

ZEIT MAGAZIN

2. AUGUST 2018

DIE ENTDECKUNG DER LEICHTIGKEIT

ZEIT MAGAZIN

NUMMER 32

WIE ES IST,
TIERE
NICHT MEHR
ZU BENUTZEN

BERND
ULRICH
ÜBER SEIN
NEUES
VEGANES LEBEN

VERSCHÄRFTE WAHRNEHMUNG

NICHTS VOM TIER -

IST DAS DENN

SO SCHWER?

VOR EINEM JAHR

FASSTE UNSER AUTOR

DEN ENTSCHLUSS,

VEGAN ZU LEBEN -

EIN JAHR,

IN DEM ER VIEL

GELERNT HAT

Vorab drei große Menschheitsfragen, die im Folgenden vorläufig abschließend behandelt werden: 1. Gibt es ein Leben ohne Sünde? 2. Sind die anderen verrückt oder ich? 3. Bin ich zu dick? Aber fangen wir mit dem Anfang an.

Ich bin 57 Jahre alt, habe meine Kinder impfen lassen, wohne nicht in Prenzlauer Berg, trinke Alkohol, habe keine veganen Freunde – und lebe dennoch seit Juli 2017 vegan. In diesem Jahr habe ich mehr über Tiere und Landwirtschaft, über Ernährung, über die Gesellschaft, meinen Körper und mich selbst gelernt als in jedem anderen Jahr zuvor.

Im vergangenen Sommer studierte mein Sohn noch in den USA Philosophie, außerdem spielte er Fußball als Leistungssport. Im Laufe der Zeit hatte er gewisse kulturelle Antikörper gegen die in Orlando, Florida, vorherrschende Lebensweise entwickelt. Gegen das ewige Autofahren, das ewige Fast Food und dergleichen. Er hatte angefangen, sein Brot selber zu backen, was mich gelinde gesagt überraschte, denn so oft war er in seiner Jugend nun nicht gerade in der Küche anzutreffen.

Eines Abends im späten Juli des Jahres 2017 rief er mich über FaceTime an und verkündete: »Papa, ich bin jetzt vegan!«

Man sagt ja, dass in der Sekunde des Todes das ganze Leben im Zeitraffer an einem vorbeizieht. So ähnlich war es jetzt auch bei mir. Der Satz meines Sohnes ließ eine ganze Kette von Erinnerungen und Gedanken durch meinen Kopf schießen, meine eigene, wie soll man sagen: Fleisch- und Tiergeschichte.

Ich starb aber nicht, sondern sagte schneller, als ich denken konnte: »Da mache ich mit.«

Manchmal trifft man nach langem Nachdenken eine wohlüberlegte Entscheidung oder redet sich das jedenfalls ein – manchmal entdeckt man plötzlich eine Entscheidung, die offenbar schon lange bereitgelegen hatte und sich nur noch nicht bemerkbar machen konnte. So war es jetzt.

Nach dem Ende unseres Gesprächs – es ging noch um Tofu, Proteine, B₁₂ und Mandelmilch – überfiel mich eine gewisse Euphorie, aber das muss bei mir nichts heißen, ich bin auch sonst leicht euphorisierbar und liebe Anfänge. Zugleich dachte ich über die Vorgeschichte dieses Moments nach, sozusagen mein Leben mit dem Tier. Denn irgendetwas musste mich ja an diesen Punkt gebracht haben.

Hier also erst einmal meine Fleischgeschichte.

Da waren in meiner Kindheit die Jagdhunde auf dem Hof meines Onkels, eines wohlhabenden Bauern, den meine Eltern, unser Dackel und ich öfter am Wochenende besuchten. Wenn man am Zwinger vorbeiging, pressten die Hunde ihre Leiber verzweifelt ans Gitter, um gestreichelt zu werden. Da waren auch die Schweine auf diesem Hof, Hunderte müssen es gewesen sein, eng zusammengezwängt, verzweifelt quiekend, so kam es mir jedenfalls vor. Auf den hüfthohen Mauern zwischen den winzigen Pferchen standen die Fläschchen mit Medikamenten. Heute weiß ich, warum: Diese intelligenten Tiere vergehen vor Langeweile, sie bekommen kannibalische Anfälle, sie erkranken an Bewegungsmangel und weil sie kaum Ballaststoffe bekommen. Mir wurde damals gesagt, ich solle bloß leise sein, sonst könne eine Panik ausbrechen.

Und da waren die Momente im Keller unserer Essener Etagenwohnung, immer wenn mein Vater von der Jagd einen toten Hasen mitbrachte, um ihn dann hier unten »abzuziehen« und auszunehmen. Da hingen sie nun an Holzlatten aus grobem Kiefernholz wie die Bankräuber am Galgen in den Western, die ich damals so gern sah. Mit eigens geschärftem Messer trennte mein Vater das Fell vom Leib der Tiere; er machte das sehr geschickt, kein Gemetzel. Was mir besonders in Erinnerung blieb von diesen Kellermomenten, waren die dunklen Blutspritzer auf dem hellen Holz; noch tiefer hat sich mir jedoch der Geruch eingeprägt, ein Hauch von Verwesung, nur frischer; wie Fleisch aus dem Kühlschrank, aber viel stärker; ein violett-roter Geruch.

