

Ist gewaltfreie Milchproduktion möglich?

Milchserie „Weiße Lügen“, Teil-4, von Kristina Peter

Über artgerechte Milchkuhhaltung wird viel diskutiert. Doch im Mittelpunkt steht dabei selten die Kuh oder die Qualität ihrer Produkte (Milch), sondern die Wirtschaftlichkeit. Deshalb sei hier einmal die Frage gestellt, wie Kuhhaltung im Sinne der Kuh aussieht – was letztendlich auch dem Milchliebhaber zugute kommt. Allerdings gestaltet sich eine ethisch einwandfreie, also völlig gewaltlose Kuhhaltung (nicht zu verwechseln mit „natürlicher“ Kuhhaltung) als äußerst schwierig. Und leider eignen sich nicht einmal Indiens Heilige Kühe als glückliche Vorzeigebeispiele – und das, obwohl die Heiligen Schriften Indiens, die Veden, den Schutz der Kuh sogar vorschreiben. Dieselben Schriften bezeichnen Kuhmilch als wichtigen Bestandteil der ayurvedischen Ernährung. Was ist – angesichts des millionenfachen Kuhleids und der heutigen Milchqualität – von dieser Empfehlung zu halten?

Kühe und Rinder sind von Natur aus keine Stalltiere, sie sind noch nicht einmal Weidetiere! Die Vorfahren unserer Kühe und Rinder – Ur-rinder und Auerochsen – waren Waldtiere. Ihr bevorzugter Lebensraum waren kühle, bewaldete Feuchtgebiete. Im Sommer standen sie stundenlang in Sümpfen, eingesunken bis zum Bauch, und fraßen Sumpfräser. Lediglich im Winter statteten sie dem Waldrand gelegentliche Besuche ab. Dort, wo es keine Sümpfe gab, lebten sie in steppenartigen Regionen, die aus übermannshohen Gräsern und Gebüsch bestanden. Aber auf eine moderne, wenige Zentimeter hohe Weide hätte man sie jagen müssen!¹

Artgerechte Kuhhaltung

Allein dieser Rückblick in eine Zeit, in der für Kühe die Welt noch in Ordnung war, zeigt, wie wenig wir über die wirklichen Bedürfnisse unserer sog. Nutztiere wissen. Trotzdem erfinden und definieren wir Begriffe wie „artgerechte Haltung“ und behaupten, Tiere, die nach den Regeln dieser Begriffe gehalten würden, seien folglich glücklich. Abgesehen davon ändern wir die Definition für „artgerechte Haltung“ ganz nach Belieben in fast schon

regelmäßigen Abständen, wobei das Ergebnis weniger dem Glück der Kühe als vielmehr dem Profit dient. Wenn vor wenigen Jahren der Begriff „artgerechte Haltung“ noch eine Weide und einen Strohfüllten Stall umfasste, so kann heute eine Kuh bereits froh sein, wenn ihr Halter überhaupt im Besitz einer Weide ist und sie ab und zu einen grünen Halm in Trog oder Traufe vorfindet – ein direkter Kontakt zwischen Kuh und Weide ist aus Kostengründen oft nicht mehr vorgesehen.

Interessanterweise fühlen sich Kühe aber nicht einmal auf einer Weide wohl! Sie halten sich gerne in Deckung, damit sie von Raubtieren nicht gesichtet werden können, und um vor Hitze und Regen geschützt zu sein.

Wie also sollte ein *wirklich* artgerechtes Umfeld für Kühe/Rinder aussehen? Antwort: Die für den Bauern so pflegeleichte kahle Einheitswiese muss – wenigstens zu einem Teil – mit kleinen Wäldchen und mit ausladendem, dichtem Gebüsch oder mannshoch wachsenden Steppengräsern bepflanzt werden. Darüber hinaus soll ein optimales Gehege die Kühe natürlich auch kulinarisch erfreuen und ihnen eine ursprüngliche Ernährung ermöglichen.



Indien: Eine Heilige Kuh kommt gerade aus einem Haus, das sie nach etwas Essbarem durchsucht hat.

Moderne Kuhnahrung: Hühnermist und Aromen

Im amerikanischen Westen füttern etliche Landwirte ihre Rinder mit Sägemehl, Zeitungspapier, Harnstoff aus Hühnermist⁽¹⁾ und Pappe. Europäische Milchkühe erhalten Soja-, Mais-, Getreideschrot, Trauben- und Rapsöl, künstliche Mineralien, Viehsalz, Dorschlebertran und ein paar Strohhalme. Selbstverständlich würde eine Kuh all dem nicht einmal einen müden Seitenblick schenken. Damit sie es trotz ihrer natürlichen Abneigung frisst, versieht man die bunte Futtermischung mit Aromen z.B. der Geschmacksnote „Kräuterwiese“. Der Aromenhersteller preist seine Produkte mit den Worten an: „Beste Kaschierung von medizinischen, metallischen und chemischen Noten bei Mineralfuttermischungen“.²

Getreide im Kuhmagen macht Menschen krank

Grundsätzlich gilt: Getreide – egal welcher Sorte, egal, ob Bio oder nicht, egal, ob gentechnisch manipuliert oder nicht – gehört

(1) Quelle: Bill Mollison „Permakultur konkret“, erschienen im pala-Verlag

(2) Quelle: Hans-Ulrich Grimm, „Schwarzbuch Tierfutter: Katzen würden Mäuse kaufen“

nicht in einen Kuhmagen – weder als Korn noch zu Kraftfutterpellets gepresst (Bild unten links).

Getreide wird im Wiederkäuermagen nur unvollständig abgebaut und gelangt unverdaut in den Darm, wo es zu gären beginnt. Dieser Prozess führt zu einer raketartigen Vermehrung der sog. „EHEC“-Bakterien*, die, sobald sie in unnatürlich hoher Anzahl vorhanden sind, Blutungen im Verdauungstrakt auslösen. Dies aber nicht nur bei der Kuh, sondern auch beim Milch- und Fleischkonsumenten. Denn EHEC-Bakterien bleiben nicht im Darm der Kuh, sondern wandern durch den ganzen Kuhorganismus, weshalb man sie auch im Fleisch und in der Milch findet. Besonders bei Kindern und älteren, geschwächten Menschen kam und kommt es deshalb immer wieder zu Todesfällen. Todesursache: EHEC-verseuchtes Hackfleisch, z.B. in Form von Hamburgern. Aufgrund vieler Millionen falsch ernährter Kühe sind EHEC-Bakterien mittlerweile sogar im Trinkwasser mancher Gegenden nachzuweisen.²

Im Darm von Kühen, die mit Gras und Heu gefüttert werden, lebt nicht einmal ein Zwölftel jener EHEC-Bakterienmenge, die sich in einer „Getreide- und Kraftfuttermilch“ aufhält. Die falsche Ernährung als Ursache anzuerkennen, kommt aus wirtschaftlichen Gründen nicht in Frage. Man konzentriert sich statt dessen auf erhöhte Hygienemaßnahmen², die dann z.B. den Weidegang auf Wiesen (dort ist es viel zu unhygie-

nisch) unterbinden. Auch Futter direkt vom Feld kommt jetzt mangels Hygiene noch seltener in den Trog. Industriell gefertigtes „lupenreines“ Fertigfutter ist folglich gefragt wie nie – und die EHEC-Bakterien freuen sich.

Das „Robert-Koch-Institut“ meldete: „Infektionen mit EHEC kommen weltweit vor, werden jedoch vor allem in Ländern mit einer hoch entwickelten Landwirtschaft beobachtet.“² Also genau dort, wo die hygienischen Verhältnisse eigentlich am besten sind ...

Nahrungsergänzungsmittel

Die Auswahl der Nahrungsergänzungsmittel für Kühe ist grenzenlos. Ein Hersteller wirbt für sein Produkt mit dem Slogan „Der einzigartige Fruchtbarkeitsmineralstoff für ein ideales Brunstmanagement* und beste Fruchtbarkeit“. Für die sichere Aufnahme durch die Kühe sorgen aromatisierte Würfel, was mit „sehr guter Fressbarkeit“ beworben wird.

