

DIE VOGLHAUS®AKADEMIE

WER WILL ICH SEIN?!

**„ZWEIFLE NIE DARAN,  
DASS EINE KLEINE GRUPPE  
NACHDENKLICHER, ENGAGIERTER MENSCHEN  
DIE WELT VERÄNDERN KANN.  
TATSÄCHLICH IST ES  
DIE EINZIGE ART UND WEISE,  
IN DER DIE WELT JEMALS VERÄNDERT WURDE.“**

Margaret Mead

**„ES IST UND BLEIBT  
IMMER DIE REVOLUTIONÄRSTE TAT,  
LAUT ZU SAGEN, WAS IST.“**

Rosa Luxemburg

**„SPRECHEND UND HANDELND  
SCHALTEN WIR UNS  
IN DIE WELT DER MENSCHEN EIN.“**

Hannah Arendt

## LIEBE GÄSTE,

die beiden folgenden Essays von Bernd Ulrich, dem stellvertretenden Chefredakteur der Wochenzeitung DIE ZEIT, möchte ich Ihnen ans Herz legen und ich wünsche mir, dass Sie sie auch IN Ihr Herz lassen können! Sie entstanden 2018 und 2022 und gehören meines Erachtens zum Besten, was über das Thema Klimakrise und Ernährung geschrieben wurde. Und was es bedeutet, ein Mensch zu sein.

„Wer will ich sein in dieser Welt, die drauf und dran ist, sich zu ruinieren?“ fragt sich Bernd Ulrich mit großer Ehrlichkeit und stellt fest, dass es eine der besten Entscheidungen seines Lebens war, sich für eine vegane Lebensweise zu entscheiden.

Bernd Ulrich spricht von den „größten wahnwitzigen Momenten“, die er immer wieder hat, wenn er glaubt, mit seinen Texten die Welt verändern zu können. Diese größten wahnwitzigen Momente haben wir im VOGLHAUS auch und sind überzeugt, dass wir in der Gastronomie als „Pioniere des Wandels“ auch unseren Teil dazu beitragen können, die Menschen in ein neues Zeitalter eines „Biophilen Bewusstseins“ zu führen, wie es der Vordenker Jeremy

Rifkin nennt. Das Zurückfinden zur „Liebe für alles Lebendige“ auf der Welt ist für Rifkin die Grundvoraussetzung für das Überleben der Menschheit.

Weder business as usual, noch apokalyptische Untergangsszenarien helfen uns da weiter. Nähren Sie in sich und anderen durch Worte und Taten die „Aktive Hoffnung“ auf einen „Großen Wandel“, der gelingen kann, wie es Joanna Macy mit ihrem tiefenökologischen Ansatz vorschlägt.

Gönnen Sie sich die Muse für Ulrichs Gedanken, die nicht im Twitter Format entwickelt werden können. Begeben Sie sich mit ihm und uns auf die Reise in eine wunderbare Zukunft voll Mitgefühl und Liebe für alles Lebendige.

Seien Sie nachdenklich und engagiert! Sprechen Sie laut aus, was ist! Und greifen Sie handelnd in die Welt ein!

Herzlichst,

**MARTINA VOGL  
UND DIE GANZE VOGLSCHAR**

Von: martina.vogl@das-voglhaus.de

Datum: 18. September 2022 um 20:06:03 MESZ

An: Bernd Ulrich

Betreff: ZEIT Magazin 31, Bernd Ulrich Verschärfte Welt (31/2022)

## LIEBER BERND ULRICH,

mit großer Verspätung habe ich diesen allerallerbesten Artikel, den ich je über die Klimakrise und die Ernährung und das vegane Leben gelesen habe, in die Finger bekommen durch den Hinweis einer Freundin. Dieser Artikel ersetzt damit meinen bisherigen Favoriten „Verschärfte Wahrnehmung“ von 2018/*Zeit Magazin* 32 und verweist diesen auf Rang 2 meiner persönlichen Hitliste. Meine weitreichende Umgebung wird noch laufend mit diesem Artikel beglückt. Ab jetzt natürlich in Kombination mit dem neuen „Verschärfte Welt“. Ich widerspreche also entschieden, dass Sie mit Schreiben nichts ausrichten! Für die „Verschärfte Welt“ möchte ich sogar postulieren, dass intelligente Menschen, die auf der Kippe sind, hier den letzten entscheidenden Stups bekommen.

Davon gehe ich aus und deshalb möchte ich ihn nachdrucken lassen und zusammen mit „Verschärfte

Wahrnehmung“ als kleines Handout in meinem Café/Restaurant tausendfach verteilen. Wenn Sie gestatten? Oder muss das der Verlag gestatten? Könnten Sie mich das bitte wissen lassen und mir dann eventuell die Druckdaten zukommen lassen?

Ich habe mein *ZEIT* Abo gekündigt und deshalb fast Ihren neuen Essay verpasst, aus Protest gegen das *ZEIT* Magazin über die Italienische Küche, in der *ZEIT* Mitarbeiter\*innen ihre italienischen Lieblingsgerichte vorstellen sollten. Ich war schon sauer über den hohen tierlichen Anteil an Zutaten, den ausgerechnet die italienische Küche ganz besonders nicht braucht, um großartig zu sein, und führte schon wieder innerliche Streitgespräche mit Elisabeth Raether, die nicht in der Lage ist, ihr Faible für vegane Gerichte konsequent zu verfolgen und den hohen Verbreitungsgrad dieser Wochenmarkt-Kolumne für die gute

Sache zu nutzen. Das Faible hatte sie mal vor ein paar Jahren ein paar Ausgaben lang, vermutlich hat dann Gucci oder Daimler Benz mit Kündigung der Anzeigen gedroht, wenn sie dabei bleibt.

Zuletzt hatte ich ihr einen Leserbrief geschrieben auf ihren großartigen Artikel „Ich bin´s nicht“, in dem sie wirklich beeindruckend darlegte, wie jede und jeder die Klimakrise immer durch die anderen bewältigt sehen möchte, nur nicht durch eigene Verhaltensänderung und eigene Verantwortungsübernahme. Ich konnte nicht umhin, sie auf ihre Inkonsequenz bei den Wochenmarkt Rezepten hinzuweisen. Der Brief wurde zwar dankenswerterweise in Auszügen veröffentlicht, aber sie selbst hat mir leider nie geantwortet.

Als ich aber in besagtem *ZEIT* Magazin über die italienische Küche auf die Seite kam, auf der Giovanni di Lorenzo

Spagetti mit Hummer (sic!) als seine Leibspeise bekannt gab, war 10 Minuten später das Abo gekündigt. Ein solcher Chefredakteur geht gar nicht. Der versteht sozusagen nullkomma-null. Nichts vom Kochen, nichts von Tierschutz, nichts von zukunftsfähiger Ernährung und nichts von der Vorbildfunktion des Chefredakteurs einer vielgelesenen Zeitung.

Der „Wissenschaftliche Beirat Globale Umweltveränderung“ hat in seinem 2020 erschienen Hauptgutachten „Landwende im Antropozän“ das Desaster der tierlastigen Ernährungsstile exakt und nachdrücklich beschrieben und empfohlen, dass neben notwendigen gesetzlichen Vorgaben vor allem der „Ich will so wie alle anderen sein“-Trieb der Menschen genutzt werden könnte, um die dringend notwendige Transformation voranzubringen. Dazu brauche es öffentliche Einrichtungen, die ab sofort nur noch bio und vegan

kochen (ich ergänze: plus lecker), dazu brauche es aber auch „Pioniere des Wandels“, die vorleben, wie gut das geht und wie toll das ist. Und ich würde auch hier ergänzen: Es braucht auch seriösen Journalismus, auch und gerade in der Rezepte Ecke, der die Begehrlichkeit auf die *planetary health diet* steigert und salonfähig macht und der Erfolgsmenschen, die sich als Hummeresser outen, langweilig und präntentiös wirken lässt. Nennen wir das jetzt „Importanzküche“? Oder hätten Sie ein bessere Idee, wie man das nennen könnte?

Herzliche Grüße von Pionierin zu Pionier, ich danke Ihnen tausend Mal für Ihre Gedanken! Wir beweisen im Gegenzug an der Gastronomiefront seit Jahren, dass eine komplett pflanzenbasierte Bio-Küche auch vom mischköstlichen Bodensee-Touristen begeistert angenommen wird. Das V-Wort muss man bei uns im Unternehmen aber auch mit der Lupe suchen, das ist dafür wichtig... 😊!

Martina Vogl



**Von:** Bernd Ulrich

**Datum:** 22. September 2022 um 16:42:04 MESZ

**An:** martina.vogl@das-voglhaus.de

**Betreff:** AW: ZEIT Magazin 31, Bernd Ulrich Verschärfte Welt (31/2022)

## LIEBE FRAU VOGL,

vielen Dank für Ihren Leser:innenbrief, der mich ermutigt und auch berührt hat.

