

CHRISTIAN OPITZ

*Ernährung für
Mensch und Erde*

Grundlagen einer neuen Ethik des Essens

CHRISTIAN OPITZ wurde 1970 in Berlin geboren. Schon in den ersten Lebensjahren fiel er durch seine phänomenale Intelligenz auf. Vom sechsten Lebensjahr an beschäftigte er sich intensiv mit Naturwissenschaften, vor allem Biologie und Atomphysik. Mit zwölf Jahren wandte er sich den Bereichen Ernährung und ganzheitliche Gesundheit zu. In den folgenden sieben Jahren entwickelte Christian Opitz bahnbrechende neue Konzepte zum theoretischen Verständnis und zur praktischen Anwendung der Naturgesetze für Ernährung, Naturheilkunde und geistige Entwicklung.

Seit 1989 verbreitet er seine Erkenntnisse durch Vorträge und schriftliche Publikationen. Er hat Tausenden von Menschen zu einer besseren Gesundheit und einem tieferen Verständnis der Ordnungsgesetze des Lebens verholfen. Als Präsident von „EarthSave Deutschland“, einer ganzheitlich-ökologischen Organisation, bemüht sich Christian Opitz darum, sowohl den einzelnen Menschen wie auch dem Leben auf der Erde insgesamt zu dienen.

Gestaltung und Satz: Trisign Kommunikation, Pfaffenwiesbach
Umschlaggestaltung: David Barclay
Titelillustration: Andrea Opitz

© Hans-Nietsch-Verlag, 1995

Alle Rechte vorbehalten.

Nachdruck nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Verlages gestattet.

ISBN 978-3-929475-07-4

Hans-Nietsch-Verlag, Am Himmelreich 7, 79312 Emmendingen

E-Mail: info@nietsch.de; Internet: www.nietsch.de

TEIL I	DIE EINHEIT DES LEBENS	9
1	Vom Seelenleben der Tiere	9
2	Eine Botschaft an die Menschheit	14
3	Alle Dinge sind miteinander verbunden	16
4	Das neue Denken in der Wissenschaft	18
5	Der ganz normale Holocaust	24
6	Alle Lebewesen haben einen Platz in der Schöpfung	30
7	Fleisch, Welthunger und Umweltschutz	34
8	Vegetarismus in den Weltreligionen	39
9	Die Einheit des Lebens ist die Zukunft des Lebens	50
TEIL II	EIN NEUES GESUNDHEITSKONZEPT	53
1	Ein neues Gesundheitskonzept ist notwendig	53
2	Krankheit ist keine Laune der Natur	56
3	Die mechanistische Lebensauffassung	60
4	Die konventionelle Ernährungslehre	62
5	Grenzen und Fehler der alten Konzepte	63
6	Die Nullpunkt-Energie, der Ursprung des Lebens	71
7	Die SOEFs	74
8	Die Lebenden Makromoleküle, der Schlüssel zum Leben	77
9	Gesundheit ist Ordnung	79
TEIL III	GESUNDHEITSRISIKEN DURCH TIERISCHE NAHRUNG	82
1	Fleisch ist kein Stück Lebenskraft	82
2	Der Eiweißmythos	85
3	Milch und Milchprodukte	96
4	Tierische Nahrung als Krankheitsursache	103
5	Bestätigung in der Praxis	113

TEIL IV	ERNÄHRUNG FÜR EINE NEUE WELT	121
1	Konventioneller und biologischer Anbau	122
2	Die Auswirkungen des Kochens	124
3	Gefahr durch Mikrowellen	129
4	Aus der Fabrik auf den Tisch	133
5	Was Sie tun können	139
6	Kreative Rohkostküche	147
7	Das Wunder des Fastens	166
8	Ernährung für Mutter und Kind	169
TEIL V	DIE RÜCKKEHR ZUR EINHEIT	178
	LITERATURVERZEICHNIS	187

Die Einheit des Lebens

VOM SEELENLEBEN DER TIERE

Der heilige Franziskus von Assisi ist durch sein außergewöhnliches Leben als eine Verkörperung wahrer Nächstenliebe weltweit bekannt. Sein Mitgefühl galt allen Geschöpfen Gottes gleichermaßen. Er setzte sich genauso nachdrücklich für das Wohl der Tiere ein wie für das der Menschen. Eines Tages sah Franziskus einen Bauern mit Steinen nach einem Schwarm von Raben werfen, der in einem großen Apfelbaum saß. „Warum tust Du das?“, fragte Franziskus den Bauern. „Diese verdammten Vögel fressen mir noch meine ganze Ernte weg“, antwortete dieser wütend. Daraufhin wandte sich Franziskus den Raben zu und sprach mit ihnen. Er erzählte ihnen, daß hinter der nahegelegenen Hügelkette ein Getreidefeld sei, das nicht mehr bestellt würde. Dort könnten sie sich ohne Gefahr sattessen. Die Raben flogen davon, und der Bauer blickte dem heiligen Franziskus, der weiter seines Weges zog, voller Erstaunen nach.

Ich wünsche mir, daß eines Tages alle Menschen lernen, unseren Mitgeschöpfen im Tierreich mit einem solchen Verständnis zu begegnen. Ich wünsche mir, daß wir - wie dieser Bauer - erkennen, daß Güte allen Geschöpfen gegenüber zu unserem eigenen Besten ist. Ich wünsche mir, daß wir erkennen, daß unser Glück und das Glück der Tiere das gleiche ist - eine uns allen innewohnende Kraft, zu deren Entfaltung wir in Liebe und Weisheit handeln müssen.

■ Ein Denkmal für Bobby

Überall auf der Welt können wir Denkmäler berühmter Persönlichkeiten betrachten. Sie sollen uns offensichtlich an den besonderen Einfluß dieser Persönlichkeiten auf die Geschichte erinnern.

