

Geshe Soepa beantwortet Fragen aus Mexiko zum Vegetarismus

1) Kann man etwas daran machen, dass Tiere für Nahrung getötet werden? Ist ihr Tod nicht einfach ihr Karma?

Die Traditionen des Hinayana, Mahayana und Vajrayana stimmen zwar darin überein, dass man kein Fleisch essen sollte, aber es gibt dennoch viele Debatten und Fragen zu diesem Thema. Einige Menschen meinen, dass man nichts daran ändern kann, dass Tiere getötet werden, weil der Mord an ihnen prinzipiell auf das eigene Karma der Tiere zurückgeht. Ich denke, dass diese Ansicht im Licht richtiger buddhistischer Philosophie falsch ist. Es ist gut, dass Menschen an Karma glauben, aber sie missverstehen seine Funktionsweise. Tiere haben gutes Karma, schlechtes Karma - verschiedenerlei Karma - und sie alle sind von Bedingungen abhängig. Sind die Bedingungen schlecht, reift schlechtes Karma. Sind die Bedingungen gut, so tritt gutes Karma hervor. Alle Lebewesen haben nicht nur ein Karma: sie haben viele viele gute karmische Samen und viele viele schlechte karmische Samen. Welche zur Reife kommen, hängt von den Bedingungen sowie von der Stärke der karmischen Samen ab.

Der Gedanke, es sei nutzlos, Tiere zu retten, steht im Widerspruch zum großen Mitgefühl. Als Praktizierender muss man sich für die Befreiung von Tieren und ihr Wohlergehen einsetzen. Wenn du an der Vorstellung festhältst, alles beruhe auf Karma und es sei nicht notwendig, bei der Befreiung von Tieren zu helfen, übst du dich nicht in der Praxis des Mitgefühls. Es ist gut, an Karma zu glauben, aber diese Ansicht ist widersprüchlich. Wenn du an Mitgefühl glaubst, musst du auch Tiere befreien. Wir müssen, so gut wir können, helfen.

2) Einige Mönche sagen, dass nichts negatives damit verbunden sei, Fleisch auf dem Markt oder im Lebensmittelladen zu kaufen. Stimmt das?

Solche Mönche haben nie das *Lankavatara Sutra* oder das *Kalachakra Tantra* gelesen. Als ich noch jung war, war ich auch dieser Ansicht; sie klang für mich recht logisch. Später, als ich das sechste Kapitel des *Lankavatara Sutra*s, das siebte Kapitel des *Angulimala Sutra*s und das *Kalachakra Tantra* las, habe ich dann allerdings erkannt, dass ich mich getäuscht hatte. Im *Lankavatara Sutra* sagt der Buddha:

He, Mahamati! Wenn niemand in irgendeiner Weise Fleisch isst, dann wird auch kein Lebewesen deshalb geschlachtet. Mahamati, unschuldige Lebewesen werden um ihres Wertes willen getötet; selten werden sie aus anderen Gründen getötet.

Das ist die logische Erklärung, die im *Lankavatara Sutra* gegeben wird. Die Begründung des Buddha ist sehr logisch, ich würde sagen logischer als die Argumentation jenes Mönchs. Das *Lankavatara Sutra* gibt auch die folgende Begründung: wenn wir davon ausgehen, dass ein Sponsor, der den Bau eines Stupa unterstützt, viel Verdienst ansammelt, auch wenn er oder sie nicht wirklich selbst Hand anlegt, wie können wir dann sagen, dass jemand, der Geld für Fleisch ausgibt, nichts negatives ansammelt, weil er die Tötung nicht selbst verübt? Das wäre ein logischer Widerspruch, denn in beiden Fällen lässt sich dieselbe Logik anwenden. Aus diesem Grund haben der Sponsor und der Erbauer das gleiche Verdienst. Der Konsument und der Mörder haben gleich viel negatives angesammelt. Das ist es, was das *Lankavatara Sutra* gemäß der Logik des Buddha darlegt.

