

Dr. med. Ernst Walter Henrich

Vegan

Beknopte informatie over de gezondst mogelijke voeding en zijn impact op klimaat- en milieubescherming, en op dier- en mensenrechten



Colofon

Vegan –

Beknopte informatie over de gezondst mogelijke voeding en zijn impact op klimaat- en milieubescherming, en op dier- en mensenrechten

Auteur en uitgever:

Dr. Ernst Walter Henrich

Seepark 5

CH-9422 Staad

Internet: www.ProVegan.info

E-mail: info@ProVegan.info

Vegan

Beknopte informatie over de gezondst mogelijke voeding en zijn impact op klimaat- en milieubescherming, en op dier- en mensenrechten

Voorwoord

Zelfs het genie Albert Einstein zei decennia geleden al:

*„Niets zal de gezondheid van de mensen en de kans op overleven van het leven op aarde zo ten goede komen als de evolutie naar een **vegetarisch** dieet”*

Dit was een zeer vooruitziende zienswijze. In zijn tijd was er immers nog niet zoveel bekend over de onderlinge samenhang van voeding, gezondheid, milieu, klimaatverandering, honger, dieren en mensen. Indien Albert Einstein al kennis zou hebben gehad van de bevindingen van de moderne wetenschap, dan zou zijn verklaring met zekerheid zelfs zo geluid hebben:

*„Niets zal de gezondheid van de mensen en de kans op overleven van het leven op aarde zo ten goede komen als de evolutie naar een **veganistisch** dieet.”*

Zoals bekend bevat een veganistische voeding totaal geen dierlijke bestanddelen meer. Mits goed en gevarieerd samengesteld is het veruit de gezondste voeding voor de mens, en het beste voor de dieren, het milieu en het klimaat. Omdat een veganistisch dieet en een veganistische levensstijl van vitaal belang zijn voor elk individu, voor de samenleving in het algemeen, voor onze kinderen en onze kleinkinderen, ons milieu, ons klimaat, en voor de dieren, heb ik besloten tot publicatie van deze tekst. Want alleen door voldoende juiste informatie kan men de juiste beslissingen nemen. Zowel voor zijn eigen bestwil als voor het welzijn van de wereld. Het is daarbij belangrijk om te weten dat men zichzelf met een veganistisch dieet niets tekort hoeft te doen. Ook dan kan eten puur genieten zijn. Zoals talrijke veganistisch etende mensen, en steeds meer veganistische kookboeken en restaurants overtuigend aantonen. Maar dan wel op een ethisch verantwoorde manier.

Vegan



De gezondste voeding

"Je bent wat je eet." De kwaliteit van onze voeding heeft een beslissende invloed op onze gezondheid. Met de juiste voeding is de kans zeer groot om ons leven door te brengen in de best mogelijke gezondheid en een goede conditie. Dit is niet alleen een volkswijsheid. Het wordt ook overtuigend aangetoond door studies van wereldberoemde voedingsdeskundigen.

Uit de media kennen we allemaal de aanbeveling om meer groenten en fruit, en minder vlees te eten. De nadelige gevolgen voor de gezondheid van het eten van vlees en dierlijke vetten zijn duidelijk geworden door vele wetenschappelijke studies. Ook de negatieve gezondheidseffecten van melk en kaas zijn bekend. Deze bestaan voor een groot deel uit ongezonde verzadigde dierlijke vetten.

Als natuurrampen of terreuraanslagen honderden of duizenden doden eisen, dan is men terecht ontzet. Maar als verkeerde voedingspatronen miljoenen sterfgevallen eisen, als gevolg van kanker, hart- en vaatziekten, diabetes en andere voedingsgerelateerde ziekten, dan wordt daar met verbazingwekkend onverschillig mee omgegaan.

Het verhaal van de vlees- en zuivelindustrie, dat vlees, melk en zuivelproducten gezonde en goede voeding zouden zijn, wordt als zoete koek geloofd door de meeste consumenten en politici. Meer zelfs. In vele landen en in de EU worden vlees en melk gesubsidieerd met geld van de belastingbetaler. Politici laten daardoor de economische belangen van de zuivel- en vleesindustrie voorgaan op de gezondheid en het welzijn van de burgers die hen hebben verkozen, en wiens belangen ze in de eerste plaats zouden moeten behartigen.

Een gezonde veganistische voedingswijze wordt in de pers vaak verdacht of belachelijk gemaakt uit domheid, onwetendheid, of omwille van economische belangen. Net zoals dat vroeger vaak met de vegetarische voedingswijze gebeurde. Een voorbeeld: in 2004 stierf een kind dat door zijn ouders naar eigen zeggen veganistisch werd gevoed. Na onderzoek wezen de feiten echter uit dat het kind gewoon uitgehongerd werd. De ouders gaven het kind slechts een volstrekt onvoldoende "oerkost" die hen door een zelfbenoemde "voedingsdeskundige" was voorgeschreven. Deze "oerkost", had echter niets te maken met gezond veganistisch eten. Het kind kreeg ook geen medische hulp om de ernstige longontsteking te behandelen die uiteindelijk de dood veroorzaakte. De pers vond het – zoals zo vaak – niet nodig om de zaak te onderzoeken, en **veroordeelde** simpelweg elk veganistisch dieet met de bekende vooroordelen.

Terwijl de media in de verkeerde richting blijven wijzen, sterven miljoenen mensen als gevolg van verkeerde voeding (met vlees en dierlijke vetten). Of lijden ze aan obesitas en de gevolgen ervan: hypertensie, myocardinfarct, angina pectoris, beroerte, aderverkalking, osteoporose, kanker, diabetes en andere chronische ziekten. Uit talrijke recente studies van voedingswetenschappers blijkt duidelijk de relatie tussen de consumptie van vlees en zuivelproducten, en deze "welvaartsziekten". Ook de alarmerend hoge verontreiniging van vis met gifstoffen zoals dioxine en zware metalen werd uitvoerig bestudeerd en aangetoond.

Meer informatie en relevante wetenschappelijke studies over de relatie tussen voeding, ziekte en massale sterfte zijn onder meer te vinden op de Duitstalige website van de "Artsen voor de bevordering van het vegetarisme": www.fleisch-macht-krank.de (vlees maakt ziek).

Aan miljoenen patiënten en sterfgevallen als gevolg van de consumptie van dierlijke producten wordt in de pers zo goed als voorbijgegaan. Maar als er één individueel geval kan gevonden worden waarin het op het eerste zicht fout ging met een zogenaamd veganistisch dieet – ook al is het aantoonbaar dat de doodsoorzaak niets met de voedingswijze maar alles met onverantwoordelijke ouders te maken had - dan is meteen niet alleen de verontwaardiging zeer groot, maar worden in de media echt alle registers opengetrokken door allerlei dilettanten en door de lobbyisten van de vleesindustrie.

Deze reacties **staan in schril contrast met de resultaten van wetenschappelijk voedingsonderzoek en de verklaringen van de meest gerenommeerde voedingsdeskundigen**. In een gezamenlijk officieel standpunt uit 2003, nemen de **ADA (American Society for Nutrition)** en **DC (Canadian Association of Food Scientists)** een duidelijk standpunt in over de gezondheidsvoordelen van een vegetarische en veganistische voedingswijze. In deze beroepsorganisaties zijn de bekendste en meest vooraanstaande voedingsdeskundigen van de Verenigde Staten en Canada verenigd. Alleen al de ADA heeft zo'n 70.000 leden.

In dit standpunt, is onder meer te lezen dat:

"Goed samengestelde veganistische en andere vegetarische voedingswijzen geschikt zijn voor alle leeftijden, ook tijdens de zwangerschap, de borstvoeding, de vroege en late kindertijd en de adolescentie. Zij bieden een hele reeks voordelen."

En verder luidt het:

"Het is het standpunt van het Amerikaanse Voedingsgenootschap (ADA) en de Canadese Vereniging van Voedingsdeskundigen (DC), dat een goed afgewogen vegetarisch dieet bevorderlijk is voor de gezondheid en voordelen biedt voor de gezondheid en voor de preventie en de behandeling van welbepaalde ziektes."

"Het is de verantwoordelijkheid van voedingsdeskundigen om de mensen die geïnteresseerd zijn in een vegetarisch dieet daarbij te helpen en hen aan te moedigen."

Ook de getuigenis van één van de meest gerespecteerde en gerenommeerde voedingsdeskundigen van Duitsland, **Dr. Claus Leitzmann**, is erg duidelijk:

"Studies onder veganistisch levende mensen – die zijn gehouden over de hele wereld, maar ook door ons – laten zien dat zij gemiddeld gezien aanzienlijk gezonder zijn dan de rest van de bevolking. Lichaamsgewicht, bloeddruk, bloedvet- en cholesterolwaarden, nierfunctie en de algemene gezondheidstoestand zijn beter dan normaal."

In 2009 heeft de **ADA (American Dietetic Association)** een herzien standpunt gepubliceerd over vegetarische en veganistische voeding en daarbij nog haar aanbeveling uit 2003 bekrachtigd: **"We komen tot de conclusie dat vegetarische voedingswijzen, met inbegrip van de veganistische – indien correct gedaan – gezond en voedzaam zijn voor volwassenen, zuigelingen, kinderen en adolescenten, en zelfs chronische ziekten, zoals hart- en vaatziekten, kanker, obesitas en diabetes kunnen voorkomen of helpen behandelen."**

Het in juli 2009 in het tijdschrift van de American Dietetic Association gepubliceerde rapport vertegenwoordigt de officiële houding van de ADA ten overstaan van vegetarische voedingswijzen, met inbegrip van de veganistische:

"De American Dietetic Association is van mening dat een goed gepland vegetarisch dieet, inclusief het 100% volledig vegetarisch of veganistisch dieet, gezond is, volledig aan de voedingsbehoeften voldoet, en voordelen biedt voor de gezondheid en voor de preventie en behandeling van bepaalde ziekten. Een goed gepland vegetarisch dieet is gezond voor mensen van alle leeftijden, met inbegrip van zwangere vrouwen, zogende moeders, zuigelingen, kinderen, jongeren en sporters."

"Vegetariërs hebben vaak een lagere BMI (Body Mass Index) en leiden minder vaak aan kanker. Vegetarische diëten bevatten doorgaans minder verzadigd vet en cholesterol, en meer vezels, magnesium, kalium, vitamine C, vitamine E, foliumzuur, carotenoiden, flavonoiden en andere secundaire plantaardige stoffen. Deze nutritionele verschillen hebben een gezondheidsvoordeel voor diegenen die een gevarieerd en evenwichtig vegetarisch dieet volgen."