Aufgrund der Zahl der Zuschriften zu dem Artikel kann ich nicht jeden Brief individuell beantworten. Ich möchte Ihnen aber einen Eindruck zurückspeiegeln, den ich nach der Lektüre gewonnen habe.

In gewisser Weise hat der Artikel eine kleine Armee der Einsamen angesprochen und zusammengeführt. Und vielleicht – das ist mein Eindruck und meine Hoffnung – etwas weniger einsam gemacht und ermutigt. Ich kann nur sagen nach allen Reaktionen auf diesen Artikel: Diejenigen, die sich

mit dem Thema ernsthaft und tief beschäftigen und ihre Konsequenzen daraus ziehen, sind mehr, als ich erwartet hatte. Sie denken und fühlen tiefer, als ich gehofft hatte.

Mit den besten Grüßen,  
Bernd Ulrich

PS: Im Anhang sende ich Ihnen meine beiden Artikel als pdf, die Sie gerne (mit Quellenangabe der *ZEIT*) in Ihrem Café verteilen oder auslegen dürfen. Da wir keine Rechte an den Bildern haben, bitte ich Sie, nur diese Wortfassung zu verbreiten und nicht den eventuell kopierten Beitrag aus dem *ZEIT Magazin*.

## VERSCHÄRFTE WAHRNEHMUNG

NICHTS VOM TIER – IST DAS DENN SO SCHWER?  
VOR EINEM JAHR FASSTE UNSER AUTOR DEN ENTSCHLUSS,  
VEGAN ZU LEBEN – EIN JAHR, IN DEM ER VIEL GELERNT HAT

Von Bernd Ulrich

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

Aber fangen wir mit dem Anfang an.

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

Im vergangenen Sommer studierte mein Sohn noch in den USA Philoso-

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

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

Man sagt ja, dass in der Sekunde des Todes das ganze Leben im Zeitraffer an einem vorbeizieht. So ähnlich war es jetzt auch bei mir. Der Satz mei-



nes Sohnes ließ eine ganze Kette von Erinnerungen und Gedanken durch meinen Kopf schießen, meine eigene, wie soll man sagen: Fleisch- und Tiergeschichte.

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

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

Nach dem Ende unseres Gesprächs – es ging noch um Tofu, Proteine, B12 und Mandelmilch – überfiel mich eine

gewisse Euphorie, aber das muss bei mir nichts heißen, ich bin auch sonst leicht euphorisierbar und liebe Anfänge. Zugleich dachte ich über die Vorgeschichte dieses Moments nach, sozusagen mein Leben mit dem Tier. Denn irgendetwas musste mich ja an diesen Punkt gebracht haben.

Hier also erst einmal meine Fleischgeschichte.

Da waren in meiner Kindheit die Jagdhunde auf dem Hof meines Onkels, eines wohlhabenden Bauern, den meine Eltern, unser Dackel und ich öfter am Wochenende besuchten. Wenn man am Zwinger vorbeiging, pressten die Hunde ihre Leiber verzweifelt ans Gitter, um gestreichelt zu werden. Da waren auch die Schweine auf diesem Hof, Hunderte müssen

es gewesen sein, eng zusammengezwängt, verzweifelt quiekend, so kam es mir jedenfalls vor. Auf den hüft-hohen Mauern zwischen den winzigen Pferchen standen die Fläschchen mit Medikamenten. Heute weiß ich, warum: Diese intelligenten Tiere vergehen vor Langeweile, sie bekommen kannibalische Anfälle, sie erkranken an Bewegungsmangel und weil sie kaum Ballaststoffe bekommen. Mir wurde damals gesagt, ich solle bloß leise sein, sonst könne eine Panik ausbrechen.

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

Ansonsten war ich ein ganz gewöhn-

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

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

die mildeste Form der Reaktion. Und das vegetarische Gericht, das man sich in gewöhnlichen Restaurants bestenfalls erstreiten konnte, hieß: Rührei.

Dass ich in den folgenden Jahrzehnten immer mal wieder schwankte zwischen Vegetarismus und Fleischismus, erkläre ich mir mit einer gewissen, wie soll man sagen, spirituellen oder intellektuellen Schlampigkeit. Alle paar Jahre ließ ich mich dann doch zurücksaugen in die Gewohnheit, die mich überall umgab.

Konsequent und ein Leben lang vegan zu sein, das dachte ich am Abend des folgenreichen FaceTime-Anrufs meines Sohnes, ist vermutlich noch schwerer. Was ich da noch nicht ahnte: Vegan ist leichter. Einfach weil man nicht ständig mit sich selbst diskutieren muss über Fisch und Eier oder über die Frage, ob nicht jemand, der Milch trinkt, zumindest auch Kalbfleisch essen müsste, weil es ohne Kälber eben keine Milch gibt.

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

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

Eines Abends, Mitte der Neunzigerjahre muss es gewesen sein, betraten wir zusammen eine dieser vor Gemütlichkeit dampfenden Schwarzwaldkneipen. An einem Tisch saß allein ein Mann, Mitte vierzig, er hatte ein Viertel Rotwein vor sich, es war wohl nicht sein erstes. Mein Vater begrüßte ihn, wir setzten uns dazu. Der Mann war stark übergewichtig, seine Haut war übersät mit roten Flecken und Pusteln, er lallte ein wenig. Es stellte sich heraus, dass es sich um einen Kopfschlächter handelte, das sind die Metzger, die vor allem für das Töten der Tiere zuständig sind. Außerdem war er ein Mondscheinbauer, das heißt, er hatte einen eigenen kleinen Hof, den er nach dem Dienst in der Schlachtereibewirtschaftete. Der Mann trank schnell und redete schwerfällig, aber man konnte schon spüren: Es ging ihm schlecht, richtig schlecht. Dann erzählte er uns von dem Albtraum, der ihn jede Nacht ver-

folgte: „Auf dem Hang hinter meinem Hof stehen alle Tiere, die ich schon getötet habe, alle, sie schauen mich an und kommen langsam auf mich zu, es werden immer mehr. Bis ich aufwache.“

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

Joschka Fischer wurde später ein großer Außenminister. Und ein barocker Esser. Dabei vermochte er offenbar ganz gut zu trennen zwischen dem Tier, dem Töten und dem Fleisch. Aber das schafft er nicht allein, es ist eine ganze Kultur der Unsichtbarmachung, die uns allen dabei hilft, unschuldig

Fleisch zu essen. Die Tiere werden in Ställen versteckt, das Töten geschieht ebenfalls im Verborgenen, und dass jedes einzelne getötete Tier eine kleine Wunde in der Seele dessen hinterlässt, der ihm den Bolzen auf die Stirn drückt, das braucht uns nicht zu interessieren, das sind deren private Probleme. Sie müssen ja nicht trinken.

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

Das Fleisch ist geblieben, nur mit noch weniger Tod.

Nicht zuletzt tauchte in meinem Bewusstseinsstrom wie ein Art trauriger Running Gag immer wieder das halb aufgegebene Brathähnchen auf, das ich mal in irgendeiner Kantine vor mir stehen hatte. Es war furchtbar trocken, aber das war gar nicht der Punkt, sondern dass ich es erst merkte, als ich schon die Hälfte gegessen hatte. Dieser grublose „Genuss“ von Fleisch, diese Achtlosigkeit, löste in dem Moment einen kurzen Selbstekel aus und zog meine zweite längere Phase als Vegetarier nach sich. Nun, im Hochsommer 2017, stand mir all das wieder

vor Augen.

Der Morgen nach dem Gespräch mit meinem Sohn, der Tag eins meines veganen Lebens, begann ernüchternd: Mein Kühlschrank gab nichts her für mein neues Ich. Überall Tierisches.

Mittlerweile ist das Frühstück für mich ein Fest: geschrotetes Getreide, nachts eingeweicht, köstlicher Joghurt aus Kokosmilch, frische Früchte, gehackte Nüsse, vielleicht zwei getrocknete Datteln, ein Schluck Leinöl. An Sonntagen Brot, einen der vielen Aufstriche auf Hanf- oder Hummus-Basis, gebratener Tofu, Kaffee mit geschäumter Sojamilch. Damals musste ich zunächst mal losziehen und einkaufen gehen.

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

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

„Frau Doktor, ich habe angefangen, mich vegan zu ernähren.“

„Oh, das ist gut, da können Sie die Cholesterintabletten schon mal wegschmeißen.“

„Im Ernst?“

„Ja.“

„Sofort?“

„Sofort.“

„Und die anderen Tabletten?“

„Kann gut sein, dass wir die bald auch noch wegstreichen.“

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

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

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

Es war alles so viel leichter, als ich gedacht hatte.

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

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

blem, doch im Laufe der Zeit stellte sich mein Geschmack um, mittlerweile reagiert er auf die Vorstellung von verdichtetem tierischem Fett auch dann mit leichter Aversion, wenn dieses Fett als Chèvre daherkommt. Kurzum: Es war wunderbar.

