

## Was ist Buddhismus?

Der Buddhismus begann vor über 2.500 Jahren, als ein Mann unter einem Bodhi-Baum sitzend Erleuchtung erlangte. Bekannt unter dem Namen "Buddha" oder "der Erwachte", verbrachte er die nächsten 45 Jahre damit, das zu lehren, was er entdeckt hatte.

Heute gibt es schätzungsweise 500 Millionen Buddhist\*innen auf der Welt.



## Das Dharma / Dhamma

Buddha erklärte, dass der Zweck seiner Lehren, Dharma (Sanskrit) oder Dhamma (Pali) genannt, darin besteht, einen Weg aus dem Leid aufzuzeigen.

Die Grundlage der Lehren ist das ethische Verhalten, und nur durch die Entwicklung des ethischen Verhaltens kann man dann für sich selbst die Weisheit des Dharma /Dhamma entdecken. Zentral für die buddhistische Ethik ist der Begriff des Mitgeföhls.

Die buddhistische Ethik zeigt sich in den sogenannten Übungsregeln. Und die wichtigste ist die erste Übungsregel: Nicht zu töten.

Wichtig ist, und was den Buddhismus von den meisten anderen spirituellen Lehren unterscheidet, dass die buddhistische Ethik für alle Wesen gilt, die sich die Erde teilen - Menschen und Tiere gleichermaßen.

## Tiere

Viele Menschen haben nicht die Möglichkeit, Zeit mit Tieren zu verbringen, insbesondere nicht mit sogenannten Nutztieren. Aber wenn wir Puten, Hühner, Schweine, Fische, Schafe und Kühe kennen lernen, stellen wir fest, dass jedes Tier ein Individuum mit einer Persönlichkeit, Vorlieben und einem ebenso starken Lebenswillen ist wie jeder Mensch. Tiere sind intelligent, sensibel und emotional, sie gehen Bindungen untereinander und auch mit menschlichen Bezugspersonen ein.



Wie die Menschen leiden auch die Tiere. Leider gelingt es uns trotz ihrer Sensibilität und Leidensfähigkeit oft nicht, den Tieren das gleiche Mitgeföhls entgegenzubringen, das wir versuchen, den Menschen entgegenzubringen. Stattdessen werden sie wie Waren behandelt, und zwar ausschließlich zur Befriedigung unserer eigenen menschlichen Bedürfnisse.

Die größte Art und Weise, wie wir Tiere ausbeuten, besteht natürlich darin, sie zu essen. Auf der ganzen Welt werden jedes Jahr mehr als **70 Milliarden** Landtiere für den Verzehr getötet. In Deutschland werden jährlich über **700 Millionen** Landtiere getötet, das entspricht täglich einer Zahl von über **2 Millionen** und minütlich von fast **2 Tausend** Tötungen!

Rechnet man die Milliarden Tiere hinzu, die unter Wasser leben und getötet werden, ist die Zahl sehr viel größer.



## Tierfabriken



Die meisten Menschen sind sich der Art und Weise, wie die sogenannten Nutztiere heute behandelt werden, nicht bewusst. Die Bauernhöfe der Vergangenheit wurden durch Massentierhaltungsbetriebe ersetzt, deren einziges Ziel der Profit ist. Die Bedingungen in diesen Betrieben sind hart und unmenschlich.

Männliche Küken in der Legehennenzucht werden gleich nach dem Schlüpfen getötet, weil sie keine Eier legen können. Und auch die Legehennen selbst werden nach nur einem Bruchteil ihres Lebens geschlachtet, sobald ihre Legeleistung nachlässt.

Um Milch zu geben, muss eine Kuh regelmäßig ein Kalb gebären. Die Kälber werden direkt nach der Geburt von ihren Müttern getrennt und mit Ersatznahrung aufgezogen. Die männlichen Nachkommen werden meist nach wenigen Monaten zu Kalbfleisch verarbeitet. Auch die Milchkühe landen auf dem Schlachthof, sobald ihre Milchleistung nachlässt.

Dies trifft nicht nur auf die konventionelle Tierhaltung zu, sondern auch auf die Tiere in den Bio-Betrieben. Das Leben dieser fühlenden Wesen endet für alle nach einem kurzen Leben im selben Schlachthof und am Ende werden sie alle getötet!



## Rechtes Essen

Buddha's Lehren basieren auf den zentralen Ideen des Nicht-Schädigens und des Mitgeföhls. Buddha hatte erkannt, dass alle Wesen leiden. Und aufgrund seines unendlichen Mitgeföhls widmete er sein Leben der Aufgabe, allen Wesen zu helfen, frei von Leid zu werden.

Die Ausweitung des Mitgeföhls auf Tiere beginnt mit einer Sache, die jede\*r sofort tun kann - aufhören, sie zu essen! Es ist wichtig zu erkennen, dass ein Tier getötet werden muss, um es essen zu können, egal ob man es selbst tötet oder es von jemanden töten lässt.

Buddha sagte:

**"Kein atmend Wesen soll er töten oder töten lassen.  
Und billige es nicht, wenn andere töten.  
Er lasse von Gewalt bei allen Lebewesen,  
Bei starken und bei schwachen in der Welt."**

(Dhammika- Sutta/Sutra)

**Warum vegan?**

Vegan lebende Menschen meiden die Nutzung von Tieren oder tierischen Produkten in allen Lebensbereichen. Sie verzichten daher in ihrer Ernährung nicht nur auf Fleisch und Fisch, sondern auch auf alle anderen tierischen Produkte, wie Milch, Eier oder Honig. Denn wann immer tierische Produkte als Nahrungsmittel verwendet werden, werden Tiere geschädigt und getötet. Dies gilt selbst für die "humansten" bäuerlichen Betriebe, die oft trügerisch mit "artgerechter Haltung" werben.

Wer tierische Produkte verwendet, trägt zum Tierleid bei. Wie können wir Mitgeföhls und liebende Güte für alle Wesen praktizieren und dabei Tiere essen?

Wieder einmal erkannte Buddha dies:

**"Menschen, die keine Seide, Lederstiefel, Pelze oder Daunen aus diesem Land tragen oder Milch, Sahne oder Butter konsumieren, können diese Welt wirklich transzendieren."**  
(Surangama- Sutra/Sutta)