Het **PCRM** ("Physicians Committee for Responsible Medicine) is een non-profit organisatie die preventieve geneeskunde bevordert, klinisch onderzoek doet, en hogere normen voor ethiek en effectiviteit in het wetenschappelijk onderzoek stimuleert. De PCRM beveelt het veganistisch dieet aan als de gezondste voeding, en onderbouwt dit ook op een logische manier:

"Het veganistisch dieet dat geen dierlijke producten bevat is zelfs gezonder dan vegetarische diëten. Veganistische voeding bevat geen cholesterol en nog minder vet, verzadigd vet en calorieën dan vegetarische diëten, omdat het geen zuivelproducten en eieren bevat. Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat de voordelen voor de gezondheid toenemen wanneer voedsel uit dierlijke bron in de voeding wordt verminderd, wat een veganistisch dieet tot de gezondste voedingswijze maakt." www.pcrm.org/health/veginfo/nutritionfaq.html

Dr. T. Colin Campbell, auteur van de studie over voeding "The China Study: alarmerende gevolgen voor voeding, gewichtsverlies en gezondheid op lange termijn" biedt een eenvoudige werkwijze aan om de voordelen van een volledig plantaardige voeding uit te leggen:

"De overgrote meerderheid van alle kankers, hart- en vaatziekten en andere vormen van degeneratieve ziekten kan gemakkelijk worden voorkomen door over te gaan op een plantaardig dieet."

Gedurende meer dan veertig jaar staat **Dr. T. Colin Campbell** aan de spits van het voedingsonderzoek. De emeritus hoogleraar biochemie van voedsel aan de Cornell University, heeft meer dan 300 onderzoeken gepubliceerd. Zijn erfenis, het China Project, is de meest uitgebreide studie over gezondheid en voeding die ooit werd uitgevoerd.

Ondanks deze feiten verspreiden een groot deel van de pers, ter zake onkundige artsen en zogenaamde "voedingsdeskundigen" liever de bestaande vooroordelen, leugens van de industrie en achterhaalde foute leerstellingen uit het verleden. Wat is daarvan de reden? Is het alleen gemak en luiheid? Is het gemakkelijker en goedkoper de persklare standpunten van de vlees- en zuivellobby over te nemen zonder deze kritisch te onderzoeken. En daardoor de bestaande vooroordelen en onjuiste feiten verder te verspreiden? Of is het de angst van de individuele journalist om door nieuw verworven kennis de eigen voeding te moeten aanpassen? En om te moeten kiezen voor een vegetarisch

of veganistisch dieet dat men in het verleden zelf heeft verworpen? Wat ook de reden is, het is een gezondheidsschandaal van de eerste orde.

Preventie, dus voorkómen dat mensen ziek worden, zou in de gezondheidszorg toch ten minste een even belangrijke plaats moeten innemen als de behandeling van mensen die al ziek zijn? Maar zo gaat het niet. In de miljardengrote gezondheidszorg, met artsen, ziekenhuizen, farmaceutische industrie, enz. wordt het grote geld in de eerste plaats verdiend met de behandelingen van zieken. Een massaal preventief gezondheidsbeleid zou niet enkel de inkomstenstroom van de gezondheidsindustrie drastisch verminderen maar ook de inkomsten van de vlees- en zuivelindustrie. Het is dan ook geen wonder dat er aan de preventie van ziekten door middel van een gezonde voeding relatief weinig aandacht wordt besteed: door een ongezond voedingspatroon verdienen grote delen van de voedingsindustrie veel geld en de mensen worden ziek. Aan de behandeling van deze zieken verdient de gezondheidszorg. Zo is de cirkel met ziekwordende mensen, en met dieren en een milieu die om zeep worden geholpen, helemaal rond. Er rest de burger die nog beschikt over een minimum aan oordeelsvermogen niets anders dan zelf op zijn gezondheid en voeding te letten. In het belang van de eigen gezondheid.

Het resultaat van mijn analyse van wetenschappelijke studies over voeding is éénduidig: **een goed uitgewerkte veganistische, gevarieerde voeding, is de gezondste voeding voor de mens.** Indien alle feiten op redelijke wijze worden gewikt en gewogen, kan daarover niet de minste twijfel meer bestaan. Zelfs voor wie geen doorgedreven kennis van de voedingsleer beschikt zal het vrij snel duidelijk worden dat er aan vlees, melk, kaas en vis aanzienlijke gezondheidsrisico's verbonden zijn. Het volstaat om zonder vooroordelen alle beschikbare feiten op een rij te zetten.

Voor alle duidelijkheid: een voeding waaruit eenvoudigweg vlees, melk, kaas en vis worden weggelaten is niet automatisch een volwaardige en gezonde voeding. Elke verkeerd samengestelde en niet-gevarieerde voeding is ongezond en kan tot problemen leiden! Dat geldt net zozeer voor wie wél of net niet vlees, zuivel en vis eet. Voldoende wetenschappelijke studies hebben echter aangetoond dat de overgrote meerderheid van de mensen die zich vegetarisch en veganistisch voeden, gemiddeld over een betere gezondheid beschikken dan vleeseters.

In het veganistische dieet verdient vooral de inname van vitamine B12 speciale aandacht. **Vitamine B12** alleen wordt geproduceerd door micro-organismen (bacteriën). Het komt daarom vooral voor in dierlijke, bederfelijke producten, zoals vlees, orgaanvlees en melk. De mogelijkheid van een vitamine B12-tekort is één van de argumenten die door leken vaak worden aangehaald om een veganistisch dieet af te keuren. Maar dat is onterecht. Medisch gezien is er bij een veganistisch dieet inderdaad extra inname van deze vitamine B-12 nodig. Het is ook met een veganistische voedingswijze niet moeilijk om voor een voldoende inname van vitamine B12 te zorgen. Dit kan zeer eenvoudig met in elke

supermarkt eenvoudig te verkrijgen verrijkte voedingsmiddelen (zoals vruchtensappen, ontbijtgranen, sojamelk) en/of een extra vitamine B12-voedingssupplement. Wie echt 100 zeker wil zijn, kan om de paar jaren ook nog het bloed laten prikken om na te gaan of er voldoende vitamine B12 aanwezig is. Zo kan men er ten allen tijde 100% zeker van zijn dat een veganistisch dieet ook altijd de gezondste voeding is.

Omdat een tekort aan vitamine B12 echt zeer eenvoudig te vermijden is zou het toch absurd zijn om de kleine extra moeite om op de vitamine B12-inname te letten (waaraan verder geen enkel ander nadeel verbonden is) niet te verkiezen boven de vele bewezen nadelen voor de gezondheid van vlees-, melk-, zuivel- en visconsumptie. De relatie tussen kanker, hart- en vaatziekten en andere ernstige gezondheidsproblemen is uitvoerig besproken in vele wetenschappelijke studies - de vervuiling van de oceanen en dus van de vissen ook. Daarom is het niet alleen aangera- den, maar eerder ten stelligste afgeraden, om deze dierlijke producten te consumeren.

De afgelopen jaren heb ik het steeds opnieuw moeten vaststellen dat **wie zich verzet tegen een veganistisch dieet, er doorgaans ofwel te weinig over weet, ofwel geld verdient aan dierlijke producten.**

Aanbevolen literatuur voor meer informatie:

- "Vegan Nutrition" door Langley, 1995 gepubliceerd in Echo Verlag, Göttingen
- Standpunt van de ADA (American Society for Nutrition Amerikaanse Dietetic Association) over de gezondheidsvoordelen van een vegetarisch en veganistisch dieet uit 2009; op het internet: http://www.eatright.org/cps/rde/xchg/ada/hs.xml/advocacy_933_ENU_HTML.htm
- Website van de "Artsenvereniging ter bevordering van het vegetarisch dieet" met een lijst van voedingsstudies uit de hele wereld: www.fleisch-macht-krank.de
- TV-verslag van de NDR (Norddeutscher Rundfunk, ARD) over de gezondheidsrisico's van melk: www.myvideo.de/watch/127627/Wie_gesund_ist_Milch_wirklich
- Samenvattend script "De gezondste voeding" door Dr. Ernst Walter Henrich, gratis beschikbaar op het internet, bijvoorbeeld op www.pro-vegan.info.

Vegan



Voor mensenrechten

Wereldwijd zijn er ongeveer 1 miljard (1.000.000.000) hongerende mensen. Elke seconde sterft op deze planeet een mens van de honger, dat zijn samen zo'n 30 miljoen (30.000.000) mensen per jaar. Dat is elk jaar het dodental van een wereldoorlog.

Zo'n 43.000 kinderen sterven dagelijks van de honger terwijl zo'n 50 % van de wereldwijde graanoogst, en 90% van de wereldwijde soja-oogst voorbehouden worden als voedsel voor de dieren in bio-industrie. Het gebruiken van plantaardig voedsel voor het aanmaken van voor de mens ongezonde dierlijke producten is een absurditeit, een schandaal en een ongelofelijke verspilling: om 1 kg vlees te produceren zijn er, afhankelijk van de diersoort, tot 16 kilogram plantaardig voedsel en 10 tot 20 ton (10.000 – 20.000 liter!) water nodig. Met één kg vlees kunnen 4-5 mensen worden gevoed, terwijl er met 16 kg plantaardig voedsel 64-90 kg kunnen worden gevoed. Indien het plantaardig voedsel dat nu langs de vlees- en zuivelindustrie op ons bord belandt, rechtstreeks zou worden genuttigd, dan zouden de voedseloverschotten enorm zijn. Doordat de prijzen veel lager zouden zijn, zou voedsel ook voor de armen voldoende beschikbaar worden en zou honger een uitstervend begrip zijn.

Vandaag is de situatie pervers: vanuit de derde wereld worden er voedergewassen voor de veeteelt uitgevoerd naar de geïndustrialiseerde landen, hoewel in deze arme landen kinderen en volwassenen verhongeren en sterven van de honger. U kent misschien ook wel de beroemde zin: „De dieren van de rijken eten het brood van de armen”. Zo was er bijvoorbeeld in 1984 wel hongersnood, maar geen voedseltekort in Ethiopië. De landbouw produceerde er voldoende eten. Toch werden de levensmiddelen uitgevoerd naar Europa om ze aan de dieren uit de vlees- en melkindustrie te voeren. Tijdens deze hongercrisis, die aan tienduizenden mensen het leven heeft gekost, werden door Europese landen uit Ethiopië granen geïmporteerd om kippen, varkens en koeien te voeden. Als dat graan zou gebruikt zijn om de mensen in Ethiopië voeden, dan zou er helemaal geen hongersnood geweest zijn.