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

Zugleich genoss ich eine neue Sensibilität, sie erinnerte mich an die Zeit, als ich zum ersten Mal Vater wurde: eine verschärfte Wahrnehmung für alles Laute, Dreckige und Gefährliche, in diesem Fall auch noch für die Allgegenwart von Fleisch. Es wird ja immer behauptet, der Veganismus sei schwer im Trend, eine Mode und in einer Stadt wie Berlin doch fast schon ein Must. Die Wahrheit ist völlig anders: Tier im Wein, Tier in Kartoffelchips, Tier in Tabletten, Tier in fast jedem Gericht. Unsere Kultur ist geradezu besessen davon, in alles irgendwas vom Tier zu infiltrieren.

Daher die kleinen Zusammenstöße,

die Reibungen, die seitdem meinen Alltag mitprägen, die Scherze nicht zu vergessen. Der Standardwitz über Veganer lautet ja: „Woran erkennt man einen Veganer? – Er erzählt es einem.“ Sehr lustig. Wer nicht in einer Veganer-Blase lebt, in einem eigenen Biotop also, wer sich nicht „vegan“ inklusive Gebrauchsanweisung auf die Stirn schreibt, muss unablässig reden, um nicht ständig doch irgendwas vom Tier reingeschmuggelt zu bekommen. Wussten Sie, dass in Pappardelle Ei ist, in Spaghetti aber meist nicht? Und dann die ganzen Fragen, die einen misstrauisch machen: Aber Ei geht schon, oder? Fisch dürfen Sie auch nicht? Ist aber nur ganz wenig Butter drin. Aha.

### **NICHTS VOM TIER – IST DAS DENN SO SCHWER!?**

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

Doch mit Höflichkeiten ist es beileibe nicht getan. Der Zusammenstoß der Kulturen ist unvermeidlich, auch wenn er zunächst ganz harmlos auftritt.



## Stufe eins: das freundliche Missverständnis.

Beim Vietnamesen:

„Dieses Tofu-Curry können Sie leider doch nicht essen.“

„Oh, warum denn nicht?“

„Da ist Milch drin.“

„Tatsächlich? Was für Milch denn?“

„Kokosmilch.“

„Ach so, danke, dann mache ich heute mal eine Ausnahme.“

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

Im bayerischen Hotel:

„Entschuldigung, warum sind meine Brotscheiben einzeln in Folie verpackt?“

„Mir wurde gesagt, Sie sind Veganer.“

„Ja, das stimmt, aber was hat das mit dem Brot zu tun?“

„Das ist glutenfreies Brot.“

„Oh, äh, danke.“

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

## Zusammenstoß der Kulturen, Stufe zwei: Konfliktvermeidung.

Die häufigste Reaktion, die man in freundlich-liberalen, mit latent schlechtem Gewissen ausgestatteten Kreisen bekommt, lautet: „Ich esse auch fast kein Fleisch mehr.“

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

Mit einer Kollegin in der Kantine:

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

„Da wäre ich nicht so sicher, müsste man mal mit den Hühnern sprechen.“

„Aber das liegt doch in ihrer Natur.“

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

„200?“

„15.“

„Mahlzeit.“

„Mahlzeit.“

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

### **Zusammenstoß der Kulturen, Stufe drei: erste Scharmützel.**

Bei einer Party, bei der man mir

freundlicherweise einen veganen Teller bereitet hat, fragt eine weitläufig Bekannte:

„Bist du etwa Veganer?“

„Ja.“

„Ah.“

„...“

„...“

Ihr Blick gleitet an mir herunter.

„Aber deine Schuhe sind aus Leder.“

„Das stimmt. Ich fände es merkwürdig, jetzt alles wegzuerwerfen, was aus Leder ist.“

„Aber konsequent ist es nicht.“

„Stimmt.“

„Und Honig?“

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

„Aber ist doch auch Ausbeutung.“

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

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

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

„Aber man muss die Sache doch zu Ende denken.“

„Mir reicht anfangen vorerst aus.“

„...“

„...“

„Und was sagst du zu Trump?“

„Schlimm, ganz schlimm.“

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

Ernährung schützt, kann ziemlich viel mit dem SUV durch die Gegend fahren, bis er den Mischköstler überholt hat.

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

### **Kampf der Kulturen, Stufe vier: offene Feldschlacht.**

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

Vegan zu leben, das bedeutet, aussteigen aus der Selbstmissionierung dieser Gesellschaft zum Fleisch hin und zum Benutzen von Tieren. Und wer nicht mehr durch Schuldabwehr und kulturell gestütztes Wegsehen geschützt ist, der guckt unwillkürlich hin, der sieht, was mit den Tieren geschieht, der tut sich die Folgen dieser fleischorientierten Landwirtschaft ganz an, der lässt zu, was sonst kunstvoll verdrängt wird: 80 Millionen Deutsche leben mit 27 Millionen

Schweinen zusammen, mit 12 Millionen Rindern und 2 Millionen Schafen, mit 41 Millionen Legehennen. Auf der Welt übertrifft die Biomasse aller „Nutztiere“ mittlerweile bei Weitem die der Menschen und die aller wild lebenden Tiere zusammen. Wir leben im Zeitalter des Fleisches.

Den allermeisten Tieren geht es dabei dreckig, sehr viele sind krank, sie leiden unendlich an Langeweile, Enge und Todesangst; das gilt leider auch für die mickrigen zwei Prozent Biofleisch, diesen Tieren geht es besser, aber längst nicht gut; wer sich die allermeisten Lachsfarmen anschaut, dem wird übel; die immer mehr auf maximalen Milchausstoß gezüchteten Milchtierassen bringen deformierte Kühe hervor, die wegen ihres beschissenen Daseins lange vor ihrer normalen Lebenserwartung sterben. Die männlichen Kälber, Geißlein und Küken sind vor allem eines: überflüssig, man weiß oft nicht mehr, wohin mit ihnen. Die exzessive Tierproduktion zerstört die uns bekannte Landschaft, das, was wir Heimat nennen, gefährdet immer mehr Vogelarten und macht die Lebensgrundlagen von Insekten kaputt. Die Wirkungen der fleischbesessenen Landwirtschaft auf die Klimaerwärmung sind noch verheerender als die des Autoverkehrs. Um unsere Tiere zu füttern, wird in Lateinamerika der Regenwald abge-

holzt. Die gesundheitlichen Folgen des Fleisch- und Milchkonsums sind so gigantisch wie die Kosten, die sie verursachen. Und da sind die Leugnungsneurosen dieser Gesellschaft noch so wenig enthalten wie die Suizide der Schlächter.

Die ganze Sache ist so verrückt und auch so inhuman, dass man sich irgendwann fragt, wie es so weit kommen konnte. Diese Frage richtet sich selbstverständlich auch an mich selbst, gehörte ich doch über lange Strecken meines Lebens zur fleischessenden oder zumindest zur milchtrinkenden Gemeinde. Meine Erklärung jenseits von Profitgier und Lobbyismus lautet: Die Trennung von Tier, Tod und Fleisch funktioniert immer noch gut; was wir tun, verheimlicht uns schon die Sprache, die dabei zugleich das schlechte Gewissen des kollektiven Unterbewusstseins enthüllt. Immer wird das Tier als das ganz Andere, das Niedere umdefiniert: Maul statt Mund, Fressen statt Essen, Saufen statt Trinken, Werfen statt Gebären, Wurf statt Babys, Herde statt Gemeinschaft. Keine Angst, das soll jetzt nicht auch noch der politischen Korrektheit unterworfen werden, aber die Frage sei erlaubt: Warum muss das, was gleich ist, anders bezeichnet werden? Und warum hat es alles einen abwertenden Beigeschmack? Sollen diese Begriffe etwas begründen, was eigentlich nicht

gut zu begründen ist, erteilen sie uns eine linguistische Erlaubnis?

Ohnehin scheint eine so folgenreiche Besessenheit von Fleisch und tierischen Produkten nur denkbar, wenn sie ganz allmählich entsteht. Zunächst aßen wenige Menschen überhaupt Fleisch und viele fast keins, dann aßen wenige Menschen viel Fleisch und viele wenig, bis dann nach dem Zweiten Weltkrieg viele Menschen viel Fleisch zu essen begannen – und dann immer mehr. Unmerklich schleicht sich in die Normalität etwas Fanatisches, die Selbstverständlichkeit wird zur Herrschaftsideologie. Der Prozess ist schleichend, das Ergebnis ist niederschmetternd. Man könnte schreien. Tut es aber nicht.

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

Doch – und das ist meine zentrale Erfahrung dieses Jahres – liegt die ei-

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

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

Und diese Antwort lautet: Weil es schmeckt.

