

Fleischspeisen

Fleischkost – eine Folge der Sünde

639. Gott gab unseren ersten Eltern die Nahrung, die er speziell für die Menschheit vorgesehen hatte. Es war nicht geplant, dass irgendein Geschöpf getötet werden sollte. Der Tod sollte im Garten Eden unbekannt bleiben. Die Früchte der Bäume im Garten waren die Nahrung, die für die Menschen am besten geeignet war. Gott erlaubte den Menschen vor der Sintflut nicht, tierische Nahrung zu verwenden. Erst als alle Nahrungsgrundlagen zerstört waren, erlaubte Gott Noah in seiner Situation, von den reinen Tieren zu essen, die er mit sich in die Arche genommen hatte. Aber Fleisch war nicht die gesündeste Nahrung für die Menschen.

Die Menschen, die vor der Sintflut lebten, aßen Fleisch und befriedigten ihre Lüste, bis das Maß ihrer Bosheit voll war und Gott die Erde von ihrer sittlichen Verderbnis durch eine Flut reinigte. Damit ruhte der dritte schreckliche Fluch auf der Erde. Der erste Fluch war über die Nachkommenschaft Adams und über die Erde wegen Ungehorsams ausgesprochen worden. Der zweite Fluch traf die Erde, nachdem Kain seinen Bruder Abel erschlagen hatte. Der dritte, äußerst furchtbare Fluch kam über die Erde bei der Sintflut. Nach der Sintflut aßen die Menschen sehr viel Fleisch. Gott sah, dass die Wege der Menschen böse waren und sie dazu neigten, sich in stolzer Anmaßung gegenüber ihrem Schöpfer zu erheben und den Eingebungen ihres Herzens zu folgen. Gott gestattete dieser langlebigen Menschenrasse, tierische Nahrung zu essen, um ihr sündhaftes Leben zu verkürzen. Bald nach der Sintflut nahmen die Menschen schnell an Körpergröße ab und wurden nicht mehr so alt wie früher. Sp. G. IV, 120.121; 1864

Vorsintflutliche Verderbtheit

640. Die Bewohner der alten Welt waren unmäßig im Essen und Trinken. Sie aßen Fleisch, obwohl ihnen Gott das nicht erlaubt hatte. Sie aßen und tranken im Über -

23 FLEISCHSPEISEN

maß. Ihre verdorbene Esslust war nicht einzuschränken. Sie trieben abscheulichen Götzendienst, wurden gewalttätig und wild. Schließlich waren sie so verdorben, dass Gott nicht mehr länger zusehen konnte. Das Maß ihres Frevels war voll. Und Gott reinigte die Erde von ihrem sittlichen Tiefstand durch eine Flut. Als die Menschen sich nach der Sintflut auf Erden wieder vermehrten, vergaßen sie Gott und fielen moralisch wieder ab. Unmäßigkeit jeder erdenklichen Art nahm in großem Umfang zu. *H. to L. Kap. 1, S. 52*

Israels Versäumnis und geistlicher Verlust

641. Ursprünglich war keine Ernährung mit tierischen Speisen für die Menschen geplant. Erst nach der Sintflut, als jedes grüne Blatt auf Erden zerstört war, durfte der Mensch Fleisch verwenden.

Bei der Auswahl der Nahrung im Garten Eden zeigte der Herr den Menschen, was für sie am besten geeignet war. Als er die Ernährung für die Israeliten festlegte, lehrte er sie dasselbe. Er führte sie aus Ägypten und unterrichtete sie, damit sie ein Volk zu seinem Eigentum seien. Durch sie wollte er die Welt segnen und unterweisen. Er versorgte sie mit Nahrung, die für diese Situation am besten geeignet war und keine Fleischspeisen, sondern Manna, »dem Brot des Himmels«. Nur weil sie unzufrieden waren, murrten, und nach den Fleischtöpfen Ägyptens verlangten, wurde ihnen tierische Nahrung gewährt, aber nur für kurze Zeit. Der Genuss dieser Fleischspeisen brachte Tausenden Krankheit und Tod. Trotzdem wurde die Einschränkung auf eine fleischlose Kost niemals willig angenommen. Das war ständig die Ursache von Missmut und Murren, offen wie auch heimlich, und war nicht dauerhaft.

Bei ihrer Ansiedlung in Kanaan wurde den Israeliten der Fleischgenuss gestattet, jedoch unter strengen Einschränkungen, die die schlechten Folgen mindern sollten. Schweinefleisch wurde verboten, ebenso das Fleisch anderer Tiere, Vögel und Fische, die als unrein galten. Es war streng verboten, das Fett und Blut auch von reinem Fleisch zu essen. Nur solche Tiere, die gesund waren, durften als Nahrung verwendet werden. Kein gerissenes Tier durfte gegessen werden, auch keines, das von selbst gestorben war; auch keines, aus dem das Blut nicht ganz ausgeflossen war.