Een ander voorbeeld. In Guatemala, is 75 % van de kinderen onder de 5 jaar ondervoed. Toch wordt er in dat land elk jaar meer dan 17.000 ton vlees geproduceerd voor export naar de Verenigde Staten. Voor het vetmesten van deze dieren zijn er zeer grote hoeveelheden maïs

en sojabonen nodig. Deze zijn dan niet langer beschikbaar voor de ondervoede kinderen. In plaats van de hongerigen van de wereld te voeden, nemen we hun voedsel weg. Daarmee mesten we tot een gruwelijke dood veroordeelde dieren vet om met het vlees van hun verminkte lichamen onze drang naar vlees, eieren en melk te bevredigen. Dit is geen win-win situatie, maar een voorbeeld van een onrecht, waar slechts enkelen winnen, en velen lijden.

Het Britse blad **The Guardian** schreef al in 2002: „*Het lijkt nu duidelijk dat een veganistisch dieet de enige ethische reactie is op ,s werelds meest urgente probleem van sociale onrechtvaardigheid: wereldhonger.*” De Zwitser **Jean Ziegler**, de speciale VN-rapporteur voor de Human Right to Food, zei: „*De landbouw in de wereld kan gemakkelijk 12 miljard mensen voeden. Dat wil zeggen dat als een kind vandaag sterft van de honger, het eigenlijk is vermoord.*”

Volgens **dr. W. Bello**, directeur van het Institute for Food and Development Policy, „*Is er voor iedereen genoeg voedsel in de wereld. Maar tragisch genoeg wordt een groot deel van het voedsel en de ruimte in de wereld gebruikt om runderen en ander vee te produceren – voedsel voor de rijken dus – terwijl miljoenen kinderen en volwassenen lijden aan ondervoeding.*”

De verklaring van het **World Watch Institute** is ondubbelzinnig: „*De consumptie van vlees is een inefficiënt gebruik van graan: graan wordt veel efficiënter gebruikt als mensen het zelf consumeren. Een permanente verhoging van de vleesproductie leidt tot een strijd om graan tussen het toenemende aantal vleeseters en de armen in de wereld.*”

De reeds hierboven vermelde **dr. W. Bello**, directeur van het „Institute for Food and Development Policy”, benadrukt dat het fokken van dieren voor vlees een verspilling van middelen is: „*Het eten van fast-food, en de gewoonte van de rijken op deze planeet om vlees te eten, ondersteunen een wereldwijd voedselsysteem dat voedingsmiddelen aan de hongerigen ontnemt.*”

Westerse overheden, in het bijzonder de EU, verlenen enorme subsidies aan de vlees- en zuivelindustrie, in strijd met elke redelijkheid en moraal. Zulke ongeruimdheden hoeven nauwelijks te verwonderen in een EU waar zowel de subsidies aan tabaksboeren als anti-rokencampagnes worden betaald met hetzelfde belastinggeld.

Visserijvloten uit industrielanden zoals de VS, Japan en Europa verwerven visrechten in gebieden rond de arme landen zoals Afrika en Zuid-Amerika. Nadat ze de lokale zeeën hebben geplunderd, trekken ze verder en laten een verwoest ecosysteem en een hongerige bevolking achter. Een artikel in de Britse krant The Guardian stelt: „*We kunnen enkel vis eten als we daarbij aanvaarden dat de mariene ecosystemen instorten, en dat we - omdat Europese vloten de zeeën rond West-Afrika plunderen - bijdragen aan de honger van de armste mensen ter wereld. Het is onmogelijk om zich aan de conclusie te onttrekken dat de enige duurzame en maatschappelijk verantwoorde optie is dat de bewoners van de rijke wereld zich, net zoals de meeste mensen op deze aarde, een veganistische voedingswijze eigen maken.*”

Ieder van ons heeft de mogelijkheid om zelf te beslissen of hij door de consumptie van vlees, melk, kaas en eieren betrokken wil zijn bij dit onrechtvaardige systeem met zijn brutale gevolgen voor de hongerigen van deze wereld.

Vegan



De morele argumenten

In onze maatschappij wordt het als volledig normaal beschouwd en moreel toelaatbaar geacht om dieren ten behoeve van de mens te exploiteren (melkkoeien), te folteren (dierproeven) en te doden (slachtvee).

De evolutie heeft de mens begiftigd met de vaardigheden en de middelen om deze uitbuiting van dieren te realiseren. Een voorrecht en zeer verleidelijk voor de mens, want hij kan met de "macht van de sterkste", ook het "recht van de sterkste" laten gelden. Dit "recht van de sterkste" is de basis voor de exploitatie, het martelen en het doden van dieren.

Dat dit misbruik op zulke grote schaal plaatsvindt is op zich vreemd. Is het geen fundamenteel kenmerk van de moraal van onze samenleving is net dit "recht van de sterkste" aan banden wordt gelegd? Echte morele waarden tolereren geen willekeur door de sterkste, enkel gebaseerd op het eigenbelang. Het "recht van de sterkste" en echte morele waarden zijn tegenpolen die elkaar wederzijds uitsluiten. De uitbuiting van zwakkeren door de mens is niet in overeenstemming met onze morele principes. Onze moraal houdt in dat er ook rekening moet worden gehouden met de belangen van de zwakkeren.

Wat er op moreel vlak gebeurt is dit: om de exploitatie van de zwakkere dieren moreel te legitimeren bedient onze samenleving zich van speciale ethische constructies. De menselijke soort kent zichzelf daarin een inherente hogere "waarde" toe om daarmee andere diersoorten uit te kunnen sluiten van de geldende normen. Er moet nagegaan worden of deze bijzondere constructie, die de genadeloze exploitatie van dieren mogelijk maakt, wel standhoudt als ze wordt getoetst aan de wetten van de logica, en of ze wel verenigbaar is met een echte moraal.

Beeld u zich eens in dat er een "superwezen" zou opduiken, dat op een hogere trap van ontwikkeling zou staan, met een veel grotere fysieke kracht en beduidend grotere intelligentie dan de mens. Het is niet eens ondenkbaar dat wetenschappers dit door genetische manipulatie en optimalisatie werkelijkheid zouden kunnen laten worden. Deze "superwezens" zouden dan net zo superieur zijn aan de menselijke soort als de mens nu superieur is aan het dier. Stel dat deze "superwezens" voor zichzelf ook een hogere "waarde" in vergelijking met de mens zouden vooropstellen. Dan zouden mensen, net als de dieren nu, door dit waardensysteem uitgesloten zijn van elke basisrecht en volledig overgeleverd zijn aan de willekeur van het "recht van de sterkste" van deze wezens.

Vindt u dat deze "superwezens" dan een moreel het recht zouden hebben om

- ... Ons in concentratiekampen levenslang op te sluiten en te kwellen?
- ... Ons in slachthuizen – met of zonder verdoving - te slachten?
- ... Onze vrouwen zo vaak mogelijk zwanger te maken om vervolgens de melk te stelen?
- ... Onze moeders hun baby's af te nemen opdat ze de melk niet zelf zouden opdrinken?
- ... Onze weggehaalde kinderen te doden om er vlees en worst van te maken?
- ... Onze zieken en hun verwanten in massavernietigingscampagnes af te maken?
- ... Ons dagenlang in ellendige omstandigheden te vervoeren zonder voedsel en water?
- ... Ons te gebruiken om hun medicijnen te testen, met alle daaraan verbonden martelingen?
- ... Wrede "wetenschappelijke" experimenten op ons uit te voeren?
- ... Gifstoffen op ons uit te testen om de voor hen dodelijke dosis te bepalen?
- ... Ons in arena's af te slachten als een vorm van cultuur en vermaak?
- ... Ons levenslang op te sluiten zodat ze ons kunnen komen aangapen?
- ... Ons als slaven onder dwang circusnummers te laten uitvoeren?
- ... Jachtpartijen op onze soort een sport, of zelfs natuurbescherming, te noemen?
- ... Beschermingswetten te stemmen die ons zogenaamd zouden moeten beschermen, maar die gewoon toelaten ons zonder verdoving te doden, ons vel af te stropen, ons vlees te eten en onze huid als leer te dragen?

En als summum van perversie: als uiteindelijk blijkt dat het eten van ons vlees hen ziek maakt, experimenten op ons uit te voeren om nieuwe geneesmiddelen te ontwikkelen?

Er zijn in de geschiedenis tijden geweest waarin grote groepen mensen dit lot moesten ondergaan, omdat ze door zelfverklaarde groepen "Uebarmenschen" als minderwaardig werden weggezet, en daardoor als slaven of als onmens van de normale moraal

werden uitgesloten. Het lijden van deze mensen was onbeschrijfelijk. Niemand die dit leest zou hun lot willen delen. Indien we zouden merken dat mensen opnieuw zo zouden worden behandeld zijn we terecht verontwaardigd. Nochtans staan we toe dat dit lijden elke dag opnieuw op massale schaal wordt aangedaan aan een andere groep die we uit onze moraal hebben uitgesloten: de door ons geëxploiteerde dieren.

Logisch gesproken is dit niet houdbaar. Indien u terecht vindt dat het elke opvatting van een rechtvaardige moraal tegensprekt dat superwezens u en uw geliefden zo zouden behandelen, dan is de vraag: waarom zou de mens dieren wél zo mogen behandelen? Deze superwezens staan toch slechts in dezelfde positie tegenover de mens, als de mens vandaag ten opzichte van de dieren staat? Alleen door het genadeloos toepassen van het recht van de sterkste kan de mens het eten van het vlees van dieren en alle andere hierboven genoemde wreedheden jegens dieren verantwoorden. De beroemde filosoof Schopenhauer zei: "Mededogen is het fundament van de moraal." Mededogen voor de zwakkeren, die aan ons overgeleverd zijn. Natuurlijk vindt u als meelevende persoon, terecht, dat "superwezens" alleen dan moreel zouden handelen, als zij de aan hen overgeleverde zwakkeren, dus u en uw dierbaren, zouden ontzien.

Als de uitbuiting van de menselijke soort door superieure superwezens gebaseerd op het recht van de sterkste immoreel en dus slecht is, dan is het logisch dwingend dat ook de uitbuiting van dieren door het huidige superwezen "mens" absoluut slecht en immoreel wordt genoemd.

Of zijn morele waarden voor ons alleen geldig als we er zelf voordeel van hebben, dus om enkel onszelf te beschermen tegen de macht van de sterkste? Als moraliteit arbitrair is, dus afhankelijk van de eigen positie van sterkte of zwakte, dan is het geen echte moraal meer, maar een schijnmoraal om de eigen brutaal-egoïstische claims tegenover hulpeloze zwakkeren te rechtvaardigen. Het is dan verworden tot een pseudo-moraal, een psychologische hulpconstructie om de eigen betrokkenheid bij misdaden te verschonen, zodat het geweten niet begint op te spelen. Een "moraal" die we alleen maar accepteren indien we zelf de zwakkere zijn, maar verwerpen als we zelf de sterkere zijn, is geen echte moraal meer. Wanneer we accepteren zelf medeverantwoordelijk te zijn voor het enorme lijden, de massale exploitatie en het doden van andere levende wezens, wordt onze veronderstelde moraal ontmaskerd als een pseudo-moraal, als immoreel, en als een morele misdaad.