Und da dies hier eine gute Gesellschaft sein will, kann sie diese Antwort nur schwer ertragen, weswegen die Frage nach dem WARUM tunlichst vermieden werden muss. Dabei stehen Veganer und Veganerinnen störend in der Landschaft rum, sie unterbrechen die Selbstmissionierung der karnivoren Gesellschaft und werden

deswegen am liebsten als was beschimpft? Genau, als Missionare. Oder als Radikale. Tatsächlich habe ich mich in diesem Jahr radikalisiert, jedenfalls wenn man die Normalität in diesem Land als Norm akzeptiert. Aus meiner Sicht habe ich mich von der Radikalisierung dieser Gesellschaft gelöst. Oder sehe ich die Welt zu moralisch? Nun, es ist natürlich ein starkes moralisches Urteil, dass man Tiere nicht töten darf (jedenfalls nicht nur für den Geschmack); es ist aber auch ein starkes moralisches Urteil, dass man es darf, eine existenzielle Anmaßung auf wackeligen ethischen Beinen. Dieses moralische Urteil muss jedoch als Urteil nicht hervortreten, solange die Mehrheitskultur es vermag, das Skandalöse als das Selbstverständliche erscheinen zu lassen und das Bizarre als das Normale.

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

Womit man bei der mörderischen Frage wäre: Wer spinnt hier eigentlich –

die Veganer oder die anderen?  
Hoffentlich weder noch.

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

hatte offenbar eine durchschlagende Wirkung entfaltet.

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

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

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

können, ich muss mein Gewicht nicht halten, es hält sich (fast) von selbst. Meine 87 Kilo, das sind vier zu viel, sagt meine Ärztin. Aber sie bleiben 87 Kilo. Und was den Geschmack und die Gelüste angeht, so habe ich etwas gelernt: Meist ist es gar nicht das Fleisch, was man möchte, sondern bloß das Deftige, das man damit verbindet. Aber vegan kann definitiv auch deftig. Und fast alles schmeckt übrigens nach Wurst, wenn man Senf draufschmiert.

Was mir auch aufgefallen ist: Oft hat der Heiß- und Suchthunger mehr mit Sentimentalität zu tun als mit Appetit, wir versuchen Kindheitsgefühle zurückzuholen – die Nutella-Heimlichkeit, die Flips-Geselligkeit, die Plockwurst-Ehrlichkeit, die Pfannkuchen-Gemütlichkeit. Ich stehe zu meiner Sentimentalität, aber wenn ich ganz ehrlich bin: So richtig stellen sich die Gefühle schon lange nicht mehr ein, man zahlt für ziemlich wenig Kindheit mit recht vielen Kalorien und furchtbar schlechten Fetten. So viele Chips kann ich gar nicht essen, dass *das aktuelle sportstudio* mir wieder als Wochenhöhepunkt vorkommt. Und Pfannkuchen gehen auch vegan.

So banal ist die ganze Sache und auch wieder so monumental: Der Veganismus gehört zu den großartigsten, schönsten und sanftesten Entdeckungen der Menschheit, denn er bietet die



Möglichkeit, zu leben, ohne Tiere zu töten oder zu quälen, er befreit vom Zwang, zu leugnen und zu verdrängen, er tut niemandem etwas zuleide und setzt mit alledem gewaltige Energien frei. Und nebenbei gesagt: Leichter und billiger lässt sich der Planet kaum retten.

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

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

## VERSCHÄRFTE WELT

VOR FÜNF JAHREN ENTSCIED SICH BERND ULRICH, VEGAN ZU LEBEN. SEITDEM FÜHRT ER IM FREUNDESKREIS IMMER WIEDER DIESELBEN DISKUSSIONEN. ÜBER DIE SCHWIERIGE FRAGE, WER MAN SEIN WILL IN DER ÖKOLOGISCHEN KRISE

Von Bernd Ulrich

Vor fünf Jahren habe ich damit begonnen, mich vegan zu ernähren. Vor vier Jahren schrieb ich an dieser Stelle über meine Erfahrungen mit der neuen Lebensweise, der Artikel hieß „Verschärfte Wahrnehmung“. Er war recht heiter und werbend, befasste sich mit Ernährung, mit Tierwohl und ausführlich auch mit den Argumenten der Skeptiker. Dieser neue Artikel ähnelt dem alten kaum. Hier und da wird er auf andere Weise heiter sein, aber gewiss nicht mehr so nett, und es kann auch nicht mehr nur um vegane Ernährung gehen. Vielmehr handelt er davon, was die ökologische Krise, oder besser: die Krise des Menschseins, mit uns macht, auch mit mir. Fünf Jahre „verschärfte Wahrnehmung“, das hat eben Folgen. Vegan leben bedeutet, etwas weniger an der großen Zerstörung teilzuneh-

men und darum alltäglich etwas mehr von ihr wahrnehmen zu können. Und das wiederum verändert einen weitgehend – nicht nur mit Blick auf den Teller. Vegan, das hat sich herausgestellt, ist keine Diät, es ist ein heuristisches Verfahren, ein Blickwinkel.

Deshalb dreht es sich hier nun um Hoffnung und Verzweiflung, um Freundschaft und Einsamkeit, um Freiheit und Ausbrechen. Tiere kommen kaum noch vor, bis auf das eine Tier, jenes, das zerstört wie keines zuvor.

Warum dieser Artikel so anders ist? Die Vegan-Sache hat in meinem Leben einiges verändert, was für sich genommen natürlich unbedeutend ist. Es hat sich parallel aber auch in der Gesellschaft und in der Welt da draußen

Grundlegendes ereignet, und das ist dann schon bedeutend. Und bestürzend. Und mitunter beglückend.

Wann hat die Normalität aufgehört zu existieren? Und für wen? War es im September 2019, als weltweit Abermillionen gegen die Klimakrise demonstriert haben und die damalige Bundesregierung ihr kümmerliches Klimapaket vorlegte? Oder war es im Februar 2020, als die Welt das Wort Corona gelernt hat? Oder doch erst am 24. Februar 2022, als russische Panzer die Grenze zur Ukraine überrollten? Oder verging die Normalität schon die ganze Zeit, mit jeder Nachtigall und jeder Lerche, die nicht nur starben, sondern hier und dort und immer öfter sogar ausstarben?

Der Anfang vom Ende der Normalität mag für jeden und jede auf ein anderes Datum fallen. Fest steht aber wohl für die meisten, dass die Kumulation der Krisen, ihre gegenseitige Durchdringung und Verschärfung spätestens in diesem Jahr die Utopie des Gewohnten ad absurdum geführt hat. Nun sitzen wir also da mit all den Krisen: Klima, Artensterben, Pandemie, Krieg, Inflation, Gasknappeit, was eigentlich nicht?!

Zudem sind das ja alles keine fernen Krisen mehr, weder zeitlich noch räumlich. Sie berühren das Girokonto, den Körper, die Seele, den Verstand, die Liebsten und die Gegner, den Alltag und die Sehnsüchte, sie verändern das, worüber wir reden, und bevölkern unser Schweigen. Während Putins

Krieg wechselte vielerorts die pandemieübliche Anrede „Bleib gesund!“ zu „Dreh nicht durch!“. Vor vier Jahren stand in meinem Text die verschärfte Wahrnehmung im Vordergrund, die sich durch die vegane Lebensweise ergab. Diesmal geht es um eine verschärfte Welt.

Nur, wie lebt man darin?

Seit ich mich vegan ernähre, erst recht seit meinem Artikel von vor vier Jahren, ist für mich alles besser geworden. Ja, wirklich. Zum Beispiel begegne ich seit nunmehr fünf Jahren fast nur noch Menschen, die „immer weniger“, „kaum noch“ oder „fast gar kein“ Fleisch mehr essen. Das ist natürlich toll. Besonders dann, wenn es auch stimmt.

Nun gibt es beim Schreiben immer mal wieder diese Größenwahnsinnigen Momente, in denen man glaubt – oder jedenfalls ich glaube –, man könne damit die Welt verändern. Allerdings, ernstlich anzunehmen, der Fleischkonsum der Menschen, und sei es auch nur jener der *ZEIT*-lesenden Menschen, ginge relevant zurück, weil man in einem Artikel recht freundlich dargelegt hat, wie falsch Fleisch essen und Milch trinken sind – das wäre dann doch arg kühn.

## FREUNDSCHAFT

Ein Blick in die Statistik zeigt denn auch, dass der Verzehr tierischer Produkte in den vergangenen Jahren nur unwesentlich zurückgegangen ist (laut Bundesinformationszentrum Landwirtschaft von 60,5 Kilo pro Kopf 2016 auf 55,0 Kilo 2021). Und das weniger wegen irgendwelcher Artikel, sondern weil die meisten Menschen das, was vom armen Tiere übrig bleibt, zu Hause nicht fachgerecht zubereiten können, außerdem stinkt's danach so in der Küche. Und weil nun die Leute wegen Corona seltener ins Restaurant gegangen sind, um das Bürgermeisterstück vom Rind oder das allgegenwärtige Huhn zu ordern, wurde insgesamt etwas weniger Fleisch gegessen.

Tja, so viel zur Großmacht des Schreibens.