Die Sterblichkeitsrate aufgrund von koronaren Herzkrankheiten ist bei Vegetariern niedriger als bei Nicht-Vegetariern. (Britische Medizinische Zeitschrift, 1994;308)

Eine Ernährung, die wenig gesättigte Fette, jedoch einen hohen Anteil an Omega-3-Fettsäuren, Früchte, Gemüse, Nüsse und Vollkorngetreide aufweist, sind am besten für das Herz. (Zeitschrift der amerikanischen medizinischen Vereinigung, 27. November 2002)

Der Genuss von viel Früchte und Gemüse reduziert das Herzinfarkttrisiko. (Zeitschrift der amerikanischen Medizinischen Vereinigung, 282:1233-39, 5. Oktober 1999)

Es schadete den Israeliten, dass sie sich vom göttlich vorgegebenen Plan der Ernährung abwandten. Sie wollten unbedingt Fleisch und mussten die Folgen tragen. Sie erreichten nicht die von Gott vorgesehene Vollendung des Charakters und erfüllten nicht Gottes Absicht. Der Herr »gab ihnen ihre Bitte und sandte ihnen genug, bis ihnen davor ekelte.« *Psalm 106,15*. Sie stellten das Irdische über das Geistliche und erreichten nicht die Heiligkeit, die Gott für sie plante. *M.H. 311.312; 1905*

Fleischlose Nahrung hat einen mäßigenden Einfluss auf das Gemüt

642. Der Herr machte seinem Volk deutlich, dass es jede Segnung bekommen kann, wenn es seine Gebote halten würde und ein abgesondertes Volk sein will. Der Herr hat die Israeliten in der Wüste durch Mose warnen lassen und dabei ausdrücklich betont, dass Gesundheit der Lohn des Gehorsams ist. Der Gemütszustand hängt eng mit der Gesundheit des Organismus, besonders der Verdauungsorgane zusammen. Der Herr gab deshalb seinem Volk in der Wüste kein Fleisch, weil er wusste, dass das krank macht und zu Unmäßigkeit führen wird. Um auf das Gemüt mäßigend zu wirken und die höheren Kräfte des Geistes anzuregen, hielt er das Fleisch toter Tiere von den Israeliten fern. Er gab ihnen Engelspeise, Manna vom Himmel. *MS 38; 1898*

Aufbruch und die darauffolgende Bestrafung

643. Gott versorgte die Hebräer mit dem Brot, das er vom Himmel regnen ließ. Aber die waren damit nicht zufrieden. Ihr verdorbener Appetit verlangte nach Fleisch, das ihnen Gott in seiner Weisheit weitgehend vorenthalten hatte. ... Satan, der Urheber von Krankheit und Elend, wird dort Gottes Volk angreifen, wo er den größten Erfolg vermutet. Seit seinem Erfolg bei Eva, die er veranlasste, von der verbotenen Frucht zu essen, hat er die Esslust in großem Umfang beeinflusst. Er versuchte zuerst das Mischvolk, die gläubig gewordenen Ägypter, und stachelte sie zu aufrührerischem Murren an. Sie wollten sich nicht mit der gesunden Ernährung, die Gott für sie vorgesehen hatte, zufrieden geben. Ihre irregeleitete Esslust verlangte nach mehr Abwechslung und vor allem nach Fleischspeisen.

Dieses Murren steckte fast das ganze Volk an. Zuerst hat Gott ihrem lüsternen Verlangen nicht nachgegeben, sondern seine Strafgerichte über sie kommen lassen, indem er die Anführer durch Feuer vom Himmel vernichtete. Doch anstatt demütig zu werden, murrten sie noch mehr. Als Mose das Volk am Eingang ihrer Zelte weinen und alle Familien klagen hörte, gefiel ihm das überhaupt nicht. Er sprach mit Gott die Schwierigkeit und wies auf den aufsässigen Geist der Israeliten hin. Er beschrieb ihm auch die Lage, in die ihn Gott gegenüber dem Volk versetzt hatte: in die eines

23 FLEISCHSPEISEN

Pflegevaters, der die Leiden des Volkes tragen sollte. ... Der Herr beauftragte Mose, siebenzig Männer aus dem Kreis der Ältesten zu versammeln. Es sollten nicht nur solche sein, die älteren Jahrgangs waren, sondern auch Männer von Würde, gesundem Urteilsvermögen und Erfahrung. Die sollten als Richter und Beamte die erforderliche Eignung besitzen »... und nimm sie vor die Hütte des Stifts und stelle sie daselbst vor dich, so will ich hernieder kommen und mit dir daselbst reden und von deinem Geist, der auf dir ist, nehmen und auf sie legen, dass sie mit dir die Last des Volkes tragen, dass du nicht allein tragest.« *4.Mose 11,16.17.*»Und zum Volk sollst du sagen: Heiliget euch auf morgen, dass ihr Fleisch esset; denn euer Weinen ist vor die Ohren des Herrn gekommen, die ihr sprecht: Wer gibt uns Fleisch zu essen? Denn es ging uns wohl in Ägypten. Darum wird euch der Herr Fleisch geben, dass ihr esset, nicht einen Tag, nicht zwei, nicht fünf, nicht zehn, nicht zwanzig Tage lang, sondern einen Monat lang, bis dass es euch zur Nase ausgehe und euch ein Ekel sei; darum dass ihr den Herrn verworfen habt, der unter euch ist, und vor ihm geweint und gesagt: Warum sind wir aus Ägypten gegangen? *4.Mose 11,18-20.*

»Und Mose sprach: Sechshunderttausend Mann Fußvolk ist es, darunter ich bin, und du sprichst: Ich will euch Fleisch geben, dass ihr esset einen Monat lang! Soll man Schafe und Rinder schlachten, dass es ihnen genug sei? Oder werden sich alle Fische des Meeres herzu versammeln, dass es ihnen genug sei? Der Herr aber sprach zu Mose: Ist denn die Hand des Herrn verkürzt? Aber du sollst jetzt sehen, ob meine Worte können dir etwas gelten oder nicht. ...« *4.Mose 11,21-23.*