Het is hiermee duidelijk en afdoende bewezen dat deze in onze samenleving gangbare ethische constructie met betrekking tot dieren eigenlijk een "pseudo-moraal" is om de misdaden begaan tegen zwakkeren te rechtvaardigen. De door deze pseudo-moraal gelegitimeerde misdaden worden vervolgens gelegaliseerd in zogenaamde wetten ten behoeve van het "dierenwelzijn". Hierdoor lijken ze, op het eerste gezicht, moreel goed

en worden daardoor nauwelijks in twijfel getrokken. De regels van de logica tonen duidelijk aan dat de basis voor de exploitatie van dieren overduidelijk een schijnmoraal is.

Wij kunnen als mens alleen maar moreel goed zijn, als we de aan ons overgeleverde zwakkere dieren beschermen. In de praktijk: geen dierlijke producten kopen. Door onze aankopen wordt de wrede uitbuiting van de zwakkere dieren financieel mogelijk gemaakt.

Ook u kunt kiezen: wilt u onder het mom van een pseudo-moraal door de aankoop en consumptie van dierlijke producten betrokken zijn bij misdaden tegen zwakkeren, of kiest u voor de echte moraal die deze zwakkeren een kans geeft?

Vegan



Voor dierenwelzijn en dierenrechten

De omvang en de aard van de uitbuiting van dieren door de mens is niet onmiddellijk zichtbaar. Ze vindt plaats achter hoge muren om de opdrachtgever – de consument – niet meteen elke zin in vlees, melk en eieren te ontnemen.

Hoewel we af en toe tv-reportages en films over de wantoestanden in de bio-industrie, slachthuizen, diertransporten enz. te zien krijgen, worden de misstanden doorgaans snel gemanipuleerd door de sector met de standaard excuses ("uitzonderingen", "nep", "niet actueel", enz.) om de consument niet langer ongerust te maken. Wie als onpartijdige burger wat dieper doordringt in het onderwerp, kan vrij snel zien hoe de situatie van de dieren werkelijk is. De beste manier om zich hierover te informeren is door zelf te gaan kijken, of door middel van beeldmateriaal. Teksten werken eerder verschonend.

Het verslag van **dierenarts Christiane M. Haupt** over haar ervaringen als stagiaire in een slachthuis, geeft goed weer hoe het er aan toegaat. Het is hieronder onverkort weergegeven. (Bron: <http://www.vegetarismus.ch/heft/98-2/schlacht.htm>):

"Omwille van een klein stukje vlees..."

'Er worden alleen dieren aanvaard die op humane wijze vervoerd zijn en naar behoren zijn gemerkt,' zegt het bord boven de betonnen oprit. Aan het einde van de oprit ligt stijf en bleek een dood varken. 'Ja, sommige sterven zelfs tijdens het transport aan een beroerte.'

Wat een geluk dat ik mijn oude jas heb meegenomen. Hoewel het pas begin oktober is, is het ijskoud. Maar ik bevries niet alleen daardoor. Ik begraaf mijn handen in mijn zakken, dwing mezelf vriendelijk te kijken en luister naar de directeur van het slachthuis, die mij uitlegt dat men allang geen grondige controles meer doet. 700 varkens per dag, hoe zou dat anders

moeten? 'Er zitten daar per definitie nooit zieke dieren tussen. Want die zouden we direct moeten terugsturen. En dat zou de leverancier een serieuze boete kosten. Die betalen ze maar één keer, maar daarna komen ze wel nooit meer terug.' Ik knik braaf. Ik moet doorzetten, doorzetten, ik moet deze zes weken zo snel mogelijk doorkomen. 'Wat gebeurt er met zieke varkens?' 'Daarvoor bestaat er een speciaal slachthuis.' Ik leer over de transportregelgeving, en hoeveel stricter men vandaag de dag de wet op de dierenbescherming naleeft. 'Dierenbescherming'. Dat woord op een plaats als deze, klinkt macaber.

Intussentijd is het veelstemmig grommende en gillende dubbeldekstransport onder ons tot aan de oprit gemanoeuvreerd. Details zijn in de vroege ochtendschemering nauwelijks te onderscheiden. De omgeving is onwerkelijk, en doet denken aan die spookachtige journaals uit de oorlog. Aan rijen grauwe wagons vol bleke angstige gezichten op laadkades. Aan gehurkte menigten die door geweerdragende mannen worden voortgedreven. Opeens zit ik er middenin. Zoiets droom je verder alleen maar in nachtmerries waaruit je bezweet wakker schrikt. Temidden van golvende mist, in de bittere kou en de vuile schemering, een onuitsprekelijk boosaardige gebouw. Een plat, anoniem blok van beton en staal en witte tegels. Helemaal vanachter aan de door vorst versterde bosrand. Hier gebeurt het onuitsprekelijke, waarvan niemand wil weten.

De kreten zijn het eerste wat ik elke ochtend hoor als ik aankom om aan mijn verplichte stage te beginnen. Weigering zou vijf verloren studie jaren en het falen van al mijn toekomstplannen betekenen. Maar alles in mij – elke vezel, iedere gedachte – is ontkenning. Is walging en afschuif. Is het bewustzijn van onovertreffbare onmacht. Moeten toekijken, niets kunnen doen. En ze zullen je dwingen mee te doen. Je ook met bloed bezoedelen. Vanuit de verte al, als ik uit de bus stap, treft het gegil van de varkens me als een messteek. Zes weken lang zullen ze mijn oren doen tintelen, uur na uur, zonder ophouden. Doorzetten. **Voor mij houdt dit ooit ergens op. Voor de dieren nooit.**

Een kaal erf. Enkele koelwagens. Halve varkens aan haken in een macaber verlichte deuropening. Alles gênant schoon. Dat is de voorkant. Ik zoek naar de ingang, die aan de zijkant is gelegen. Twee veewagens rijden langs me heen. Gele schijnwerpers in de ochtendnevel. Een bleek licht wijst me de weg. Verlichte ramen. Enkele stappen en ik ben binnen. Overal alleen maar witte tegels. Geen ziel te bekennen. Een witte gang, dan de dameskleedkamer. Bijna zeven uur, ik kijk om me heen: wit, wit, wit. De geleende helm schommelt grotesk op mijn gladde haar. De laarzen zijn te groot. Ik schuifel de gang weer in, en bots bijna op de bevoegde veearts. Beleefde groet. 'Ik ben de nieuwe stagiaire.' Voor het begint, eerst de formaliteiten. 'Trek iets warmes aan, ga naar de directeur en geef uw gezondheidscertificaat af. Dr. X zal u dan vertellen waar u begint.'

De directeur is een joviale man die me eerst over de goede oude tijd vertelt, toen het slachthuis nog niet geprivatiseerd was. Dan houdt hij er helaas mee op en besluit om mij persoonlijk rond te leiden. En zo kom ik dus op de oprit. Rechts kale betonnen pleintjes, door ijzige stalen stangen omringd. Sommige zijn al gevuld met varkens. 'We beginnen hier om vijf uur 's

ochtends.' Wat geduw, hier en daar wat geruzie, een paar nieuwsgierige snuiten schuiven door het rooster, slimme ogen, andere onrustig en verward. Een grote zeug gaat behoorlijk tegen een andere tekeer. De directeur vist naar een stok en slaat haar meerdere malen op het hoofd. 'De beten kunnen erg zijn!' De vervoerder heeft de houten klep neergelaten. De voorste varkens schrikken terug van de gammele en steile klep. **Maar vanachter wordt er geduwd doordat een bestuurder krachtige slagen uitdeelt met een rubberen slang. Als ik later de vele rode striemen op het varkensvlees zie, ben ik daarover niet verrast.**

'Electrische stokken zijn voor varkens ondertussen verboden,' doceert de directeur. Een aantal dieren waagt struikelend de eerste stappen. Dan golft de rest er achter aan. Eentje glijdt met z'n poot tussen laadklep en oprit, staat weer op en hinkt verder. Ze bevinden zich tussen balken, die ze onvermijdelijk in een nog lege kraal leiden. Als ze de hoek omgaan, komen de voorste varkens in een wig terecht. Ze zitten allemaal vast, en de chauffeur vloekt woedend en mept op de achtersten, die in paniek proberen over hun lotgenoten heen te springen. De directeur schudt zijn hoofd. **'Dom. Gewoon dom. Hoe vaak heb ik niet gezegd dat het niks helpt, de achtersten op te jagen.'** Terwijl ik als bevroren nog steeds het spektakel volg – dit kan toch niet echt aan het gebeuren zijn – je droomt – draait hij zich om en begroet de bestuurder van een ander transport. Die is naast het eerste gereden en maakt zich nu klaar om uit te laden.

Waarom het plots veel sneller en met nog meer varkensgegil gaat, zie ik als achter de omhoog en over mekaar geduwde varkens een tweede man uit het ruim opduikt, die elk dier dat niet snel genoeg is met elektrische schokken bewerkt. Ik staar naar de man, dan naar de directeur, en hij schudt zijn hoofd nog een keer: 'Je weet toch, dat dat nu bij varkens verboden is!' De man kijkt ongelovig, dan steekt hij het apparaat in zijn zak.

Van achter me duwt er iets in mijn knieholte. Ik draai me om en kijk in twee alerte blauwe ogen. Veel dierenvrienden praten enthousiast over de gevoelige ogen van een kat en de trouwe hondenblik. Maar **wie heeft het ooit over de intelligentie en nieuwsgierigheid in de ogen van een varken? Ik zal deze bezielde ogen algauw nog op een heel andere manier leren kennen: stil schreeuwend van angst en pijn.** Vervolgens dof en nietsziend. Gebroken. Uit hun kassen gescheurd. Over de bebloede grond rollend. Messcherp treft me een gedachte, die ik de komende weken nog vele honderden malen monotoon in mijn hoofd zal herhalen: vlees **eten is een misdaad – een Misdaad ...**

Dan een korte rondleiding door het slachthuis, beginnend in de pauzeruimte. Een open glaswand naar de slachthal. Er zweeft een oneindige rij bleke, bloederige halve varkens voorbij. Toch zitten er twee werknemers gewoon te ontbijten. Saucijzenbroodjes. De witte kielen van beiden zijn besmeurd met bloed, onder een rubberen laars hangt nog een stukje vlees. Hier is het onmenselijke lawaai nog gedempt, maar weinig later komt het weer oorverdovend op me af wanneer ik naar de slachthal geleid word. Ik deins terug omdat een half zwijn scherp de hoek omvliegt en tegen het volgende botst. Het heeft me aangeraakt. Het is warm en opgezwollen. **Dit is niet werkelijk – dit is absurd – onmogelijk.**

Ik wordt helemaal overdonderd en haast gek van het lawaai. Hartverscheurend gegil. Het gekrijns van machines. Rammelend metaal. De penetrante stank van verbrand haar en verschroeide huid. De waas van bloed en heet water. Gelach. Onbekommerd geroep. Flikkerende messen. Door pezen geboorde vleeshaken. Hangende halve dieren zonder ogen en met trillende spieren. Hompen vlees en organen die in een met bloed gevulde goot vallen zodat de nare brei tegen me omhoogspat. Vettige vleesvezels op de vloer, waarop je uitglijdt. Mensen in het wit, van wiens kielen het bloed afstroomt. Gezichten onder helmen en petjes. Gezichten van mensen zoals je ze overal tegenkomt: in de metro, in de bioscoop, in de supermarkt. Onbewust verwacht men hier monsters, maar het is de nette opa van hiernaast, de leuke jongeman uit je straat, de verzorgde heer van de bank. Ik word vriendelijk begroet.