Man muss kein Sherlock Holmes sein, um darauf zu kommen, warum beinahe alle Menschen, denen ich begegne, „kaum noch Fleisch“ essen, während die Statistik höhnt: Schön wär's. Der Grund ist schlicht: Nicht die Gesellschaft hat sich in dieser Hinsicht stark verändert, sondern eher meine Position darin. Wer sich vegan ernährt, fällt in einer unvegane Welt – und um eine solche handelt es sich definitiv auch in Berlin – eben ständig auf. Gewiss, die Auswahl an veganen Pro-

dukten hat in den vergangenen Jahren sogar in den gewöhnlichen Supermärkten zugenommen, was schön ist. Allerdings kommen nach wie vor auf 20 Meter Kühlregal mit tierischen Produkten etwa zwei, die ohne Tier auskommen.

Wer sich vegan ernährt, zieht darum nach wie vor die inneren Monologe vieler Leute auf sich zu den Themen Tierqual, Inkonsequenz, Recht auf Wurst, Genervtsein von Veganern und dergleichen. Vor allem mobilisieren Menschen, die ohne etwas vom Tier auszukommen versuchen, das schlechte Gewissen der anderen. Und mit dem schlechten Gewissen ist bekanntlich nicht gut Kirschen essen.

„Ich esse auch schon viel weniger Fleisch“ bedeutet in diesem Zusammenhang also vielmehr: „Lass uns das Thema nicht scharf stellen, ich bin ja auch auf dem Weg, lass mir Zeit, wie war dein Urlaub?“ Darauf ließe sich antworten: „Zeit ist genau das, was wir in der ökologischen Krise nicht mehr haben, lass uns trotzdem gern über was anderes reden, notfalls auch über erflogene Urlaube.“

Wer sich mit, sagen wir, Anfang 20 dazu entschließt, seinen Anteil an der Ausbeutung der Natur und der Qual der Tiere durch eine vegane Lebensweise merklich zu verringern, hat gute

Chancen, über kurz oder lang in einer Welt von Gleichgesinnten zu essen und zu leben. (Fragt sich, ob das gut ist.) Im fortgeschrittenen Alter von 56 Jahren sieht die Sache da schon anders aus. Tatsächlich hat sich die Zusammensetzung meines Bekanntenkreises durch die vegane Lebensweise kaum verändert, infolgedessen gibt es immer mal wieder auch Reibungen, oder aber es werden Tabuzonen eingerichtet, was auf Dauer natürlich Schaden anrichtet.

Nun könnte man meinen, und ich habe das zunächst auch gedacht, dass meine Freunde und Freundinnen und ich uns allmählich an die unterschiedlichen oder gegensätzlichen Lebensweisen gewöhnen, so wie man sich an andere Macken der anderen gewöhnt. Das bedeutet ja Freundschaft, dass man die Schwächen mitliebt oder zumindest in Kauf nimmt. Doch so einfach war es nicht. Wirklich nicht.

Die Gründe, warum Spannungen und Entfremdungen mitunter sogar zugenommen haben, obwohl alle Seiten lieb sein und sich gewöhnen wollten, haben wenig mit den Binnendynamiken in meinem Freundes- und Bekanntenkreis zu tun, sondern mit der Welt da draußen, mit dem, was in den vergangenen fünf Jahren alles passiert ist. Und das ist eben ziemlich dramatisch.

Mal abgesehen davon, dass die bereits erwähnte Ballung der Krisen – Klima, Artensterben, Corona, Krieg, Inflation – alle nervlich, seelisch und körperlich anspannt und Liebesbeziehungen, Freundschaften, Kollegien, nicht zuletzt Familien unter Stress setzt, hat sich speziell bei der ökologischen Krise Entscheidendes getan: Die jungen Leute von „Fridays for Future“ etwa haben es für eine Weile geschafft, gewissermaßen in einen 90-Grad-Winkel zu einer häufig selbstgefälligen, die völlig ungenügende Klimapolitik eskortierenden Umweltdebatte zu kommen. Plötzlich wurde die Klimakrise in der Öffentlichkeit und in der Politik – fast – so real und proportional besprochen, wie sie in der Wirklichkeit existiert. Auch die Regierungsbeteiligung der Grünen macht es der Politik schwerer, allzu große Teile der ökologischen Realität auszublenden.

Doch diese Wirklichkeit selbst wurde eine andere. Die ökologische Krise hat sich nämlich in den vergangenen fünf Jahren so sehr verschärft, dass man sich an dieser Stelle eine neuerliche Aufzählung all der diesbezüglichen Indizien und Teilkatastrophen ersparen kann.

Der springende Punkt ist hier noch nicht mal die Verschärfung der ökologischen Lage von der schwelenden Krise zur beginnenden Katastrophe.

Entscheidend, auch für unser Zusammenleben, ist, dass im letzten halben Jahrzehnt die Kluft zwischen dem, was klimapolitisch getan wird, und dem, was getan werden müsste, um die Katastrophe ernstlich einzudämmen, noch größer geworden ist. Wir sind nicht auf dem Weg, sondern bestenfalls auf dem Weg zu einem Weg. Gewiss, es gibt immer mehr Windräder, aber es gibt noch viel mehr Windräder zu wenig. Ja, es wird weniger Fleisch gegessen, aber immer noch viel zu viel, um den brasilianischen Regenwald vor dem Kippunkt zu bewahren oder um das heimische Artensterben, die Antibiotika-Flut und die Nitratvergiftung zu stoppen.

## TOLERANZ

In unsere kommunikativen und meditativen Übungen unter guten Bekannten, wie man mit dem Vegan-Problem umgehen könnte, fuhr denn also die ökologische Krise wie der Fuchs in den Hühnerstall. Federn flogen.

Obendrein wächst in alldem der Zeitdruck, und damit geraten zwei Dinge unter Druck, die das Leben miteinander üblicherweise angenehm machen: Geduld und Toleranz. Es ist leider nicht mehr egal, ob jemand heute weniger Fleisch isst oder morgen, ob er oder sie morgen schon ganz aus dem „Nutztier“-Irrsinn aussteigt oder erst über-

morgen. Übermorgen ist drei Grad.

Man kann neuerdings nicht mehr sagen: Der eine so, die andere so, lasst uns miteinander tolerant sein. Denn es ist halt nicht so leicht, tolerant zu sein, wenn jemand eine ungefähr gleichbleibend große Schneise der Verwüstung in den immer verwundeteren Planeten zieht, während man selbst ja nach wie vor auch noch viel zu viel anrichtet. Einmal sind Freunde von mir über Weihnachten auf eine Inselkette geflogen, die es in absehbarer Zeit nicht mehr geben wird, unter anderem, weil Menschen dahin fliegen. Ich habe dazu nichts gesagt, war traurig und fühlte mich mies.

Irgendwie verstehe ich die andere Seite ja: Wie kann man einen veganen Freund ertragen, wenn man doch mit sich selbst schon so hadert wegen jedes verdammten Schnitzels – und lieber gar nicht so hadern möchte? Meine Freunde halten mir umgekehrt meine eigenen auβerveganen Inkonssequenzen entgegen und wehren sich gegen meine ökologisch begründete, aber vielleicht nicht ausschließlich ökologisch motivierte Übergriffigkeit. Und sie haben natürlich recht. Ihnen möchte ich sagen: Das bist nicht du, das ist nur eine Gewohnheit. Und dann gibt es noch die unter meinen Freunden, die weniger als ich emittieren, einfach weil sie gar nicht genug

Geld haben für mehr. Und wieder andere, die viel konsequenter sind als ich. Ich verstehe die andere Seite also auch deshalb, weil ich selbst manchmal die andere Seite bin.

Die Freundschaft in den Zeiten der Klimakrise – keine leichte Übung, wie es scheint.

## DAS JAHRZEHNT

Zu den schönen Dingen unter Freundinnen und Bekannten gehört es, ausgiebig über Zukunftspläne zu reden. Welchen Job, welche Stadt oder doch aufs Land, welche Liebe, Kinder, ja, nein. Man redet dann meist so, als wäre sonst nichts, keine siebeneinhalb Krisen, kein fundamentaler Umbruch und eben keine sich ständig beschleunigende Klimaerhitzung. Der Satz, dass sich in diesem Jahrzehnt Wohl und Wehe unserer Lebensweise und – wie zuletzt immerhin das Bundesverfassungsgericht dargelegt hat – unserer Demokratie entscheiden, klingt wahn-sinnig pathetisch, nur: Er stimmt halt ungefähr, das sagen einem Philosophinnen und der UN-Generalsekretär, was ja noch angehe, aber leider auch: Physiker. Blöd. Also spulen wir die Gespräche über die Zukunft noch mal zurück und fügen ihnen die hypothetische Überlegung bei: Wie stellen wir uns die eigene Zukunft vor unter der möglichen Frage unserer Kinder und



Enkel „Was hast du eigentlich in den Zwanzigerjahren gemacht, als noch etwas zu retten war?“. Und nun noch mal: Welchen Job, welche Stadt oder doch aufs Land, welche Liebe, Kinder, ja, nein, heutzutage?