„Unsterbliche“ Kuhfladen

Die gängige, vollkommen kuhuntypische und künstliche Ernährung macht aus den Kuhfladen, die einst als wertvoller Dünger galten, merkwürdige „unsterbliche“ Objekte: „Seit ein paar Jahren liegen im Frühjahr noch die Kuhfladen vom Vorjahr wie unbe-



Die Vorfahren unserer Rinder und Milchkühe waren Urrinder und Auerochsen. Da das letzte Urrind im Jahre 1625 in einem polnischen Wald, ohne Nachkommen zu hinterlassen, verschieden sein soll, handelt es sich bei den heute lebenden sog. Urrindern um moderne Rinder, die solange zurück gezüchtet wurden, bis sie optisch wieder einem Urrind glichen.

rührt auf der Weide“, schrieb die Süddeutsche Zeitung vor einigen Jahren. Der Grund für die plötzliche Haltbarkeit des einst biologisch abbaubaren Rinderhaufens ist nun leider kein Wunder der Natur. Die antiparasitischen Medikamente, mit denen die moderne Hochleistungskuh routinemäßig versorgt wird, vernichten jedes Insekt, jeden Wurm, jeden Mikroorganismus, der sich dem Kuhfladen nähert, so dass dieser unberührt liegen bleibt.

Natürliche Kuhfütterung

Was aber ist wirklich artgerechte Kuh-Nahrung? Permakultur-Experte Bill Mollison¹ schreibt: „Wenn ihr fette Kühe haben wollt, pflanzt ihnen Klee und englisches Raygras*, aber dann werden eure Kühe unter Parasiten

Auf den ersten Blick erkennbar: Der Unterschied zwischen modernem industriell hergestelltem Kuh-Kraftfutter (links) und dem natürlichen Futter (Wiese) altmodischer Kühe (rechts). Hochleistungskühe erhalten täglich bis zu 10 Kilogramm Kraftfutter.



*EHEC-Bakterien: Bakterien, die zur Gruppe der Kolibakterien gehören. Enterohämorrhagische Escherichia Coli-Bakterien

*Brunst: paarungsbereite Phase bei Rindern

*Englisches Raygras: besonders trittfeste und nährstoffreiche Grassorte.

*Sepp Holzer (Depesche 1/2004) bewirtschaftet mit der Holzer'schen Permakultur seinen Kräutergarten im österreichischen Lungau. In seinen ersten beiden Büchern beschreibt er ausführlich, wie sich jeder Garten – vom Balkongarten bis zur erwerbsmäßigen Landwirtschaft – nach seinen Prinzipien gestalten lässt und dabei reiche Ernten bei geringstmöglichem Arbeitsaufwand und in Harmonie mit der Natur erzielt werden.

und Mangelerscheinungen leiden.“ Wenn eine solche Weide dann auch noch mit Kunstdünger gepöppelt wird, leiden Kühe an Unfruchtbarkeit und anderen Krankheiten. Sie beginnen die Scheune anzufressen, falls eine vorhanden ist – den Kühen fehlen Bäume bzw. die Mineralien und Nährstoffe aus der Baumrinde. Pappeln und Weidenbäume, also Arten, die immer wieder schnell austreiben, sobald sie abgefressen wurden, eignen sich besonders gut. Auch Haselnussbüsche sind heißbegehrt. Kühe, die Haselnusszweige und -knospen fressen dürfen, sind weitaus gesünder als Kühe, die ohne Haselbüsche auskommen müssen. Apfelbäume, Eichen und Nussbäume liefern gutes Kuhfutter für den Winter.

Für das übrig gebliebene Weideland nehme der innovative Bauer nur wenig vom teuren Klee- und Grassamen. Statt dessen kaufe er billigen „Unkrautsamen“, also Samen von mehrjährigen Wildpflanzen wie Löwenzahn, Wegwarte, Disteln und Beinwell.

Bill Mollison: „Die Kuh sucht sich ihren Weg durch diesen Wildkräuter-Komplex. Wenn sie einen guten Klee frisst, wird sie unweigerlich auch ein halbes Maul voll einer weniger gut schmeckender Pflanze abbekommen. Die Kühe erhalten so auch immer eine gewisse Dosis von Abwehrkraft stimulierenden Gift- und Heilpflanzen. Eine solche Weide wird von den Kühen nie total abgefressen, weil die wohl-schmeckenden Pflanzen von weniger schmackhaften umgeben und so geschützt werden.“¹

Sepp Holzer* berichtet: „Ich achte darauf, in meinen Koppeln eine bunte Pflanzenvielfalt zu erhalten und den Tieren so die Möglichkeit zu geben, sich selbst zu holen, was sie brauchen. Wenn manche Tiere unter Wurmbefall leiden, fressen sie oft vom Wurm-

farn, eine eigentlich giftige Pflanze. Würden wir ihnen davon ins Futter mischen, hätte das verheerende Folgen. Sie wissen selbst, wann und wie viel sie davon brauchen. Was erreiche ich mit meiner Methode? Ich habe wenig Arbeit, glückliche und gesunde Tiere und ein ausgezeichnetes Produkt. Der einzige, der davon nicht profitiert, ist der Tierarzt.“

Lebt eine Kuh auf einer modernen baumlosen Weide, dann benötigt sie davon 3,5 Hektar, um satt zu werden. Lebt sie dagegen in einem natürlichen Kuhgehege mit Bäumen, dichtem Gebüsch und Wildpflanzen, dann genügt ihr aufgrund der Vielfalt an vorhandenen Futterpflanzen **ein Hundertstel** dieser Fläche¹ für die Futtersuche! Als Auslauf genügt dies natürlich nicht!

Öko-Kuhhaltung

Ökologische Landwirtschaft hat mit *gewaltfreier Kuhhaltung* nichts zu tun. Öko-Landwirte müssen Profit machen, genau wie konventionelle Bauern. Öko-Landwirte halten dieselben krankheitsanfälligen Hochleistungsrassen, deren Milchproduktion allein mit Gras und Heu nicht aufrecht erhalten werden kann. Kraftfuttermischungen sind also auch hier ständig im Einsatz – mit dem Unterschied, dass die Zutaten aus ökologischem Anbau stammen, was jedoch ihre *Verträglichkeit für die Kuh* nicht erhöht. Auch Bio-Bauern kämpfen genau wie konventionelle Bauern gegen ständig wiederkehrende (Euter-) Entzündungen (ein Drittel aller Kühe ist betroffen)³, Lahmheit und andere Krankheiten. Auch Bio-Bauern lassen ihre Kühe künstlich besamen, trennen Kuh und Kalb wenige Tage nach der Geburt, mästen und schlachten Kälber und töten ihre Kühe, sobald sie in der Milchleistung nachlassen (etwa im Alter von etwa 5,5 Jahren).



Giftiger Wurmfar – bei kranken Tieren beliebt!

Gewaltfreie Kuhhaltung

Wirklich gewaltfreie Kuhhaltung, wie sie für jeden, der ethisch einwandfrei leben und essen möchte, wünschenswert wäre, sieht neben all den eingangs erwähnten Weide- und Lebensbedingungen konsequenterweise auch vor, dass die Tiere in der Herde mit einem Bullen leben und dass das Kalb bei der Mutter und mit Gleichaltrigen aufwachsen darf. Spätestens hier beginnen die Probleme des ethisch einwandfrei arbeitenden Landwirts, der ohne Schlachtung auskommen will.

Die Tatsache, dass er jetzt nur noch einen Bruchteil der Milch melken (und damit auch verkaufen) kann, weil das Kalb sich seinen Teil zuerst nimmt, ist dabei noch das kleinste Problem. Denn was macht er mit all den Kälbern, die Jahr für Jahr in seine Herde hineingeboren werden? Was mit den Kälbern der in 18 Monaten geschlechtsreifen Kühen? Würde ein Bauer mit einer kleinen Herde von fünf Kühen und einem Bullen beginnen, besäße er nach 5 Jahren etwa 50 Tiere – davon ausgehend, dass „nur“ die Hälfte des Nachwuchses weiblich, die andere Hälfte männlich ist – und nach weiteren zwei Jahren schon 100 Tiere. Heutige Bauern besitzen üblicherweise Hunderte Kühe, so dass Sie sich ausrechnen