»Da fuhr aus der Wind von dem Herrn und ließ Wachteln kommen vom Meer und streute sie über das Lager, hier eine Tagereise lang, da eine Tagereise lang um das Lager her, zwei Ellen hoch über der Erde. Da machte sich das Volk auf denselben ganzen Tag und die ganze Nacht und den anderen ganzen Tag und sammelten Wachteln; und welcher am wenigsten sammelte, der sammelte zehn Homer. Und sie hängten sie um das Lager her.« *4.Mose 11,31.32.*»Da aber das Fleisch noch unter ihren Zähnen war und ehe es aufgezehrt war, da ergrimmte der Zorn des Herrn unter dem Volk, und schlug sie mit einer sehr großen Plage!« *4.Mose 11,33.*

So gab der Herr dem Volk das, was für sie eigentlich nicht gut war. Er ließ es zu, weil sie es unbedingt haben wollten. Denn sie weigerten sich, vom Herrn das entgegenzunehmen, was für sie besser gewesen wäre. Sie ließen sich zu aufrührerischem Murren gegen Mose und Gott hinreißen, weil sie nicht das erhielten, was ihnen schadete. Sie ließen sich von ihrer verdorbenen Esslust leiten. Gott gab ihnen die gewünschten Fleischspeisen. Er ließ sie aber auch die Folgen dafür tragen, dass sie ihre zügellose Esslust befriedigten. Brennendes Fieber raffte viele von ihnen dahin. Diejenigen, die durch ihr Murren am meisten Schuld auf sich geladen hatten, wurden erschlagen, sobald sie das Fleisch, nach dem ihnen so sehr gelüstete, gekostet hatten.

Wenn sie den Herrn akzeptiert und die Auswahl der Nahrung ihm überlassen hätten, wenn sie zudem dankbar gewesen wären und mit den Speisen, die sie ohne Nachteile hätten genießen können, zufrieden gewesen wären, hätte sich Gott nicht gegen sie gestellt. Sie hätten dann auch nicht gemurrt, wären nicht bestraft und in so großer Zahl erschlagen worden. *Sp. G. IV, 15-18; 1864*

Gottes Absicht mit Israel

644. Als Gott die Israeliten aus Ägypten führte, war es sein Plan, sie in Kanaan als ein reines, glückliches und gesundes Volk anzusiedeln. Wodurch wollte er dieses Ziel mit ihnen erreichen? Er wollte sie dazu erziehen, seine Ratschläge freudig einzuhalten, was ihnen und ihrer Nachkommenschaft zum Besten gewesen wäre. Fleisch war weitgehend nicht zu haben. Er hatte ihnen auf ihr dringendes Flehen hin gestattet, etwas Fleisch zu essen, bevor sie den Berg Sinai erreichten. Doch er versorgte sie damit nur einen Tag lang. Es wäre für Gott leicht gewesen, Fleisch auf dieselbe Weise wie das Manna bereitzustellen, doch für ihr Wohlergehen wurde das den Israeliten nicht gestattet. Er wollte sie mit Nahrungsmitteln versorgen, die ihren Bedürfnissen besser entsprachen als die erregenden Kost, an die viele in Ägypten gewöhnt waren. Die irregeleitete Esslust sollte einer gesünderen Einstellung weichen, damit sie die ursprünglich bestimmten Nahrungsmittel für die Menschen – die Früchte der Erde, die Gott Adam und Eva im Garten Eden gegeben hatte – freudig genießen könnten.

Wären die Israeliten bereit gewesen, Gott gehorsam zu sein und ihrer Esslust abzusagen, wären Schwäche und Krankheit unter ihnen unbekannt geblieben. Ihre Nachkommen hätten körperliche und geistige Kraft gehabt. Ihre Vorstellungen von Wahrheit und Pflichterfüllung wären klar gewesen; sie hätten Weitsicht und gesundes Urteilsvermögen bewiesen. Sie waren jedoch nicht bereit, sich unter die göttlichen Forderungen zu stellen.

Sie erreichten nicht die Stufe, auf die sie Gott heben wollte, und bekamen die Segnungen nicht, die sie hätten erhalten können. Sie murten über die Einschränkungen, die Gott ihnen auferlegt hat und verlangten nach den Fleischtöpfen Ägyptens. Gott gewährte ihnen zwar Fleisch, aber das war Fluch für sie. *C.T.B.H. 118.119; 1890*

Ein Beispiel für uns

645. »Das ist aber uns zum Vorbilde geschehen, dass wir nicht uns gelüsten lassen des Bösen, gleichwie jene gelüstet hat!« »Solches alles widerfuhr jenen zum Vorbilde; es ist aber geschrieben uns zur Warnung, auf welche das Ende der Welt gekommen ist!« *1.Korinther 10,6.11*