Diese Absicht führte wohl auch zur Errichtung eines Denkmals auf dem Greyfriar Square, einem öffentlichen Platz in der schottischen Hauptstadt Edinburgh. Ungewöhnlich ist dieses Monument dennoch, da es nicht an einen Menschen erinnert, sondern an einen schottischen Terrier namens Bobby.

Bobby war ein herrenloser Straßenhund, der, wie wohl die meisten seiner Leidensgenossen, von den Menschen schlecht behandelt wurde und sich sein Essen aus dem Müll suchen mußte. Doch eines Tages hatte Jock, ein alter schwerkranker Mann aus der Gegend, Mitleid mit dem kleinen Hund. Er konnte zwar nicht viel für ihn tun, aber er kaufte ihm eine Mahlzeit in einem Restaurant.

Wenig später starb Jock. Dem Prozessionszug schloß sich auch Bobby an. Nach der Beerdigung setzte sich Bobby neben dem Grab seines verstorbenen Wohltäters nieder. Die Friedhofsangestellten versuchten, ihn zunächst mit Fußritten, dann auch mit Steinwürfen zu vertreiben, aber Bobby verteidigte tapfer seinen Platz. Von nun an verließ Bobby seine Grabwache nur einmal täglich am Nachmittag, um kurz nach etwas Eßbarem zu suchen. Ansonsten saß er mit unerschütterlicher Treue neben Jocks Grab, Tag und Nacht, Sommer wie Winter, vierzehn Jahre lang.

Als Bobby schließlich neben dem Grab von Jock starb, waren die Menschen von der großen Dankbarkeit des kleinen Hundes so beeindruckt, daß sie sein Andenken durch ein Denkmal verewigten.^[1] (*siehe Literaturverzeichnis S...ff*)

Nicht nur die Menschen von Edinburgh, sondern wir alle können etwas sehr Wichtiges von Bobby lernen: Tiere sind zu ebenso tiefen und bewundernswerten Gefühlen fähig wie wir Menschen. Tiere empfinden Liebe, Hingabe, Treue, aber auch Schmerz wie wir. In unserer anthro-

pozentrischen Welt sind wir geneigt, den Menschen als überragendes Wesen zu betrachten, dem alle anderen Lebensformen untergeordnet sind. Diese Ansicht wird unter anderem durch das Vorurteil getragen, Tiere seien in ihrem Verhalten praktisch ausschließlich von Instinkten und angeborenen Überlebensmustern geprägt. Ein tiefgreifendes geistiges Wesen, eine Seele, wird unseren Mitgeschöpfen im Tierreich zumeist abgesprochen. Dabei genügt ein wenig Beobachten - mit Augen und Herz - um sich eines Besseren belehren zu lassen.

■ **Selbstlose Delphine**

Daß Tiere eine Seele haben, zeigt auch folgende Geschichte. 1971 befand sich Yvonne Wladislawitsch an Bord einer Jacht im Indischen Ozean. Durch eine Explosion sank das Schiff, und Yvonne schwamm, von panischer Angst getrieben, um ihr Leben. Von Land oder anderen Schiffen war weit und breit keine Spur, und in dem Gebiet, wo das Schiff untergegangen war, gab es etliche Haie. Yvonne Wladislawitschs Überlebenschancen wären gleich Null gewesen, hätten nicht drei Delphine eingegriffen. Einer schwamm unterhalb ihres Körpers an die Wasseroberfläche, so daß sie sich auf seinen Rumpf setzen konnte. Die beiden anderen schwammen in Kreisen um dieses seltsame Pärchen, um Haie fernzuhalten. Auf diese Weise begleiteten die Delphine Yvonne über 320 Kilometer auf offener See und setzten sie schließlich an einer Markierungsboje ab. Kurz darauf kam ein Schiff und nahm die völlig erschöpfte Frau an Bord.^[2]

Kann es etwas Größeres und Edleres geben als den selbstlosen Einsatz zur Rettung eines anderen Lebens?

■ **Dummes Huhn?!**

Der Ausdruck „dummes Huhn“ zeigt auf, daß wir Menschen die Intelligenz dieser Tierart nicht gerade hoch einschätzen. Vielleicht kommt dies daher, daß Hühner in ihrem Gang und mit ihren Kopfbewegungen etwas unbeholfen wirken.

Ein amerikanischer Naturforscher fand eines Tages die Fehleinschätzung der Intelligenz von Hühnern bestätigt. Als er einem Huhn Eier von Guinea-Vögeln ins Nest legte, brütete das Huhn diese Eier aus, als wären es die eigenen. Der Forscher dachte natürlich, das Unterscheidungsvermögen des Huhns sei nicht ausreichend, um fremde von eigenen Eiern unterscheiden zu können.

Welche Überraschung erlebte er aber, als die Küken aus den besagten Eiern schlüpften. Obwohl das Huhn noch nie in seinem Leben solche Vögel gesehen hatte, machte es sich ohne Umschweife auf den Weg zum nächsten Ameisenhaufen. Dort pickte es eine Anzahl von Larven aus der Erde. Hühner würden niemals ihrem eigenen Nachwuchs Ameisenlarven anbieten oder sie selbst verzehren. Für Guinea-Küken aber sind Ameisenlarven die optimale Nahrung.^[3]

Dieses Huhn hatte noch nie zuvor in seinem Leben Kontakt mit Guinea-Vögeln gehabt. Welcher Mensch könnte auf Anhieb wissen, welche Nahrung ein ihm völlig fremder Vogel im Jungstadium benötigt? Offensichtlich verfügen Hühner über eine Art von Intelligenz, von der wir Menschen im allgemeinen nicht die geringste Spur besitzen.