Etwas kommt hinzu, das man sich nicht aussuchen kann. Wenn es nämlich stimmt, dass dieses Jahrzehnt ein ganz besonderes ist, wenn es stimmt, dass die Normalität längst suspendiert wurde, und wenn die existenzielle Krise im Mensch-Natur-Verhältnis schlimmer, womöglich bald unumkehrbar wird, dann kann man kaum noch so weitermachen wie bisher, auch nicht ungefähr, selbst wenn man es unbedingt will, denn dann polarisieren sich die Perspektiven: Entweder man verdrängt die ökologische Wirklichkeit immer massiver – oder aber man stellt sich selbst anders in diese Krise, wie in einen starken Wind, man widersteht.

Erschwerend kommt allerdings hinzu, dass viele vor lauter Zwängen gar keine Wahlmöglichkeit verspüren oder haben. Wer entscheiden kann, wie er sich zu den Krisen stellt, ist schon privilegiert, so wie ich.

In meinen Gesprächen, die häufig beim Veganen ihren Ausgangspunkt nahmen und dann rasch bei ungefähr allem landeten, hat sich aus der

Verschärfung der ökologischen Lage die etwas zugespitzte Formel ergeben: ausbrechen oder durchdrehen. Also entweder man ändert sein Leben, übersteigt den eigenen Rahmen, investiert relevante Teile seiner Zeit oder auch seines Renommees in den Einsatz gegen die Krisen, vor allem die des Klimas, und geht damit ins Risiko für sich selbst – oder man stolpert immer tiefer in die Verdrängung, die Zerstreuung und die Illusion, in ein immer aufwendigeres und am Ende neurotischeres Nichtwahrhabenwollen, ins Alles-halb-so-wild. Das ist gemeint mit der Alternative: ausbrechen oder durchdrehen.

Oder alles Mögliche dazwischen. In diesem Dazwischen befinde ich mich natürlich auch. Vegan ist kein Universalschlüssel für das Leben in der Krise. Es öffnet allenfalls eine Tür von vielen.

## **NORMALITÄT**

Krise, Krise, Krise, ich kann es nicht mehr hören. Selbstverständlich suche auch ich bei meinen Freundinnen und Freunden, genauso wie in der schieren journalistischen Handwerklichkeit meines Berufs, den Schutz der Normalität, Erholung in den krisenabgewandten Seiten des Lebens. Doch hat sich da ebenfalls etwas verändert in den vergangenen fünf Jahren. Qualität oder Intensität des Normalen müssen

schon ziemlich stark sein, um bei mir noch zu funktionieren. Fußball hat es da schwerer als früher, die Machtkämpfe in der CDU ebenfalls, Skatbruderschaft geht, Familie ganz bestimmt, Freunde meistens doch, Kino na ja.

Normalitätssimulationen jedoch, die implizit oder gar offensiv die Krise leugnen, die Selbstverständlichkeitsgemeinschaften konstituieren, in denen der je eigene Beitrag zur Zerstörung im Konsens der Gruppe verschwindet – die funktionieren bei mir nur noch schlecht. Ich verstumme dann oder werde sauer oder gehe einfach. Besonders allergisch reagiere ich auf langweilige und präntöse Berichte über die eigene Importanzmobilität: das Meeting in Düsseldorf, wo man von Berlin aus hinfliegen muss, weil die eigene Zeit so ungeheuer wertvoll ist. Der Gedanke, dass nicht deshalb Flugzeuge in Bewegung gesetzt werden, weil die Meetings so wichtig sind, sondern die Meetings erst dadurch so wichtig werden, dass dafür Flugzeuge in Bewegung gesetzt werden, dieser Gedanke darf dabei natürlich nicht aufkommen.

## EINSAMKEIT

Die Normalität des Kotelett-Grillens, des Fliegens und Autofahrens und so weiter bietet mir jedenfalls keinen Zu-

fluchtsort mehr, das Gehäuse des Gewohnten ist hier einfach zerbrochen. Was nicht heißt, dass ich in den Jahren nicht auch geflogen wäre (vier Mal) oder Auto gefahren (ab und an), allein, ohne inneres Einverständnis und ohne die Absolution durch das Kollektiv, was ja meist nach dem Motto funktioniert: Wenn alle es tun, ist es keine Sünde, sondern Mehrheit. Oder: Was wir nicht mehr begründen können, das können wir immer noch beschließen.

Bloß: Wenn nur einer in der Runde ist, der sich dem Normalitätsspiel verweigert, sich einfach nicht beteiligt, dann ist das ganze Spiel verdorben. Und zu diesen einen gehöre halt auch ich.

Einsamkeit. Dieses Wort niederzuschreiben kommt mir seltsam vor. Es wirkt so intim. Und es passt auf den ersten Blick so wenig zu mir, ich bin nämlich bis zum Abwinken gesellig, habe Familie, viele Freunde, alles. Unter normalen Umständen müsste ich also als das glatte Gegenteil von einsam gelten. Das Alleinsein, um das es hier nun trotzdem gehen soll, ist von anderer Art, es ist weder intim, noch verschont es extrovertierte Menschen, es ist im Kern politisch, fühlt sich gleichwohl auch ganz persönlich zuweilen nicht so gut an.

Am besten lässt sich die Klimakrise bei der Begegnung mit diesen obskuren

Klimamenschen nämlich verdrängen, indem man diese für zuständig erklärt. Man wendet die Krise von sich selbst weg und schreibt sie dem Gegenüber zu. Diese Zuschreibung gibt es in einer Fülle von Varianten. Einmal traf ich einen sehr klugen und liebenswerten Psychologen zum Essen. Ich erzählte ihm davon, dass die Klimakrise mich zuweilen traurig macht, auch einsam. Dafür habe er volles Verständnis, er esse selbst schon viel weniger Fleisch, und seine Kinder würden ihn mit Nachdruck zu ökologischerem Verhalten drängen. Während wir die Speisekarte studierten, versuchte ich ihm zu vermitteln, dass ich diese Klima-Einsamkeit nicht allein wegbekommen kann, da müssten schon auch die anderen mitmachen. Der Psychologe nickte, absolut, erwiderte er, lass dich da nicht irremachen. Dann kam der Kellner, und er bestellte: „Einmal Gulasch mit Röstkartoffeln.“ Ich blieb ihm natürlich trotzdem treu. Und er mir.

Wolfgang Blau, ein international bekannter Klimajournalist, schrieb einmal in einem Tweet, er werde oft ganz freundlich und voller Verständnis auf sein „Engagement“ angesprochen, aber mit der impliziten Frage: „Hatten Sie auch in Ihrer Kindheit schon Probleme mit dem Klima? Ist Ihnen da schon das Wetter aufs Gemüt geschlagen?“

Die Zuschreibung funktioniert also so, als hätten klimarealistische Menschen ein Problem mit der Klimakrise und nicht auch, zum Beispiel, die Menschheit, die Demokratie, der Psychologe oder eben du, mein Freund.

„Stört es dich, wenn ich in deiner Anwesenheit Fleisch esse?“ Was soll ich dazu sagen? Schön ist es nicht, aber letztlich: „Das musst du mit *deinem* Gewissen ausmachen, nicht mit meinem.“

## ZUSCHREIBUNG

Nicht immer funktioniert diese Zuschreibung so lieb oder versehentlich. Oft, gerade im öffentlichen Raum, wird die Dringlichkeit der Krise verdrängt, indem man „Klimamenschen“, gewissermaßen also die Botschafterinnen der Katastrophe, anschreit, stigmatisiert, ridikülisiert und so weiter.

Interessant ist auch die süß-saure Variante: Da begibt sich das Gegenüber dann in die Position dessen, der sich vielleicht, ganz vielleicht überzeugen lassen würde, wenn man ihm die Sache nur mal auf die richtige Weise nahebringt. Mit einem Pullover aus Plastikmüll etwa, der sich richtig gut anfühlt (meist leider nicht), mit einer Klimawende, die dem Einzelnen nichts abverlangt, mit einem Elektroauto, das keine Zicken macht. Manchmal bin ich

versucht, zu sagen: „Darf man Ihnen das Wort ‚Klimakrise‘ vielleicht noch tanzen?“

Ins Karikaturhafte gesteigert fand sich das Spiel von Klimaproduzent und Klimakonsument kürzlich in meiner Twitter-Timeline. Ein gewisser Hieronymus Gundelflitz postete dort Folgendes: „Ich habe – in bester Absicht und bei vollem Bewusstsein – eine vegane Bratwurst gegessen. Sorry, es war ein längliches Stück Irgendwas mit merkwürdiger Konsistenz und merkwürdigem Geschmack. Tut mir leid, aber die Chance ist vertan.“

Welch gewaltige kulturelle Leistung wohl nötig ist, um eine solche Sprechhaltung überhaupt möglich zu machen. Da sitzt unser Freund Hieronymus in seinem Kundenkönigtum und gewährt den Klima- und Vegan-Menschen eine Chance, seinen Gaumen davon zu überzeugen, dass die Wurst, die wenig zur Verwüstung der Welt beiträgt, genauso gut schmeckt wie jene, die ziemlich viel zu ihrer Verwüstung beiträgt. Aber, leider, leider, sie haben es vermasselt, und eine zweite Chance kann er ihnen nicht geben, denn die Schlange der Dienstleister, die seinem Gaumen oder anderen Organen schmeicheln wollen, ist lang und das Leben kurz.

