würde jener Bhikkhu bei solch einem Anlaß **eine Wahl treffen, die ihm zum Leid gereichen würde, oder die einem anderen zum Leid gereichen würde**, oder die beiden zum Leid gereichen würde?" - "Nein, ehrwürdiger Herr." - "Ernährt sich jener Bhikkhu bei jenem Anlaß nicht mit untadeliger Nahrung?"

"Ja, ehrwürdiger Herr. Ich habe dieses gehört, ehrwürdiger Herr: 'Brahmā verweilt in Mitfreude.' Ehrwürdiger Herr, der Erhabene ist mein sichtbarer Zeuge dafür; denn der Erhabene verweilt in Mitfreude."

" Jīvaka, jegliche Begierde, jeglicher Haß, jegliche Verblendung aufgrund derer **Mißgunst entstehen könnte**, sind vom Tathāgata überwunden worden, an der Wurzel abgeschnitten worden, einem Palmstumpf gleichgemacht worden, beseitigt worden, so daß sie künftigem Entstehen nicht mehr unterworfen sind.

ER NIMMT DIE ALMOSENSPEISE GLEICHMÜTIG UND OHNE WIDERSTREBEN

10. " Jīvaka, da lebt irgendein Bhikkhu in Abhängigkeit von einem bestimmten Dorf oder einer bestimmten Stadt. Er verweilt, indem er eine Himmelsrichtung mit einem Herzen durchdringt, das **erfüllt ist von Gleichmut**; Was meinst du, Jīvaka? Würde jener Bhikkhu bei solch einem Anlaß **eine Wahl treffen, die ihm zum Leid gereichen würde, oder die einem anderen zum Leid gereichen würde**, oder die beiden zum Leid gereichen würde?" - "Nein, ehrwürdiger Herr." - "Ernährt sich jener Bhikkhu bei jenem Anlaß nicht mit untadeliger Nahrung?"

11. "Ja, ehrwürdiger Herr. Ich habe dieses gehört, ehrwürdiger Herr: 'Brahmā verweilt in Gleichmut.' Ehrwürdiger Herr, der Erhabene ist mein sichtbarer Zeuge dafür; denn der Erhabene verweilt in Gleichmut."

" Jīvaka, jegliche Begierde, jeglicher Haß, jegliche Verblendung aufgrund derer **Widerstreben** entstehen könnte, sind vom Tathāgata überwunden worden, an der Wurzel abgeschnitten worden, einem Palmstumpf gleichgemacht worden, beseitigt worden, so daß sie künftigem Entstehen nicht mehr unterworfen sind.

NIEMAND SOLL FÜR EINEN BIKKHU SCHLACHTEN, SCHLACHTEN LASSEN ODER LEID VERURSACHEN

12. "Wenn irgendjemand ein Lebewesen für den Tathāgata oder seinen Schüler schlachtet, so erzeugt er in fünf Fällen viel Unverdienst.

Wenn er sagt: 'Geh und hole jenes Lebewesen', dann ist dies der erste Fall, in dem er viel Unverdienst erzeugt.

Wenn jenes Lebewesen Schmerz und Trauer erlebt, während es am Halsstrick weggeführt wird, dann ist dies der zweite Fall, in dem er viel Unverdienst erzeugt.

Wenn er sagt: 'Geh und schlachte jenes Lebewesen', dann ist dies der dritte Fall, in dem er viel Unverdienst erzeugt.

Wenn jenes Lebewesen Schmerz und Trauer erlebt, während es geschlachtet wird, dann ist dies der vierte Fall, in dem er viel Unverdienst erzeugt.

Wenn er den Tathāgata oder seinen Schüler mit Nahrung, die nicht zulässig ist, versorgt, dann ist dies der fünfte Fall, in dem er viel Unverdienst erzeugt.

Jeder, der ein Lebewesen für den Tathāgata oder seinen Schüler schlachtet, erzeugt in diesen fünf Fällen viel Unverdienst."

13. Nach diesen Worten sagte Jīvaka Komārabhacca zum Erhabenen: "Es ist wunderbar, ehrwürdiger Herr, es ist erstaunlich! Die Bhikkhus ernähren sich mit zulässiger Nahrung. Die Bhikkhus ernähren sich mit untadeliger Nahrung. Großartig, ehrwürdiger Herr! Großartig, ehrwürdiger Herr! Das Dhamma ist vom Erhabenen auf vielfältige Weise klar gemacht worden, so als ob er Umgestürztes aufgerichtet, Verborgenes enthüllt, einem Verirrten den Weg gezeigt oder in der Dunkelheit eine Lampe gehalten hätte, damit die Sehenden die Dinge erkennen können. Ich nehme Zuflucht zum Erhabenen und zum Dhamma und zur Sangha der Bhikkhus. Möge der Erhabene mich von heute an als Laien-Anhänger, der zu ihm lebenslang Zuflucht genommen hat, annehmen."