Als ich zum ersten Mal von diesem Vorfall hörte, war ich wirklich beeindruckt. Wie jeder andere auch war ich in meinem Denken über Tiere von unserer Gesellschaft geprägt. Und innerhalb dieser Denkmuster gibt es nun einmal bestimmte Vorstellungen von dem, was Tiere können und was nicht. Eine Intelligenzleistung, zu der ein Tier fähig ist, ein Mensch aber nicht, konnte ich mir einfach nicht vorstellen. Aber der einzige Grund dafür war die Trübung meines Auffassungsvermögens durch Stolz und Oberflächlichkeit.

Der oben aufgeführte Vorfall ist keineswegs die einzige Leistung eines Huhns, welche die Auffassung vom „dummen Huhn“ widerlegt. Das in Neuseeland beheimatete Talegalla-Huhn hat eine Brutmethode entwickelt, die Sensibilität und Intelligenz in einem hohen Maß erfordert.

Sobald die Eier gelegt sind, bedeckt das Talegalla-Huhn diese mit einem großen Haufen Laub. Durch die einsetzende Verrottung wird

Wärme erzeugt, die zum Ausbrüten der Eier führt. Im Laufe dieses Prozesses kontrolliert das Huhn ständig die Temperatur und legt bei Bedarf Laub nach. Dabei ist es lebenswichtig, daß die Laubmengen exakt bemessen werden, denn wenn die Temperatur nur ein wenig vom Idealwert abweicht, können die Küken nicht überleben. Außerdem muß das Huhn die richtige Art von Laub auswählen, damit die richtige Verrottungsgeschwindigkeit eingehalten wird.

Eine derartige Präzisionsleistung ist dem Menschen erst seit einigen Jahrzehnten durch aufwendige Labortechnik möglich. Aber schon seit Jahrtausenden, lange bevor der Mensch den Brutkasten erfand, brütete das Talegalla-Huhn seine Eier mit dieser raffinierten Methode aus.

Beobachten wir einmal unsere Mitgeschöpfe im Tierreich mit einem wachen Geist, so erhalten wir eine nicht endende Vorstellung von Wundern, die uns wieder mit angemessenem Respekt vor allen Lebensformen erfüllt.

■ Ein ungewöhnlicher Schiffslotse

Die D'Urville-Inselgruppe bei Neuseeland ist von der Schifffahrt gleichermaßen frequentiert wie gefürchtet. Die Durchfahrt durch die Inseln, der Französische Paß, ist voller gefährlicher Riffe. Viele Schiffsunglücke mit zahllosen Opfern bestätigen die Berühmtheit dieses Passes. Doch in der Zeit, in der Pelorus Jack am Werk war, konnten sich die Seefahrer in Sicherheit wiegen.

Pelorus Jack war ein Delphin. Er wurde im Sommer 1912 zum ersten Mal von Matrosen der Brindle, eines Schiffes aus Boston, gesehen, als dieses sich dem Französischen Paß näherte. Die Besatzung stellte schließlich fest, daß der Delphin das Schiff sicher an den gefährlichen Riffen, die unter der Wasseroberfläche versteckt lagen, vorbeiführte. Von nun an geleitete Pelorus Jack jedes Schiff durch die D'Urville-Inseln.

Hunderte, wenn nicht Tausende von Menschen verdanken diesem Tier ihr Leben, denn wenn Pelorus Jack ein Schiff führte, bekam es nie auch nur die kleinste Schramme ab. Die Seeleute gewöhnten sich so sehr

an ihren neuen Helfer, daß schließlich jedes Schiff am Eingang des Französischen Passes wartete, bis der treue Delphin kam, um seinen Dienst zu verrichten. In den vielen Jahren, in denen er Schiffe führte, nahm er sich keinen einzigen Urlaubstag.

Eines Tages, im Juli 1916, durchquerte ein Schiff namens „Penguin“ den Französischen Paß, natürlich von Pelorus Jack geführt. Ein betrunkenener Passagier nahm ein Gewehr und schoß auf den Delphin, der schwer verwundet abtauchte. Die Passagiere hätten den betrunkenen Passagier beinahe gelyncht, und die Penguin mußte ohne die gewohnte Führung ihren Weg finden. Alle glaubten nun, Pelorus Jack sei tot, da er einige Wochen lang nicht zu sehen war. Aber schließlich tauchte er mit verheilter Wunde auf und begann zum allgemeinen Erstaunen wieder, jedes Schiff durch den Französischen Paß zu lotsen. Offenbar hatte er der menschlichen Rasse großmütig vergeben. Jedes Schiff? Nun, eine Ausnahme machte Pelorus Jack. Die „Penguin“ bekam ihn nie wieder zu sehen und mußte fortan ohne seine Dienste auskommen. Wenig später sank die Penguin im Französischen Paß, wobei die meisten Passagiere und Besatzungsmitglieder ertranken.^[4]

2

EINE BOTSCHAFT AN DIE MENSCHHEIT

*„Alle Gebilde der Schöpfung
sind Kinder des einen Vaters und daher Brüder.“*

FRANZISKUS VON ASSISI

Die hier beschriebenen Ereignisse enthalten nach meiner Ansicht eine wichtige Botschaft. Sie sagen uns, daß andere Geschöpfe von den gleichen Empfindungen durchdrungen sind wie wir Menschen. Sie besitzen wie wir einzigartige Formen von Intelligenz, Würde und Schönheit. Der indische Weise Swami Vivekananda drückte dies folgendermaßen aus: „Zwischen mir und dem kleinsten Tier liegt der Unterschied nur in der

Erscheinungsform, im Prinzip sind wir das gleiche. Das Tier ist mein Bruder und besitzt die gleiche Seele wie ich.“^[5]

Wenn ich mir die oben aufgeführten Begebenheiten vor Augen halte, wenn ich mich an das herzerwärmende Gefühl erinnere, das mich überkommt, wenn ich ein Reh über ein Feld laufen sehe, einem Hund über das Fell streiche oder einer Kuh in die Augen schaue, so kann ich nicht anders, als den Worten von Vivekananda zuzustimmen. Wer kennt nicht diese zu Herzen gehende Freude, die uns Tiere bereiten können?