Sommercamp im Elsaß

27. Juli bis Mittwoch 08. August 2007

Traditionelles Sommercamp im Elsaß

für alte und neue Gemeinschaften, für alle Menschen, die nach lebhaften Alternativen suchen und Gleichgesinnte zu finden hoffen; für Menschen, die in einem inspirierenden Rahmen kreativ Musik machen, mit netten kooperativen Menschen zusammen sein, gemeinsam den Sommer genießen wollen, bzw. einfach Spaß haben an spannenden und inspirierenden Events. Sommercamp bedeutet einen kleinen Ausstieg aus dem Alltag, Lebensfreude und Spaß mit Musik und Gesang setzen sich gelegentlich bis tief in die Nacht hinein fort. Kinder und Jugendliche sind herzlich willkommen. Sie fühlen sich erfahrungsgemäß sehr wohl und geborgen in dieser Freiheit mit Zugehörigkeit. Der Platz liegt nahe Niederbronn les Bains im Nord-Elsaß. Naturnah, idyllisch und gut erreichbar, eine riesige Wiese mit Trinkwasseranschluß umrahmt von Wäldern und plätschernden Bachläufen; einer davon erweitert sich zu einem kleinen Muschel- und Badeteich mit Schatten spendenden Bäumen am Ufer. Daneben locken versteckte Lichtungen, Wanderwege und das Flammkuchen-Restaurant "Belle Vallée". Es können Zelte aufgeschlagen oder Mobilwohnungen abgestellt werden. Sanitäres besteht aus extra für das Camp aufgestellten Duschen, Naturklos und Mobil-WCs. Neben den persönlichen Behausungen werden außerdem am Platz sein: Jurten, Wigwam, Küchenzelt, Massagezelt, usw. Geplante Veranstaltungen: Lagerfeuer, Musik und Gesang am Lagerfeuer, Männer- / Frauengespräche, Parties, Forum, Spiele aller Art, Body Painting, (Kinder-)Malen, Meditation, Yoga, Massagen im Zelt, Tantra, Wanderungen, Badeausflüge, Rituale, Freiluft- und Mitmach-Theater, Geisternacht für Kinder, Thermenbesuche (bei Regenwetter). Außerdem wird der neue **Förderverein für „la Vida“** (Lebensinsel Dominikanische Republik; Internet: www.centro-naturala-vida.net) aus der Taufe gehoben, u. a. wird sich auch das portugiesische „Schwesterprojekt“ **Artlantica** vorstellen. Das Sommercamp ist keine kommerzielle Veranstaltung. Die Beiträge dienen einfach dazu, die Kosten zu decken.

Platzgebühren: Erwachsene 7,- EUR, Kinder und Jugendliche 4,- EUR pro Tag, Kleinkinder unter 6 Jahren frei. Tagesgäste werden um eine Spende gebeten. Ermäßigungen sind möglich für unterstützende Arbeiten, z. B. Auf- / Abbau (Aufbautage ab 25. Juli 2007, Abbautage bis 12./15. August 2007), etc. oder aus sozialen Gründen. Helfer sind gerne gesehen – je mehr desto lustiger.

Nahrungsmittelversorgung: ca 8,- EUR pro Tag für Erwachsene und ca 6,- EUR für Jugendliche ab 12 Jahren. Es ist auch möglich, sich Mahlzeiten durch Küchen- und andere Dienste zu erarbeiten oder sich selbst zu versorgen.

Anmeldung: Petra Günter

Telefon: (07243) 9 96 48

E-Mail: sommercamp@ist-einmalig.de

Internet: www.das-sommercamp.de

Zusätzlicher Hinweis für junge Menschen von 16 – 28 Jahren: Etwa parallel zu diesem Zeltlager findet das **internationale Newcomer-Camp** statt.

Info: www.newcomer.in

können, wie schnell sich der Kuhbestand im sechsstelligen Bereich befinden würde. Zwar erhöht sich dann auch die Milchausbeute, aber der Bauer müsste auch etliche „nichtsnutzige“ Bullen und irgendwann auch Milchkuhrentnerinnen (Kühe, die keine Milch mehr geben) durchfüttern. Bullen sind nicht immer friedliebend und kämpfen um Kühe und Revier. Was glauben Sie, wäre wohl in einer Herde los, die zur Hälfte aus unkastrierten Stieren bestünde?

Selbst auf einer argentinischen Estancia (= sehr große Farm) mit vielen *Quadratkilometern* Weidefläche wird irgendwann die Schmerzgrenze erreicht sein. Natürlich könnte der Landwirt Tiere verkaufen. Doch an wen? Ein gewaltfrei wirtschaftender Landwirt verkauft seine Tiere nicht an Fleischesser oder Schlachthöfe. An Tierfreunde? Hätten Sie Platz für eine Kuh? Eine Kuh will sich fortpflanzen, in der Brunst* brüllt sie nach einem Bullen, dass Ihre Wände und die Ihrer Nachbarn wackeln werden.

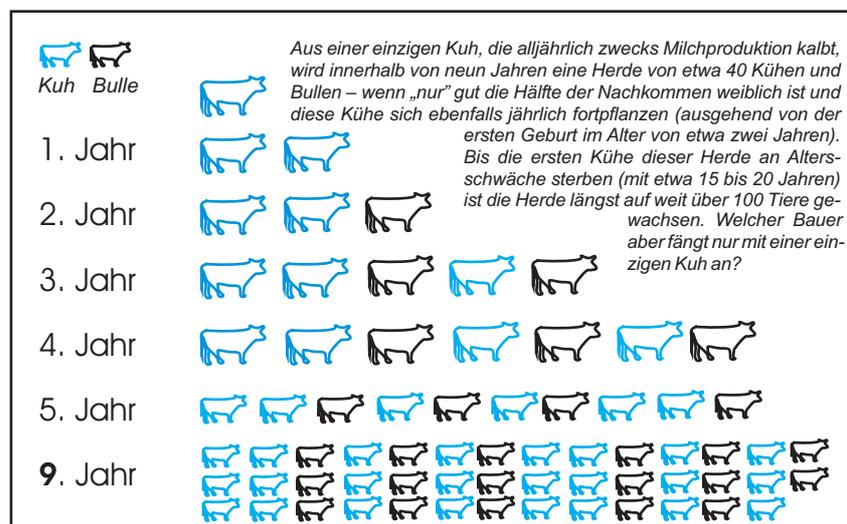
Die gewaltfreie Tierhaltung der Krishna-Anhänger

Seit Jahrzehnten gibt es weltweit sog. ISKCON-Farmen*, die gewaltfreie und ökologische Landwirtschaft mit Milchkühen betreiben – ohne jegliche Tötung altersschwacher oder überzähliger

Tiere. ISKCON ist die Abkürzung für „International Society for Krishna Consciousness“, also „Internationale Gesellschaft für Krishna-Bewusstsein“*.

Der spirituelle Krishna-Meister *Sacinandana Swami* erzählte im Jahre 2000 in einem Interview mit der Zeitschrift *Natürlich vegetarisch*: »Am Anfang hatten wir nur das Modell von den Höfen in Indien vorliegen: Die Höfe brauchen dort nicht einmal eigenes Land, um ihre Kühe zu füttern, da die Kühe einfach am Morgen aus dem Stall gehen und die ganze Umgebung als Weidefläche haben. Im Westen sind wir ziemlich naiv in die gewaltfreie Kuhwirtschaft hineingegangen, ohne die Problematik zu erahnen, dass wir A) nur begrenzt Land zur Verfügung haben und B) die Kühe unglaublich vermehrt werden müssen, damit es zu einem ansehnlichen Milchbestand kommt. Wir sind bald an Grenzen gestoßen. Auf unserer ersten gewaltfreien Farm (USA, West Virginia) hatten wir bald 400 Kühe, Bullen, und Kälber. Irgendwann merkten wir, dass es so nicht weiter geht, obwohl wir dort viel Land hatten. Es ist eine große Verantwortung, eine 400-köpfige Kuhfamilie zu erhalten...

Da wir wissen, dass „wirtschaftlich unnütze“ Bullenkälber in irgendwelchen Schlachthäusern landen werden, wenn wir sie abgeben, haben wir zwei Lösungen



erarbeitet. Die erste Lösung ist, dass wir sehen, wie viel Land wir haben und dann berechnen, wie viele Bullenkälber kommen, und dann irgendwann mit der Vermehrung der Kälber aufhören. Für uns ist es besser, *keine* Milch zu haben, als am Schlachten von Lebewesen teilzuhaben. Die zweite Lösung, die seit ungefähr 10 Jahren schöne Erfolge zeigt, ist, dass wir überall in der Welt Patenschaften für Bullenkälber, aber auch für alte Kühe, die keine Milch mehr geben, anbieten. Der Pate bezahlt für den Unterhalt des Tieres und erhält regelmäßig Fotos von „seinem“ Sprössling.«

Eine ISKCON-Farm befindet sich auch in Deutschland in der Nähe von Passau (Farmgemeinschaft und Seminarzentrum Simhachalam: www.simhachalam.de). Auf meine Anfrage hin stellte sich jedoch heraus, dass dort keine Milchwirtschaft mehr betrieben wird. Erwin Herrmann, erster Vorstand des Vereins für Vedische Kultur Jandelsbrunn e. V. schrieb mir folgendes: „Was hier zurzeit fehlt, ist ein hingegebener Bauer, jemand, der die Kuhwirtschaft wieder ankurbeln. Er/sie sollte einfach bereit sein, vegetarisch

zu leben und auf Drogen wie Zigaretten und Alkohol zu verzichten. Wenn diese Person spirituellen Themen gegenüber aufgeschlossen wäre, umso besser!“ Wer sich dazu berufen und geeignet fühlt, melde sich bei Erwin unter: info@simhachalam.de.