Dasselbe Thema wird auch im *Kalachakra Wurzeltantra* und seinem Kommentar erörtert. Dort heißt es, wenn der Metzger negatives Karma ansammle, so habe derjenige, der das Fleisch esse, ebenfalls negatives Karma, denn der Verbraucher sei die indirekte Bedingung der Schlachtung. Ohne Verbraucher würden keine Metzger Tiere töten. In seinem

Kommentar zum *Kalachakra Wurzelantra* bringt Drugpa Künleg zum Ausdruck, dass der Verbraucher in diesem Fall sogar mehr negatives ansammle als der Produzent.

In diesem Sinne hat auch Seine Heiligkeit der 14. Dalai Lama gesagt, dass Tiere fast völlige Freiheit genießen würden, gäbe es auf dieser Welt keine Menschen, denn niemand würde sie töten. Es beruht auf der Existenz von Menschen, dass Schlachtereien und Fabriken Tag für Tag Millionen von Tieren umbringen, um Fleisch für den menschlichen Verzehr zu liefern. Somit sind Menschen eine Grundbedingung für das Leiden von Tieren. Unser Verlangen nach Fleisch erzeugt eine Hölle für Tiere! Wenn der Verzehr von Fleisch Tiere auch nicht direkt tötet, so tötet er sie doch indirekt. Deshalb muss man aufhören, Fleisch zu essen, um aufzuhören, zu töten. Das ist vom allergrößten Nutzen; das ist die korrekte Praxis des liebevollen Mitgefühls. Wenn man darüber hinaus Buddhist ist und Zuflucht zum Dharma genommen hat, hat man sich verpflichtet, keinem Wesen direkt oder indirekt Schaden zuzufügen. Wenn man Fleisch isst oder auch nur kauft, fügt man indirekt Tieren Schaden zu. Dadurch ergibt sich ein Widerspruch, wenn man Zuflucht genommen hat und das ist nicht richtig.

Wenn man dem Mahayana angehört, schätzt und übt man großes Mitgefühl. Fleisch zu essen, wäre vollkommen widersprüchlich, denn Mahayana Buddhisten glauben, dass alle Lebewesen unzählige Male ihre Eltern, Geschwister und Kinder gewesen sind. Rindfleisch oder Geflügel zu essen, wäre dasselbe, wie wenn man seinen Vater oder seine Mutter essen würde. Diese Erklärung ist nicht meine Meinung. Sie stammt aus dem siebten Kapitel des *Angulimala Sutra*. Das Sutra sagt weiter aus, dass es überhaupt nicht in Frage kommt, Fleisch zu essen, wenn man daran glaubt, dass alle Lebewesen die Buddhanatur oder Tathagatagarbha in sich tragen. Das Sutra fragt, warum man nicht sein eigenes Fleisch esse, wenn man Fleisch essen wolle. Wenn man sagt, man esse sein eigenes Fleisch nicht, weil das zu schmerzhaft sei, wie kann man es dann aushalten, anderen Wesen diese Schmerzen zuzufügen? Das Verlangen nach dem Fleisch von anderen Wesen statt dem eigenen ist ein egozentrisches Konzept, das auf Anhaftung beruht. Man glaubt, das eigene Glück sei wichtiger und das Glück der anderen sei gleichgültig. So zu denken, ist vollkommen falsch. Man darf glücklich sein, aber man darf nicht anderen Schmerzen zufügen. Diese Sichtweise ist ungerecht und gänzlich unausgewogen. Darüber hinaus sagt das *Lankavatara Sutra*, dass jemand, der Fleisch esse, nicht den Ärger überwinden und damit auch nicht das große Mitgefühl, Weisheit oder Śamata voll entwickeln könne.

3) Was die Tsog-Praxis angeht, sagen einige, die Höchstes Yoga-Tantra praktizieren, sie bräuchten Fleisch und Alkohol, um ihre Gelübde einzuhalten. Warum braucht man für die Praxis des Höchsten Yoga-Tantra fünfnerlei Fleisch und fünfnerlei Nektar?