Ansonsten war ich ein ganz gewöhnliches Stadtkind der Sechziger- und Siebzigerjahre, man aß im Ruhrpott Fleisch ohne jedes schlechte Gewissen, die Frikadelle war, das wusste ich, aus aufgeweichtem Brötchen und aus Hack, halb und halb, aber doch irgendwie nicht von einem Tier. Schinken mochte ich gern, während des Onkels arme Schweine weit weg waren, irgendwo in der Nähe von Hamm. Nur die Zungenwurst war mir zuwider, weil da Stückchen von der Zunge drin waren. Aber sonst war noch alles in Butter, Fleisch essen hatte in der Welt, in die hinein ich geboren war, seine Unschuld noch nicht verloren. Was blieb, war lediglich ein Unbehagen am Rande meines Bewusstseins, das Schreien der Schweine, der violette Geruch, Männer an Tieren.

Die erste Wende in meinem Leben brachte ein Buch über Ökologie und Landwirtschaft, das ich in den späten Siebzigern in die Hand bekam, nicht zufällig, schließlich erlebte Deutschland seinerzeit die erste Welle ökologischer Bewusstwerdung. Ich studierte bereits, las, las noch mehr und war erstaunt, ja erschüttert, welche Folgen der Fleischkonsum für die Umwelt hatte. Und so begann meine erste vegetarische Phase, vegan gab es noch nicht, soweit ich mich erinnere. Allerdings war ein Vegetarier zu der Zeit ungefähr so exotisch wie ein Veganer heute, Unverständnis noch die mildeste Form der Reaktion. Und das vegetarische Gericht, das man sich in gewöhnlichen Restaurants bestenfalls erstreiten konnte, hieß: Rührei.

Dass ich in den folgenden Jahrzehnten immer mal wieder schwankte zwischen Vegetarismus und Fleischismus, erkläre ich mir mit einer gewissen, wie soll man sagen, spirituellen oder intellektuellen Schlampigkeit. Alle paar Jahre ließ ich mich dann doch zurücksaugen in die Gewohnheit, die mich überall umgab. Konsequenter und ein Leben lang vegan zu sein, das dachte ich am Abend des folgenreichen FaceTime-Anrufs meines Sohnes, ist vermutlich noch schwerer. Was ich da noch nicht ahnte: Vegan ist leichter. Einfach weil man nicht ständig mit sich selbst diskutieren muss über Fisch und Eier oder über die Frage, ob nicht jemand, der Milch trinkt, zumindest auch Kalbfleisch essen müsste, weil es ohne Kälber eben keine Milch gibt.

Im Laufe meines Erwachsenenlebens lernte ich noch einige entscheidende Dinge über harte Männer und das Töten, die mit meinem Vater zu tun haben und mit Joschka Fischer. Mein Vater lebt seit Langem im Schwarzwald, nicht zuletzt weil er dort besser seiner großen Leidenschaft nachgehen konnte, der Jagd. Wir haben uns deswegen natürlich oft gestritten, der

ES IST EINE
GANZE KULTUR
DER
UNSICHTBARMACHUNG,
DIE UNS
ALLEN
DABEI HILFT,

UNSCHULDIG
FLEISCH
ZU
ESSEN

Jäger und der Vegetarier, das ist klar. Doch mit diesen Streitereien hatte es wohl nichts zu tun, dass ihm die Jagd im Laufe der Jahre immer schwerer fiel. »Ich kann nicht mehr abdrücken«, sagte er dann, das Töten falle ihm so schwer. Oft kam er unverrichteter Dinge von seinem Hochsitz zurück, er hatte den Hirsch gesehen – und ziehen lassen.

Eines Abends, Mitte der Neunzigerjahre muss es gewesen sein, betraten wir zusammen eine dieser vor Gemütlichkeit dampfenden Schwarzwaldkneipen. An einem Tisch saß allein ein Mann, Mitte vierzig, er hatte ein Viertel Rotwein vor sich, es war wohl nicht sein erstes. Mein Vater begrüßte ihn, wir setzten uns dazu. Der Mann war stark übergewichtig, seine Haut war übersät mit roten Flecken und Pusteln, er lallte ein wenig. Es stellte sich heraus, dass es sich um einen Kopfschlächter handelte, das sind die Metzger, die vor allem für das Töten der Tiere zuständig sind. Außerdem war er ein Mondscheinbauer, das heißt, er hatte einen eigenen kleinen Hof, den er nach dem Dienst in der Schlachtereier bewirtschaftete. Der Mann trank schnell und redete schwerfällig, aber man konnte schon spüren: Es ging ihm schlecht, richtig schlecht. Dann erzählte er uns von dem Albtraum, der ihn jede Nacht verfolgte: »Auf dem Hang hinter meinem Hof stehen alle Tiere, die ich schon getötet habe, alle, sie schauen mich an und kommen langsam auf mich zu, es werden immer mehr. Bis ich aufwache.«