23 FLEISCHSPEISEN

646. Die Gemeinde Battle Creek hat das Sanatorium größtenteils nicht durch ihr Beispiel unterstützt. Die Geschwister haben die Erkenntnisse aus der Gesundheitsreform nicht geschätzt. Sie haben es nicht in ihre Familien übernommen. In Battle Creek waren viele Familien krank. Das hätte vermieden werden können, wenn das von Gott geschenkte Licht beachtet worden wäre. Wie die Israeliten damals, haben sie es missachtet und sahen ebenso wenig wie diese ein, wie nötig es ist, die Esslust zu zügeln. Die Israeliten wollten Fleischspeisen und behaupteten – so wie es heute viele tun –, dass sie ohne Fleisch nicht leben könnten. Gott gab dem aufrührerischen Volk Fleisch, aber sie mussten den Fluch tragen. Tausende starben, während sie das Fleisch gerade aßen, das sie unbedingt haben wollten. Israel damals ist für uns ein Beispiel. Wir werden vor den gleichen Fehlern gewarnt. Ihre Geschichte des Unglaubens und des Aufbruchs ist uns als eine besondere Warnung überliefert, damit wir nicht genauso handeln und über Gottes Anforderungen murren. Wie können wir nur so gleichgültig vor uns hinleben, indem wir unseren eigenen Weg gehen, unserer eigenen Einsicht vertrauen und uns dabei so wie einst die Hebräer immer weiter von Gott entfernen? Gott kann nichts Großes für seine Kinder tun, weil ihre Herzen so verhärtet sind und sie in sündigem Unglauben beharren. Gott sieht nicht die Person an. Aber in jedem Zeitalter nimmt er diejenigen an, die ihn fürchten und Gerechtigkeit üben. Welche aber murren, ungläubig und aufrührerisch sind, werden nicht sein Wohlgefallen finden und auch nicht die Segnungen erhalten, die denen verheißen sind, die die Wahrheit lieben und danach handeln.

Alle, die Licht erhalten haben und nicht danach leben, sondern die göttlichen Forderungen missachten, werden dann feststellen, dass sich der Segen in Fluch und Gottes Erbarmen in einen Urteilsspruch verkehrt hat. Gott möchte, dass wir beim Studium der Geschichte des alten Israel, das ja sein auserwähltes und abgesonder-tes Volk war, aber durch Eigensinn seine Vernichtung herbeiführte, doch Demut und Gehorsam lernen. 3T, 171.172; 1873

647. Unsere Gewohnheiten im Essen und Trinken verraten, ob wir von der Welt sind oder zu denen gehören, die der Herr durch sein mächtiges Schwert der Wahrheit von der Welt getrennt hat. Welche diese Trennung erlebt haben, sind sein abgesonder-tes Volk und eifrig zu allen guten Werken. Gott spricht zu uns in seinem Wort. In den Berichten von Daniel und seinen drei Freunden werden wir auch über die Ge-sundheitsreform unterwiesen. Ebenso durch die Geschichte der Kinder Israel spricht er zu uns, von denen er zu ihrem Besten Fleischspeisen fernhalten wollte. Er ernährte sie mit Brot vom Himmel; »die Menschen aßen Engelspeise.« *Psalm 78,25*

Aber die Israeliten legten ihrer irdischen Esslust keine Zügel an; je mehr sie an die Fleischtöpfe Ägyptens dachten, desto mehr verabscheuten sie die Ernährung, die Gott für sie vorgesehen hatte, um sie körperlich, geistig und moralisch gesund

zu erhalten. Sie sehnten sich nach den Fleischtöpfen. Dadurch verhielten sie sich genauso, wie viele von uns heute. 67, 372; 1900

Zurück zur ursprünglichen Ernährung

648. Immer wieder ist mir gezeigt worden, dass Gott bemüht ist, uns Schritt für Schritt zu seinem ursprünglichen Plan zurückzuführen; dass sich der Mensch allein von den natürlichen Produkten der Erde ernähren soll. C.H. 450; 1890

649. Gemüse, Früchte und Getreide sollten die Bestandteile unserer Ernährung sein. Wir sollten überhaupt kein Fleisch essen. Der Fleischgenuss ist etwas Unnatürliches. Gott erwartet, dass wir seine ursprüngliche Absicht bei der Erschaffung des Menschen verwirklichen. MS 115; 1903

650. Ist es nicht an der Zeit, dass alle bemüht sein sollten, auf Fleischspeisen zu verzichten? Wie können die, die rein, transparent und heilig werden wollen, um einmal mit himmlischen Engel zu verkehren, weiter etwas als Nahrungsmittel genießen, was auf Körper und Seele eine so schädliche Wirkung ausübt? Wie können sie einem Geschöpf Gottes das Leben nehmen, um es als Leckerbissen zu verzehren? Vielmehr sollten sie umkehren und die vollwertigen und wohlschmeckenden Nahrungsmittel genießen, die dem Menschen von Anfang an als Speise gegeben wurden. Sie sollten sich selbst und ihre Kinder belehren, mit den stummen Geschöpfen, die Gott erschaffen und unter die Herrschaft des Menschen gestellt hat, Mitleid zu haben. M.H. 317; 1905

Vorbereitung auf die Verwandlung

651. Diejenigen, die auf das Kommen des Herrn warten, werden nach und nach das Fleischessen aufgeben. Es wird nicht länger Bestandteil ihrer Ernährung sein. Wir sollten uns dieses Ziel stets vor Augen halten und uns ständig bemühen, das zu verwirklichen. Ich kann mir nicht vorstellen, dass die Gewohnheit des Fleischessens mit dem Licht übereinstimmt, das uns Gott geschenkt hat. Vor allem die Angestellten in unseren medizinischen Einrichtungen sollten sich dazu erziehen, nur von Früchten, Getreide und Gemüse zu leben. Wenn wir darin nach Grundsätzen handeln, sowie als christliche Reformer unseren Geschmack verändern und unsere Ernährung mit