„Schenken“ Kühe Milch?

Der Begriff der „spendablen Kuh“, die dem Menschen ihre Milch schenkt (und ihr eigenes Fleisch und das ihrer Kinder), ist weit verbreitet. Vielleicht könnte man von einem Geschenk sprechen, wenn sich der Mensch nur jene Milch nehmen würde, die das Kalb übrig lässt. Allerdings wäre das bei einer natürlich ernährten und nicht mit leistungsfördernden Präparaten vollgestopften 5-bis-10-Liter-Kuh nicht allzu viel (moderne Kühe produzieren 30 bis 100 Liter pro Tag). Grundsätzlich gilt: Eine Kuh wartet nicht freudig darauf, vom Menschen gemolken zu werden. Meist verhält es sich ja so, dass jener Mensch, der von der Kuh mit Milch „beschenkt“ werden will, ihr gerade das Kind weggenommen hat und nun mit der Melkmaschine anrückt. Die Sache mit

Vom wahren Wesen der Kuh

Kühe sind anhängliche Tiere von tiefgreifender Loyalität gegenüber ihren Familien und menschlichen Gefährten. Wer Kühe kennt, kann anhand ihrer Körperhaltung und Stimmlaute eine ganze Palette an Emotionen erkennen: Zufriedenheit, Interesse, Wut, Leid, etc. Die sanften Riesen trauern, wenn jemand gestorben ist, den sie liebten, und können sogar Tränen über dessen Tod vergießen. Kühe gehen enge Freundschaften mit ausgesuchten Mitgliedern der Herde ein. Die Mutter-Tochter-Beziehung ist besonders eng. Kälber haben bestimmte Spielkameraden in ihrer Altersgruppe.

Ein englischer Rinderexperte erzählte von einer Kuh, die mehr als sechs Wochen lang um ihr Kalb trauerte. Sie stand vor dem Gehege, wo sie ihr Kalb zuletzt gesehen hatte und brüllte stundenlang nach ihrem Kind. Sie ging erst weg, als man sie dazu zwang. Noch nach vielen Wochen blickte die Kuh immer wieder zu jenem Gehege und blieb manchmal für einen Augenblick davor stehen... (www.peta.de)

Vom „Gnadenland“ der Gabriele-Stiftung (Landbau ohne kommerzielle Tierhaltung – siehe Depesche 23/2002), wo viele Tiere vor dem Schlachthof gerettet wurden und ein endgültiges Zuhause fanden, wird folgendes berichtet: „Das tägliche Erleben mit Tieren, von denen üblicherweise nur Schlachtgewicht, Fettgehalt und Fleischfarbe interessieren, zeigt den Betreuern, wie wenig wir Menschen doch über das wahre Wesen von Kühen oder Schafen wissen. Wir erlebten beispielsweise, wie sich die ganze Kuhherde um eine gebärende Mutter scharte und ihr beistand. Oder wie eine kranke Kuh, die eine Zeit lang im Stall bleiben musste, nach ihren Freunden rief, die sofort von der Weide kamen, um sie zu besuchen. Oder wie ein Stier, der von seinem Vorbesitzer als besonders gefährlich eingestuft wurde, die Nähe des Menschen sucht, sich mit Vorliebe kraulen lässt und sogar Freundschaft mit einem Esel schloss...“ (www.gabriele-stiftung.de)



Sommer-Akademie

Samstag, 21. bis Freitag, 27. Juli 2007

Regiogeld – Sommerakademie

im Chiemgau, eingerichtet von „INWO Initiative für Natürliche Wirtschaftsordnung“. Der Regiogeld e. V. bietet seinen Mitgliedern die vergünstigte Teilnahme an der Regiogeld-Sommerakademie beim Chiemgauer und Sterntaler. Teilnahme auch für Nicht-Mitglieder.

Info per E-Mail:

annika.pietsch@keinSpamregiogeld.de

Telefon: (0391) 5 05 81 16

Sepp Holzer

Freitag 20. + Samstag, 21. Juli 2007:

Permakultur von A - Z am Krameterhof

2-Tages-Exkursion, die Teilnehmerzahl ist auf maximal 30 Personen begrenzt. Es werden ca. 16 bis 20 km Terrassenanlagen, Hügelbeete, Felslandschaften, Aquakultur, die Pilzzucht sowie die Wildniskultur besichtigt und behandelt. Beginn um 9:00 Uhr am Krameterhof, Ende um ca. 18.00 Uhr. Saatgut (ca. 1/8 l) von den seltensten Kulturpflanzen, Heil- und Gewürzkräutern etc. wird für Experimentierzwecke zur Verfügung gestellt. Während der Zweitagesexkursion besteht die Möglichkeit, eigene Projekte zu besprechen, wenn Unterlagen mitgebracht werden (Pläne, Fotos etc.) Nach Vereinbarung können auch Arbeitsabläufe sowie alte Arbeitstechniken praktisch vermittelt werden. Ein Exemplar von den Publikationen ist im Exkursionspreis enthalten. Für jeden Teilnehmer gibt es im Seminargebäude Fruchtsäfte und Kräutertee (Selbstbedienung). Auf der Bärenseealm gibt es Kaffee mit selbstgebackenen Kuchen auf Einladung des Hauses (Selbstbedienung). Eine Verpflegung am Krameterhof wird nicht angeboten.

Kosten: EUR 295,- (inkl. oben angeführter Leistungen), Kinder bis 6 Jahre sind frei; 6 bis 12 Jahre 50%. Vorkasse. Übernachtungsmöglichkeiten in der Nähe.

Ort: Permakultur Krameterhof, Keusching 13, A-5591 Ramingstein
Kontakt: Sepp und Veronika Holzer, Montag – Freitag: 8:00 – 12:00 Uhr
Telefon / Fax: (0043) 6475-239
E-Mail: office@krameterhof.at
Internet: www.krameterhof.at

Gendreck-weg

Donnerstag, 19. – Sonntag, 22. Juli 2007

Großes gentechnikfreies Wochenende

im Oderbruch, Camp: Neuwustrow; etwa eine Stunde östlich von Berlin. Mit Kultur und Begegnung, Aktionsplanung und Feldbefreiung. Donnerstag: Campaufbau, Anreise. Freitag: Ab mittags Aktionsvorbereitung und Workshops rund um den Widerstand gegen die Gentechnik. Samstag: Aktionstraining, Bezugsgruppen-gründung, Kulturprogramm und Podiumsdiskussion. Sonntag: Gottesdienst, Kundgebung und Freiwillige Feldbefreiung bzw. Beweisentnahme für Strafanzeigen gegen Monsanto.

Kontakt: Gendreck-weg, Maurenstraße 9, 38300 Wolfenbüttel
Mobil: 0175 – 8666769 / 0173 – 1902542
Telefax: (0761) 400 42 26
E-Mail: aktion@gendreck-weg.de
 oder: gendreckweg@web.de
Internet: www.gendreck-weg.de

dem „Geschenk“ ist ein menschliches Missverständnis, weil sich die Kuh niemals dauerhaft wehrt. Sie ist das demütigste, geduldigste und friedlichste Tier – wie in den Veden*, den Heiligen Schriften Indiens, immer wieder erklärt wird. Lässt sich Ausbeutung und Gewalt gegen ein friedliches Volk allein mit der Aussage rechtfertigen, es wehre sich nicht?