An diese Episode musste ich einige Jahre später zurückdenken, als mir Joschka Fischer für eine Biografie, die ich über ihn schrieb, die Geschichte seines Lebens erzählte. Ein Schlüsselereignis darin war der Moment, als Fischer zu dem Schlachthof gerufen wurde, in dem sein Vater, auch ein Kopfschlächter, arbeitete. Er war ein Trinker, der früh seine Gesundheit ruiniert hatte. So könnte man sagen. Man könnte aber auch sagen: Der Job hat ihn umgebracht. Jedenfalls war Fischers Vater am Arbeitsplatz zusammengebrochen und gestorben, der junge Joseph musste die Arbeitsklamotten abholen. Und als man ihm das blutbefleckte Bündel in die Hand drückte, fasste der Sohn einen Entschluss: So will ich nicht enden, auf keinen Fall.

Joschka Fischer wurde später ein großer Außenminister. Und ein barocker Esser. Dabei vermochte er offenbar ganz gut zu trennen zwischen dem Tier, dem Töten und dem Fleisch. Aber das schafft er nicht allein, es ist eine ganze Kultur der Unsichtbarmachung, die uns allen dabei hilft, unschuldig Fleisch zu essen. Die Tiere werden in Ställen versteckt, das Töten geschieht ebenfalls im Verborgenen, und dass jedes einzelne getötete Tier eine kleine Wunde in der Seele dessen hinterlässt, der ihm den Bolzen auf die Stirn drückt, das braucht uns nicht zu interessieren, das sind deren private Probleme. Sie müssen ja nicht trinken.

Noch etwas hat sich im Übrigen geändert. Männer wie mein Vater oder der Onkel, die damals mit einer gewissen Robustheit an das Thema Tier herangingen, gibt es heute seltener. Oder zumindest erleben heutige Kinder diese rohe Seite nicht mehr. Für sie gibt es nur Kühe zum Ausmalen. Und Fleisch.

Das Fleisch ist geblieben, nur mit noch weniger Tod.

Nicht zuletzt tauchte in meinem Bewusstseinsstrom wie ein Art trauriger Running Gag immer wieder das halb aufgeses-

sene Brathähnchen auf, das ich mal in irgendeiner Kantine vor mir stehen hatte. Es war furchtbar trocken, aber das war gar nicht der Punkt, sondern dass ich es erst merkte, als ich schon die Hälfte gegessen hatte. Dieser grußlose »Genuss« von Fleisch, diese Achtlosigkeit, löste in dem Moment einen kurzen Selbstkel aus und zog meine zweite längere Phase als Vegetarier nach sich. Nun, im Hochsommer 2017, stand mir all das wieder vor Augen.

ES WAR ALLES SO VIEL LEICHTER, ALS ICH GEDACHT HATTE

Der Morgen nach dem Gespräch mit meinem Sohn, der Tag eins meines veganen Lebens, begann ernüchternd: Mein Kühlschrank gab nichts her für mein neues Ich. Überall Tierisches. Mittlerweile ist das Frühstück für mich ein Fest: geschrotetes Getreide, nachts eingeweicht, köstlicher Joghurt aus Kokosmilch, frische Früchte, gehackte Nüsse, vielleicht zwei getrocknete Datteln, ein Schluck Leinöl. An Sonntagen Brot, einen der vielen Aufstriche auf Hanf- oder Hummus-Basis, gebratener Tofu, Kaffee mit geschäumter Sojamilch. Damals musste ich zunächst mal losziehen und einkaufen gehen.

Zufälligerweise hatte ich in der ersten veganen Woche meines Lebens zwei Arzttermine, der eine war beim Orthopäden. Der hatte bei mir kürzlich eine mittlere Arthritis in beiden Daumensattelgelenken diagnostiziert, und ich wollte mit ihm darüber reden, was nun zu tun sei. Beiläufig erzählte ich ihm von meiner neuen Ernährung; er reagierte ausgesprochen erfreut, weil der Konsum von Fleisch und anderen tierischen Produkten Gelenkerkrankungen aller Art verstärkte. Eine vegane Ernährung könne bei mir zwar nichts heilen, aber den Verschleiß bremsen. Er gratulierte mir und entließ mich.

Am nächsten Tag dann die Hausärztin, eine ganz gewöhnliche übrigens. Auch wenn ich eigentlich ziemlich gesund bin, so leide ich doch unter einem chronischen Bluthochdruck, der vor fünfzehn Jahren (von einem anderen Arzt) festgestellt wurde und von dem man mir sagte, er sei erblich, weswegen im Übrigen dagegen nichts zu machen sei. Weil ich nicht dick bin und Sport treibe, blieben nur Tabletten: ein ACE-Hemmer, ein Cholesterinsenker und eine kleine Aspirin, damit das Blut schön flüssig bleibt. Drei Tabletten, und das an jedem verdammten Tag, seit

fünfzehn Jahren, mit Nebenwirkungen, die zwar klein sind, über die ich hier aber trotzdem nicht sprechen möchte.