*Eine Ernährung reich an pflanzlichen Nahrungsmitteln in Form von Früchten, Gemüse und Vollkornprodukten zu sich zu nehmen, verbleibt vermutlich die beste Möglichkeit, um das Risiko für Darmkrebs zu reduzieren und einen umfassenden Schutz für die Gesundheit zu bieten.
(The Lancet, 3. Mai 2003, Band 361, Seite 1448)*

23 FLEISCHSPEISEN

Gottes Plan in Übereinstimmung bringen, werden wir so auf andere einen Einfluss ausüben, der Gott gefällt. *C.T.B.H. 119; 1890*

652. Das Wichtigste für den Menschen ist nicht die Befriedigung seiner Esslust. Natürlich müssen körperliche Bedürfnisse gestillt werden. Aber ist es deshalb notwendig, dass sich der Mensch von seiner Esslust beherrschen lässt? Werden die Menschen, die nach Heiligkeit, Reinheit und Lauterkeit streben, um einmal mit himmlischen Engeln Gemeinschaft haben zu können, weiterhin Gottes Geschöpfen das Leben nehmen und sie dann als Leckerbissen verzehren? Nach dem, was der Herr mir gezeigt hat, wird sich das ändern. Gottes besonderes Volk wird darin mäßig sein. *C.H. 116; 1890*

653. Alle, die über die Nachteile der Verwendung von Fleisch, schwarzem Tee, Bohnenkaffee sowie fetten und ungesunden Speisen unterwiesen worden sind und sich entschlossen haben, durch Opfer mit Gott einen Bund zu schließen, werden nicht weiter ihrer Esslust frönen, indem sie bewusst ungesunde Nahrungsmittel zu sich nehmen. Gott fordert uns auf, die Esslust zu bezähmen und in allen Dingen, die nicht gut sind, Selbstverleugnung üben. Das muss getan werden, bevor das Volk Gottes als ein gereinigtes Volk vor dem Herrn bestehen kann. *9T, 153.154; 1909*

654. Es ist ja zu ihrem Besten, wenn der Herr der Gemeinde der Übrigen den Rat gibt, auf Fleisch, schwarzen Tee, Bohnenkaffee und andere schädliche Nahrungsmittel zu verzichten. Es gibt genügend andere gesunde und nahrhafte Nahrungsmittel, von denen wir uns ernähren können. *MS 71; 1908*

Vollendung der Heiligkeit

655. Unter dem Volk Gottes, das bekennt, auf das baldige Kommen Christi zu warten, sollten größere Reformen stattfinden. Die Gesundheitsreform sollte unter unserem Volk etwas bewirken, das noch nicht geschehen ist. Es gibt einige, die wissen müssten, dass Fleischessen gefährlich ist, aber es dennoch weiterhin tun und so ihre körperliche, seelische und geistige Gesundheit gefährden. Viele, die in der Frage des Fleischessens nur halb bekehrt sind, werden Gottes Volk verlassen und nicht mehr mit ihm weitergehen.

In unserer ganzen Arbeit müssen wir den göttlichen Gesetzen gehorchen, damit die körperlichen und geistlichen Kräfte harmonisch zusammenwirken können. Menschen mögen eine Form von Gottseligkeit besitzen, sie mögen sogar das Evangelium predigen, und dennoch unrein und unheilig sein. Prediger sollten strikt darauf achten, im Essen und Trinken mäßig zu sein, damit sie den geraden Weg nicht verlassen und

dadurch die Lahmen – jene Schwachen im Glauben – mitreißen. Wenn Menschen bei der Verkündigung der feierlichsten und wichtigsten Botschaft, die Gott je gegeben hat, durch falsche Ess- und Trinkgewohnheiten der Wahrheit entgegenarbeiten, nehmen sie der Botschaft, die sie hinaustragen, alle Kraft.

Wer Fleisch isst, schwarzen Tee trinkt und ein Schlemmer ist, sät eine Saat, von der er Schmerzen und Tod erntet. Die ungesunden Speisen, die er zu sich nimmt, stärken die Leidenschaften, die wider die Seele streiten, und stärken die niedrigen Triebe. Eine Ernährung, auf Fleisch gegründet, führt zur Entwicklung der Sinnlichkeit, die wiederum unser geistliches Empfindungsvermögen schwächt und uns unfähig macht, die Wahrheit zu verstehen.