Ayurveda und Milch

Ayurveda ist eine seit Jahrtausenden aus Indien überlieferte Naturheilkunde, die sich auf Empfehlungen aus den Veden* stützt und den Menschen unter anderem das Trinken von Kuhmilch nahelegt. Die Veden wurden ursprünglich in Form von Liedern und Versen übermittelt. Diese wurden dann über etwa 3.500 Jahre hinweg (die vedische Ära begann laut www.hinduismus.de bereits 3.000 vor Christus) *mündlich* von Mensch zu Mensch weitergegeben. Erst später, ab dem 5. Jahrhundert nach Christus hat man sie schriftlich erfasst. Im 19. Jahrhundert wurde die aktuell kursierende Version aus dem Sanskrit* in europäische Sprachen übersetzt. Diese Übersetzungen sind unter strenggläubigen Hindus umstritten, da die Veden als unübersetzbar gelten.⁴

Auch die schriftliche Erfassung der Veden fand nicht überall begeisterte Zustimmung und wurde lange Zeit als unrein oder gar beleidigend empfunden. Noch heute ist strittig, welche Texte wirklich zu den Veden gehören und welche nicht.⁴ Traditionell wurden die Lieder und Verse vom Meister an den Schüler, vom Vater an den Sohn mündlich weitergegeben. Dabei wurde streng darauf geachtet, dass der Schüler das Gelernte auch wirklich versteht. Mit der schriftlichen Verbreitung der Veden konnten diese plötzlich von jedermann gelesen werden – auch ohne wissenden

***Sri A. C. Bhaktivedanta Prabhupada, der Gründer der Krishna-Religion:** Im Jahre 1965 reiste er auf einem Frachtschiff nach Amerika, um dem Wunsch seines spirituellen Meisters nachzukommen, den Menschen der Welt Krishnas Botschaft in englischer Sprache zu vermitteln. Er begann als mittelloser Mönch; doch nach und nach kamen die Menschen zu ihm – angezogen von seiner spirituellen Reife und Ausstrahlung. Er gründete 108 Zentren in 49 Ländern, nahm Tausende von Schülern an und brachte Millionen von Menschen die Botschaft des Krishna-Bewusstseins näher. Gleichzeitig verfasste er rund sechzig Bücher mit Übersetzungen und Erläuterungen der vedischen Schriften.



und erklärenden Meister an der Seite. Doch wurden die Heiligen Schriften jetzt auch von jedermann verstanden?

Jahrtausendelange mündliche Überlieferungen, umstrittene Niederschriften, Übersetzungen und Uneinigkeit bei der Zuordnung der Texte dürften – selbst wenn es sich um *Heilige* Schriften handelt – ausreichend Gründe liefern, um auch den Inhalt bzw. *vor allem* dessen geläufige Art der Auslegung kritisch zu hinterfragen.

Verlangen die Veden blutige Tieropfer?

Ein Teil der Veden beschäftigt sich mit der Durchführung von Opferritualen. In manchen Tempeln Indiens werden heute noch zweimal wöchentlich Tieropfer erbracht – *gemäß den vedischen Worten*. Trotzdem wird diese Anweisung von kaum einem westlichen Ayurveda-Anhänger – der aufgrund vedischer Worte fleißig seine Milch trinkt – befolgt. Wer also entscheidet, was vernachlässigbar ist und was praktiziert werden muss? Zu Krishnas Zeiten (etwa 3.000 vor Christus) besaßen die vedischen Priester (bzw. die von ihnen verwendeten Ritualtexte aus den Veden) offenbar die Kraft, einem alten Tier durch das Feueropfer einen neuen, jungen Körper zu geben. Beim Kuhopfer – so heißt es – entstieg dem Feuer ein Kalb, nachdem eine alte Kuh darin geopfert worden war. Dann jedoch vor etwa 5.000 Jahren verloren die Ritualtexte langsam die

se Kraft. Doch statt die Opferzeremonien jetzt einzustellen, entarteten sie zu sinnlosem Töten und Blutvergießen.

Buddha sprach: „Verwerft die Veden!“

Jetzt tauchte plötzlich Buddha* auf und predigte Gewaltlosigkeit. „Buddha verkündete, dass er nicht an die Lehren der Veden glaube und wies auf die psychisch schädigenden Folgen des Tierschlachtens hin. [...] Sein Herz wurde so mitleidsvoll, als er das Töten der Tiere sah und er sprach: „Beendet dieses Töten!“ Die Menschen antworteten: „Wieso willst du es beenden? Es wird in den Veden beschrieben!“ Jetzt sprach Buddha: „Verwerft die Veden!“ Er leugnete die Autorität der Veden. Aber es war nur ein Täuschungsmanöver, denn Buddha ist eine Inkarnation Gottes, und als solche ist er sogar selbst der ursprüngliche Sprecher vedischen Wissens... [...] Wie kann er sich selbst verleugnen? Buddha wusste, wenn die Menschen nicht mit dem Töten aufhörten, befänden sie sich in einem Zustand der Unwissenheit. In diesem Zustand können sie die *wirkliche* Botschaft der Veden niemals verstehen.“⁵

Natürlich meinte Buddha mit den Worten „verwerft die Veden“ keinesfalls, dass die Veden Quatsch seien. Aber er sah einfach keine andere Möglichkeit, um die Menschen wieder zur Besinnung zu bringen. Sie setzten

die Veden blind – ohne selbst nachzudenken – Wort für Wort um. So hatten sie nicht einmal bemerkt, dass jene Teile der Veden, die Tieropfer forderten, längst ihre Gültigkeit verloren hatten. Sie begriffen die wahre Botschaft der Veden nicht mehr. (www.ourswiss.ch)

Also beschloss Buddha, die Menschen erst einmal von den Veden zu trennen. Er gab ihnen leicht verständliche Anweisungen, z.B. Gewaltlosigkeit, was jeder ohne großes Studieren und vor allem ohne Missverständnisse in seinen Alltag integrieren konnte. Auf diese Weise versuchte Buddha, die Menschen wieder in einen höheren Bewusstseinszustand zu heben, in dem sie hernach fähig sein würden, die Veden erst wirklich zu begreifen.

Wenn man sich die heutige Anzahl der Massentiere und Schlachthöfe vergegenwärtigt, dann befindet sich ein Großteil der Menschen auch heute noch

in dem von Buddha erwähnten „Zustand der Unwissenheit“, also einem Zustand, in dem man die wahre vedische Botschaft gar nicht erkennen kann.

Die vedische Botschaft liegt nicht einfach offen in Form der sicht- oder hörbaren Worte vor, sondern ist oft hinter den Worten verborgen. Das wollten die Menschen aber damals nicht wahrhaben – und sie wollen es heute noch nicht. Ob es sich nun um blutige Tieropfer oder um das Milchtrinken handelt, die Veden wurden und werden als bequeme Rechtfertigung missbraucht – für liebgewonnene Gewohnheiten und Gaumenfreuden.

Der Meister

Stellen Sie sich vor, Sie träfen einen spirituellen Meister, der in völliger Zurückgezogenheit in der Bergwelt des Himalaya lebt. Als Erleuchteter trägt er dieses sanfte Lächeln im Gesicht, seine Augen strahlen. Wenn er spricht, dann nicht ohne Ironie. Sein Lachen ist laut und herzlich. Er lebt in bedingungslosem Glück. Die Welt kann um ihn herum in Stücke brechen und er wird weiter lächeln und glücklich sein. Jetzt stellen Sie sich vor, dieser Meister verkünde Ihnen den vedischen Vers unten links.

Glauben Sie im Ernst, dass er, der sich mit Freude von allen materiellen Gütern befreit hat, Tipps gibt, wie man am besten „allen Reichtum und Komfort der Welt“ genießen kann? Oder will er uns nicht eher auf humorvolle Weise begreiflich machen, wie unwichtig Reichtum, Komfort und all die anderen Dinge sind, mit denen wir uns täglich belasten?

„Die göttlichen Lehren der Veden unterweisen uns, dass, wenn ein Mensch danach trachtet, allen Reichtum und Komfort in dieser Welt zu genießen, er mit großer Aufmerksamkeit der Kuh dienen sollte.“

(Vers aus Rig Veda 1.53.5, dem ältesten Teil der Veden)



Krishna mit Kalb: Der als Mensch inkarnierte Gott wuchs als Kuhhirtenjunge auf und liebte Kühe – einer der Hauptgründe, warum im Hinduismus Kühe heilig sind.

Die Veden dienen sehr vielen unterschiedlichen Religionen als Grundlage. Das ist deshalb möglich, weil sie sehr viele verschiedene Interpretationsmöglichkeiten zulassen. Warum sollten wir nicht eine solche wählen, die gleichzeitig allen auf der Erde Glück beschert und dem augenblicklichen Leiden vieler Wesen (ob Mensch oder Tier) ein Ende bereitet? Damit werden wir mit Sicherheit immer richtig liegen. Die Veden zu missbrauchen, um Gründe für den Genuss von Milch zu finden, was über andere Wesen automatisch Leid bringt, ist sicher nicht im Sinne des vedischen „Erfinders“.