Höchstes Yoga-Tantra ist das Gegenmittel gegen Konzepte; das heißt "rein" und "unrein" sind einfach Konzepte ohne intrinsischen Unterschied. Die fünf Arten Fleisch und fünf Arten Nektar wirken als Gegenmittel gegen Konzepte.

Der Kagyü-Meister Gampopa hat von der Praxis des Höchsten Yoga-Tantra gesagt, dass die Gottheiten, die man dabei einlädt, nicht kämen, wenn man Fleisch und Blut von Tieren darbringe, die absichtlich getötet wurden. Andere Texte besagen, dass die Dakinis wütend würden und anstelle von Gottheiten böse Geister kämen, wenn man Fleisch von einem Tier darbringe, das absichtlich getötet wurde. Kamalaśila zufolge erlangt man niemals Śamata oder Shiné, wenn man Fleisch esse. Allerdings hat der Rimé Lama, Za Patur Rinpoche im 19. Jh. erklärt, dass die Darbringung von Fleisch richtig sei, sofern es von einem natürlichen Tod herrühre.

Wenn man hohe Konzentration und hohe Verwirklichungen hat, kann man diese Arten von Fleisch und Nektar in reine Substanzen verwandeln. Wenn man das kann, kann man sie darbringen. Wenn man solcherlei Verwirklichungen allerdings nicht hat, ist es besser, für

seine Tsog-Praxis Substanzen zu verwenden, die kein Fleisch und keine Eier enthalten. Lama Atisha pflegte Sirup anstelle von Fleisch und Jogurt anstelle von Alkohol darzubringen. Dregung Chenawa, ein Guru Lama Tsongkhas verwendete Käse und Jogurt. Für uns ist es besser, dieser Tradition zu folgen.

Seine Heiligkeit hat einmal einer großen Versammlung von zehn- bis zwanzigtausend Mönchen und Nonnen in Bodhgaya vorgeschlagen, schwarzen Tee als Opfergabe zu verwenden, als er große Teller Fleisch sah, die für die Tsog Praxis benutzt wurden.

4) Einige Theravada-Mönche behaupten, dass gemäß der Vinaya-Lehren - dem Gesetz der Nonnen und Mönche - Mönche alles essen sollten, was man ihnen beim Betteln gebe. Stimmt das?

Das stimmt nicht. Wenn sie eine Speise erhalten, sollten Mönche oder Nonnen fragen, ob diese frisch ist, ob sie Fleisch enthält und ob das Fleisch von einem Tier stammt, das absichtlich getötet wurde oder von einem, das eines natürlichen Todes gestorben ist. Wenn ein Mönch zuckerkrank ist, sollte er auch fragen, ob die Speise Zucker enthält. Es ist nicht richtig, zu essen was immer man erhält. Um diesen Punkt zu verstehen, muss man den Vinaya genau untersuchen.

Der Buddha selbst hat die Gesetze für Nonnen und Mönche verfasst. Anfangs hatten die Mönche und Nonnen keine Gesetze, weil sie sich richtig verhielten. Nach 13 Jahren ging es dann allerdings mit der Moral einiger Mönche bergab, so dass der Buddha begann, nach und nach die Vinaya-Gesetze zu erlassen. Was Fleisch angeht, hat der Buddha zunächst nur verboten, Menschenfleisch zu essen. Später wurden die fünf Arten Fleisch, dann die zehn und dann die zwanzig untersagt. Als der Buddha alt wurde, verbot er schließlich allen gesunden Mönchen jedwedes Fleisch zu konsumieren, wie man es dem *Großen Nirvana Sutra* und Meister Śāntidevas Kommentar im *Śikshasamuccaya* entnehmen kann. Allerdings erlaubte der Buddha kranken Mönchen und Nonnen, die vier Arten Medizin (alkoholische Medizin, Knoblauch, ein Augenmittel aus Bärenhaut und Medizin aus Fleisch) zu verwenden und dreierlei reines Fleisch von Tieren, die nicht absichtlich getötet wurden, zu essen. Devadatta hat diese Entscheidung kritisiert und gesagt, nicht einmal kranke Mönche dürften Fleisch essen.