»Frau Doktor, ich habe angefangen, mich vegan zu ernähren.«

»Oh, das ist gut, da können Sie die Cholesterintabletten schon mal wegschmeißen.«

»Im Ernst?«

»Ja.«

»Sofort?«

»Sofort.«

»Und die anderen Tabletten?«

»Kann gut sein, dass wir die bald auch noch wegstreichen.«

Dieser Dialog machte mich glücklich und wütend zugleich. Etwa 15.000 Tabletten hatte ich geschluckt, weil man mir gesagt hatte, dass es nicht anders geht. Und nun geht es doch?! Heute weiß ich, dass die meisten Ärzte zu wenig von Ernährung verstehen, dass sie oft viel zu schnell auf altern, erblich und Tabletten gehen. Das ist kein böser Wille. Trotzdem ist es eigentlich ein Skandal.

Also ging ich heim, holte die Cholesterintabletten aus dem Schrank und warf sie im hohen Bogen in den Müll. Heute nehme ich harmlose B₁₂-Tabletten, weil dieses Vitamin das Einzige ist, was ein Veganer sich nicht über die Nahrung verschaffen kann, nichts anderes muss künstlich zugeführt werden. (Nichtveganer bekommen das B₁₂ übrigens oft auch nur, weil es Schweinen und Kühen zugefüttert wird, für sie ist es also eine Art indirekter Tabletteneinnahme.)

Das Vorurteil, auf vegane Weise nicht alles zu bekommen, was der Körper braucht, erwies sich als unbegründet. Man muss nicht mit der Feinwaage rumlaufen, Ernährungspläne sind überflüssig, eine ungefähre Vorstellung von Vitaminen, Proteinen, Ölen, Ballaststoffen und Mineralien reicht. Es war alles so viel leichter, als ich gedacht hatte.

So viel erst einmal zum Körper. Aber der ist nichts gegen die Kultur, genauer gegen den Zusammenstoß der Kulturen, der einem Neu-Veganer widerfährt, beginnend mit Tag eins.

Warum denn das? Warum denn du? Warum überhaupt? Am Anfang versuchte ich es nur mit der Gesundheit als probatester Begründung, das funktionierte ganz gut, wahrscheinlich weil es niemanden angreift. Ein Kollege meinte: »Ah, dann kann ich es verstehen. Ich hatte schon Angst, du bist jetzt so ein Spinner.« Zu dem Zeitpunkt war ich dieser Spinner aber schon längst. Zum Beispiel nahm die Euphorie einfach nicht ab. Vegan zu werden bedeutet ja nicht in erster Linie, auf Dinge zu verzichten, vielmehr entdeckt man einen neuen Kontinent, auch kulinarisch. Eines meiner ersten neuen Kochbücher hieß: *Immer schon vegan*. Darin sind Rezepte aus aller Welt enthalten, die es schon gab, bevor das Wort vegan überhaupt die Runde machte. Jeden Tag entdeckte ich neue Möglichkeiten, was ich kochen könnte, mein Körper bekam eine neue Spannkraft, oder ich bildete es mir zumindest ein. Verzichtsschmerz spürte ich so gut wie gar nicht. Fleisch interessierte mich nie; nur Käse war am Anfang ein Problem, doch im Laufe der Zeit stellte sich mein Geschmack um, mittlerweile reagiert er auf die Vorstellung von verdichtetem tierischem Fett auch dann mit leichter

Aversion, wenn dieses Fett als Chèvre daherkommt. Kurzum: Es war wunderbar.

Aber mit einem solch bekifften Vortrag über mein neues Leben hätte ich wahrscheinlich alle verstört. Immerhin bin ich ja in führender Position bei einer sehr vernünftigen und seriösen Zeitung tätig. Also blieb ich recht sparsam mit Erzählungen über Leichtigkeit und Fröhlichkeit, in aller Opulenz sprach ich darüber lange Zeit nur im Vertrauen wie über ein Geheimnis.

Zugleich genoss ich eine neue Sensibilität, sie erinnerte mich an die Zeit, als ich zum ersten Mal Vater wurde: eine verschärfte Wahrnehmung für alles Laute, Dreckige und Gefährliche, in diesem Fall auch noch für die Allgegenwart von Fleisch. Es wird ja immer behauptet, der Veganismus sei schwer im Trend, eine Mode und in einer Stadt wie Berlin doch fast schon ein Must. Die Wahrheit ist völlig anders: Tier im Wein, Tier in Kartoffelchips, Tier in Tabletten, Tier in fast jedem Gericht. Unsere Kultur ist geradezu besessen davon, in alles irgendwas vom Tier zu infiltrieren. Daher die kleinen Zusammenstöße, die Reibungen, die seitdem meinen Alltag mitprägen, die Scherze nicht zu vergessen. Der Standardwitz über Veganer lautet ja: »Woran erkennt man einen Veganer? – Er erzählt es einem.« Sehr lustig. Wer nicht in einer Veganer-Blase lebt, in einem eigenen Biotop also, wer sich nicht »vegan« inklusive Gebrauchsanweisung auf die Stirn schreibt, muss unablässig reden, um nicht ständig doch irgendwas vom Tier reingeschmuggelt zu bekommen. Wussten Sie, dass in Pappardelle Ei ist, in Spaghetti aber meist nicht? Und dann die ganzen Fragen, die einen misstrauisch machen: Aber Ei geht schon, oder? Fisch dürfen Sie auch nicht? Ist aber nur ganz wenig Butter drin. Aha.