Natürlich geht es hier gar nicht um

die vegane Wurst, sondern um die Frage der Zuständigkeit: Wer muss um wen werben, wer ist für die Rettung des Klimas zuständig, und wer darf es weiter zerstören, wenn es geschmackliche oder praktische Einwände gibt? Genauso wichtig – und nicht nur bei diesem einsamen Twitterer üblich – ist, was hier ins Verhältnis gesetzt wird: nämlich nicht etwa der Genuss der Bratwurst zu den Verheerungen der industriellen Landwirtschaft für Mensch, Tier und Flora, sondern vielmehr das kulinarische Verhältnis von herkömmlicher und veganer Bratwurst. Genuss ist die letzte Instanz, Verwöhntheit der Lebensmodus, Quengelei ein legitimes Stilmittel, Wut die latente Drohung. Ein Land im Bällebad.

Nun kann man hoffen, dass Hieronymus' quengelige Haltung ein Minderheitenprogramm ist; was aber nach meiner Erfahrung definitiv zum herrschenden Denken gehört, ist die Sache mit der Zuschreibung. Als veganer Klimamensch wird man immer wieder in die Situation gedrängt, Menschen die Vorteile des E-Autos gegenüber einem Verbrenner schmackhaft zu machen. Nur um sich anschließend vorwerfen lassen zu müssen, dass in Chile die Umwelt zerstört wird, um die Batterien zu bauen. So als ob Klimaschützer in Südamerika die Flüsse vergiften und nicht etwa: Autofahrer. (Zu denen

selbstredend auch Klimaschützer gehören.)

Solche *false proportions* herrschen auch beim Thema Windräder und Artenschutz. Ganz selbstverständlich wird in öffentlichen und – leider auch – in privaten Gesprächen so getan, als seien Klimaschützer dafür verantwortlich, wenn Greifvögel in den Rotoren der Windräder umkommen. Die aber drehen sich gar nicht für Greta Thunberg, sondern für die Verbraucher regenerativer Energien, also etwa für die Fahrer von Elektro-SUVs. Dieser merkwürdige Sprechakt funktioniert selbstverständlich nur, weil stillschweigend etwas völlig Verrücktes vorausgesetzt wird: dass es nämlich noch eine vertretbare Alternative zur allerschnellsten Dekarbonisierung unseres Lebens gäbe. Also, die gibt es ja tatsächlich, aber sie lautet: Arktiseis-Schmelze und Golfstrom-Stillstand.

Egal wie die Zuschreibung jeweils verläuft, immer bringt sie einen in eine Lage, in der das eigene Verhältnis zur Welt, nicht zuletzt zur Krise, in Gegensatz gerät zum Verhältnis zu den Menschen, also dem Gegenüber. Zuschreibung ist eine Abwendung, man wird verlassen, während man dabeisitzt.

Macht vegan also einsam? Phasenweise war das tatsächlich mein Gefühl, und momentweise ist es das noch im-

mer. Im Grundsatz aber stimmt es (für mich) nicht, aus zwei Gründen: Zum einen wächst, auch unter Freundinnen, Bekannten und Kolleginnen, das Netzwerk der Gutwilligen, der Ernstnehmer, derer, die etwas tun. Dieses Etwas kann ganz verschieden sein, vegan ist da nur eine Variante. Zum anderen tut sich in jüngster Zeit beim ökologischen Bewusstsein gewaltig etwas. Die Ballung der Krisen hat dazu geführt, dass immer weniger Menschen an die überkommene Normalität glauben; auch die Illusion, dass diese Gesellschaft sich ohne Verzicht erhalten und behaupten könnte, ist spätestens seit dem Ukraine-Krieg zerstoßen. Menschen, die sich entfernt hatten, kommen zurück, nun selbst auf der Suche, wie man gegen diese ökologische Katastrophe anleben könnte, einige haben mich längst überholt. Langsam erweist sich, dass veganes Leben nicht zwingend bedeutet, sozial etwas draußen zu sein, sondern vielleicht nur – zeitweilig – etwas vorn.

## ÖKO-EXISTENZIALISMUS

Um aus jenen neuartigen Einsamkeiten herauszukommen, musste ich allerdings auch mich verändern. Und diesmal war es mit veganer Ernährung oder der Reduktion von Importanzmobilität nicht getan, auch diskret zu schweigen genügte nicht. Diesmal ging es um Hoffnung, Sinn und Resignation.

Wer sich in den vergangenen Jahren ernstlich mit der existenziellen Krise im Mensch-Natur-Verhältnis beschäftigt hat, musste irgendwie damit fertigwerden, dass sich die Lage trotz allen Engagements, trotz aller Einsichten, trotz veganem Schinkenspicker bei Rewe verschlechtert hat. Wir laufen wirklich und wahrhaftig sehenden Auges auf einen Abgrund zu, eine wirkliche Wende ist noch nicht in Sicht. Wie geht man damit um? Ekel vor dieser Welt, vor unserer zerstörerischen Normalität ist eine Möglichkeit, genauso Zynismus oder Selbstekel. Traurig kann man sein, auch wütend, man kann versuchen, immer noch mehr zu tun, oder man kann verzweifeln. Doch das sind alles keine zuträglichen Lösungen, und sie halten nicht auf Dauer.

Letztlich gibt es auf die Frage nach dem Sinn und dem Sein in dieser so speziellen Krise wahrscheinlich keine befriedigende Antwort, woher auch. Schließlich läuft die Menschheit zum ersten Mal in eine solche Krise, schließlich ist die Demokratie nicht mehr nur durch totalitäre Antidemokraten gefährdet, sondern mindestens so sehr durch ein unscheinbares Weiter-so, nicht (allein) die ideellen Grundlagen der Freiheit werden unterminiert, sondern die materiellen. Und die gewöhnlichen Individuen tragen ja einzeln nur ganz wenig, fast nichts zur ökologischen Krise bei, die sich

gleichwohl eben durch diese molekülkleinen Dreingaben zur größten Krise der Menschheit auswächst. Nano-Beiträge zur Mega-Katastrophe – wie geht man damit um?

Jemand in ähnlicher mentaler und veganer Lage wie ich, mein Sohn, machte mir dazu kürzlich einen Vorschlag. Man sollte nicht so sehr fragen: Was richte ich an? Und auch nicht umgekehrt: Was richte ich aus? Sondern vielmehr: **Wer will ich sein?**

Wer will ich sein in dieser Welt, die drauf und dran ist, sich zu ruinieren? Will ich jemand sein, der mit 1000 Ausreden in stressigen, fahrigem Selbstgesprächen ungefähr so weitermacht? Jemand, der an seinen Gewohnheiten mehr hängt als an seinen Kindern? Jemand, der in ständigem und steigendem Widerspruch zu seinen Werten lebt? – Oder einer und eine, die sich so verhalten, als könnten sie zu einer Wende etwas beitragen, und zwar unabhängig davon, ob diese Wende auch wirklich geschieht.

Der letzte Punkt ist entscheidend, wenn man aus dem Teufelskreis von Hoffnung und Resignation, Tierliebe und Menschenverachtung aussteigen will: sich innerlich unabhängig zu machen vom Erfolg, den man gleichwohl mit aller, jedenfalls mit einiger Kraft anstrebt.

Nennen wir es mal Öko-Existenzialismus.

Wenn es einem gelingt, sich da hineinzuleben und hineinzumeditieren, dann ist es auch besser auszuhalten, wenn andere sich anders verhalten – und wenn ich mich selbst nicht ganz so verhalte, wie ich möchte. Das eigene Leben, die eigene Lebenshoffnung hängt nicht mehr so sehr vom Gegenüber ab, auch die Zuschreibung kann so aufgebrochen werden, weil ich nicht mehr theatralisch die Last der Klimawende auf mich nehme (Hilf mir!), sondern mit mir selbst einigermaßen in Übereinstimmung lebe (Mach, was du für richtig hältst!). Öko-Existenzialismus ist in diesem Sinne postmissionarisch. Der Vizekanzler sagte letztes in einem Interview zum Energiesparen im Angesicht von Klima- und Ukraine-Krise folgenden für Politiker doch recht ungewöhnlichen Satz: „Menschen können sich entscheiden, wer sie sein wollen.“ Ja genau.