Kuhfreundliche Interpretation der Veden

Interpretieren wir die vedische Empfehlung des Kuhmilchtrinkens doch so: Die Kuh ist – im Gegensatz zum Menschen – geduldiger, genügsamer, gleichmütiger, liebevoller, demütiger und verzeihender. Wollten uns die vedischen Weisen vielleicht (wie-

(3) Quelle: www.vegetarismus.ch, Vegi-Info 2005/4

***ISKCON**: „International Society for Krishna Consciousness“ = „Internationale Gesellschaft für Krishna-Bewusstsein“ – Das ist der offizielle Name der „Hare-Krishna-Bewegung“, die 1966 in New York vom indischen Mönch und Gelehrten A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada (1896-1977) – siehe auch Bild und Text Seite 10 oben – gegründet wurde. Sie ist der zeitgenössische Zweig der jahrtausendealten **Krishna-Religion**. Die Krishna-Religion ist eine der Hauptströmungen des Hinduismus und gilt als die älteste monotheistische Religion. Die philosophische Grundlage bilden die Veden, die Heiligen Schriften Indiens (siehe unten).

***Krishna**: Krishna ist eine der Inkarnationen (= menschliche Verkörperung) von Vishnu, dem hinduistischen Hauptgott – siehe auch Bild Seite 11 oben.

***Veden**: Die heiligen Schriften (in Gedichtform) der altindischen Religion sind die wohl älteste existierende Sammlung spiritueller Weisheit. Sie sind an keine bestimmte Religion gebunden, sondern weisen den Menschen einen universalen Weg zu Gott. Deshalb dienen sie verschiedenen Religionen als Grundlage.

***Ayurveda**: „Ayus“ bedeutet im Sanskrit (siehe unten) „Leben“, „veda“ bedeutet „Wissen“, also „Das Wissen vom Leben“.

(4) Quelle: www.wikipedia.de: „Hinduismus“ und „Die Bedeutung des Veda“.

***Sanskrit**: altindische Literatur- und Gelehrtensprache.

***Buddha**: Der bekannte Buddha (Siddharta Gautama) ist hier möglicherweise nicht gemeint – obwohl man sich da nicht einig ist. Im Hinduismus gibt es viele Buddhas, wobei immer dann ein Buddha erscheint, wenn die Menschen besonders materialistisch veranlagt sind

(5) Aus: www.bhakti-yoga.dh.pdf, Srila A. C. Bhaktivedanta Swami, übersetzt und kommentiert im Shrimad-Bhagavatam (1.3.24)

derum auf humorvolle Weise) mitteilen, uns am Wesen der Kuh ein Vorbild zu nehmen? Das Wesen der Kuh in uns aufzunehmen? Formulierten sie diese Aufforderung vielleicht besonders bildhaft und sagten: Trinkt die Essenz der Kuh, trinkt ihre Milch? Liegen die vedischen Weisen vielleicht seit Jahrtausenden kopfschüttelnd im Grabe, wenn sie sehen, wie sämtliche Leute tatsächlich die Milch der Kühe trinken, anstatt sich in Geduld, Gleichmut, Liebe etc. zu üben, wie es eigentlich gemeint war?

Selbst wenn die Milchempfelungen der Veden wortwörtlich gemeint sind, bedenken Sie bitte, dass in der vedischen Zeit, also vor etlichen tausend Jahren gewaltfreie Milchkuhhaltung aufgrund der geringen Menschen-dichte und der weiten unberührten Landschaften durchaus möglich war – **und nur unter dieser Voraussetzung ist Milchkonsum – laut Veden – erlaubt.**

Drei Voraussetzungen für gewaltfreie Milch

Heute wäre gewaltfreie (und gleichzeitig wirtschaftliche) Kuhhaltung nur dann realisierbar, wenn die milchtrinkende Menschenschar bereit wäre, drei Voraussetzungen zu erfüllen:

1. Für den Liter Milch müsste das Zehnfache des heutigen Preises bezahlt werden (um den Platzbedarf und das natürliche Futter der Kühe zu finanzieren).
2. Milchlose Zeiten müssten akzeptiert werden. Es ist schließlich auch normal, dass es nur im Frühsommer Erdbeeren gibt. Also müsste es z.B. auch Kindern einleuchten, dass eine Kuh nicht das ganze Jahr über Milch gibt und das Kind deshalb nicht das ganze Jahr über Kaba, Joghurt, Milchreis usw. haben kann.
3. Jeder Milchfreund müsste Partnerschaften für Bullen bzw. Kuh-„rentnerinnen“ übernehmen.

„Jener, der Tiere verletzt, die niemanden verletzen, bloß um seiner Esslust Freude zu verschaffen, wird niemals Glück erlangen, weder lebend noch tot. [...]“

Veden, Vaishnava Dharma Sastra, Zitate aus Kapitel 51

Die *gegenwärtige* Milchproduktion aber führt immer zwingend zu Leid und frühem Tod von Kuh und Kalb – beides kommt vom vedischen Gesichtspunkt her niemals in Frage (beachten Sie hierzu bitte den vedischen Vers oben), *so dass gerade Ayurveda-Anhänger die ersten sein müssten, die Milchprodukte meiden.*

Die Heilige Kuh

Viele Milchanhänger sind der Meinung, dass gerade Indien, wo Kühe heilig sind, als Musterland für gewaltfreie Milchproduktion und sicher auch als Vorbild für die Behandlung unserer Milchkühe gelten könne. Nach dem indischen Glauben hat die Kuh den Status einer Mutter, die als eine solche auch verehrt werden soll. Wer einer Kuh das Leben nimmt, hat nach hinduistischem Glauben einen Mord begangen (www.tierdach.de). Bedeutet dies alles auch, dass indische Kühe glückliche und wohlgenährte Kühe sind? Dass sie wirklich wie Mütter behandelt werden?

Eine Indienreisende berichtet: „Bei einem Fest in Madras (Stadt an der Küste im Südosten Indiens) wurden die Heiligen Kühe zu einem Wettrennen vor große Karren gespannt, auf welchen so viele Menschen saßen, dass die Kühe unter der Last stöhnten. Sie wurden mit Peitschen angetrieben. Die Kühe hatten weit aufgerissene Augen, waren verängstigt vom Gebrüll und Geschrei der Menschen – und rannten dampfend und schnaubend wie um ihr Leben... Dieses Fest findet in ganz Indien statt. In großen Städten sah ich Kühe in winzigen Ställen zusammen gepfercht, wo sie sich noch weniger bewegen konnten als bei uns in den großen Tier-

masten. Sie waren schmutzig und verklebt, es gab kaum Stroh und sie wurden nicht gesäubert. Oder sie liefen durch die Städte, abgemagert und halb verhungert – fraßen Kartons und Zeitungen...“ ([Regina Rau, www.tierdach.de](http://www.tierdach.de))

300 Plastiktüten im Magen

Auf den Straßen der Hauptstadt Neu-Delhi tummeln sich nicht nur 15 Millionen Einwohner mit Autos, Bussen und Fahrrädern, sondern auch 40.000 Kühe. Sie liegen sorglos im Kreisverkehr oder stehen wiederkäuend auf großen Kreuzungen. Und was sie kauen, hat es in sich: Eine indische Straßenkuh lebt hauptsächlich von Müll und hat neben Kabeln, Schuhen und Glas bis zu 300 Plastiktüten in ihren vier Mägen verteilt. (www.wdr.de)

Die Kühe Indiens werden verjagt, wenn sie von Hunger geplagt in Häuser eindringen oder Gemüsestände zu plündern versuchen. Sie leiden an Hautkrankheiten, werden im zunehmenden Straßenverkehr angefahren, verletzt und enden in Schlachthöfen mit ungelungenen Schlächtern. Denn es gibt immer mehr Europäer und Inder mit europäischer Lebensweise, die Rindfleisch wünschen und es auch bekommen.

Die Kuh ist heilig. Ein Schaf aber nicht. Die Katze, das Schwein und das Huhn ebenfalls nicht. Laut den Veden ist aber kein Tier zu verletzen oder zu töten (siehe vedischer Vers [Seite 12 oben](#)). Abgesehen davon, dass nicht einmal die Heilige Kuh ein angenehmes Dasein genießt, lässt der dringend nötige Respekt *allen* Wesen gegenüber auf sich warten. Diesbezüglich werden die Veden also nicht befolgt.