NICHTS VOM TIER – IST DAS DENN SO SCHWER!?

Tatsächlich bleibe ich fast immer freundlich, entschuldigte mich vorauseilend für die Komplikation beim Kellner, lasse dem Koch ausrichten, dass es mir leidtut, ihm Extra-Arbeit zu machen, und bedanke mich ehrlich und überschwänglich, wenn der sich was hat einfallen lassen.

Doch mit Höflichkeiten ist es beileibe nicht getan. Der Zusammenstoß der Kulturen ist unvermeidlich, auch wenn er zunächst ganz harmlos auftritt. Stufe eins: das freundliche Missverständnis. Beim Vietnamesen:

»Dieses Tofu-Curry können Sie leider doch nicht essen.«

»Oh, warum denn nicht?«

»Da ist Milch drin.«

»Tatsächlich? Was für Milch denn?«

»Kokosmilch.«

»Ach so, danke, dann mache ich heute mal eine Ausnahme.«

In Wahrheit mache ich keine Ausnahmen, schon weil sich meine Enzyme umgestellt haben und nicht mehr so leicht Fleisch oder Käse verdauen würden. Aber auch weil sich sozusagen mein ethischer Stoffwechsel verändert hat. Kokosmilch ist natürlich nicht nur nichts vom Tier, sondern im Gegenteil ein wichtiger Bestandteil veganer Küche.

Im bayerischen Hotel:

»Entschuldigung, warum sind meine Brotscheiben einzeln in Folie verpackt?«

»Mir wurde gesagt, Sie sind Veganer.«

»Ja, das stimmt, aber was hat das mit dem Brot zu tun?«

»Das ist glutenfreies Brot.«

»Oh, äh, danke.«

Das gehört zu den Grundannahmen über Veganer. Wer nichts vom Tier verspeist und trägt, der isst auch glutenfrei, trinkt keinen Alkohol und hat nur Blümchensex.

Zusammenstoß der Kulturen, Stufe zwei: Konfliktvermeidung. Die häufigste Reaktion, die man in freundlich-liberalen, mit latent schlechtem Gewissen ausgestatteten Kreisen bekommt, lautet: »Ich esse auch fast kein Fleisch mehr.«

Ich denke mir dann immer, dass das im vorliegenden Einzelfall sicher wahr ist, aber nicht so recht erklärt, wieso der Fleischkonsum in Deutschland bei üppigen und konstanten 60 Kilo pro Kopf und Jahr liegt, wobei da die Köpfe der Vegetarier (angeblich knapp zehn Millionen) und Veganer (angeblich knapp eine Million) schon mitgezählt sind.

Mit einer Kollegin in der Kantine:

»Warum isst du denn keinen Salat mit Ei? Eier legen die Hühner doch gern!«

»Da wäre ich nicht so sicher, müsste man mal mit den Hühnern sprechen.«

»Aber das liegt doch in ihrer Natur.«

»Was würdest du schätzen, wie viele Eier Hühner pro Jahr legen, wenn man sie ihnen nicht täglich wegnimmt und wenn sie ihre Eier ausbrüten dürfen?«

»200?«

»15.«

»Mahlzeit.«

»Mahlzeit.«

Zwischen sehr höflich und einem Hauch aggressiv changiert die ebenfalls häufig gestellte Frage: Stört es Sie denn, wenn wir Fleisch essen? Ich sage dann stets: Nein, gar nicht (was nicht immer stimmt). Nur als einmal in einer Runde von acht Personen alle außer mir üppige Fleischportionen vor sich stehen hatten und ich gefragt wurde, ob ich (etwa) was dagegen hätte, habe ich geantwortet: »Nein, gar nicht, aber vielleicht können wir im Gedenken an die Tiere kurz innehalten, bevor wir anfangen zu essen.« Nicht so nett.

Zusammenstoß der Kulturen, Stufe drei: erste Scharmützel.

Bei einer Party, bei der man mir freundlicherweise einen veganen Teller bereitet hat, fragt eine weitläufig Bekannte:

»Bist du etwa Veganer?«

»Ja.«

»Ah.«

»...«

»...«

Ihr Blick gleitet an mir herunter.