Doch in unserer „modernen“ Gesellschaft herrscht der Glaube vor, daß wir unser Lebensglück isoliert oder sogar auf Kosten anderer Menschen und anderer Lebewesen erreichen müssen. Aus dieser Einstellung erwächst der heute übliche Konkurrenzdruck, der sich durch Berufsleben, Politik, Wirtschaft, Sport und selbst die Kunst zieht. Für ein harmonisches Miteinander von Menschen, Tieren und der gesamten Natur scheint in der von Konkurrenz geprägten Leistungsgesellschaft kein Platz. Tiere werden unter schrecklichen Bedingungen gemästet und am Fließband geschlachtet, um den menschlichen Gaumen zu befriedigen. Zu unserer Unterhaltung werden Delphine, Tiger, Elephanten oder Pferde für Tiershows und Zirkusauftritte gequält. In Tierversuchslabors werden Tiere mit den unglaublichsten Methoden malträtiert, obwohl wissenschaftlich eindeutig erwiesen ist, daß diese Versuche überhaupt keinen Nutzen bringen.^[6,7] Besitzer von Tiermast-Betrieben verkünden heutzutage öffentlich, daß sich die Produktion von Masttieren nicht im geringsten von der Produktion von Büroklammern oder Kühlschränken unterscheidet.^[8]

Sollten aber nicht die Einblicke in das tiefe Empfinden der Tiere, die wir durch Ereignisse erhalten, wie sie hier beschrieben wurden, unsere Einstellung zu anderen Lebewesen in eine ganz andere Richtung lenken?

 ALLE DINGE SIND MITEINANDER VERBUNDEN

„Ich bin Leben, das leben will, inmitten von Leben, das leben will.“

ALBERT SCHWEITZER

Immer mehr Menschen ändern in dieser Zeit ihr Denken in bezug auf andere Lebensformen und damit auch ihre Lebensweise. Der Materialismus hat für sie ausgedient, weil sie erkennen, daß er uns keinen inneren und schon gar keinen äußeren Frieden schenkt. Dauerhafte Lebensfreude, eine Erfüllung, die mehr ist als ein momentaner Genuß, kann auch durch noch so beeindruckende Fortschritte in Wissenschaft, Technik und den Möglichkeiten der Kommunikation und Unterhaltung nicht erreicht werden. Sie bleibt, wie zu allen Zeiten, demjenigen vorbehalten, der „sich selbst in allen Dingen und alle Dinge in sich erkennt“.^[9]

Diese alte, neu entdeckte Lebenshaltung ist durchdrungen von einem Grundsatz, der sich wie ein roter Faden durch die großen Philosophien des Morgen- und Abendlandes, durch die ursprünglichen Lehren der Weltreligionen und das Gedankengut fast aller Naturvölker zieht: Alles Leben, alles Existierende entspringt dem gleichen kosmischen Ursprung, der in den verschiedenen Kulturen als Gott, Tao, Allah, Brahma, Nirwana oder Poe bezeichnet wird. Alle Dinge sind in ihrem Wesenskern individualisierte Teile Gottes. Da alles Geschaffene untrennbar mit dem Göttlichen verbunden ist, sind auch alle Schöpfungsteile untrennbar miteinander verbunden. Trotz ihrer immensen Vielfalt ist die ganze Schöpfung letzten Endes eine Einheit, da alle Dinge im göttlichen Ursprung durch Liebe verbunden sind.

Gott ist Liebe und grenzenlose Freude. Der Gottesfunken in uns hat den Drang, diese Qualitäten auch in unserem äußeren Wesen zum Ausdruck zu bringen. Warum, so könnte man fragen, gibt es dann soviel Leid?

Die Erschaffung von Individuen, durch die sich die göttliche Einheit in der Vielfalt ausdrückt, hat nur dann einen Sinn, wenn die Geschöpfe einen freien Willen haben. Der freie Wille verpflichtet aber jedes

Lebewesen zu verantwortungsvollem Handeln. Der Mensch kann sich sowohl für egoistische und damit leidbringende Taten wie auch für ein Leben in Liebe und Harmonie mit der Schöpfung entscheiden. ^[10,11]

Da Tiere von dem gleichen Wesenskern erfüllt sind wie wir Menschen, schulden wir ihnen dieselbe Rücksichtnahme wie unseresgleichen. Tiere empfinden Freude und Schmerz nicht weniger intensiv als Menschen, denn sie sind in ihrem Innersten Seele, eine Ausdrucksform der kosmischen Schöpfungskraft, die sich nur in einen anderen Körper gekleidet hat als wir.

Kein Lebewesen auf der Welt ist ohne die Hilfe anderer lebensfähig. Dies bedeutet aber auch, daß nicht eine Gattung unbegrenzt lange auf Kosten anderer Lebensformen leben kann. Doch der Mensch glaubt, er habe das Recht, sich von der Natur und den Tieren zu nehmen, was er will, ohne nach den Folgen zu fragen. Über die Folgen dieser Ausbeuter-Mentalität sind unzählige Bücher geschrieben worden, und viele Menschen haben begonnen, sich für den Umwelt- und Tierschutz zu engagieren, um eine Veränderung herbeizuführen. Die Zeichen der Selbstzerstörung des Menschen durch blindwütiges Ausnutzen anderer Schöpfungsteile sind ja auch wirklich unübersehbar geworden. Aber bereits lange bevor die westlich-industrialisierte Welt sich an die Grenzen der Überlebensfähigkeit gebracht hat, wurde sie von weisen Menschen, die sich ihrer Verbundenheit mit allem Leben noch bewußt waren, gewarnt.