De directeur laat me nog snel de lege runderslachthof zien – “De runderen gaan er op dinsdag aan!”. Dan laat hij me aan de zorgen van een vrouw over en snelt weg. Hij moet nog van alles doen. ‘De slachthof kunt u zelf in alle rust eens bekijken.’ Drie weken gaan voorbij, voordat ik mezelf daartoe kan overhalen.

De eerste dag is het nog uitstel van executie. Ik zit in een klein kamertje naast de pauzeruimte en snij uur na uur in kleine stukjes vlees uit een emmer monsters, die door een bloederige hand uit de slachthof regelmatig wordt bijgevuld. Elk stukje – een stukje van een dier. De stalen worden in nog kleinere stukjes gehakt, met zoutzuur gemengd en gekookt. Voor het trichinoseonderzoek. De vrouw laat me alles zien. Men vindt nooit trichinose, maar de test is verplicht.

*De volgende dag word ik zelf deel van de gigantische vermaalmachine. Een snelle introductie. ‘Hier, verwijder de rest van de ring van Waldeyer, en snij de mandibulaire lymfeknopen weg. Vaak hangt er nog een hoef aan de poot, die verwijderen’ –, en ik snij er op los. Het moet snel gaan. De band blijft lopen, altijd lopen. Achter mij worden andere delen van het karkas verwijderd. Werkt mijn collega met teveel zwier, of hoopt er zich bij mij in de goot teveel bloederige pulp op, spettert de brei me in het gezicht. Ik probeer naar de andere kant uit te wijken, maar daar worden met een reusachtige, waterspuwende zaag de zwijnen in stukken gesneden. Je kunt hier onmogelijk blijven staan, zonder tot op het bot nat te worden. **Met opgekleemde tanden werk ik verder. Maar ik moet haast teveel m'n best doen om over mijn sombere gedachten heen te komen. En bovendien verdomd goed oppassen niet in mijn vingers te snijden.** De volgende dag leen ik van een collega-student die het hele gedoe al achter zich heeft een kettinghandschoen. Ik houd ermee op de varkens te tellen die druipend aan me voorbijglijden. Ook rubberen handschoenen gebruik ik niet meer. Natuurlijk is het verschrikkelijk met blote handen in de warme lijken rond te woelen. Maar aangezien je je onvermijdelijk tot aan je schouders besmeurt, loopt het kleverige mengsel van lichaamsvloeistoffen toch je handschoenen in. Zodat je je die net zo goed kunt besparen.*

Waarom draait men nog horrorfilms, als dit al bestaat?

Mijn mes is al gauw bot. ‘Geef maar hier – ik slijp het wel voor je!’ De nette opa, in werkelijkheid een oudgediende vleesinspecteur, knipoogt naar me. Nadat hij het geslepen mes weer

teruggebracht heeft, kletst hij een beetje in het rond, vertelt me een grap en gaat weer aan het werk. Hij neemt me verder onder zijn hoede en laat me wat kleine trucs zien die het bandwerk vergemakkelijken.

'Jou bevalt het hier helemaal niet. Zie ik. Maar je moet er nu eenmaal doorheen.' Ik kan hem niet onsympathiek vinden, hij getroost zich grote moeite me een beetje op te vrolijken. Ook de meeste anderen zijn graag bereid om te helpen. Ze maken zich vrolijk over de vele stagiaires die hier komen en gaan, die eerst gechoqueerd, dan met samengeperste tanden hun tijd doorkomen. Maar ze doen dat goedmoedig, etters zijn er hier niet. Afgezien van een paar uitzonderingen kan ik de hier werkende mensen niet als onmenschen beschouwen. Ze zijn alleen afgestompt. Net zoals ik na verloop van tijd. Uit zelfbescherming. Anders kan je het niet verdragen.

Nee, de echte monsters zijn degenen die elke dag opdracht geven tot deze massamoord. Die door hun zucht naar vlees dieren tot een ellendig bestaan en een nog ellendiger einde veroordelen. En andere mensen tot een onwaardig en vernederend werk. Langzaam word ik een klein radertje in deze sinistere machine van de dood. Ergens tijdens het verloop van de langzaam voortschrijdende uren worden de eentonige handbewegingen mechanisch en moeizaam. Bijna verstikt door de oorverdovende kakofonie en de alomtegenwoordigheid van de onbeschrijflijke horror, graaft het verstand zich weer uit de diepte van de verdoofde geest naar boven en begint weer te functioneren. Deelt in, ordent, probeert te begrijpen. Maar dat is onmogelijk. Wanneer ik me voor het eerst bewust realiseer – op de tweede of de derde dag – dat leeggebloede, afgeschroeide en doormiddengezaagde varkens nog stuiptrekken en met hun staart waggelen, ben ik niet meer in staat me te bewegen. 'Ze – ze stuiptrekken nog ...,' zeg ik tegen een langslowende dierenarts. Hoewel ik natuurlijk weet dat het slechts de zenuwen zijn. Die grijnst: 'Verdomd, er heeft iemand een fout gemaakt – die is nog niet helemaal dood!' Een angstaanjagende siddering trekt door de halve dieren. Overal. **Een griezelkamer. Ik ben koud tot op het merg.**

Weer thuis ga ik in bed liggen en tuur naar het plafond. Uur na uur. Elke dag. Mijn naaste omgeving reageert boos. 'Kijk toch niet zo onvriendelijk. Lach eens. Jij wou toch absoluut dierenarts worden?' Dierenarts. Ja. Niet dieren slachter. Ik houd het niet uit. **Die opmerkingen. Die onverschilligheid. Die vanzelfsprekendheid van het moorden. Ik wil, ik moet het vertellen, het van m'n ziel afpraten. Ik stik ervan.**

Ik wil vertellen over het varken, dat niet meer kon lopen, dat daar met gespreide achterpoten zat. Dat ze zolang schopten en sloegen, tot ze het in de slachtbox geperst hadden. Dat ik later weer opnieuw zag, toen het in stukken aan me voorbijkwam: de spieren gescheurd aan de binnenkant van beide dijën. Slachtnummer 530 van die dag. Nooit zal ik dat nummer vergeten. Ik wil over de runderslachten vertellen. Over die zachtbruine ogen, die zo vol paniek zijn. Over de vluchtpogingen. Over al het slaan en het vloeken. Tot het ongelukkige dier eindelijk in het ijzeren kraal gereed staat voor de slag met de ijzeren schiethamer. Met een panoramisch uitzicht over de hal waar z'n soortgenoten

geuild en uiteengereten worden. Dan het fatale schot. Het volgende moment reeds een ketting om de achterpoot die het om zich heen slaande, kronkelende dier omhoogtrekt. Terwijl de kop wordt afgehakt. En nog steeds, zonder kop, stromen van bloed uitspugend, richt het lijf zich op, trappen de poten om zich heen. Ik wil vertellen over het afschuwelijk smakkende geluid als een lier het vel van een lichaam rijt. Over de automatische rolbeweging van de vingers, waarmee de vilder de – verdraaide, bloeddorlopen, uitpuilende oogbollen uit de oogkassen trekt. En ze in een “afvalgat” in de grond gooit. Over de besmeurde aluminium glijbaan, waarop al de ingewanden belanden die uit de reusachtige, onthoofde kadavers worden gescheurd. Om dan, met uitzondering van lever, hart, longen en tong – geschikt voor consumptie – in een soort afvalmolen te verdwijnen.

Ik wil vertellen dat er telkens opnieuw temidden van deze slijmerige, bloederige hoop een drachtige baarmoeder te vinden is. Dat ik kleine, al bijna volgroeid uitzierende kalfjes in alle maten heb gezien. Zacht en naakt en met gesloten ogen in het vruchtvlies dat ze niet kon beschermen. Het kleinste zo klein als een pasgeboren katje en toch al een echt miniatuurkoetje. Het grootste lichtbehaard, bruinwit en met lange zijdeachtige wimpers, slechts een paar weken voor de geboorte. **‘Is het geen wonder, wat de natuur zo schept?’ meent de dierenarts die vandaag dienst heeft, en schuift de baarmoeder samen met de foetus in de gorgelende afvalmolen.**

Ik weet nu helemaal zeker dat er geen god kan bestaan, omdat er geen bliksem uit de hemel neerdaalt om deze misdaad te wreken. Een misdaad die voort blijft duren, opnieuw en opnieuw. Ook voor de erbarmelijk dunne koe die – als ik ‘s ochtends om zeven uur aankom, verkrampt en stuipend in de ijzige, tochtige gang kort voor de slachtbox ligt – bestaat er geen god. Er is niemand die zich over haar ontfermt in de vorm van een snel genadeschot. Eerst moeten de andere slachtdieren verwerkt worden. Wanneer ik ‘s middags vertrek, ligt ze nog steeds te stuiptrekken. Niemand heeft haar ondanks herhaalde verzoeken uit haar lijden verlost. Ik heb de halster, die genadeloos scherp in haar vlees sneed, losgemaakt en streel haar voorhoofd. **Ze kijkt mij aan met haar enorm grote ogen, en ik ervaar nu zelf dat koeien kunnen huilen. Mijn handen, kiel, schort en laarzen zijn bekleet met bloed van haar soortgenoten. Ik voel me zo oneindig schuldig. De schuld om een misdaad passief te aanschouwen weegt even zwaar als ze zelf te begaan.** Urenlang heb ik aan de band gestaan, harten en longen en levers uitgesneden. ‘Bij de runderen maakt men zich echt helemaal smerig,’ was ik al gewaarschuwd.