»Aber deine Schuhe sind aus Leder.«

»Das stimmt. Ich fände es merkwürdig, jetzt alles wegzuerwerfen, was aus Leder ist.«

»Aber konsequent ist es nicht.«

»Stimmt.«

»Und Honig?«

»Was das angeht, bin ich mir noch nicht so sicher, wie ich es handhaben will.«

»Aber ist doch auch Ausbeutung.«

»Kann man so sehen, aber darüber würde ich lieber mit anderen Veganern diskutieren als mit einer Fleischesserin.«

»Und wenn jetzt alle nur noch vegan essen, was wird dann aus den Nutztieren?«

»Darüber können wir gern sofort anfangen zu reden, sobald die Hälfte der Deutschen so weit ist.«

»Aber man muss die Sache doch zu Ende denken.«

»Mir reicht anfangen vorerst aus.«

»...«

»...«

»Und was sagst du zu Trump?«

»Schlimm, ganz schlimm.«

Vor Kurzem habe ich einen Vortrag bei der Agrarlobby gehalten, in dem ich über das Vogelsterben und die Landwirtschaft sprach. Anschließend bemerkte der Moderator, ich sei übrigens Veganer. Darauf aus dem Publikum: »Aha, dann ist ja alles klar.« Ich rief zurück: »Haben Sie Vorurteile?« Kurz darauf kam der Zwischenrufer, stellte sich vor, entschuldigte sich und sagte: »Ich habe wirklich keine Vorurteile, eine gute Freundin von mir ist auch Veganerin. Allerdings fährt sie einen SUV, glaubwürdig finde ich das nicht.« Da hat er recht, man könnte aber auch sagen: Wer das Klima durch vegane Ernährung schützt, kann ziemlich viel mit dem SUV durch die Gegend fahren, bis er den Mischköstler überholt hat.

Es ist ein wenig so, als wenn jemand zum Christentum übertritt und dann von allen gefragt wird, ob er denn von Stund an auch ganz genauso lebt wie Jesus Christus. Die Logik dabei ist klar: Wer nicht ganz konsequent ist, der ist ein Heuchler. Wer ganz konsequent ist, der ist ein Fanatiker.

Kampf der Kulturen, Stufe vier: offene Feldschlacht.

Ehrlich gesagt ist das genau die Stufe der Konfrontation, die ich nach Kräften vermeide, der ich bislang erfolgreich ausweichen konnte und die auch hier in diesem Text nicht in voller Stärke stattfinden wird.

Vegan zu leben, das bedeutet, auszusteigen aus der Selbstmissionierung dieser Gesellschaft zum Fleisch hin und zum Benutzen von Tieren. Und wer nicht mehr durch Schuldabwehr und kulturell gestütztes Wegsehen geschützt ist, der guckt unwillkürlich hin, der sieht, was mit den Tieren geschieht, der tut sich die Folgen dieser fleischorientierten Landwirtschaft ganz an, der lässt zu, was sonst kunstvoll verdrängt wird: 80 Millionen Deutsche leben mit 27 Millionen Schweinen zusammen, mit 12 Millionen Rindern und 2 Millionen Schafen, mit 41 Millionen Legehennen. Auf der Welt übertrifft die Biomasse aller »Nutztiere« mittlerweile bei Weitem die der Menschen und die aller wild lebenden Tiere zusammen. Wir leben im Zeitalter des Fleisches. Den allermeisten Tieren geht es dabei dreckig, sehr viele sind krank, sie leiden unendlich an Langeweile, Enge und Todesangst; das gilt leider auch für die mickrigen zwei Prozent Biofleisch, diesen Tieren geht es besser, aber längst nicht gut; wer sich die allermeisten Lachsfarmen anschaut, dem wird übel; die immer

JEDER GESUNDE
VEGANER IST
EIN BEWEIS DAFÜR,

DASS MAN
KEINE TIERE
QUÄLEN
MUSS

mehr auf maximalen Milchausstoß gezüchteten Milchtierassen bringen deformierte Kühe hervor, die wegen ihres beschissenen Daseins lange vor ihrer normalen Lebenserwartung sterben. Die männlichen Kälber, Geißlein und Küken sind vor allem eines: überflüssig, man weiß oft nicht mehr, wohin mit ihnen. Die exzessive Tierproduktion zerstört die uns bekannte Landschaft, das, was wir Heimat nennen, gefährdet immer mehr Vogelarten und macht die Lebensgrundlagen von Insekten kaputt. Die Wirkungen der fleischbesessenen Landwirtschaft auf die Klimaerwärmung sind noch verheerender als die des Autoverkehrs. Um unsere Tiere zu füttern, wird in Lateinamerika der Regenwald abgeholzt. Die gesundheitlichen Folgen des Fleisch- und Milchkonsums sind so gigantisch wie die Kosten, die sie verursachen. Und da sind die Leugnungsneurosen dieser Gesellschaft noch so wenig enthalten wie die Suizide der Schlächter.