Das Wort Gottes warnt uns deutlich, dass unsere körperliche Natur mit unserer geistlichen gegeneinander geraten, wenn wir uns der fleischlichen Lüste nicht enthalten. Hemmungsloses Essen ist der Feind unserer Gesundheit und unseres Herzensfriedens. Auf diese Weise gibt es zwischen den höheren und niederen Neigungen des Menschen Krieg. Die starken und sehr wirksamen niedrigen Triebe unterdrücken die Seele. Die wichtigsten Ziele des Menschen werden untergraben, wenn man sich Leidenschaften hingibt, die der Himmel nicht gutheißt. *C.H. 575.576; 1902*

656. Wer bekennt, der Wahrheit zu glauben, sollte sorgfältig über die Kräfte des Körpers und des Geistes wachen, damit Gott und sein Werk nicht irgendwie durch Worte oder Taten entehrt werden. Alle Gewohnheiten und praktischen Tätigkeiten müssen der Herrschaft des Willens Gottes unterstellt werden. Auf die Ernährung müssen wir besonders achten. Es ist mir deutlich gezeigt worden, dass das Volk Gottes eine klare Haltung gegen das Fleischessen einnehmen sollte. Gott teilt seinen Kindern nicht dreißig Jahre lang mit, dass sie das Fleischessen aufgeben müssen, um reines Blut und einen klaren Geist haben zu können, wenn ihm andererseits die Beachtung dieser Anweisungen nicht wichtig ist! Durch die Verwendung von Fleisch wird die niedrige Natur gestärkt und die geistliche geschwächt. *Letter 48; 1902*

657. Die negativen moralischen Folgen einer Fleischkost sind nicht weniger sichtbar als die körperlichen Übel. Fleischspeisen sind ungesund. Was auch immer den Körper beeinflusst, das hat eine entsprechende Wirkung auf Seele und Geist.

Denkt über die Grausamkeit gegenüber Tieren einmal nach, die das Fleischessen mit sich bringt. Sie übt sowohl eine Wirkung auf alle aus, die sie verursachen, als auch auf solche, die zusehen. Wie zerstört sie doch das Zartgefühl, mit der wir diese Geschöpfe Gottes eigentlich betrachten sollten! *M.H. 315; 1905*

658. Die weitverbreitete Verwendung von Fleisch toter Tiere hat das sittliche Verhalten wie auch die körperliche Verfassung in bedrohlicher Weise beeinflusst. Viele

23 FLEISCHSPEISEN

Arten von Krankheiten würden, wenn man ihre Ursachen zurückverfolgen könnte, zeigen, was die Folgen des Fleischessens mit Sicherheit sind. *MS 22; 1887*

659. Alle, die Fleisch essen, missachten die Warnungen, die Gott diesbezüglich erteilt hat. Sie können nicht sicher sein, dass sie sich auf gebahnten Wegen befinden. Es ist in keiner Weise zu entschuldigen, wenn sie das Fleisch toter Tiere essen. Gottes Fluch ruht auf der Tierwelt. Häufig kommt es vor, dass das Fleisch nach dem Essen im Magen fault und Krankheiten hervorruft.

Verschiedene Arten von Krebs, Tumore und Lungenkrankheiten werden zu einem guten Teil durch Fleischnahrung verursacht. *Pacific Union Recorder, 9.10.1902*

660. Ach, wenn doch jeder diese Sache so sehen würde, wie sie mir vor Augen geführt worden ist! Vor allem betrifft das die in ihrer charakterlichen Entwicklung so Sorglosen und Gleichgültigen. Wer für Fleischkost eintritt, würde dann nie wieder seinen Mund auftun und versuchen, den Appetit auf das Fleisch toter Tiere zu rechtfertigen. Eine solche Ernährung verunreinigt das Blut in den Adern und erregt die niederen Leidenschaften. Sie trübt das klare Empfindungsvermögen und schwächt die Gedankenkraft, die benötigt wird, um Gott und die Wahrheit zu begreifen. Außer dem beeinträchtigt sie die Selbsterkenntnis. *MS 3; 1897*

Fleischessen, heute eine besondere Gefahr

661. Fleisch zu essen war nie die beste Art der Ernährung. Heute ist es doppelt so problematisch, weil sich die Krankheiten unter den Tieren sehr schnell ausbreiten. *M.H. 313; 1905*

662. Die Tiere werden zunehmend von Krankheiten befallen. Die Zeit ist nicht mehr fern, wenn außer den Siebenten-Tags-Adventisten viele Menschen auf Fleisch verzichten werden. Es sollten Nahrungsmittel hergestellt werden, die gesund sind und lebenserhaltende Kraft besitzen, damit die Menschen nicht Fleisch zu essen brauchen. *7T, 124; 1902*

663. Wann werden diejenigen, die die Wahrheit kennen, zu den Grundsätzen stehen, die für Zeit und Ewigkeit gelten? Wann werden sie treu nach den Grundsät -

Wenn Fleischesser zu einer veganen Ernährung wechselten, konnten bemerkenswerte Veränderungen in der Darmflora festgestellt werden. Die Fekalflora der Patienten mit HI und LI war sehr verschieden; vom 1. und 13. Monat. Diese Entdeckung, dass eine Beziehung zwischen Darmflora und Krankheit besteht, kann Auswirkung auf unser Verständnis haben, wie rheumatische Arthritis durch Ernährung beeinflusst werden kann. (Britische Zeitschrift der Rheumatologie, Juli 1994; 33(7):638-43)

zen der Gesundheitsreform leben? Wann werden sie einsehen, dass Fleischessen mit Gefahren verbunden ist? Ich bin angewiesen worden, klar zu sagen, dass das Fleischessen – wenn es überhaupt jemals unbedenklich war – heute auf keinen Fall mehr ungefährlich ist. *MS 133; 1902*

