

../.

IN DER LEHRE DER UNIVERSELLEN BRUDERSCHAFT DES LICHTS WIRD ERNÄHRUNG ALS DIE WICHTIGSTE DISZIPLIN BETRACHTET, DIE GESUNDHEIT UND GEISTIGES WACHSTUM DEM VORWÄRTSSTREBENDEN GARANTIERT.

(Siehe Mazdaznan:
»ATEM- UND GESUNDHEITSKUNDE«.)

ERNÄHRUNG

Aus Gedankenlosigkeit essen und trinken wir zuviel und außerdem Dinge, die uns schaden. Hast du je darüber nachgedacht, was du eigentlich isst, wenn du dich an deinen reichgedeckten Tisch setzt und ein oder mehrere Fleischgerichte zu dir nimmst? Wissenschaftler, Chemiker und Ärzte behaupten zwar, dass Fleisch die beste Nahrung sei, und bekräftigen es noch mit der Ansicht, dass der Mensch zu den Fleischfressern gehöre, weil er Eckzähne habe, und der Durchschnittsmensch beruft sich auf solche Autoritäten, um sein Gewissen einzuschläfern; denn sogar er verliert für lange Zeit den Geschmack für Fleisch, wenn er auch nur einmal ein Schlachthaus besucht hat.

Wäre der Mensch aber wirklich als Fleischfresser geschaffen, so würde das nicht bedeuten, dass er für ewig auf dieser Stufe verbleiben müsse, da er offensichtlich ein sich entwickelndes Wesen ist und deshalb die Überbleibsel niederer Entwicklungsstufen abstreifen muss, wenn er auf eine höhere Stufe gelangen will. Die Fleischeszelle ist sowohl dem Menschen wie dem Tierkörper eigentümlich und hat sich aus dem Pflanzenreich heraus entwickelt, das Pflanzenreich aus dem Mineralreich und dieses aus dem Elementarreich und jede Stufe baut sich aus der vorhergehenden Stufe auf. Schon das beweist, dass der Mensch sich keine Fleischnahrung wählen darf, sondern sich aus dem Pflanzenreich ernähren muss und dass der Mensch auch kein Recht hat, Tiere zu töten, ebenso wenig wie er das Recht hat, Menschen zu töten.

Dass es fleischfressende Tiere gibt, die von ihrer Beute leben, ist kein Beweis dafür, dass auch der Mensch Tiere verzehren dürfe. Dadurch verewigt er nur die Verletzung der Naturgesetze und darf sich nicht wundern, wenn er zur Rechenschaft gezogen wird. Solange es Tiere auf der Erde gibt, haben sie ihre Aufgabe im Schöpfungsplan zu erfüllen, uns als Zeugnisse unseres eigenen Entwicklungsgangs zu dienen und sich uns nützlich zu machen, damit wir diesen niederen Entwicklungsstufen entwachsen. Allmählich werden die Tiere von der Erdoberfläche verschwinden, wenn der Mensch als die höhere Gattung seine eigene Aufgabe voll erfüllt.

Freilich gibt es immer noch Leute, die meinen, sie höben die Tiere auf eine höhere Stufe, wenn sie sie verspeisen; dann täten sie aber auch besser, sie gingen nach Borneo und äßen die Eingeborenen auf, anstatt ihnen Missionare zu senden, um ihre Seelen für Gott zu gewinnen.

Ziemlich allgemein ist die Ansicht verbreitet, die Tiere würden sich rasch vermehren und die ganze Erde unsicher machen, wenn der Mensch sie nicht tötete und verzehrte. Wo aber die Tiere sich selbst überlassen sind, sorgt schon die Natur dafür, dass die Vermehrung in Grenzen bleibt und dass gewisse Gattungen nach und nach aussterben. Nur wenn der Mensch die Züchtung fördert, nimmt die Vermehrung dementsprechend zu.

Ganz allgemein wird gelehrt, das Fleisch baue den Körper auf und verleihe ihm Kraft, so dass der Mensch ohne Fleischgenuss seiner Aufgabe nicht gewachsen sei; Fischfleisch schaffe sogar Gehirnzellen. Welch intelligente Menschen müssten dann die vom Fischfang lebenden Völker sein! Ob wohl eine Kuh reichlichere Milch gäbe, wenn man sie mit Schweinefleisch fütterte, oder ein Pferd mehr leistete, wenn man ihm Speck und Schinken als Futter gäbe? Der kluge Bauer füttert seine Kuh mit gutem Heu und etwas Kleie und sein Pferd mit Heu und Hafer oder Mais; mit Hafer, der es schnell und lebhaft macht, und mit

Mais, der ihm Kraft gibt für schwere Arbeit. Der Elefant ist so stark, dass er einen schwer beladenen Wagen aus dem Morast zieht, wo zwanzig Pferde versagen, und ernährt sich in der Hauptsache von Gras und Gemüse. Wenn die Kuh, das Pferd, der Elefant ihre Kräfte aus dem Pflanzenreich aufbauen können, sollte es dann dem Menschen nicht erst recht möglich sein?