ALLES SCHMECKT NACH WURST, WENN SENF DRAUF IST

Die ganze Sache ist so verrückt und auch so inhuman, dass man sich irgendwann fragt, wie es so weit kommen konnte. Diese Frage richtet sich selbstverständlich auch an mich selbst, gehörte ich doch über lange Strecken meines Lebens zur fleisshessenden oder zumindest zur milchtrinkenden Gemeinde. Meine Erklärung jenseits von Profitgier und Lobbyismus lautet: Die Trennung von Tier, Tod und Fleisch funktioniert immer noch gut; was wir tun, verheimlicht uns schon die Sprache, die dabei zugleich das schlechte Gewissen des kollektiven Unterbewusstseins enthüllt. Immer wird das Tier als das ganz Andere, das Niedere undefiniert: Maul statt Mund, Fressen statt Essen, Saufen statt Trinken, Werfen statt Gebären, Wurf statt Babys, Herde statt Gemeinschaft. Keine Angst, das soll jetzt nicht auch noch der politischen Korrektheit unterworfen werden, aber die Frage sei erlaubt: Warum muss das, was gleich ist, anders bezeichnet werden? Und warum hat es alles einen abwertenden Beigeschmack? Sollen diese Begriffe etwas begründen, was eigentlich nicht gut zu begründen ist, erteilen sie uns eine linguistische Erlaubnis? Ohnehin scheint eine so folgenreiche Besessenheit von Fleisch und tierischen Produkten nur denkbar, wenn sie ganz allmählich entsteht. Zunächst aßen wenige Menschen überhaupt Fleisch und viele fast keins, dann aßen wenige Menschen viel Fleisch und viele wenig, bis dann nach dem Zweiten Weltkrieg viele Menschen viel Fleisch zu essen begannen – und dann immer mehr. Unmerklich schleicht sich in die Normalität etwas Fana-

tisches, die Selbstverständlichkeit wird zur Herrschaftsideologie. Der Prozess ist schleichend, das Ergebnis ist niederschmetternd. Man könnte schreien. Tut es aber nicht.

All das sage ich normalerweise eben gerade nicht, weil ich, wie gesagt, die offene Konfrontation vermeiden möchte, nicht zuletzt weil man ja auch merken würde, dass ich damit nicht nur mein Gegenüber angreife, sondern auch mein Selbst früherer Jahre. Ich trage schon auch einen gewissen Ekel in mir gegen die Phasen meines Lebens, die unter dem Motto standen: für mich bitte von allem, und von allem nur das Beste. Mir gehört die Welt, also esse ich sie auf.

Doch – und das ist meine zentrale Erfahrung dieses Jahres – liegt die eigentliche Provokation eines Veganers gar nicht in dem, was er sagt, sondern in dem, was er ist. Jeder gesunde (und muntere) Veganer ist ein lebender Beweis dafür, dass man Tiere nicht töten oder quälen muss, um zu leben – und zwar gut zu leben. Er widerlegt damit die von der herrschenden Kultur mehr gemurmelt als ausgesprochene Antwort auf die Frage nach dem WARUM: Warum tun wir das, warum dürfen wir das?

Nein, man braucht es nicht zum Leben. Nein, man kann das Töten und Benutzen von Tieren nicht begründen, wenn der Mensch auch ohne gut leben kann. Der Veganer verkörpert indirekt, aber beunruhigend wirkungsvoll die ehrliche Antwort auf die Frage, warum in diesem Land auf so hoher Eskalationsstufe Tiere gehalten werden und Fleisch gegessen wird, trotz all der gravierenden Folgen. Und diese Antwort lautet: Weil es schmeckt.

Und da dies hier eine gute Gesellschaft sein will, kann sie diese Antwort nur schwer ertragen, weswegen die Frage nach dem WARUM tunlichst vermieden werden muss. Dabei stehen Veganer und Veganerinnen störend in der Landschaft rum, sie unterbrechen die Selbstmissionierung der karnivoren Gesellschaft und werden deswegen am liebsten als was beschimpft? Genau, als Missionare. Oder als Radikale. Tatsächlich habe ich mich in diesem Jahr radikalisiert, jedenfalls wenn man die Normalität in diesem Land als Norm akzeptiert. Aus meiner Sicht habe ich mich von der Radikalisierung dieser Gesellschaft gelöst. Oder sehe ich die Welt zu moralisch? Nun, es ist natürlich ein starkes moralisches Urteil, dass man Tiere nicht töten darf (jedenfalls nicht nur für den Geschmack); es ist aber auch ein starkes moralisches Urteil, dass man es darf, eine existenzielle Anmaßung auf wackeligen ethischen Beinen. Dieses moralische Urteil muss jedoch als Urteil nicht hervortreten, solange die Mehrheitskultur es vermag, das Skandalöse als das Selbstverständliche erscheinen zu lassen und das Bizarre als das Normale.

Dennoch treten Veganer auch oft missionarisch auf, das ist schon wahr, bei dem einen oder der anderen mag die eigene moralische Überlegenheit noch wichtiger sein als die Liebe zum Tier, zuweilen entwickeln sie, nein: wir eine Art Gegenneurose. Und das nervt alles gewaltig, keine Frage. Aber sind Avantgarden nicht immer so? War es nicht in den Achtzigerjahren mit dem Vegetarismus ganz genauso?

Womit man bei der mörderischen Frage wäre: Wer spinnt hier eigentlich – die Veganer oder die anderen?

Hoffentlich weder noch.