Daarvan zou ik graag verslag uitbrengen, om het niet alleen te moeten dragen. Maar in werkelijkheid wil niemand het horen. Het is niet dat ik tijdens deze periode niet genoeg uitgevraagd word. ‘Hoe is het in het slachthuis? Ik zou dat niet aankunnen, hoor!’ Ik graaf met m’n vingernagels diepe halve manen in m’n handpalmen, om niet op deze medelijdende gezichten te beginnen slaan. Of om de hoorn van de telefoon niet uit het raam te smijten. Ik wil het uitschreeuwen. Maar al lang geleden heeft alles wat ik elke dag moet aanschouwen elke schreeuw in mijn keel gesmoord. Niemand heeft mij gevraagd of ik het zou aankunnen.

Reacties op de nog zo karige antwoorden verraden onbehagen over het onderwerp. 'Ja, het is verschrikkelijk, wij eten ook nog maar zelden vlees.' Vaak word ik aangemoedigd: 'Tanden op elkaar, hier moet je even door, en binnenkort ligt het achter je.' Voor mij een van de ergste, meest harteloze en onwetendste commentaren, omdat het bloedbad verdergaat, dag na dag. Ik geloof dat niemand begrepen heeft dat mijn probleem niet zozeer is om deze zes weken te overleven, dan om te beseffen dat **deze monsterlijke massamoord blijft gebeuren. Miljoenen keren, in opdracht van iedereen die vlees eet. In het bijzonder die vleeseters, die zich dierenvrienden noemen, zijn voor mij nu volledig ongeloofwaardig. 'Luister – be-derf nu niet mijn eetlust!' Ook daarmee ben ik meer dan eens de mond gesnoerd, gevolgd door de toevoeging: 'Je bent een terrorist! Elke normale mens lacht je toch uit!' Hoe eenzaam je je op zulke momenten voelt. Af en toe kijk ik de kleine runderfoetus aan, die ik mee naar huis heb genomen en in formol heb ingelegd. **Memento mori. Laat ze maar lachen, die 'normale mensen'.****

De dingen worden abstract, wanneer je door zoveel gewelddadige dood omgeven bent. Je eigen leven lijkt oneindig zinloos. Soms kijk je naar die anonieme rijen verhakkelde varkens die door de hal slingeren, en vraag je je af: zou het anders zijn als er hier mensen hingen? Met name de anatomie van de achterkant van de slachtdieren, dik en pukkelig en roodgevekt, doet je verblijvend veel denken aan datgene wat er op zonnige vakantie stranden vetzig van onder strakke badkleding tevoorschijn komt. Ook het nooit ophoudende geschreeuw, dat door de hele slachthal klinkt wanneer de varkens de dood aanvoelen, zou evengoed van vrouwen of kinderen kunnen komen. Afstomping blijft niet uit. Op een bepaald moment denk ik alleen nog maar 'ophouden, het moet ophouden, hopelijk doet hij het snel met de elektrische tang, waardoor het eindelijk ophoudt'. 'Veel varkens geven geen kik,' heeft een van de dierenartsen me eens gezegd, 'terwijl andere daar volledig zonder reden staan te schreeuwen.' Ik kijk er ook naar, – naar hoe ze daar staan en 'volledig zonder reden' staan te schreeuwen.

Meer dan de helft van de stage is afgelopen, als ik eindelijk de slachthal binnenga. Hier stopt het pad dat aan de oprit begint. De kale gang, waarin alle kralen uitmonden, vernauwt en leidt naar de deur van een kleine wachtkraal voor telkens vier of vijf varkens. **Als ik ooit het begrip 'angst' visueel moest voorstellen zou ik de varkens tekenen, die zich hier samendringen tegen de gesloten deur achter hen. Ik zou hun ogen tekenen. Ogen waarin iedereen die naar vlees verlangt verplicht zou moeten kijken.** Door te slaan met een rubberen slang worden de varkens gescheiden. Eentje wordt er naar voren gedreven in een kooi die het langs alle kanten omsluit. Het schreeuwt en probeert langs achteren los te breken. Vaak heeft de drijver zijn handen vol voordat hij eindelijk de kooi met een elektrische klep kan sluiten. Een druk op de knop en de bodem van de kooi wordt door een soort verrijdbare slee vervangen, waarop het varken zich schrijlings bevindt. Een tweede klep opent zich en de slee met het dier glijdt in de volgende kooi. De daarnaast staande slachter – ik heb hem altijd stiekem 'Frankenstein' genoemd – sluit de elektroden aan. Een "driepuntsverdooving", heeft de directeur me eens uitgelegd. Je ziet het varken zich wanhopig verzetten in de kooi. Dan klap de slee plots weg, en het stuiptrekkende dier glijdt in een bloederige glijbaan weg en spartelt met

z'n poten. Ook hier wacht weer een slachter. Feilloos treft het mes onder het rechtervooreen. Een vloed van donker bloed stroomt eruit, en het lichaam glijdt verder. Seconden later heeft er zich al een ijzeren ketting om het achterbeen geklonken en wordt het dier omhoog getrokken. De slachter legt zijn mes weg, pakt een besmeurde fles cola die op de met centimeterdik geronnen bloed bedekte vloer staat, en neemt een slok.

Ik volg de aan haken bungelende, leegbloedende kadavers op hun tocht naar de 'hel'. Zo heb ik de volgende ruimte genoemd. Ze is hoog en zwart. Vol roet, stank en vuur. Na een paar bochten bereikt de rij varkens druipend van het bloed een soort reusachtige oven. Hier wordt onthaard. Van boven vallen de dieren in een verzameltrechter en glijden naar het binnenste van de machine. Je kunt erin kijken. Vuur laait op, en secondenlang worden de lichamen rondgeschud en lijken ze een groteske springdans op te voeren. Dan klappen ze aan de andere kant op een grote tafel, worden meteen door twee slachters vastgegrepen, die de nog achtergebleven borstelharen weggeschrapen, de oogbollen eruit scheuren en de hoeven van de klauwen halen. Dit alles duurt slechts een tel. Hier wordt op stukloon gewerkt.

Haak door de pezen van de achterpoten, en hangend glijden de dode dieren nu naar een stalen frame dat als een vlammenwerper ontworpen is: Een huilend geluid, en het karkas wordt door een dozijn steekvlammen omhuld en enkele seconden lang afgevlamd. De lopende band zet zich weer in beweging naar de volgende hal. Die waar ik drie weken lang had gestaan. De organen worden eruit gehaald en op de bovenste lopende band verwerkt. Palpatie van de tong. De amandelen en de slokdarm losmaken en weggooien. Lymfeklieren lossnijden. Longen bij het afval. De luchtpijp en het hart openmaken. Trichinosestalen nemen. Galblaas verwijderen en de lever op wormen onderzoeken. Die zitten vaak vol wormen en moeten worden weggegooid. Alle andere organen zoals maag, darmen en geslachtsorganen belanden bij het afval.

Op de onderste band wordt de rest van het lichaam klaargemaakt voor consumptie. Versnijden. De gewrichten wegsnijden. De anus, nieren en het onderhuids vet verwijderen. Hersenen en ruggenmerg uitzuigen. Enzovoort. Dan een stempel op de schouder, nek, lendenen, buik en dijen aanbrengen. Wegen en in de koelruimte opslaan. Niet voor menselijke consumptie geschikte dieren worden 'voorlopig in beslag genomen'. Het stempelen is voor de onervarene zweetwerk. De lauwwarme, gladde kadavers hangen aan het einde van de band heel hoog. Wil je er niet door omvergeslagen worden dan moet je opschieten. Want vlak voor de weegschaal slaan de helften met veel kracht tegen elkaar.

Naar buiten. Naar buiten! Hoe vaak mijn blik dezer dagen naar de klok afdwaalt, die in de pauzeruimte hangt, kan ik niet zeggen. Heel zeker gaat er geen klok in de hele wereld trager dan de deze. Elke voormiddag is er een tussentijdse pauze toegelaten. Met een zucht van opluchting haast ik me naar de wasruimte en maak ik me oppervlakkig schoon van bloed en restjes vlees. Ik heb het gevoel alsof de bezoedeling en de geur voor altijd aan me zullen blijven hangen. Naar buiten. Ik wil alleen maar naar buiten! Ik heb in dit huis nog geen enkele hap naar binnen gekregen. Ofwel breng ik de pauze buiten door. Hoe koud het ook is. En loop

ik tot aan het prikkeldraadhek en staar naar de velden en de bosrand. En kijk naar de kraaien. Ofwel ga ik naar het winkelcentrum aan de overkant van de straat. Daar is een kleine bakkerij is waar je je met een kop koffie kunt verwarmen. Twintig minuten later weer aan de band. Vreselijk. Vlees eten is een misdaad. Geen enkele vleeseter kan ooit nog een vriend van me zijn. Nooit meer. Nooit meer. Iedereen die vlees eet, zou je dit moeten laten doormaken. Elk van hen zou het moeten zien. Van begin tot einde.

Ik sta hier niet omdat ik dierenarts wil worden. Maar alleen omdat mensen denken dat ze vlees moeten eten. En niet alleen daarom. **Ook omdat ze lafaards zijn. De steriel verpakte filet in de supermarkt? Die heeft geen ogen meer die overlopen van naakte angst voor de dood. Die krijgt niet meer. Dat alles besparen ze zich. Zij die zich met verminkte lijken voeden. 'Ik zou dat niet aankunnen, hoor!'** Dan komt er op een dag een boer vleesmonsters binnenbrengen voor trichinoseonderzoek. Zijn kleine jongen is erbij. Tien of elf jaar. Ik zie hoe het kind zijn neus tegen het raam platdrukt en ik denk: als kinderen dit zouden zien, al deze verschrikkingen, al deze vermoorde dieren, zou er dan nog hoop zijn? Ik kan duidelijk horen hoe de jongen naar zijn vader roept. 'Papa, kijk eens! Cool! Die grote zaag daar!'

's Avonds op TV. 'Dossier onopgelost' over de misdaad op een jong meisje. Ze werd vermoord en in stukken gehakt. Over de onuitsprekelijke ontzetting en afschuw van de bevolking om deze gruweldaad. 'Net zoiets heb ik deze week al 3700 keer gezien' gooi ik eruit. Nu ben ik niet alleen meer een terrorist, maar ook nog ziek in m'n hoofd. Omdat ik niet alleen ontzetting en afschuw voel voor moord op mensen, maar ook voor de duizendmaal met de voeten getreden moord op dieren, 3700 keer wel alleen al deze week, in dit ene slachthuis.

Mens zijn. Betekent dat niet nee te durven zeggen om te weigeren voor een stuk vlees opdrachtgever te zijn voor een massamoord? Vreemde nieuwe wereld. Misschien hadden de kleine, uit de baarmoeder gescheurde kalfjes, die stierven voor ze geboren werden, wel het beste lot van allemaal.