Der Hauptgrund, weshalb der Nahrungsmittel-Chemiker das Fleisch als Nahrungsmittel hoch einschätzt, ist der hohe Stickstoffgehalt des Fleisches. Es gibt aber verschiedene Arten von Stickstoff, die verschieden auf die menschlichen Organe wirken. Der Stickstoff des Weizens, der Hülsenfrüchte, der Pilze wirkt ganz anders als der Stickstoff des Fleisches.

Die schädliche und lebensgefährliche Wirkung des Fleisch-Stickstoffes ist seit alters bekannt und hat bei manchen Völkern des Morgenlandes dazu geführt, dass man Schwerverbrechern ausschließlich Fleischkost vorsetzte und sich auf diese Weise ihrer entledigte, da man an die Todesstrafe nicht glaubte. Sie wurden eingesperrt, brauchten nicht zu arbeiten und bekamen nur reichlich Kalbfleisch und etwas Wein als Kost. Die ersten Tage ging es ihnen ausgezeichnet; aber nach dem 4., 5., 6. Tag wurden sie schwächer und schwächer und längstens nach 30 Tagen befanden sie sich in Abrahams Schoß. Der Genuss von Kalbfleisch ist so schädlich, dass er bei Kindern Krämpfe und Veitstanz herbeiführt.

In anderen Ländern bekam der Verbrecher Lammfleisch mit Wein und nur, wenn er sehr kräftig war, hielt er diese Kost 28 Tage lang aus; meist aber wurde er schon vorher von dieser Erde abberufen nach Gegenden, wo ihm weder Wein noch Lammfleisch vorgesetzt wird.

Dieses Experiment sollten alle Wissenschaftler, Chemiker und Ärzte, die den Fleischgenuß verteidigen, für 30 Tage an sich selbst vornehmen, statt mit Mäusen, Ratten, Katzen, Hunden und Patienten zu experimentieren. Dann könnten sie aus eigener Erfahrung sprechen, würden sich niemals mehr für den Fleischgenuss einsetzen, sondern das Volk und die ganze Menschheit aufklären.

Niemand kann ausschließlich von Fleisch leben. In den Steppen Westamerikas wusste das früher jeder Hirte. Er fürchtete sich nicht vor Indianern oder wilden Tieren; aber er fürchtete die Gefahr ausschließlicher Fleischkost, wenn er im Herbst und Winter auf der Reise nach Süden durch Schneestürme von der Welt abgeschnitten wurde, sein Nahrungsvorrat ihm ausging und er gezwungen war, nur von Fleisch zu leben. Nach einiger Zeit ekelte er sich vor dem Fleisch und der Magen verweigerte es. Rauchte oder trank er noch dazu, dann wurde er rasch so kraftlos, dass er seine Herde nicht mehr versorgen konnte und mit ihr zu Grunde ging, wenn ihm nicht rechtzeitig Hilfe entgegenkam, so dass er Brot und andere nahrhafte Speisen erhielt. Dann erholte er sich rasch und war nach wenigen Tagen wieder bei Kräften.

Die Wissenschaft klammert sich trotz alledem an ihre Theorie von der Nützlichkeit und Notwendigkeit des Fleischgenusses und führt dazu auf, dass er die Herztätigkeit erhöhen, das Blut erwärmen und sogar Fettsucht heilen würde, wenn man ausgiebigen Gebrauch von Fleisch macht. Der Patient bekommt dann nur kleine Portionen Fleisch und verliert in wenigen Wochen mehr an Gewicht, als wenn er gänzlich gefastet hätte. Die Kur hat aber die schädliche Wirkung, dass sich Zersetzungsprodukte im Körper ablagern, die Haargefäße verstopfen und den Grund zu Nieren- und Blasenleiden legen. Eine Fastenkur dagegen beseitigt Abfallstoffe, reinigt den Körper und macht den Weg frei für die Entfaltung der Lebenskraft.

Nachdem die Materie in der Fleischezelle den Höhepunkt ihrer Entwicklung erreicht hat, muss das Fleisch nach dem Gesetz der Entwicklung in den atomistischen Zustand zurückkehren, um dort den Entwicklungsgang wieder aufzunehmen, und muss dabei die Zersetzung durchmachen. Was aber der Zersetzung unterliegt, kann nicht zur Entwicklung höherer Geschöpfe dienen oder in ihnen das Leben erweitern.

Dieser Zersetzungsprozess beginnt, sobald das eintritt, was wir Tod nennen, und bedeutet, dass sich das Leben zurückgezogen hat. Wir sprechen dann auch nicht mehr von einem Körper, sondern von einem Leichnam, sowohl von einem menschlichen als auch von einem tierischen. Den menschlichen Leichnam legt man in den Totenacker; aber den tierischen

Leichnam legt der Fleischesser in seinen Magen. Wie begrenzt muss doch sein Denken sein!