Ein solcher Mensch war der Indianerhäuptling Seattle. Als er und sein Volk im vorigen Jahrhundert gezwungen wurden, ihr Land zu verlassen, hielt er als Antwort auf die Forderungen der amerikanischen Regierung eine Rede. Sie ging als eines der ausdrucksvollsten Plädoyers für die Achtung der Natur und der Tiere in die Geschichte ein. Nachfolgend einige Auszüge aus dieser Rede:

„Wir sind ein Teil der Erde und sie ist ein Teil von uns. Die duftenden Blumen sind unsere Schwestern; der Hirsch, das Pferd, der Adler - das sind unsere Brüder. Die felsigen Berggipfel, die saftigen Wiesen, die Ponys und der Mensch, sie alle gehören der gleichen Familie an.“

Wir wissen, daß der weiße Mann unsere Lebensweise nicht versteht. Der eine oder andere Teil des Landes ist ihm gleich, er ist wie ein Fremder, der in der Nacht erscheint und dem Lande das nimmt, was er braucht. Die Erde ist nicht sein Bruder, sondern sein Feind.

Das eine wissen wir: Unser Gott ist der gleiche. Diese Erde ist Ihm kostbar. Dies wissen wir: Die Erde gehört nicht dem Menschen, der Mensch gehört zur Erde. Dies wissen wir: Alle Dinge sind miteinander verbunden, wie das Blut, das eine Familie verbindet. Alle Dinge sind miteinander verbunden. Was immer mit der Erde geschieht, geschieht mit den Söhnen der Erde. Was immer der Mensch den Tieren antut, tut er sich selbst an. Der Mensch hat das Netz des Lebens nicht selbst gewoben, er ist lediglich ein Faden darin. Was immer er dem Netz antut, tut er sich selbst an.“^[12]

4

DAS NEUE DENKEN IN DER WISSENSCHAFT

Häuptling Seattle besaß eine Weisheit, nach der man in den Lehrinhalten der Universitäten dieser Welt vergeblich sucht. Der nüchterne, analytische Verstand westlicher Menschen kann mit Erkenntnissen, die aus dem Herzen kommen, zumeist recht wenig anfangen. Wozu an einen geistigen Ursprung des Lebens und eine Verbundenheit aller Dinge glauben, wo doch unsere moderne Naturwissenschaft alles exakt analysieren kann, was existiert?

Lange Zeit habe ich selbst so gedacht. Von klein auf verspürte ich die tiefe Sehnsucht, das Rätsel unseres Daseins zu lösen. Die Naturwissenschaft erschien mir die einzige geeignete Quelle des Wissens über das Wesen des Universums und des Lebens zu sein. Auf der Suche nach den Geheimnissen des Lebens verschlang ich fasziniert alle erreichbaren Publikationen über die neuesten naturwissenschaftlichen Erkenntnisse. Doch irgendwann merkte ich, daß etwas fehlte. Meine Suche nach Erkenntnis war zu einem treffenden Beispiel für einen Ausspruch Carl-Friedrich von Weizsäckers geworden, nach dem man mit naturwissen-

schaftlichen Methoden dem Wesen des Lebens so nahe kommen kann wie ein Bergwerk dem Mittelpunkt der Erde.

Als sich zögernd mein auf rein analytischer Beweisführung aufbauendes Denken mit geisteswissenschaftlichen Gesichtspunkten zu erweitern begann, stellte ich zu meinem Erstaunen fest, daß sich Wissenschaft und Spiritualität nicht widersprechen, sondern im Gegenteil vollkommen ergänzen. Mit dieser Schlußfolgerung befinde ich mich in ausgezeichnete Gesellschaft, denn die genialsten Naturwissenschaftler der Geschichte waren und sind von einem spirituellen Weltbild durchdrungen. Isaac Newton, allgemein als der Vater der modernen Physik angesehen, war ein solcher religiös geprägter Wissenschaftler. Er hatte einen atheistischen Freund, der für die Frömmigkeit eines so brillanten Kopfes wie Newton kein Verständnis hatte.

Eines Tages lud Newton diesen Freund zu sich nach Hause ein, um ihm sein eigenhändig konstruiertes Sonnensystem-Modell vorzuführen. Mit Hilfe eines raffinierten Mechanismus konnte er alle Modellplaneten durch eine unter dem Tisch versteckte Kurbel so um die Sonne kreisen lassen, wie es den Relationen des wirklichen Sonnensystems entspricht.

Beeindruckt von dieser Konstruktion fragte Newtons Kollege, ob er diese ganz alleine gebaut hätte. Daraufhin erwiderte Newton: „O nein, ich habe gar nichts gemacht, dieses Modell ist von ganz alleine entstanden. Hier im Raum hat sich ganz einfach die Materie verdichtet, ist dann explodiert, und alles, was du hier siehst, ist durch diese Explosion von alleine entstanden.“ Als sein Freund entgegnete, daß eine solch komplizierte Konstruktion nicht durch Zufall, sondern nur durch intelligente Arbeit entstehen könne, sagte Newton: „Mein lieber Freund, was ist das für eine Logik? Dieses winzige Modell kann nicht durch Zufall entstehen und benötigt einen Schöpfer, aber gleichzeitig bestreitest du, daß das unendliche Universum durch einen Schöpfungsakt entstanden sein soll!“^[13]

Betrachtet man die immense Vielfalt des Lebens und die Präzision, mit der die Natur funktioniert, so fällt es in der Tat schwer, den Zufall als Ursprung des Ganzen zu vermuten. Doch auch ein anderer Weg, die

Erforschung der kleinsten Bestandteile der Materie, führt offensichtlich zu der Schlußfolgerung, daß es einen göttlichen Ursprung gibt.

Max Planck, Physik-Nobelpreisträger und Pionier der Quantenphysik, machte einmal in einem Vortrag folgende bemerkenswerte Aussage: „Als Physiker, also als ein Mann, der sein ganzes Leben der nüchternsten Wissenschaft, nämlich der Erforschung der Materie diene, bin ich sicher frei davon, für einen Schwarmgeist gehalten zu werden. Und so sage ich ihnen nach meiner Erforschung des Atoms dieses: Es gibt keine Materie an sich! Alle Materie entsteht und besteht nur durch eine Kraft, welche die Atomteilchen in Schwingung bringt und sie zum winzigsten Sonnensystem des Atoms zusammenhält. Da es aber im ganzen Weltall weder eine intelligente noch eine ewige Kraft gibt, so müssen wir hinter dieser Kraft einen bewußten Geist annehmen.