Wer unter den (westlichen) Milchtrinkern, die ihren Milchkonsum mit dem Ayurveda rechtfertigen, erfüllt nun die vedischen Anweisungen, die mit dem Milchtrinken automatisch einher gehen sollten? Welcher Mitteleuropäer beschützt Kühe oder dient ihnen gar? Welcher meidet konsequent ihr Fleisch? Warum ist man so oft geneigt, sich immerzu nur jenen Teil aus Heiligen (oder anderweitigen) Schriften heraus zu picken, die helfen, Gewohnheiten beizubehalten? Andere Teile aber, die etwas Mühe oder gar gewisse Einschränkungen verlangen, werden ignoriert?!

Die Eiszeit

Nach diesem Ausflug in die vedische Welt Indiens kehren wir wieder zurück in unsere Heimat, nach Mittel- und Nordeuropa: Wie kamen *unsere* Ahnen überhaupt auf die Idee, Tiere zu halten, um an deren Milch zu gelangen? Die offizielle Geschichte lautet folgendermaßen: In der Eiszeit vor etwa 10.000 Jahren mussten sich die Menschen nicht nur an das neue Klima, sondern auch an andere Nahrung gewöhnen. Es gab nicht mehr überall Früchte, Knollen und Gemüse, zumindest nicht mehr das ganze Jahr über. Die Männer mussten Tiere erjagen. Bald stieß man auch auf die Möglichkeit, weibliche Tiere zu halten, um sie zu melken.

Nun gab es Menschen, die vertrauen diese Milch nicht, ihnen wurde schlecht und sie bekamen Verdauungsbeschwerden. *Das waren die meisten.* Andere wenige wiederum konnten die Milch ohne *akute* Probleme trinken. Wenn nun sehr viel Schnee fiel, sich keiner auf die Jagd traute und alle Vorräte aufgegessen waren, dann blieb nur die Milch der braven Kuh. blieb der Schnee sehr lange liegen, lebten die Menschen *ausschließlich* von der Milch. Diejenigen, die sie schlecht vertrugen starben so langsam aus – sozusagen

Heilige Kuh in Indien: Mit anderen Heiligen Kühen auf der Ladefläche eines LKWs zusammen gepfercht, der sie in einen Schlachthof bringen wird. Ihre Nase blutet und ihr Kopf wurde festgebunden, so dass sie sich nicht bewegen kann.



gen „an Dauerdünnpiff“ – während die anderen sich frohgemut vermehrten und ihre milchfreundlichen Gene an ihre Nachkommen weitergaben. So ergab es sich – nach dieser Theorie – dass sich innerhalb von 10.000 Jahren bei nordischen Völkern jenes mutierte Gen durchsetzte, welches dem heutigen Menschen nun angeblich erlaubt, Milch zu trinken und sie auch zu vertragen (was ja aber so nicht stimmt, es gibt lediglich seltener *akute*, also sofort nach Milchgenuss einsetzende Beschwerden – die langfristigen Schäden jedoch kommen auf jeden Fall, werden aber für gewöhnlich nicht mit Milch in Verbindung gebracht)!

Bedeutet die Fähigkeit des Körpers, eine bestimmte Substanz während *einer* Notzeit zu tolerieren auch gleichzeitig, dass wir diese Substanz nach dem Ende dieser Notzeit fast schon zwanghaft und permanent zu uns nehmen müssen – ungeachtet der Tatsache, dass für die menschliche Milchschemmerei andere Lebewesen seelisch und körperlich generationenweise zugrunde gerichtet werden?

Unsere klugen Ahnen

Aus der Bronzezeit vor 3000 bis 6000 Jahren – da war die Eiszeit schon längst vergessen – ist bekannt, dass unsere Breiten von Haselnusssträuchern geradezu überwuchert waren. Haselnüsse waren zu jener Zeit *das* menschliche Grundnahrungsmittel schlechthin. Milch war da längst passé. Unsere Vorfahren füllten

also einfach ihre Körbe mit mineralstoffreichen, sättigenden Nüssen. Diese konnte man sich ohne großen Aufwand (ein Stein zum Knacken genügt) einfach in den Mund stecken. Man konnte sie aber auch zerstoßen und daraus eine Art Brot bereiten. Vielleicht vermischten unsere Vorfahren die zerstoßenen Nüsse gelegentlich mit Wasser und tranken genussvoll die entstandene Nussmilch? Aus den bei der Nussmilchherstellung anfallenden (abgesiebten) Nussresten konnten sie eine Art Käse zubereiten ([siehe Rezept Seite 16](#)). Eine Kuh zu halten, zu melken und irgendwann einmal zu töten, brauchten unsere Ahnen nicht.

Nussmilch ([Rezepte Seite 16](#))

Nussmilch kann jeder sehr einfach mit allen Nuss- und vielen Ölsaatenarten herstellen (Mandeln, Hasel-, Wal- und Paranüssen, Sonnenblumenkernen, Hanfsaat, Sesam,...). Auf diese Weise wird die Küche ungemein abwechslungsreich. Statt jeden Tag dieselbe immer gleich schmeckende Kuhmilch zu trinken, gibt es jeden Tag eine Milch aus einer anderen Nussart. Man kann Nussmilch genauso verwenden, wie Kuhmilch verwendet wird. Man kann sie pur trinken, übers Müsli gießen, mit Früchten zu Shakes mischen, mit einigen Datteln plus Kakaopulver in einen leckeren „Kaba“ verwandeln, zu Eis verarbeiten und Salatsoßen daraus kreieren. Man kann mit Nussmilch Milchreis oder Pudding kochen und man kann sie ins Kuchenrezept integrieren.

Weitere Milchalternativen

Wer für selbst gemachte Nussmilch keine Zeit hat, der findet in Naturkostläden und Reformhäusern eine große Auswahl an pflanzlichen Drinks, die eine kuhmilchähnliche Konsistenz aufweisen und auch ähnlich wie diese eingesetzt werden können – vom gesundheitlichen Standpunkt aber niemals mit selbst hergestellter Nussmilch verglichen werden können.

Oft denkt man bei diesen Milchalternativen zuerst einmal an Sojamilch. Wer aber tatsächlich ein der Kuhmilch ähnliches Getränk sucht, der müsste – meiner Ansicht und meines Geschmackes nach – von Sojamilch eher enttäuscht sein. Ihr Geschmack ist – wenn sie nicht gerade stark gesüßt und aromatisiert angeboten wird (wie das z. B. bei Sojadrinks der Geschmacksrichtungen Vanille, Erdbeer, Schoko, etc. der Fall ist) – wässrig und fade. Außerdem ist beim Kauf von Sojadrinks (der Ausdruck „Sojamilch“ darf von Gesetzes wegen nicht auf den Packungen stehen, da das Wort „Milch“ für Kuhmilch reserviert ist) darauf zu achten, dass es sich wirklich um ein Erzeugnis aus *biologisch angebauten Sojabohnen* handelt. Andernfalls nehmen Sie freiwillig am allgemeinen Großversuch über die langfristigen Auswirkungen *genmanipulierter* Sojaerzeugnisse auf menschliche Organismen teil, da mittlerweile fast die gesamte Weltermilch an konventionellen Sojabohnen aus dem Genlabor stammt.

Um dieses Risiko zu umgehen und gleichzeitig in den Genuss einer wirklich wohlschmeckenden Milchalternative zu gelangen, wählt man seine künftige Liebessorte lieber aus folgendem Sortiment:

- Haferdrink
- Reisdink

- Haselnussdrink
- Hanfdrink
- Mandeldrink

(bei Milch-Ersatz-Produkten ist auch die Süßlupine der Sojabohne in allen wesentlichen Punkten überlegen.) Gehen Sie einfach in einen Bioladen, lassen Sie sich dort beraten und probieren Sie sich durch die Vielfalt der Drinks, bis Sie Ihre Liebessorte gefunden haben.

Yoghurt ohne Milch

Ebenfalls in Bioläden gibt es rein pflanzliches Yoghurt. Das einzige (meiner Ansicht nach) wirklich gut schmeckende ist jenes der Firma Provamel. Es ist in verschiedenen Geschmacksrichtungen wie Natur, Vanille, Kirsche etc. zu haben und ist aus biologisch angebauten Sojabohnen hergestellt.

Wer Yoghurt selbst machen will, der besorge sich die Spezial-Yoghurtkulturen der Firma Bioforce (Bioladen), die für die Herstellung von *Yoghurt aus Reisdink* geeignet sind.