Dabei entsetzt sich der Fleischesser über die Eingeborenen, die Menschenleichen verzehren. Ihn widert auch der Geruch der Zersetzung an, wenn er in die Nähe einer Fleischhalle kommt; aber wenn er eine Delikatesse mit „Wildgeschmack“ bekommen kann, dann zahlt er einen hohen Preis dafür. Um dem Fleisch solchen Wildgeschmack zu geben, wird es mehrere Tage in die Erde begraben und dann mit kräftigen Gewürzen zubereitet. In früheren Zeiten warf man solches Fleisch in den Abfallkübel, weil es nicht einmal die Hunde anrührten. Ganz treffend nannte deshalb der Heiland solche Menschen: „*Übertünchte Gräber, die auswendig schön erscheinen, inwendig aber voller Leichnam und Unflat sind.*“

Trotzdem wundern sich die Fleischesser noch, wenn sie unangenehme Ausdünstungen und Gerüche um sich verbreiten und krank werden. Es ist eine bekannte Tatsache, dass die wilden Tiere Menschen, die nie Fleisch gegessen haben, nicht angreifen und nicht verfolgen; ihr Geruchssinn sagt ihnen, dass das keine Feinde sind. Wenn sie aber den Geruch von Tierfleisch wittern, den der Fleischesser ausdünstet, dann kommt ihnen dessen Blutgier zum Bewusstsein und sie greifen ihn an, weil sie in ihm einen Feind erkennen.

Nichts kann das Fleischessen rechtfertigen und alle Rechtfertigungsversuche sollen nur das Gewissen beschwichtigen, das immer wieder warnt und mahnt, sich an die Gesetze der Natur zu halten, die weder vom Menschen noch von Gott geändert werden können, der sie selbst festgesetzt hat, um alle Dinge und das Ganze zum Nutzen aller aufrecht zu erhalten. Jede Verletzung der Naturgesetze muss früher oder später ausgeglichen werden, weil in der Natur überall vollkommene Ordnung und Gerechtigkeit herrschen.

Die Verletzung der Naturgesetze auf allen Gebieten der Ernährung ist heute größer denn je, weil sich der Durchschnittsmensch darüber keinen eigenen Gedanken macht und deshalb den Einflüssen seiner Umgebung erliegt, so dass das Essen die wichtigste Angelegenheit in seinem Alltagsleben ist. An jeder Straßenecke starrt ihm eine Reklame entgegen, die ihn zum Essen auffordert oder etwas Einladendes empfiehlt. Er macht sich auch keinen eigenen Gedanken über die gesundheitsschädlichen Folgen. Das Essen ist der schwache Punkt in seinem Gehirn, das sich vom Magen und Appetit befehlen lässt.

Wenn das aber auch der Zustand des Durchschnittsmenschen ist, so ist das doch kein Grund, darin zu verharren und unvernünftigen Begierden nachzugeben, sondern jeder von uns sollte alles daran setzen, diesen Zustand zu ändern, der so nachteilig für seinen Fortschritt und seine individuelle Freiheit ist. Der Arme wird ärmer, wenn er sich dem Zauber des gedankenlosen Essens ergibt, verliert seinen freien Willen und seine freie Wahl und kommt immer mehr in Abhängigkeit von anderen, und auch der vernünftige Wissenschaftler kann es nicht leugnen, dass das gedankenlose Essen das größte Übel in der Welt ist, weil es körperliche, geistige, individuelle, soziale, nationale und rassische Einseitigkeit verursacht.

Wenn denn das Essen schon ein notwendiges Übel ist, dann sollten wir ein Studium daraus machen, wie wir dem Übel so abhelfen können, dass uns kein Schaden daraus erwächst. Wir haben ja so viele gedankenlose Oberflächlichkeiten übernommen, die sich durch alle Zeitalter von einem Geschlecht auf das andere übertragen haben, und haben gelernt, sie einzudämmen, abzuändern und in nützliche Bahnen zu lenken; dann kann uns auch unsere Erfindungsgabe helfen, uns auf dem Gebiet der Ernährung mit der atomistischen Welt, die den Grund zu unserem Ernährungswesen gelegt hat, völlig vertraut zu machen und uns solche Mittel und Wege finden zu lassen, die unserem Geist die Herrschaft über die Materie sichern.

Der erste Schritt in dieser Richtung ist, dass wir uns von der Verunreinigung befreien, die die naturwidrige Ernährungsweise in uns verursacht hat, dass wir uns also einer Körperreinigung unterziehen. Denn das ist die Voraussetzung dafür, dass ein besserer, reiner, vollkommener Gedanke in uns aufkommen kann, eingedenk des Wortes der Schrift: „*Gott wohnt nicht in unreinen Tempeln.*“ Rein zu werden und rein zu bleiben, muss unser beständiger Wunsch sein. Wir suchen und wählen dazu einfache und natürliche Mittel, die immer am besten wirken. Das einfachste ist das Fasten oder die Nahrungsenthaltung.

./.