Dieser Geist ist der Urgrund aller Materie! Nicht die sichtbare, aber vergängliche Materie ist das Reale, Wahre, Wirkliche, sondern der unsichtbare, unsterbliche Geist ist das Wahre. Da es aber Geist an sich allein ebenfalls nicht geben kann, sondern jeder Geist einem Wesen angehört, müssen wir zwingend Geistwesen annehmen. Da aber Geistwesen nicht aus sich selber sein können, sondern geschaffen worden sein müssen, so scheue ich mich nicht, diesen geheimnisvollen Schöpfer ebenso zu benennen, wie ihn alle Kulturvölker der Erde früherer Jahrtausende genannt haben: GOTT.

So sehen Sie, meine verehrten Freunde, wie in unseren Tagen, in denen man nicht mehr an den Geist als den Urgrund der Schöpfung glaubt und darum in bitterer Gottesferne steht, gerade das Winzigste und Unsichtbare es ist, das die Wahrheit wieder aus dem Grabe materialistischen Stoffwahns herausführt, und wie das Atom der Menschheit die Türe öffnet in die verlorene und vergessene Welt des Geistes.“ ^[14]

Auch Albert Einstein, dessen Name geradezu ein Synonym für wissenschaftliche Genialität wurde, war ein tief religiöser Mensch. Als Pazifist und großer Bewunderer von Mahatma Gandhi setzte er sich zeitlebens für ethische Werte ein. Seine durchgeistigte Lebensauffassung umschrieb er unter anderem mit folgenden Worten:

„Jene mit tiefem Gefühl verbundene Überzeugung von einer überlegenen Vernunft, die sich in der erfahrbaren Welt offenbart, bildet meinen Gottesbegriff. . . Nichts kann schöner sein als das Wunderbare. Wer da ohne Empfindung bleibt, wer sich nicht versenken kann und das tiefe Erzittern der verzauberten Seele kennt, der könnte ebensogut tot sein, er hat schon geschlossene Augen zu Lebzeiten.“ ^[15]

So sprechen also Physik-Nobelpreisträger des 20. Jahrhunderts wie ein Kapitel aus den alten Veden. Auf der Suche nach dem Urgrund aller Dinge gelangen wir auch über die Naturwissenschaft zu der Gewißheit, daß alles Leben der Liebe des einen Schöpfers entspringt.

„Der alte Lakota war weise. Er wußte, daß sich das Herz fernab von der Natur verhärtet; er wußte, daß Respektlosigkeit vor wachsendem Leben bald auch zum Verlust von Ehrfurcht vor den Menschen führen würde.“

STANDING BEAR

(ein Sioux-Indianer, zitiert nach: „In the Spirit of Crazy Horse“)

„Wenn wir absolut wüßten, daß unsere kleinste Handlung, unser kleinster Gedanke weitreichende Auswirkungen haben und Kräfte in Bewegung setzen, die bis hinaus in die Galaxien reichen, wie sorgfältig würden wir handeln, sprechen und denken. Wie würde unser Leben als integriertes Ganzes kostbar sein!

Es ist herrlich und zum Fürchten. Die Verantwortung ist erschreckend und faszinierend in ihrer Tiefe und Vollkommenheit, denn sie enthält die überraschende Unsicherheit der Einmaligkeit und den tiefen Trost, ein Teil des ewigen, ungeteilten Ganzen zu sein. Wir alle haben ein Anrecht auf die Verwirklichung dieses wundervollen Sinns des Lebens und können es erreichen, denn alles ist ein Teil des Ganzen, eine einzige Version der Einheit.“

IRINA TWEEDIE

■ Bells Theorem

Die Entdeckungen der neuen Physik öffnen uns die Tür zu bahnbrechenden Änderungen unserer Art, das Leben zu sehen, und unserer Versuche, es zu meistern. Allerdings hat bisher kaum jemand diese offene Tür wahrgenommen. Noch kleiner ist die Anzahl derer, die mal einen Schritt hindurch gewagt haben. Eine solche Diskrepanz zwischen Erkenntnissen und Lebenspraxis ist recht typisch für die westliche Welt, in der ja auch Philosophen in erster Linie immer Theoretiker waren. Im Zeitalter der modernen Wissenschaft wird der Übergang zwischen Theorie und Praxis durch eine weitere Dimension erschwert: die Verständigungsprobleme zwischen Wissenschaftlern und Laien. Wenn Physiker über ihre Familie oder das Wetter sprechen, könnte man sie für ganz normale Erdenbürger halten. Reden sie aber über ihr Arbeitsgebiet, könnten sie genausogut vom Mars kommen, es sei denn, wir sind selbst Physiker - oder Marsmenschen.

Dabei tun Physiker etwas, was mit unserem Leben viel zu tun hat. Den Zweig der Physik, der eigentlich das Verhalten der menschlichen Rasse revolutionieren müßte - wären seine Entdeckungen nur besser bekannt - nennt man Quantenmechanik. Die Quantenmechanik hat unter anderem folgende wichtige Tatsachen ans Tageslicht gebracht:

1 ____ Es gibt keine objektive Wissenschaft. Spätestens seit der sogenannten Kopenhagener Deutung der Quantenmechanik von 1927 müssen wir uns von der Vorstellung verabschieden, daß Wissenschaftler uns sagen können, wie die Welt wirklich beschaffen ist. Sie können Modelle konstruieren, mit denen man viele Phänomene der Natur erklären kann, aber objektive Wirklichkeiten sind eine Illusion. Diese Neuformulierung der Wissenschaft ist schon deshalb von großer Bedeutung, weil damit klar wird, daß Wahrheit nicht ausschließlich über das rationale Denken erfaßt werden kann. Dem solange vernachlässigten empirischen, intuitiven Begreifen der Natur gibt die Quantenmechanik wieder eine Existenzgrundlage.