664. Das Licht, das mir gegeben worden ist, weist darauf hin, dass wir in nicht sehr ferner Zukunft auf jede Form tierischer Nahrung verzichten müssen. Sogar Milch muss dann weggelassen werden. Die Krankheiten breiten sich rasch aus. Der Fluch Gottes ruht auf der Erde, weil der Mensch sie verflucht hat. Die Gewohnheiten und Handlungen der Menschen haben die Erde in eine Situation gebracht, dass die tierischen Nahrungsmittel für die Menschen durch andere ersetzt werden müssen. Fleisch ist dabei überhaupt nicht notwendig. Gott kann uns etwas anderes geben. *Union Conference Record [Australasien] 28.7.1899*

665. Wäre euch der Zustand des Fleisches bekannt, das ihr esst, und könntet ihr die Tiere lebend sehen, aus denen das Fleisch hergestellt wird, so würdet ihr euch angewiedert von euren Fleischspeisen abwenden. Denn gerade die Tiere, deren Fleisch ihr esst, sind häufig so krank, dass sie von selbst sterben würden, wenn man sie ihrem Schicksal überließe. Sie werden jedoch getötet und auf den Markt gebracht, solange noch Leben in ihnen ist. Ihr nehmt Körpersäfte und Gifte der schlimmsten Art direkt in euren Körper auf und seid euch dessen gar nicht bewusst. *2T, 404.405; 1870*

Die Leiden der Tiere und die Folgen

666. Oft werden Tiere auf den Markt gebracht und als Nahrung verkauft, wenn sie schon so krank sind, dass ihre Eigentümer Angst haben, sie noch länger zu behalten. Manche Mastverfahren erzeugen Krankheiten. Von Licht und reiner Luft abgeschlossen, atmen solche Tiere die Gerüche verdreckter Ställe ein und ernähren sich wo – möglich noch von verdorbenem Futter. Ihr ganzer Organismus wird früher oder später mit Fäulnisstoffen verseucht sein. Die Tiere werden oft über weite Strecken befördert und großen Leiden unterworfen, bis sie den Markt erreichen. Fern von den grünen

Die Fleischindustrie hat mehr zu den Todesfällen in Amerika beigetragen als alle Kriege dieses Jahrhunderts, alle Naturkatastrophen und alle Autounfälle zusammen. Wenn Fleisch Ihre Idee von richtigem Essen für richtige Leute ist, dann wohnen Sie besser nahe an einem wirklich guten Krankenhaus. (Neal Barnard, M.D., Ärztekomitee für verantwortungsbewusste Medizin)

Eine Ernährung, die einen hohen Anteil an tierischem Protein im Vergleich zum pflanzlichen Protein aufweist, trägt in besonderer Weise zum Ausscheiden von Kalzium bei. (Zeitschrift Klinischer Endokrino-logischer Metabolismus, Januar 1988, 66 (1), S. 140-6)

23 FLEISCHSPEISEN

Weiden müssen sie viele Kilometer auf heißen und staubigen Landstraßen zurück - legen. Andere dieser armen Geschöpfe werden in schmutzige Wagen gepfercht und in fiebrigem und erschöpftem Zustand, oft stundenlang ohne Futter und Wasser, in den Tod getrieben, damit Menschen sich von ihren Kadavern ein Festmahl zubereiten können. *M.H. 314; 1905*

667. Viele sterben an Krankheiten, die nur durch Fleischessen verursacht wurden. Dennoch scheinen die Menschen nicht klüger werden zu wollen. Oft werden Tiere getötet, die von ziemlich weit her zur Schlachtbank getrieben worden sind. Ihr Blut hat sich dabei erhitzt. Da sie an Gewicht schwer sind und während ihrer Mast kaum Bewegung hatten, überanstrengen sie sich auf diesen weiten Strecken. Ihr Verdauungsapparat wird überbeansprucht. In diesem Zustand werden sie für den Markt geschlachtet. Ihr Blut ist in hohem Grad erhitzt. Wer solches Fleisch isst, nimmt Gift zu sich. Während einige das nicht gleich merken, bekommen andere starke Schmerzen und sterben an Fieber oder an Cholera oder irgendeiner unbekannten Krankheit. Für die städtischen Märkte werden sehr viele Tiere verkauft, von denen der Verkäufer weiß, dass sie krank sind. Auch dem Käufer ist diese Tatsache nicht immer unbekannt. Vor allem in größeren Städten ist diese Praxis häufig üblich. Fleischesser wissen nicht, dass sie das Fleisch kranker Tiere verzehren.

Einige Tiere scheinen auf dem Weg zur Schlachtbank instinktiv wahrzunehmen, was ihnen bevorsteht. Sie werden wild und im wahrsten Sinn des Wortes verrückt. In diesem Zustand werden sie getötet und ihr Fleisch für den Markt verwertet. Solches Fleisch ist Gift und hat bei denen, die es aßen, zu Krämpfen, Zuckungen, Schlaganfällen und plötzlichem Tod geführt.