Eindelijk is dan mijn lijdensweg in het slachthuis tot een eind gekomen. Eindelijk houd ik het bewijs van mijn stage in de hand. Een papieren vodje. Duurder betaald dan ik ooit voor iets betaald heb. De deur sluit. Een zwak novemberzonnetje begeleidt me door de kale werf tot aan de bus. De kreten en het lawaai van de machines worden stiller. **Wanneer ik de straat oversteek, rijdt een grote veewagen met aanhanger de oprit naar het slachthuis op. Varkens op twee verdiepingen, opeengedrongen.** Ik vertrek zonder een blik achterom, want ik heb al getuigd. En nu wil ik proberen te vergeten, om verder te kunnen leven. Nu mogen anderen vechten. Mij hebben ze in dat huis de kracht daartoe ontnomen. Mijn wil en levensvreugde werden geruild voor verlamme schuld en verdriet. **De hel is hier, tussen ons. Vele duizenden keren. Dag na dag. Maar één ding blijft er altijd voor elk van ons over. Het recht om nee te zeggen. Nee, nee, en nog eens nee!**

Tot zover het ooggetuigenverslag van dierenarts Christiane Haupt.

De bekende auteur en psycholoog Dr. Helmut Kaplan verwijst in zijn essay "Verraad aan de dieren" (volledige tekst <http://www.tierrechte-kaplan.org/kompendum/a214.htm>) **naar het slachthuisverslag van Christiane Haupt. Hij schrijft:**

"Dat Christiane Haupt niet zomaar in een bijzonder slecht slachthuis op een bijzonder slecht moment terecht kwam, werd in 2001 op een verschrikkelijke manier aangetoond door een 12-minuten durende videotape over een gewone dag in een slachthuis. Die werd niet gemaakt door een verborgen camera, maar tijdens een officieel bezoek aan een EU-gecertificeerd slachthuis in de grensregio Opper-Oostenrijk-Beieren. Een sleutelscène: 'Een krachtige stier, met behulp van ijzeren kettingen aan zijn achterpoten omhooggetrokken, hangt ondersteboven aan de lopende band – schijnbaar verdoofd door de hamerslag. De slager snijdt hem met een groot mes zijn hals door, het bloed gutst eruit. (...) Opeens gebeurt er iets wat de kijker doet ineenkrimpen. Terwijl de slager druk voor zich uitfluitend de borst opensnijdt, gaan de ogen van het dier langzaam open en dicht. En dan begint de stier te brullen. Duidelijk hoorbaar op de video. Een vreselijk, hees-gorgelend geluid overstemt het lawaai van het slachtproces. Tenslotte steigert het bebloede dier nog een paar keer aan de haak. De slager, die ondertussen de voorhoeven afsneet, moet dekking zoeken. De doodstrijd duurt lange minuten.' Deze gruwelijke scène hoort, zoals gezegd, bij de alledaagse gang van zaken in een slachthuis X

Waarbij het in het betreffende slachthuis zagezegd nog om een 'modelbedrijf' gaat. Het mag aangenomen worden dat het er elders nog brutaler aan toegaat. Van de 30 dieren die binnen het uur met behulp van de schiethamer verdoofd worden, worden er 6 weer wakker. Een herwerkte versie van de video (die door meerdere Duitse tv-zenders werd getoond en waaraan tot dan toe niet vertoonde beelden werden toegevoegd) bracht nog meer gruwelijke details aan het licht. Kaplan: 'In de nieuwere versie is te zien dat de stier niet alleen brult terwijl hij zich in zijn doodstrijd enkele minuten lang rondwringt. Wanneer de slager zichzelf en de slachtruimte met een waterslang schoonmaakt van het vele bloed, probeert het gewonde dier zich met zijn laatste krachten en uitgestoken tong naar de waterstraal heen te buigen. De opnames laten duidelijk zien dat deze dieren volledig bij bewustzijn zijn. Ze nemen hun omgeving nog waar, terwijl ze op de transportband opengesneden worden tot vlees.

De video is te zien op:

http://www.tierrechtsfilme.at/langfilme/bruellen_der_rinder/film.htm.

Sinds het begin van 2001 is in de EU het gebruik van de zogenaamde 'ruggenmergsplijter' verboden, omdat daardoor mogelijk BSE-besmet zenuwweefsel over het hele karkas kan worden verspreid. Deze staaf wordt door het schietgat in het ruggenmerg van het dier ingebracht. Zo wordt de hersendood onomkeerbaar en voelt het dier gegarandeerd geen pijn meer. Voor de ruggenmergsplijter zijn er, volgens Ingrid Schütt-Abraham van het Duitse Federale Instituut voor Consumentengezondheid en Diergeneeskunde, slechts 'ontoereikende vervangingsoplossingen' in de plaats gekomen. Dierenarts Karl Wenzel van het ministerie voor consumentenzaken in München stelt vast dat de huidige schiethamerverdoving gewoon niet

toereikend is en dat er vaak gevallen van slechte verdoving voorkomen. Klaus Troeger van het Duitse Federale Instituut voor Vleesonderzoek in Kulmbach: 'Voorafgaand aan het EU-besluit van januari 2001 dat de ruggenmergsplijters verbiedt werden problemen door onjuist geplaatste hamerschoten verborgen gehouden'.

Dr. Kaplan: 'Wat verraden worden betekent, hebben sommigen van ons al pijnlijk aan den lijve moeten ondervinden. Soms duurt het jaren voordat men van de verlammende gruwel over onbegrijpelijke ontrouw herstelt. Niet zelden duurt de schok een mensenleven lang. Maar wat zijn deze kleinigheden in vergelijking met het verraad aan de dieren! Zelfs voor hen die nu in het slachthuis zijn, was de mens misschien ooit wel goed. Bioboeren worden het niet moe te verkondigen wat voor een goede relatie ze hebben met hun dieren. De beelden van boeren die hun dieren liefdevol 'strelen', kennen we allemaal. En dan komen deze dieren op een bepaald moment plots in de hel, omringd door mensen die ze de meest verschrikkelijke en gruwelijke dingen aandoen.

De dierenartsstagiaire Christane M. Haupt heeft dit verraad aan de dieren plaatsvervangend voor alle vleeseters doorgemaakt – en is erdoor gebroken: 'Nu mogen anderen vechten. Mij hebben ze in dat huis de kracht daartoe ontnomen. Mijn wil en levensvreugde werden geruild voor verlammende schuld en verdriet.'

Dat de tot nog toe beschreven wreedheden slechts het topje van de ijsberg zijn van de misdaden die elke dag wereldwijd in de slachthuizen van 'beschaafde' landen gepleegd worden, blijkt uit Gail A. Eisnitz' boek 'Slaughterhouse', waarvoor de auteur slachthuisarbeiders ondervraagd heeft met een werkervaring van in totaal twee miljoen uur bij de verdovingsbox. De volgende fragmenten uit interviews met slachthuisarbeiders werden op een boekvoorstelling van de schrijfster 18 September 1999 aan het publiek gepresenteerd: 'Ik heb levend rundvlees gezien. Ik heb het horen loeien, wanneer ze het mes aanleggen en proberen de huid af te nemen. Ik denk dat het wreed is het dier zo traag te laten sterven, terwijl iedereen zijn eigen taak erop uitvoert.' 'De meerderheid van de koeien die ze ophangen leeft nog. Ze maken ze open. Ze villen ze. Ze zijn nog steeds in leven. Hun poten worden afgesneden. Ze hebben hun grote ogen ver opensperd en ze huilen. Ze huilen, en je kunt zien hoe hun ogen er bijna uitvallen.' 'Een arbeider vertelde me hoe een koe, die met haar poot in de bodem van een vrachtwagen was blijven vastzitten, ineengezakt was. 'Hoe heb je die er levend uitgekregen?' vroeg ik de vent: 'O,' zei hij, 'we zijn gewoon onder de vrachtwagen gegaan en hebben haar poot erafgesneden.' Als iemand je dit verteld, weet je dat er veel dingen zijn die niemand je vertelt.' 'Een andere keer was er een levend varken, dat had niets verkeers gedaan, het liep niet eens in het rond. Ik nam een 1 meter lang stuk pijp en ik sloeg het varken zo goed als dood.' 'Als je een varken hebt dat weigert zich te verroeren, neem je een vleeshaak en haakt die in zijn anus. (...) Dan trek je hem terug. Je trekt aan deze varkens terwijl ze leven en vaak scheurt de haak uit de kringspier.' 'Een keer nam ik mijn mes – het is scherp genoeg – en ik sneed het einde van de neus van een varken af, zoals een stuk broodbeleg. Het varken werd

een paar seconden lang gek. Daarna zat het daar en zag er gewoon dom uit. Dus nam ik een handvol zout water en wreef het in zijn neus. Nu ging het varken echt door het dolle heen en wreef zijn neus overal tegenaan. Ik had nog wat zout over op mijn hand en stak het onverdund recht in de aars van het varken. Het arme varken wist nu niet meer of het moest schijten of blind worden.' 'Na een tijd word je afgestompt. Als je een levend varken hebt dood je het niet eenvoudigweg. Je wilt dat het pijn heeft. Je gaat er hard tegenaan, breekt zijn luchtpijp, zorgt ervoor dat het in zijn eigen bloed verdrinkt. Een levend varken keek me aan en ik pakte gewoon een mes en haalde zijn oog eruit, terwijl het daar gewoon zat. En het varken schreeuwde gewoon alleen maar.'

Tot zover het citaat van Dr Kaplan. De tekst met referenties is in zijn geheel te vinden op: <http://www.tierrechte-kaplan.org/kompodium/a214.htm>

De talrijke gefilmde bewijzen van wreedheid jegens dieren worden door de daders en hun aanhangers in de politiek gerechtvaardigd met de argumenten dat het slechts uitzonderingen zijn, en dat de wet op het dierenwelzijn de dieren voldoende beschermt. Maar het tegendeel is het geval. In werkelijkheid zijn in de hele wereld de wetten op het dierenwelzijn slechts "dierenmisbruik-wetgevingen", op grond waarvan dieren extreem lijden en die enkel dienen om de brutale uitbuiting van dieren te legaliseren.

'Melkkoeien' zijn in een korte tijd, een fractie van hun normale levensduur, versleten door de constante melkproductie. Ze worden meteen geslacht als er uit de uitgeputte dieren niet genoeg melk meer te halen valt. In plaats van een normale levensduur van ongeveer 25 jaar, worden "melkkoeien" na 4 tot 5 jaar "verwijderd". Elk jaar worden de koeien zwanger, zodat de melkstroom niet zou opdrogen. Het is pas na de geboorte van een kalf dat een koe melk geeft. Niet lang na de geboorte worden moeder en kind gescheiden waardoor beiden een traumatische pijn ervaren. Maar zelfs voor het kalf is de beproeving nog niet voorbij. De vrouwelijke kalveren komen in de zuivelfabriek, waar ze net als hun moeders tijdens hun korte leven worden uitgemolken en versleten. De mannetjes komen ofwel meteen in het vleescircuit terecht. Ofwel, omdat er op de wereld veel te veel kalveren worden geproduceerd, worden ze simpelweg vernietigd in zogenaamde "Herodesslachthuizen". Deze wreedheden gebeuren alleen omdat consumenten melk willen drinken. Melk, waarvan de verwoestende gevolgen voor de menselijke gezondheid worden aangetoond door wetenschappelijke studies.