DER ÜBERTRAG AUF UNSER LEBEN

Doch was heißt das für uns in unserem modernen westlichen Leben?

FLEISCH ZU KAUFEN IST KEIN AKT DES LIEBEVOLLEN GEWAHRSEINS

Im Jivaka-Sutra hat der Buddha Fleisch in der Almosenschale zugelassen, weil es ein Akt des Mitgefühls oder Mitgfreude bzw. des Gleichmuts gegenüber jemandem ist, der gerade einen Akt der Großzügigkeit durchführt. Dieses Beispiel ist nicht auf unsere Entscheidung am Supermarktregal zu übertragen. Die Situation am Supermarktregal ist nicht vergleichbar mit der Situation, wenn ein Mönch – der abhängig ist von seinen Almosengebern – diese vor den Kopf stößt und verärgert, weil er ihre in gutem Willen gegebene Almosenspeise zurückweist, weil da Fleisch drin ist.

GENUG ALTERNATIVEN

Wir haben in dem Moment die Freiheit und es ist unsere Gier, welche uns nicht zu anderem, greifen läßt. Wir haben so viele Nahrungsmittel, dass es keinen plausiblen Grund gibt Fleisch

zu essen. Es gibt genug Alternativen. Wir könnten einfach ein Regal weiter etwas anderes kaufen.

FLEISCH ZU KAUFEN HEISST DEN TOD BILLIGEND IN KAUF ZU NEHMEN

Selbst Fleisch zu kaufen heisst den Tod von Lebewesen billigend in Kauf zu nehmen und letztlich das Töten zu unterstützen. Im Supermarktregal bietet uns eine industrielle Tierhaltungs- und Tötungsmaschinerie ihre Dienste gegen Bezahlung an. Dies ist kein Akt der Großzügigkeit seitens der Industrie. Und es ist kein Akt des liebevollen Gewährseins, des Mitgeföhls oder der Mitfreude unsererseits, wenn wir dort in die Fleischtheke langen.

FLEISCH ZU KAUFEN HEISST MASSENTIERHALTUNG / LEIDEN VON TIEREN ZU UNTERSTÜTZEN

Die Haltungsbedingungen in der Massentierhaltung sind sicher so, dass sie im Normalfall leidvoll sind. Da ist auch die Massentierhaltung auf vielen „Bio“-Höfen nur graduell, aber nicht wesentlich besser.

Für einzelne oder eine privilegierte Gruppe besteht die Möglichkeit evtl. auf perfekt gehaltene Tiere mit völlig artgerechter Haltung zurückzugreifen. Für 8 Milliarden Menschen ist dies unmöglich. So lange wie wir die freie Entscheidung und Alternativen haben ist das Kaufen von Fleisch aus Massentierhaltung ein Bejahen des Systems der Massentierhaltung mit sämtlichen Auswüchsen.

EIER

Auch Bio-Eier in scheinbarer Bodenhaltung kommen aus Ställen, in denen Ttausende von Hühnern beherbergen. Von artgerecht kann auch bei „artgerecht gehaltenen Bodenhaltungs-Bioeiern“ nicht die Rede sein.

Ich kenne einen Bauern, der eine „Hobbyzucht“ betreibt - ca. tausend Hühner. Die Haltungsbedingungen sind aus seiner Sicht gut, vielleicht auch aus der Sicht von großen Ställen. Aber aus meiner Sicht katastrophal: Ohne Tageslicht. Es ist völlig unmöglich die Ställe ohne immensen Aufwand zu reinigen. Und da kein Ersatzstall zur Umsiedlung da ist, backt der Kot manchmal monate- bis jahrelang fest und der Haarflaum bildet dicke Schichten in denen Milben siedeln. Anders geht es auch nicht in Biohaltungen zu.

BEIM KLEINEN BIOBAUERN

Gerne wird gesagt, dass es o.k. ist, wenn ich meine Eier oder mein Fleisch beim Biobauer kaufe. Aber:

- Kaufen ist etwas anderes als von einem Dorf für seine Almosengänge abhängig zu sein, es fehlen die Merkmale der Abhängigkeit und der Großzügigkeit des Aktes des Gebens beim Verkäufer
- Kaufen ist somit aktive Unterstützung des Tötens

BEI DEN ELTERN ☺

Interessant wird der klassische Fall wo ein junger frischer Buddhist zu seinen Eltern geht und die Mutter sich riesig über den Besuch freut und stundenlang an einem Braten gewerkelt hat. Und dann am Tisch auf ein angeekeltes Gesicht des Kindes stößt, welches empört die Tierleiche auf dem Tisch anstarrt und der armen Mutter erst einmal Vorhaltungen über ihre Mitschuld am Tod dieses Tieres macht. Und kurz danach die Mutter ganz hilflos leidend und die Kommunikation zerstört ist.