Lama Tsongkhas Schüler Khedrub Je sagt in seinem Vinaya-Kommentar, dass es kranken Mönchen gestattet sei, Fleisch zu essen, solange sie das Fleisch vollkommen als Arznei betrachten können. Wenn sie von Verlangen angetrieben seien oder das Fleisch als Nahrung betrachteten, gebe der Vinaya ihnen nicht die Erlaubnis, es zu essen.

5) Einige Nicht-Buddhisten meinen, wir bräuchten Tieren gegenüber kein Mitgefühl zu empfinden, da sie glauben, die Tiere seien von Gott für den menschlichen Verzehr erschaffen worden. Ist das wahr?

Die wissenschaftlich-logische Betrachtung zeigt, dass das nicht wahr ist. Es ist offensichtlich, dass Tiere Glück und kein Leid wollen. Man sieht, dass sie leiden, wenn sie getötet werden. Ich achte Jesus und glaube nicht, dass Jesus je dazu angeregt hat, Tiere zu verzehren. Ich glaube, spätere Kommentare aus der Feder von Gelehrten haben die Lehren Jesu falsch ausgelegt. Wenn Gott Tiere erschaffen hat, um von Menschen vertilgt zu werden, dann muss man auch glauben, dass Gott die Menschen erschaffen hat, um von Dinosauriern, Löwen, Tigern und Kobras vertilgt zu werden. Glaubt Ihr das? Wir brauchen eine unparteiische logische Analyse zu diesem Thema.

6) Es gibt offenbar Leute, die meinen, es sei besser, ein Tier zum Beispiel ein Rind zu töten als Gemüse zu essen. Sie argumentieren, dass durch den Tod eines Tieres viele

Menschen ernährt werden können, während auf der anderen Seite viele Tiere bei der Ernte von Gemüse sterben. Was ist von diesem Argument zu halten?

Dieses Argument ist fehlerhaft. Wenn ein großes Tier getötet wird, ist da von Anfang an die falsche Motivation des Tötens, während bei der Gemüseernte zwar viele Insekten sterben, aber nie die Absicht besteht, zu töten. Ihr Tod ist unvermeidlich - das ist der wesentliche Punkt. Man kann zwischen Töten und nicht Töten wählen.

Außerdem sterben, wenn ein großes Tier getötet wird, in der Folge Millionen und Abermillionen von Bakterien, Insekten und Wesen, die von diesem Tier abhängen.

Ich wollte dieses Thema weiter erforschen und habe mich deshalb mit den Lehrreden des Buddha auseinandergesetzt. In Kapitel 7 des *Angulimala Sutr* findet sich eine interessante Erklärung. In seiner Sorge um die Lebewesen fragt Manjuśri den Buddha, wie man ein vollkommen reines Leben führen könne. Wenn wir Wasser trinken, Gemüse ernten oder auch nur die Straße entlang laufen, töten wir zahllose Lebewesen, ohne es auch nur zu bemerken. Der Buddha antwortet ihm, dass die Buddhas vollkommen reine Wesen seien und ihre Körper keinerlei Bakterien oder Verunreinigungen aufwiesen; Arya-Wesen seien nur leicht verunreinigt, aber normale Wesen seien von Natur aus verunreinigt. Für sie sei es gegenwärtig unmöglich, ein voll und ganz reines Leben zu führen. Wenngleich es in Samsara unvermeidlich ist, zu töten, so ist es doch möglich, absichtliches Töten aufzugeben. Wenn du die Wahl hast, töte nicht! Diese Antwort stammt vom Buddha und ist sehr logisch.

7) Einige Menschen machen sich Sorgen, dass sie nicht genug Eiweiß mehr bekommen würden, wenn sie Fleisch und Eier aufgeben würden. Was können sie tun?