Wreedheid tegen dieren voor de productie van eieren in de wereld van het pluimvee is alom bekend. Het is zelfs door het Duitse Constitutionele Hof als wreedheid tegen dieren omschreven (het zogenaamde "legkippenvonnis"). Toch blijft de kwelling voortbestaan. Ook de massateelt van leghennen met vrije uitloop, gangbaar in de biologische landbouw, is inhumain en een wreedheid tegen dieren: omdat enkel vrouwelijke kippen eieren leggen, maar er net zoveel mannelijke als vrouwelijke kuikens worden uitgebroed, worden de mannelijke kuikens levend vergast als "nutteloos afval" of levend in een shredder ver-

snipperd. Voor "kippenvleesproductie" zijn deze mannelijke kuikens niet geschikt, want daarvoor zijn er andere kippenrassen.

Deze dagelijkse vernietiging van dierenkinderen is – zelfs in de biologische landbouw – volkomen normaal en de dagelijkse realiteit. Het is ook volkomen legaal onder de bestaande "dierenwelzijnswetten". Enkel omdat de consumenten een ei – uiteindelijk slechts een cholesterolbom – willen consumeren. **Elke consument beslist elke dag** aan de toonbank of hij zijn geld zal uitgeven aan dierlijke producten en op die manier persoonlijk zal bijdragen aan de uiterst brutale uitbuiting en het genadeloze kwellen en doden van dieren.

Vegan



Voor klimaat- en milieubescherming

Hét genie van de 20ste eeuw, Albert Einstein zei: "Niets zal de gezondheid van mensen en de kansen om te overleven op aarde zo verbeteren als de evolutie naar een vegetarisch dieet." Maar Einstein zei ook: "Twee dingen zijn oneindig: het heelal en de menselijke domheid. Maar van het heelal ben ik niet helemaal zeker."

De vee-industrie en de massaproductie van vlees en melk zijn door de uitstoot van broeikasgassen zoals methaan en CO₂ **belangrijkere oorzaken van de opwarming van de aarde – en dus van de klimaatcatastrofe** – dan het autoverkeer. De tropische regenwouden zijn belangrijk voor het mondiale klimaat maar worden gerooid voor grasland en de teelt van voedergewassen. De "groene long" van moeder aarde wordt vernietigd in een ongekend tempo.

Zelfs het **Duitse federale milieugentschap** heeft de consument opgeroepen om meer klimaatbewust te consumeren en de vleesconsumptie te beperken. In de "Berliner Zeitung", zei **prof. dr. Andreas Troge** (één van de autoriteiten): "*We zouden onze hoge consumptie van vlees moet heroverwegen.*" Het is niet alleen een kwestie van goede gezondheid, maar het komt ook het klimaat ten goede. "En het doet nauwelijks afbreuk aan onze levenskwaliteit," zei de Voorzitter van het Milieugentschap. De voorzitter van de VN-organisatie Intergovernmental Panel on Climate Change (IPCC), **de Nobelprijswinnaar 2007, Rajendra Pachauri**, heeft ook aangespoord om minder vlees te eten, omdat de consumptie van vlees zeer nadelige gevolgen voor het klimaat heeft. Studies hebben aangetoond dat de productie van één kg vlees een uitstoot in de orde van 36,4 kilogram CO₂ veroorzaakt.

De prestigieuze **Worldwatch Institute** op 21 10. 2009, een studie over het belang van dieren en de consumptie van dierlijke producten vrijgegeven voor de klimaatverandering. Bijgevolg is de consumptie van vlees, melk en eieren voor **ten minste 51%** van de wereldwijde uitstoot van broeikasgassen veroorzaakt door de mens verantwoordelijk is! Bron: <http://www.worldwatch.org/files/pdf/Livestock%20and%20Climate%20Change.pdf>

Het verbazingwekkende aan deze situatie is niet alleen het **extreme belang van de dierhouderij voor de klimaatverandering**, maar ook dat dit thema wordt genegeerd in bijna alle tv-debatten over de kwestie. Nochtans zijn de betrokken politici, academici, journalisten en andere deelnemers aan deze discussie goed op de hoogte van de verwoestende gevolgen van van dieren afkomstige producten voor het klimaat. Of hebben deze mensen zich niet in het onderwerp verdiept, en worden ze desalniettemin toch als experts opgevoerd? Zonder een verandering van de menselijke voedingsgewoonten in de richting van een veganistisch dieet, leiden alle andere maatregelen om de broeikasgassen te verminderen tot niets, en zal de klimaatcrisis niet voorkomen kunnen worden. Men kan het enkel verbijsterd aanhoren als de allerbelangrijkste factor in de klimaatcrisis eenvoudigweg niet vermeld en besproken wordt. De consumptie van dierlijke producten en de daarmee gepaard gaande megawinsten zijn blijkbaar belangrijker dan het redden van de wereld. Dit stilzwijgen laat zich toch alleen maar verklaren indien men er vanuit gaat dat de "experten" die aan zulke programma's deelnemen weten dat zij voor het publiek slechts een grootse show opvoeren? Maar in werkelijkheid niet willen dat de wereld afziet van dierlijke producten? Omdat ze weten dat de klimaatverandering hen waarschijnlijk toch niet persoonlijk meer zal raken, maar vooral de armste ontwikkelingslanden en de toekomstige generaties?

De oceanen worden eveneens steeds verder uitgeput, zodat ook hier een ecologische ramp aanstaande is. De bestanden van veel vissoorten staan op het punt in te storten. De oceanen worden op een gigantische schaal als vuilnisbelt voor chemicaliën en kunststoffen misbruikt. De meeste vis is aanzienlijk belast met toxines, zodat ook de consumptie van vis een groot risico voor de gezondheid vande mens is geworden.

Dat Albert Einstein gelijk had met zijn scepticisme bij de evaluatie van menselijke intelligentie, wordt steeds duidelijker. De situatie is zo dramatisch, zelfs pervers, dat mensen door de consumptie van dierlijke producten niet alleen hun eigen gezondheid beschadigen, hun dierlijke medezewens brutaal exploiteren en de hongersnood van volwassenen en kinderen veroorzaken, maar ook massieve schade aan het milieu toebrengen, hoewel dit voor het overleven op aarde noodzakelijk is. De mens is de tak aan het afzagen waarop hij zelf zit . Niet alleen die van zichzelf, maar ook die van zijn kinderen en kleinkinderen.

Ieder van ons beslist elke dag als een klant aan de toonbank of hij door de aankoop van dierlijke producten bijdraagt aan de vernietiging van het milieu en de klimaatcatastrofe.

Vegan



De religieuze gronden

Deze tekst is alleen geschreven voor mensen die geloven in (een) God. De specifieke religie is niet echt relevant omdat de tekst is gebaseerd op het gemeenschappelijke element van alle (grote) godsdiensten dat God alle mensen en dieren heeft geschapen.

God heeft de mens zijn lichaam, zijn geest en zijn gezondheid geschonken. God heeft ook een gezonde omgeving met de dieren die er wonen geschapen. Is het denkbaar dat God blij zou zijn dat:

... zijn schepping wordt misbruikt en vernietigd?

... de mens zijn gezondheid met schadelijke voeding kapotmaakt?

... de mens zijn medemensen in de Derde Wereld voedsel onthoud, ze laat verhongeren en met het ingehouden voedsel zijn gemartelde dieren vetmest?

... onze leefomgeving langzaam wordt vernietigd en een klimaatramp wordt veroorzaakt?

... de ook door Hem geschapen dieren worden gedood, uitgebuit en gemarteld?

Dit alles gebeurt via de consumptie van vlees, worst, melk, kaas, eieren en andere dierlijke producten. Mensen die deze dierlijke producten kopen nemen deel aan een systeem dat corrupt is en dragen bij aan de vernietiging van Gods' schepping.

Voor de gelovige zou dit kunnen eindigen in een eeuwige ramp omdat hij in de korte tijd van zijn aardse bestaan de Schepping onder zijn voeten heeft vertrapt en zich hierover voor zijn Schepper zal moet verantwoorden. Want hij had de keuze het niet te doen.

Dr. med. Ernst Walter Henrich

Vegan

Beknopte informatie over de gezondst mogelijke voeding en zijn impact op klimaat- en milieubescherming, en op dier- en mensenrechten

De auteur

Ernst Walter Henrich studeerde geneeskunde in Keulen en promoveerde in 1986 aan de Medische Faculteit. Na zijn natuurgeneeskundige opleiding kreeg hij in 1988 van de Medische Raad de toestemming om de extra titel "Natuurgeneesheer" te dragen. Hij specialiseerde zich in de gezondheidszorg, in het bijzonder in gezonde huidverzorging en gezond eten. In deze vakgebieden is hij reeds vele jaren lesgever.

In 1990 richtte hij samen met de chemicus Dr. Thomas Baumann, in Siegen DR. BAUMANN COSMETIC GmbH op voor de ontwikkeling en productie van gezonde huidverzorgingsproducten. Vervolgens stichtte hij Dr Henrich GmbH en de uitgeverij Dr Henrich & Baumann GmbH.

In 2007 richtte hij aan de Bodensee, de DR. BAUMANN COSMETIC AG op met een opleidingscentrum voor professionele seminars gericht op schoonheidszorg door een gezonde huid en een gezond dieet.

In 2008 richtte hij aan de Bodensee het eerste vegane Zwitserse hotel en restaurant op: Hotel Swiss VEGAN.

Dr. Henrich eet zelf reeds vele jaren veganistisch, net als zijn nu bijna 17 jaar oude hond, Felix, die van een uitstekende gezondheid en fitheid geniet.

De Nederlandse vertaling werd verzorgd door: Thierry Masure, historicus (Universiteiten Antwerpen en Gent, Vlaamse Gemeenschap) en zaakvoerder van DR. BAUMANN INTERNATIONAL. Het ooggetuigenverslag van Christiane M. Haupt werd mede vertaald door zijn zoon Diederik Masure, masterstudent Scandinavistiek en oud-Noors (Universiteit Amsterdam, Nederland en Universiteit Bergen, Noorwegen). Beiden zijn vegetariërs sinds 1995. Er werd de voorkeur gegeven aan een niet-letterlijke vertaling om de leesbaarheid en de logische opbouw te versterken.