Genau hier greift das Beispiel aus dem Jivaka-Sutra wunderbar. Hier wäre die Möglichkeit in liebevollem Gleichmut der Mutter die Freude nicht zu zerstören und höflich ein kleines Stück zu essen und sich ansonsten an den Beilagen aufzuhalten. Allerdings sollte man darauf achten, dass man nicht die Gelegenheit nutzt, um mal schnell Fleisch essen zu können. Genauso kann man untersuchen, ob man voll des Liebevollen Gewahrseins, Mitgefühls, voll Mitfreude und Gleichmut ist, wenn man das Fleisch isst.

Natürlich muss man das Fleisch nicht essen, aber es kann hilfreich sein sich folgende Fragen zu stellen: Verletze ich jemanden, wenn ich die Speise ablehne oder nehme ich ihm die Freude der Großzügigkeit. Oder ist es der angemessene Rahmen in dem ich möglicherweise produktive Nachdenklichkeit oder gar Sensibilität für das Thema bewirken kann ohne Leid auszulösen oder die Situation zu zerstören? Benutze / instrumentalisiere ich die Situation um anderen meine Sichtweisen aufzudrängen oder ist es angemessen oder gar erwünscht etwas mehr zum Thema zu erfahren?

AUF MEETINGS

- Macht es Sinn nichts zu essen, wenn hinterher alles weggeschmissen wird?
- Macht es vielleicht mehr Sinn, sich für Änderungen im Büffet für die nächsten Meetings einzusetzen?
- Wieviel kann Energie kann ich in das Thema setzen und in welcher Form ohne unkonstruktive Gegenreaktionen auszulösen?
- Freundlich-demonstratives, moderates Vegetariertum, keine Militanz, keine ablehnende Haltung anderer Lebensstile

SIND VEGANER PER DEFINITION SPIRITUELL ENTWICKELTE WESEN?

Durch die starken Emotionen, welche an das Thema gekoppelt sind, existieren eine Menge, zum Teil massive Fallen, welche eine vegane Einstellung unter Umständen zu einem ernsthaften Hindernis werden lassen können, wenn sie nicht in einen größeren Kontext persönlicher Entwicklung eingebettet wird

NAHE FALLEN: SENTIMENTALITÄT, EGOZENTRIK, ÜBERWÄLTIGUNG DURCH LEID

Überwältigt werden vom Leid der Wesen. Nachts nicht schlafen können weil die anderen Wesen leiden. Nachts grausame Szenen erleben.

Sentimentalität: „Ach diese süßen Tiere darf man doch nicht töten.“ „Ach die sind sooo niedlich, wie kann man die nur töten!“ Im Extremfall habe ich in einem facebookforum jemanden Erlebt, der sich darüber aufgeregt hat, dass bei Ikea ein Stoffschwein in einem Kochtopf saß („Och, die armen Plüschis!“)

Sentimentalität: Sich darin suhlen, dass man ein guter Mensch ist

Egozentrik: Sich über andere erheben: „Als Veganer bin ich ein besserer Mensch als die Fleischfresser“

FERNE FALLEN – AKTIVE AGGRESSION - MACHTMODUS

Glauben, dass Veganer andere **Menschen bedrängen** dürfen, weil sie ja die wertvollere Haltung haben. Hier wird aus dem eigenen Besser-Sein und der Schutzbedürftigkeit der Tiere eine Legitimation für offene Aggression und Unterdrückung abgeleitet.

Aus der Position heraus, das bedeutsamere Thema zu haben anderen zu jeder Zeit, selbst an ausdrücklich unerwünschten Orten seine Diskussion aufzudrängen.

Glauben, dass Veganer anderen Fleischessern **gegenüber verbal oder in Handlung gewalttätig** sein dürfen, dass jedes Mittel gegen Tiermörder recht ist. „Fleischfresser sind Arschlöcher“ (Originalton in einer Diskussion), „Karnismus“- „Carnivoren-Ideologie“

Glauben das **Faktenverdrehung** ein legitimes Mittel ist um **Fleischkonsumenten noch schlechter darstellen** zu lassen.

Glauben das Faktenverdrehung legitimes Mittel ist um Fleisch- / Milchkonsumenten zu **Ekelreaktionen zu treiben oder unter psychologischen Druck** zu setzen. „Ein Glas Milch enthält 2 Millionen Eiterzellen.“

Öffentliches Mobbing

VERWIRRUNG, INSTRUMENTALISIERUNG UND MISSBRAUCH DES DHARMAS

Vereinnahmung spiritueller Lehrer für seine Zwecke: „Buddha war vegan!“

War er nicht. Er war geistesklar und frei von Gier und Hass. Und voll von liebevollem Gewahrsein, Mitfreude, Mitgefühl und Gleichmut.

Allen Wesen gegenüber. Auch Menschen gegenüber, die Fleisch essen.