Ich denke, wir sollten uns ein paar gute Beispiele vor Augen führen. Indien hat über eine Milliarde Einwohner, von denen mehr als 500 Millionen sehr religiös und traditionell eingestellt sind. Sie essen überhaupt kein Fleisch. Sie essen lediglich Gemüse, Obst sowie verschiedene Hülsenfrüchte und Samen. Äßen sie Fleisch, würden sie krank werden. Sie erfreuen sich bester Gesundheit und leben lange. Letztes Jahr hat ein Vegetarier in Indien seinen 119. Geburtstag gefeiert. Es gibt auch einen sehr berühmten tibetischen Lama namens Chatral Rinpoche, der im Jahre 1913 geboren wurde. Er ist Vegetarier und führt regelmäßig Tierbefreiungen durch. Es gibt viele gute Beispiele - das waren nur zwei.

Es gibt auch einige Beispiele aus dem Tierreich. Vegetarisch lebende Tiere wie z.B. Elefanten und Schildkröten sind sehr kräftig und können ein Alter von 150 oder gar 200 Jahren erreichen. Fleischfresser wie Hunde, Katzen, Tiger und Löwen sind in jungen Jahren stark, aber werden bald schwach und sterben mit höchstens 20 Jahren. Das Leben von nicht vegetarisch lebenden Tieren ist kurz. Das könnt Ihr überprüfen!

Nach dem zweiten Weltkrieg glaubten die Wissenschaftler, fleischliches Eiweiß sei das gesündeste und beste für die Ernährung. Aber heute denken Wissenschaftler darüber anders, denn der Konsum von Fleisch, Eiern, Milch, Zucker, Alkohol und Tabak hat viele gesundheitliche Probleme hervorgerufen. Viele Ärzte und Wissenschaftler im Westen sagen jetzt, dass pflanzliches Eiweiß eine bessere Eiweißquelle sei als tierisches Eiweiß. Fleisch und Eier enthalten natürlich Eiweiß, aber es ist nicht so hochwertig und bringt viele Krankheiten mit sich. Bluthochdruck, Leberleiden, Herzprobleme, Brust- und Gebärmutterkrebs, sowie Gedächtnisschwäche werden alle mit Fleischverzehr in Verbindung gebracht. Eier können Hepatitis übertragen. Übermäßiger Milchkonsum ist auch nicht gut. Er kann zu Verdauungsproblemen und Knochenleiden führen. Sogar Geflügel kann bei jungen Mädchen verfrühte Monatsblutungen verursachen. Mädchen, die viel Geflügel essen, bekommen mitunter schon mit acht oder neun Jahren ihre erste Monatsblutung. Deshalb sollte man auf solche Nahrung am besten ganz verzichten. Wenn man auch Alkohol, Tabak, zuckerhaltige

Erfrischungsgetränke und Junk-Food meidet, wirkt sich das zusätzlich positiv auf die physische und mentale Gesundheit aus.

Darüber hinaus ist es wichtig, sich mit Ernährung und Essen auszukennen, wenn man Vegetarier wird. Vegetarier und Veganer sollten lernen, wie man gesund kocht und auf sich aufpasst. Überall stößt man nämlich auf industriell verarbeitete Lebensmittel, ungesunde Fette, Zucker und übergroße Portionen - besonders in Gaststätten. Jeder sollte für das, was er kocht und seine Gesundheit die Verantwortung übernehmen.

Ich hoffe, dass meine Ausführungen Interesse wecken, die Erläuterungen des Buddha zum Fleischverzehr zu ergründen. Die Debatten und Diskussionen darüber werden wohl nie zu Ende gehen. Ich jedenfalls werde in Zukunft weiter über dieses Thema lesen und Analysen anstellen, Fragen dazu beantworten und Artikel darüber schreiben. Ich hoffe, damit Menschen und Tieren mental und physisch zu nutzen.

===

Kolophon: Dieser Text wurde im Januar 2013 in Uruapan, Michoacan, Mexico, von Geshe Thubten Soepa verfasst. Er wurde von Alejandro Garcia transkribiert und editiert. Im Februar 2013 wurde er erneut von Geshe Soepa und Robert Baptist überarbeitet.