Im Mai besuchte ich eine Geburtstagsfeier, der Jubilar war knapp über 80, die meisten seiner Gäste ein paar Jahre jünger. Den ganzen Tag aß und trank man recht heiter vor sich hin, das Gespräch drehte sich vorwiegend um zweierlei: die eigene Gesundheit und den für das Abendessen versprochenen Braten. Die gesundheitlichen Probleme wurden dabei halb weggeschüttelt und halb eingestanden. Angesichts von durchschnittlich etwa fünfzehn Kilo Übergewicht pro Kopf war komplettes Leugnen ohnehin zwecklos. Meist ging es um Gelenke, Gicht, Kreislauf und dergleichen. Alle gaben mehr oder weniger deutlich zu erkennen, dass die Probleme mit der Ernährung zu tun hätten. Es ist heute eben, anders als in den Siebzigerjahren, sehr schwierig und anstrengend, nichts zu wissen. Allerdings verfügte offenbar jeder in der Runde über einen Arzt, der ihm sagte, all die Krankheiten seien eben altersbedingt und durch Tabletten heilbar; ein bisschen Schicksal und ein bisschen Pharmazie, so ließ sich das Thema in der Schwebelage halten, nur los wurde man es den ganzen Tag nicht. Als am Abend endlich der Braten aufgetischt wurde, stellte sich der Genuss indessen nicht recht ein, man war einfach nicht mehr hungrig genug, die Sahnetorte am Nachmittag hatte offenbar eine durchschlagende Wirkung entfaltet.

Was ich der Runde am liebsten zugerufen hätte, gewissermaßen als mein veganes Friedens- und Freudeangebot: Ihr könnt euch ein Stück von der Macht über das Altern zurückholen, ihr seid weder der unerbittlichen Natur ganz ausgeliefert noch den Ärzten, noch der Schwerkraft. Wenn ihr beschließt, dass 4000 Kilo Fleisch und 1600 Kilo Käse jetzt mal genug sind für ein Leben, dann habt ihr es in der Hand.

Ich hätte ihnen gern erzählt, was ich in diesem ersten veganen Jahr erfahren habe: Dieser Fluch des Alterns, dem ich nun auch schon seit einer Weile unterliege, dass man eben entweder jedes Jahr immer mehr hungert oder jedes Jahr ein Kilo zunimmt, dieser tägliche Kampf mit den Pfunden und dem Gewissen, mit den einen Diäten und den anderen, mit Jo und Jo – dieser Fluch lässt sich bannen. Oder zumindest zähmen. Natürlich kann man auch als Veganer dick werden und als Mischköstler dünn bleiben – doch die Wahrscheinlichkeit spricht dagegen, dafür sind zu viele tierische Fette und menschliche Gewohnheiten im Spiel.

Mir ermöglicht diese neue Ernährung jedenfalls, auch mal wieder nachlässig sein zu können, mich satt essen zu können, ich

muss mein Gewicht nicht halten, es hält sich (fast) von selbst. Meine 87 Kilo, das sind vier zu viel, sagt meine Ärztin. Aber sie bleiben 87 Kilo. Und was den Geschmack und die Gelüste angeht, so habe ich etwas gelernt: Meist ist es gar nicht das Fleisch, was man möchte, sondern bloß das Deftige, das man damit verbindet. Aber vegan kann definitiv auch deftig. Und fast alles schmeckt übrigens nach Wurst, wenn man Senf draufschmiert. Was mir auch aufgefallen ist: Oft hat der Heiß- und Suchthunger mehr mit Sentimentalität zu tun als mit Appetit, wir versuchen Kindheitsgefühle zurückzuholen – die Nutella-Heimlichkeit, die Flips-Geselligkeit, die Plockwurst-Ehrlichkeit, die Pfannkuchen-Gemütlichkeit. Ich stehe zu meiner Sentimentalität, aber wenn ich ganz ehrlich bin: So richtig stellen sich die Gefühle schon lange nicht mehr ein, man zahlt für ziemlich wenig Kindheit mit recht vielen Kalorien und furchtbar schlechten Fetten. So viele Chips kann ich gar nicht essen, dass *das aktuelle sportstudio* mir wieder als Wochenhöhepunkt vorkommt. Und Pfannkuchen gehen auch vegan.

So banal ist die ganze Sache und auch wieder so monumental: Der Veganismus gehört zu den großartigsten, schönsten und sanftesten Entdeckungen der Menschheit, denn er bietet die Möglichkeit, zu leben, ohne Tiere zu töten oder zu quälen, er befreit vom Zwang, zu leugnen und zu verdrängen, er tut niemandem etwas zuleide und setzt mit alledem gewaltige Energien frei. Und nebenbei gesagt: Leichter und billiger lässt sich der Planet kaum retten.

Vielleicht funktioniert das nicht für jeden und nicht zu jeder Zeit, das weiß ich nicht. Eines aber kann ich nach diesem Jahr sagen: Lange nicht so gut gefühlt. Die Euphorie hält an, ich kann nichts dagegen tun.

Und der Koch in unserer Kantine bietet seit ein paar Monaten auch ein veganes Gericht an. Ihm will ich danken.