Aber: Wer sich neben der Verschonung der Kühe auch für den gesundheitlichen Aspekt bei der Umstellung auf pflanzliche Drinks und Yoghurt interessiert, der sollte erstens bedenken, dass die Drinks nicht einmal im Kühlregal aufzubewahren sind, also unter sehr hohen Temperaturen abgefüllt wurden, um drei bis sechs Monate oder noch länger haltbar zu sein. Es handelt sich um Konserven, die sicher nicht gesünder als Kuhmilch sind. Zweitens sind die meisten pflanzlichen Drinks und Yoghurts mit Verdickungs- sowie Süßungsmitteln wie Maissirup, Vollrohrzucker etc. versehen (Depesche 19/2005 – Süßmittel). Gerade die pflanzlichen Yoghurts sind bei ihrer Herstellung mit Sicherheit nicht weniger Prozeduren unterworfen worden als dies bei Kuhmilchyoghurt der Fall ist.

Zwei entscheidende Fragen...

Eine entscheidende und grundsätzliche Frage bei der Auswahl geeigneter Lebensmittel lautet: *Was will ich haben?* Eine industriell verarbeitete Konserve, eine Süßigkeit, die mein Wohlbefinden beeinträchtigt und die ich deshalb sicher nicht täglich zu mir nehme, geschweige denn meinem Kinde regelmäßig anbiete (hierzu zählen die erwähnten käuflichen pflanzlichen Drinks, Puddings und Yoghurts, genauso wie der bei vielen Müttern so beliebte Kaba, Kuhmilchyoghurts, Kuhmilchpuddings, etc.)? Oder möchte ich Lebensmittel zu mir nehmen, die mir und meiner Familie wirklich Energie, Kraft und Lebensfreude schenken?

Letzteres erreiche ich ausschließlich mit naturbelassenen, unerhitzten Produkten, wozu im Falle der vorgestellten Milchalternativen nur die selbst gemachte Nussmilch und die daraus (bei niedrigeren Temperaturen) selbst hergestellten Produkte ([siehe Rezepte Seite 16](#)) zählen.

Eine weitere wichtige Frage, die sich jeder stellen sollte, der auf der Suche nach einer Kuhmilchalternative ist, lautet: *Warum – um alles in der Welt – will ich unbedingt etwas haben, das mich an den Geschmack, die Farbe und die Konsistenz von Kuhsäuglingsnahrung erinnert?* Schließlich befinden wir uns auch nicht ständig auf der Suche nach Alternativen für Fliegenmadengulasch. Aber warum eigentlich nicht? Etliche Menschen dieser Erde essen tagtäglich allerlei Krabbeltierchen, wohingegen *uns* beim bloßen Gedanken daran eine mittelschwere Übelkeitsattacke niederstreckt.

Laden Sie doch einmal einen afrikanischen Buschbewohner* für einige Monate zu sich ein. Er

wird permanent auf der Suche nach Alternativen für Fliegenmadengulasch sein. Dagegen wird er echte Milch genauso ignorieren wie sämtliche Milchalternativen, die Sie ihm anbieten. Er kennt Milch als Säuglingsnahrung und da er kein Säugling mehr ist, gibt es für ihn keinen Grund mehr, sie anzurühren. Fliegenmadengulasch hingegen ist er seit Jahrzehnten gewöhnt. Deshalb will Ihr afrikanischer Gast jetzt irgendetwas, das annähernd so schmeckt wie Omas Fliegenmadengulasch, basta.

Am Rande möchte ich noch darauf aufmerksam machen, dass interessanterweise niemand Hunde-, Katzen- oder Schweinemilch trinken möchte. Dabei ist deren Milch genauso hervorragend dazu geeignet beispielsweise aus winzigen Welpen riesige Doggen oder aus Ferkeln mächtige Schweine zu machen wie Kuhmilch dazu geeignet ist, Kälber in zentnerschwere Kühe zu transformieren. Um kleine Menschen in große zu verwandeln oder um große Menschen irgendwie gesund zu halten, dazu ist keine dieser Milcharten geeignet.

Warum also sind wir so aufgeregt auf der Suche nach einer Alternative für etwas, das wir weder brauchen noch uns nützt?

Warum sind diejenigen, die ihre Milch von einem „Alm Öhi“ beziehen (also einem Bauern, der seine Kühe – angeblich – optimal behandelt), so versessen darauf, eine Bestätigung dafür zu erhalten, dass in *ihrem* Falle das Kuhmilchtrinken selbstverständlich gestattet ist? Warum rennen die Leute von Pontius zu Pilatus, um endlich einen Bauern zu finden, wo man angeblich „völlig naturbelassene“ Milch und Butter bekommt (was zweifelsohne schon einmal lobenswert ist und wahrhaft eine bessere Einkaufsquelle als der Supermarkt darstellt)?

Milchprodukte zu essen, ist eine Gewohnheit. Im Gegensatz zum Tabak oder Alkohol, die beide ebenfalls zur Gewohnheit werden können, allgemein aber als eher lästige Gewohnheit gelten, wurde die Gewohnheit namens „Milchkonsum“ von allen Seiten seit Jahrzehnten als positiv beworben. Medien, Ärzte, Ernährungsspezialisten, Diätberater, Lehrer und Professoren und natürlich jede einzelne Mutti, Omi, etc. predigten unentwegt, unsere gesamte Kindheit, ja unser gesamtes Leben hinweg, wie wunderbar gesund, wie unersetzlich für stabile Knochen und Zähne, wie unverzichtbar für fröhliche Kinder, etc. Kuhmilch sei. Diese Dauerberieselung ist es doch – und natürlich die Angst, künftig auf irgendeine Gaumenfreude verzichten zu müssen – die jeden davon überzeugt hat, dass Kuhmilch gut für uns Menschen ist und ihn bei dieser Überzeugung bleiben lässt. Wären wir jahrzehntelang mit derselben Euphorie mit dem Slogan „Fliegenmadengulasch macht's“ berieselt worden, so befänden wir uns heute – falls uns irgendwer darauf aufmerksam machen würde, Fliegenmadengulasch sei gar nicht gut für uns – pausenlos auf der Suche nach Alternativen für Fliegenmadengulasch.

Hören wir mit der Suche nach Milchersatz, nach Käseersatz, nach Butterersatz etc. einfach auf und konzentrieren uns auf die gesunde, naturbelassene Nahrung, die einem erwachsenen Menschen, der Zähne im Mund hat, gebührt. So sollen die folgenden Rezepturen – auch wenn die Bezeichnung anderes vermuten lässt – keinen Ersatz für etwas darstellen, das man ab sofort nicht mehr essen darf oder soll. Es handelt sich um eine Tür in ein neues Land. Ein Land voller kulinarischer Hochgenüsse und neuer Geschmackserlebnisse. Im Klartext: Nussmilch will nicht



In Bioläden, Reformhäusern oder bei Spezialversendern für vegane Produkte (z. B. www.radixversand.de) gibt es mittlerweile eine reiche Auswahl an pflanzlichen Nahrungsmitteln, die allesamt Imitate der altbekanntesten „Gewohnheitsprodukte“ darstellen. Vom streufertigen Parmesan, schmelzfähigen Pizzakäse, Schnittkäse nach Cheddar-Art (Bild oben) über Kräuterfrischkäse und Früchtequark bis hin zu Kaffee- und Schlagsahne ist alles zu haben. Das gewohnte Geschmackserlebnis bleibt jedoch häufig aus. Einfach weil die Imitate selten tatsächlich genauso schmecken wie das Original. Enttäuschungen sind vorprogrammiert. Verabschieden wir uns lieber von der ständigen Suche nach dem Imitat von diesem oder jenem Geschmack und machen uns auf in eine Welt neuer und natürlicher Genüsse. Ein kleiner Vorgeschmack bietet Ihnen [Seite 16](#).

wie Kuhmilch schmecken, sondern wie eine herrlich cremige Nussmilch. Urs Hochstrassers Nusskäse will niemals versuchen, wie ein Original Emmentaler Käse zu schmecken, sondern ist in sich eine so perfekt herzhaft Gaumenfreude, dass ein Vergleich mit irgendeinem Kuhmilchprodukt fast schon einer Beleidigung gleich käme.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viele neue genussliche Geschmackserlebnisse, einen köstlichen Appetit und viel Spaß beim Zubereiten.

Kristina Peter

**Ich bitte hiermit alle Buschbewohner Afrikas um Verzeihung, falls es in diesem Artikel so aussehen sollte, als bezeichnete ich sie allesamt als Fliegenmaden-Verzehrer, was nicht meine Absicht war. Es gibt in wohl fast allen Kontinenten bestimmte Volksstämme, die sich unter anderem von Insekten ernähren, ja diese als Delikatesse betrachten – und im Grunde macht es keinen Unterschied, ob wir nun Fliegen, Kühe oder Schweine essen.*