2 ____ Das ganze Universum ist ein großes Gewebe, in dem alle Dinge

unmittelbar miteinander verbunden sind und das von einer faszinierenden, ordnenden Kraft durchdrungen wird. Albert Einstein, Nathan Rosen und Boris Podolsky entwickelten 1935 aufgrund von mathematischen Berechnungen eine Theorie, nach der zwei räumlich beliebig weit voneinander entfernte Teilchen gleichzeitig die gleichen Veränderungen durchlaufen, wenn sie jemals eine Einheit gebildet haben. Diese Idee sprengte das rationale Denken, denn wie könnten weit voneinander entfernte Teilchen auf nicht sicht- oder meßbare Weise miteinander verbunden sein? Dennoch gab es keinen wissenschaftlichen Ansatzpunkt, mit welchem man diese These hätte angreifen oder gar widerlegen können.^[16] So begnügte man sich in wissenschaftlichen Kreisen häufig damit, sie zu ignorieren und auf experimentelle Möglichkeiten zu warten, mit denen man dieser mystischen Gedankenspielerlei den Garaus machen würde. Aber 1964 veröffentlichte John S. Bell ein Konzept, das als Bellsche Ungleichung oder Bells Theorem bekannt wurde und die Thesen von Einstein, Rosen und Podolsky voll und ganz bestätigte.^[17] Bell hatte zwar noch keine experimentellen Beweise erbringen können, aber 1972 gelang es Professor Clauser von der Berkeley-Universität, Kalifornien, die Richtigkeit von Bells Theorem im Versuch nachzuweisen.^[18]

Die Schlußfolgerungen aus diesen Erkenntnissen sind von ungeheurem Ausmaß: Wenn zwei oder mehr Teilchen gleichzeitig die gleichen Veränderungen durchlaufen, nur weil sie irgendwann aus derselben Einheit entstanden sind, so muß es eine Verbindung zwischen allen Teilen im Universum geben. Das „Netz des Lebens“, von dem Häuptling Seattle sprach, existiert wirklich, und seine Existenz ist sogar wissenschaftlich nachweisbar. Auch die Physik ist damit zu der Erkenntnis gelangt, daß dem Universum eine Einheit zugrunde liegt. Dies hebt den scheinbaren Gegensatz zwischen naturwissenschaftlicher Forschung und den Erkenntnissen der Religion und Philosophie endgültig auf. Eine weitere Schlußfolgerung aus Bells Theorem ist nicht minder bedeutungsvoll: Da alle Dinge miteinander verbunden sind, ist der Zustand des Universums vom Zustand aller seiner Bestandteile abhängig. Der

Zustand jedes Teilchens beeinflusst seinerseits den Zustand aller übrigen Teilchen bzw. Lebewesen im Universum.

Angesichts der gigantischen Probleme auf der Erde resignieren heutzutage viele Menschen in dem Glauben, als einzelne nichts Positives bewirken zu können. Wenn wir aber wissen, daß jede Kraft, die von uns ausgeht, das ganze Universum beeinflusst, so hat diese resignierte Lebenshaltung ausgedient. Bells Theorem untermauert, daß jede konstruktive Tat es wert ist, getan zu werden und jeder liebevolle Gedanke es wert ist, gedacht zu werden. Nichts ist so machtvoll wie eine Idee, deren Zeit gekommen ist. Das Leben als Einheit zu betrachten und allen Lebewesen ein Recht auf Leben, Gesundheit und Würde zuzugestehen, ist eine solche Idee. Jeder Mensch, der sie aufgreift und sein Handeln danach ausrichtet, trägt in der Tat wesentlich zum Aufbau einer wirklich humanen Welt bei.

5

DER GANZ NORMALE HOLOCAUST

Um eine derartige Gesellschaft Realität werden zu lassen, sollten wir damit beginnen, inhumanes Verhalten aus allen Bereichen unseres Lebens zu entfernen. Dazu gehört insbesondere eine Änderung der derzeit üblichen Ernährung, denn die Art und Weise, wie die sogenannten Nutztiere heutzutage für die Erzeugung eines Großteils unserer Nahrung leiden müssen, kann man nur als Holocaust bezeichnen. Die Normalität dieses Zustandes und die allgemeine Gleichgültigkeit ihm gegenüber ändert nichts an seiner Grausamkeit. Vor vielen Metzgereien, Fleischtheken in Supermärkten und Restaurants wird mit Tafeln geworben, auf denen ein freundlich lächelndes Schwein sichtlich stolz auf die angebotene Ware zeigt. In ganzseitigen Anzeigen in Illustrierten versucht uns die Fleischindustrie davon zu überzeugen, daß es den Mast Schweinen, von denen die saftigen Koteletts stammen, an nichts mangelt.

Mit der Realität haben die niedlichen Bilder der für diese Anzeigen fotografierten Ferkel leider wenig zu tun. In der Fleischerzeugung wird

eine Muttersau als eine Gebärmaschine betrachtet, deren einzige Aufgabe es ist, fleischbringende Ferkel zu gebären. Haben diese ein gewisses Gewicht erreicht, werden sie von der Mutter getrennt und in einen Mastbetrieb gebracht. Die Muttersau wird wieder befruchtet, denn Fleisch wird nach Kilogramm bezahlt, nicht danach, wie es den Tieren ergangen ist. Die ständigen Befruchtungen und die abrupte, emotional sehr schmerzhafteste Trennung von ihren Jungen ist für eine Sau eine gewaltige körperliche und seelische Strapaze.