## ERWACHSENE

Womit wir beim letzten Punkt wären. Nach fünf Jahren veganer Lebensweise und fünf Jahren verschärfter ökologischer Krise, nach gefühlt tausendmal bemüht-vergnügt von vorn erklären, wie das mit der Milch und den Kälbern ist, mit der Qual und dem Genuss, mit

dem Fleisch und dem Regenwald – dann fragt man sich irgendwann, wie über die Klimakrise überhaupt noch sinn- und wirkungsvoll gesprochen werden kann. Denn wenn es dieser Gesellschaft gelingt, die Dringlichkeit der Krise zu verdrängen, während sie unablässig darüber spricht, dann muss an diesem Sprechen irgendwas falsch sein, dann müssen die Worte schon beim Weg vom Mund zum Ohr steril werden, sozusagen: als Apokalypse gestartet, als Affirmation gelandet.

Ich habe wirklich lange überlegt, woran es liegen könnte, nun weiß ich es: Es liegt an Hieronymus, also am Hieronymus in uns. Die ganze Kommunikation über das Ökologische ist komplett pädagogisiert und infantilisiert. Nehmen wir das Wort „Verzicht“: Jahrzehntelang – und ganz gewiss noch im Koalitionsvertrag der Ampel – war Verzicht der Gottseibeius aller ökologischen Politik; wer dabei erwischt wurde, den Menschen Verzicht abzuverlangen, wurde mit Wahlniederlagen nicht unter fünf Prozentpunkten minus bestraft. Alle Veränderung – und davon musste es ja immer mehr geben, weil zu lange gewartet worden war – sollte ausschließlich in den Maschinen stattfinden oder in der Infrastruktur, aber gefälligst nicht im Alltag der Menschen. Was bestenfalls als legitim galt, das war so ein pädagogisches Ansäuseln der Verbraucherinnen

und Verbraucher mittels Lebensmittelampeln, mit Schmachtmachen, mit Gewinnspielen, mit Prämien, kurzum: niederschwellige Angebote gegen das Niederbrennen unserer Welt.

Damit es hier nicht die Missverständnisse gibt, in die ich an dieser Stelle schon in vielen Gesprächen hineingelaufen bin: Luxus ist schön, Genuss ist gut, Geschmack ist Kultur, Vergnügen verbindet. Zudem ist meine Erfahrung mit fünf Jahren vegan und vier Jahren ohne eigenes Auto ja gerade nicht, dass das Leben verhärmter geworden ist, sondern im Gegenteil, es ist lustvoller. Darum gibt es also keinen Streit, sondern nur darum, ob jene vier – Geschmack, Genuss, Vergnügen, Luxus – insgeheim die letzte Instanz darstellen, den Minimalkonsens unseres Zusammenlebens definieren, oder ob die Beendigung jener gewaltigen Zerstörung die oberste Priorität und der vorgelagerte Konsens unserer Gespräche sein muss. Wenn die vegane Wurst nicht schmeckt, dann essen wir eben eine Aubergine. Oder investieren mehr Zeit und Geld in die talentiertesten Köchinnen, damit sie alsbald besser schmeckt.

Aber ist diese ewige Verzichtlosigkeitspredigt nicht ohnehin total merkwürdig? In unserem normalen Leben als Erwachsene wissen wir alle, dass nichts von Belang ohne Verzicht mög-

lich ist, keine Liebe, kein Kinderkriegen, kein gesunder Körper und kein beruflicher Erfolg. Nur die Selbststrettung der Menschheit vor ihrer eigenen Zerstörung, die soll ohne Verzicht möglich sein? Wie albern.

Das ist es wohl: In Sachen Ökologie sprechen wir miteinander nicht wie erwachsene Bürgerinnen und Bürger, die für die Folgen ihres Tuns einstehen, sondern wie Kinder, wie Kunden, wie Konsumenten, wie Gewohnheitstierchen ohne eigenen Willen. Kurzum: in einer Sprechhaltung, mit der man kein Unternehmen gründen könnte, keine Familie und erst recht keinen Staat.

Und wenn ich ganz ehrlich bin mit mir selbst, dann muss ich sagen: Auch das Öko-Missionarische, in das ich aus Zeitnot und Verzweiflung zuweilen verfallende, zahlt ein auf diese Infantilisierung. Weil ich dem Gegenüber ja nur die eine Handlungsalternative lasse, jene, die ich selbst beim Welttreten aushalten kann; doch wer keine Alternative hat, der hat auch keine Wahl, und wer keine Wahl hat, braucht nicht wie ein Erwachsener zu entscheiden. Auch an dieser Stelle hilft der Öko-Existenzialismus, weil er sich nicht so abhängig macht vom anderen: sich so verhalten, als könne man die Welt retten, ohne es zu erwarten, und zu überzeugen, indem man nicht überzeugen will – das gehört schon irgendwie zu-



sammen. Toleranz im Zeitalter des Un-  
erträglichen.

Dies gesagt, bleibt nach fünf Jahren  
veganer Lebensweise nur eines noch  
nachzutragen, ganz ohne Überzeu-  
gungsdruck, versteht sich: Es war eine  
der besten Entscheidungen meines  
Lebens. Ich habe eine Wahl getroffen,  
ich fühle mich frei damit, bin gesund,  
schaue ohne Scheu auf die ökologi-  
sche Wirklichkeit, ich kann den Tieren  
in die Augen sehen, es stimmt mich  
immer wieder euphorisch, es ist rund-  
um herrlich. Aber klar: jede, wie sie  
meint.

## DIE VOGLHAUS GASTRONOMIE IST ZU 100% BIO

Klimaschutz, Ernährungssicherung und Erhaltung biologischer Vielfalt verlangen – weltweit – nach einer Abkehr von der industriellen Landwirtschaft hin zum biologischen Anbau, der die Gesundheit der Böden wiederherstellt, damit den Humusaufbau fördert und hohe, nährstoffreiche Erträge sichert. Auch fühlen wir uns für die Gesundheit unserer Gäste mitverantwortlich. Wer bei uns isst, soll etwas Leckeres, Nahrhaftes und Gesundes auf dem Teller haben und gleichzeitig Mitwelt und Tiere schützen! Deshalb verwenden wir ausschließlich Bio-Lebensmittel, mindestens ein Drittel in den noch strengeren Qualitätsanforderungen von Demeter, Bioland und dem biozyklisch-veganen Anbau.



### WIR SIND DEMETER-RESTAURANT

Wir sind sehr stolz, zur kleinen und feinen Gemeinde der deutschen Demeter-Restaurants zu gehören.



### Für mehr Bio in der Profiküche

Eine Initiative  
von Bioland e.V.  
[www.bioland.de](http://www.bioland.de)

### UNSERE KÜCHE IST BIO-ZERTIFIZIERT

Qualität, Saisonalität und Transparenz sind uns wichtig. Daher verwenden wir in unserer Küche fast ausschließlich Zutaten aus ökologischer Erzeugung. Unabhängige Kontrollstellen prüfen uns mindestens einmal im Jahr.



### WIR SIND PARTNER VON BIOLAND

Viele unserer Zutaten beziehen wir von Mitgliedern des Bio-Anbauverbands Bioland. Sie arbeiten nach strengen Richtlinien, mit Respekt vor Tier und Natur. Mehr Infos finden Sie auf [www.bioland.de](http://www.bioland.de)

Wir sind Partner



### BIOZYKLISCH-VEGANER ANBAU

Die zukunftsfähigste, gerechteste und effizienteste Ernährung ist unsres Erachtens eine, die bereits schon im Anbau der pflanzlichen Nahrungsmittel ohne Tierhaltung auskommt. [www.biozyklisch-vegan.org](http://www.biozyklisch-vegan.org)

## AUSZEICHNUNGEN:

Umweltpreis für Unternehmen Baden-Württemberg 2022 Nominierung.

Weltverbesserer Wettbewerb 2021 2. Platz in der Kategorie „Restaurants“.

Ehrenamtswürdigung 2014 der Stadt Konstanz.

Mittelstandspreis „Sozial Engagiert“ 2013 des Landes Baden-Württemberg.

Dienstleister des Jahres 2006

Verliehen vom Wirtschaftsministerium Baden-Württemberg.

Herforder Preis 2005 – „Der deutsche Gastronomiepreis“

Platzierung unter den besten Dreien.

Leaders Club Award 2004 Goldene Palme

Konstanzer Gastropreis 2004 Peter Lenks Ingrid als Hauptpreis.

Fachgeschäft des Jahres 2004

Ausgezeichnet von der Fachzeitschrift „stil & markt“.



### DAS VOGLHAUS® CAFÉ

Wessenbergstrasse 8

78462 Konstanz

[www.das-vogelhaus.de](http://www.das-vogelhaus.de)

[kunde@das-vogelhaus.de](mailto:kunde@das-vogelhaus.de)

T 07531 17202

### DAS VOGLHAUS® KAUFHAUS

Wessenbergstrasse 8/Ecke Münzgasse

78462 Konstanz

T 07531 9189520

GEMEINWOHL  
ÖKONOMIE   
Ein Wirtschaftsmodell  
mit Zukunft

Mitgliedsunternehmen



DE-ÖKO-006



Höchste Ökoeffektivität  
Cradle to Cradle™ zertifizierte  
Druckprodukte von Lokay