Beim Mäster angekommen, ergeht es ihrem Nachwuchs auch nicht besser. Mastschweine werden auf so engem Raum, ohne Tageslicht, Auslauf oder Stroh gehalten, daß sie schwere Verhaltensstörungen entwickeln. Die Panik, welche die gequälten Kreaturen ständig empfinden, führt zu einer bei Schweinen völlig unnormalen Aggressivität. Die Tiere würden sich gegenseitig totbeißen, wenn ihnen nicht vorbeugend die Zähne abgebrochen und die besonders empfindlichen Schwänze abgeschnitten würden - natürlich ohne Betäubung, denn die würde ja Geld kosten.

■ Wer ist hier das Schwein?

Angesichts des schlechten Rufes, den Schweine bei uns Menschen haben, fällt es möglicherweise leichter, solche Grausamkeiten zu verdrängen. Einen Menschen als Schwein zu bezeichnen, ist in vielen Sprachen eine der schlimmsten Beleidigungen. Schweine werden zumeist mit einem ekelerregenden Mangel an Sauberkeit assoziiert. Woher stammt diese Einstellung, die, wie so vieles, was wir Menschen über Tiere denken, nicht weiter von der Realität entfernt sein könnte?

Schweine kühlen sich gerne, indem sie sich bei heißen Temperaturen in feuchter Erde wälzen. Was ist an natürlicher Erde, aus der schließlich alles Leben ernährt wird, so ekelhaft? In Bezug auf Hygiene sind Schweine ebenso achtsam wie andere Säugetiere. Sie legen unter anderem großen Wert darauf, ihren Kot weit entfernt von ihren Eß- und Schlafplätzen abzulegen. Doch im Mittelalter entstand der Glaube,

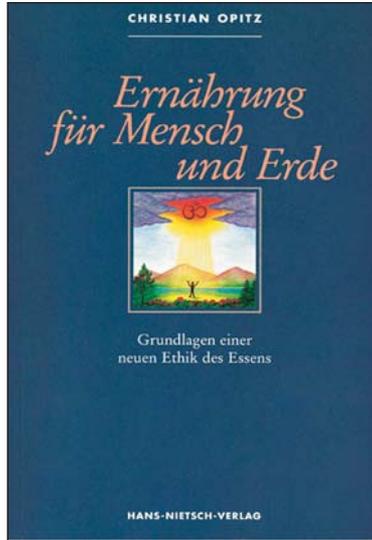
Schweinefleisch würde um so besser munden, je dreckiger die Tiere gelebt hätten. So begann man in Frankreich damit, die Schweine unter Bedingungen zu halten, die es ihnen unmöglich machten, ihre Hygiene aufrecht zu erhalten - eine Gepflogenheit, die sich bald in ganz Europa verbreitete. Selbst unter den denkbar schlechtesten Bedingungen versuchen Schweine noch, ein gewisses Maß an Sauberkeit zu bewahren. Aber die Oberflächlichkeit des Menschen hat ihn mal wieder davor bewahrt, sich selbst als die Ursache des Problems zu erkennen, und so werden Schweine seit dieser Zeit einfach als dreckig und übelriechend eingestuft. Doch unser Ekel gegenüber Schweinen ist völlig unberechtigt. Das einzig Ekelhafte an diesen sensiblen und intelligenten Geschöpfen ist in der Tat unsere Einstellung ihnen gegenüber sowie die daraus resultierende Grausamkeit. Umfragen haben ergeben, daß der durchschnittliche deutsche Erwachsene nur ca. einmal pro Woche duscht und nicht öfter als ein- bis zweimal seine Unterwäsche wechselt. Hätten die Tiere eine ähnliche Art von Sprache wie wir Menschen, sie würden höchstwahrscheinlich einen unhygienischen Zeitgenossen als „Mensch“ bezeichnen, und das wäre wohl sehr viel eher berechtigt als unsere abfällige Benutzung des Wortes Schwein.

■ Heilige Kühe

In vielen Kulturkreisen, vor allem aber in Indien, gelten Kühe als heilige Tiere, die die gesamte höhere Tierwelt versinnbildlichen. Wenn man diesen sanftmütigen Wesen in die Augen sieht, muß man wohl nicht länger nach Gründen für diese Haltung suchen.

Es ist tragisch zu sehen, wie in der modernen Viehwirtschaft Kühe, Rinder und Kälber für die Erzeugung von Fleisch und Milch leiden müssen. Das einzige, was den Erzeugern dieser Produkte an ihren Tieren heilig ist, ist der Profit, den sie einbringen.

Die weniger erfreulichen Seiten der beliebten Kalbsschnitzel und Rinderfilets beginnen bereits unmittelbar nach der Geburt des Kalbes, wenn es völlig widernatürlich von seiner Mutter weggerissen wird. Die



Christian Opitz
Ernährung für Mensch und Erde
Grundlagen einer neuen Ethik des Lebens.

In diesem Buch faßt der Autor seine wissenschaftlichen und gleichzeitig ganzheitlichen Erkenntnisse über Ernährung und Gesundheit zusammen. Er beschreibt unter anderem die Ursachen der Zivilisationskrankheiten, die wichtige Rolle der Lebenden Makromoleküle in unserer Nahrung, die Heilwirkung des Fastens und deckt die entscheidenden Irrtümer der konventionellen Ernährungslehre auf (die Höherwertigkeit tierischen Eiweißes, Milch als Kalziumlieferant u.v.m.).

Christian Opitz, geboren 1970 in Berlin, fiel schon in den ersten Lebensjahren durch seine Hochbegabung auf. Er entwickelte neue Theorien über ganzheitliche Gesundheit, die er seit 1990 in Seminaren und Vorträgen weitergibt. Heute gilt er als einer der vielversprechendsten jungen deutschen Autoren im Bereich Gesundheit und Neues Bewußtsein.

192 Seiten, gebunden • ISBN: 978-3-929475-07-4