Die Ursachen all dieser Leiden wird jedoch nicht beim Fleisch gesucht. Einige Tiere werden auf dem Weg zum Schlachthaus misshandelt. Sie werden regelrecht gequält. Nachdem sie viele Stunden äußerster Pein durchlitten haben, werden sie geschlachtet. Schweine sind auf den Markt gekommen, obwohl sie an Schweinepest erkrankt waren. Ihr von Giften verseuchtes Fleisch hat ansteckende Krankheiten verbreitet. Viele Todesfälle waren die Folge. *Sp. G. IV, 147.148; 1864*

Eine vegetarische Diät wurde oft erfolgreich eingesetzt, um Herzkranzgefäßerkrankungen zu stoppen. (Amerikanische Zeitschrift für Epidemiologie, 1995;142)

Brustkrebsraten sind niedriger in Bevölkerungen, die sich auf pflanzlicher Basis ernähren. (Amerikanische Krebsgesellschaft, Krebs Fakten und Zahlen, 1994)

Eine vegetarische Ernährung schützt vor Krankheiten aufgrund weniger gesättigten Fetten, weniger Cholesterin und tierischem Protein im Vergleich zu der oftmals höheren Konzentration an Folsäuren (welche wiederum den Homocysteinspiegel senken), sowie Antioxidanten wie Vitamin C und E, Karotin und Phytochemikalien. (Zeitschrift der amerikanischen Diät-Vereinigung, 1995; 95:180-189)

Körperliche Auswirkungen einer Fleischkost erhöhen die Anfälligkeit für Krankheiten und plötzlichen Tod

668. Die Anfälligkeit für Krankheiten wird durch Fleischgenuss verzehnfacht. *2T, 64; 1868*

669. Weltliche Ärzte können sich das rasche Zunehmen von Krankheiten unter den Menschen nicht erklären. Aber wir wissen, dass viele dieser Leiden durch den Genuss von totem Fleisch verursacht werden. *Letter 83; 1901*

670. Die Tiere sind krank. Wenn wir ihr Fleisch essen, säen wir Krankheitskeime in unser eigenes Gewebe und ins Blut. Wenn wir dann den Wechselfällen einer von Gift verseuchten Umwelt ausgesetzt sind, spüren wir dies um so mehr. Auch bei herrschenden Epidemien und ansteckenden Krankheiten ist unser Körper nicht in der Lage, der Krankheit zu widerstehen. *U.T. in „Regard to Flesh Foods“ 8; 1896*

671. Ihr verwendet Fleisch, aber es ist nicht von guter Qualität. Ihr fühlt euch wegen eures Übergewichts nicht wohl. Wenn ihr euch beide auf eine einfachere Kost umstellen würdet, könntet ihr zwölf bis fünfzehn Kilo abnehmen und wärt viel weniger krankheitsanfällig. Eure Fleischkost hat die guten Eigenschaften eures Blutes und eures Körpers gemindert. Euer Organismus befindet sich in einem Zustand der Überreizung; er zieht Krankheiten an. Ihr werdet leicht Opfer von schweren Krankheiten und steht in der Gefahr, plötzlich zu sterben. Dies alles, weil euer Körper nicht stark genug ist, um Kräfte zu sammeln und der Krankheit zu widerstehen. Es wird die Zeit kommen, wenn sich eure angebliche Kraft und Gesundheit als körperliche Schwäche herausstellen wird. *2T, 61; 1868*

Krankes Blut

672. Ich fühlte mich durch den Geist Gottes gedrängt, einigen die Tatsache vor Augen zu halten, dass ihre Leiden und Krankheiten durch die Ablehnung des Lichts, das sie bezüglich der Gesundheitsreform erhalten hatten, verursacht wurden. Ich habe ihnen erklärt, dass ihre Fleischkost, die sie so wichtig fanden, nicht notwendig war. Als Folge davon wurden das Gehirn, die Knochen und Muskeln ungesund er -

Wissenschaftler des Royal Perth Spitals in Australien haben herausgefunden, dass Menschen mit Bluthochdruck diesen tatsächlich durch eine vegetarische Diät senken können. Sie schrieben: „Wenn es das übliche Ziel ist, Bluthochdruckpatienten auf 140 mmHg (systolischer Blutwert) abzusinken, so haben 30% jener, die eine fleischfreie Diät zu sich genommen haben, dieses Ziel erreicht, verglichen zu nur 8% von jenen, die bei einer normale Ernährung geblieben sind. (Klinische und Experimentelle Pharmakologie und Physiologie, 1985, 12, S. 263-6)

23 FLEISCHSPEISEN

nährt, weil sie vom Fleisch toter Tiere lebten. Ihr Blut wurde durch diese ungeeignete Ernährung verunreinigt. Das Fleisch, das sie aßen, war krank, und der gesamte Organismus wurde verunreinigt und verfettet. *U.T. in „Regard to Flesh Foods“ 4; 1896*

673. Durch Fleischspeisen wird das Blut entwertet. Kocht Fleisch reichlich gewürzt, esst es mit viel Gebäck und Pasteten, und euer Blut wird seine guten Eigenschaften verlieren! Die Aufnahme dieser Nahrung überlastet den Organismus. Wurstsorten und Essiggemüse, die niemals in einen menschlichen Magen gelangen sollten, verursachen den schlechten Zustand des Blutes. Ebenso kann eine qualitativ schlechte Nahrung kein gesundes Blut bilden, zumal sie noch auf ungeeignete Weise gekocht und in unzureichender Menge gegessen wird.

Fleischspeisen und schwere Kost bringen die gleichen Ergebnisse hervor wie eine dürftige Kost. *2T, 368; 1870*

674. Krebs, Tumore und alle Entzündungskrankheiten werden besonders durch Fleischessen hervorgerufen. Aufgrund des Lichts, das mir Gott geschenkt hat, weiß ich, dass das Überhandnehmen von Krebs und Tumoren größtenteils auf den reichlichen Genuss von Fleisch zurückzuführen ist. *U.T. in „Regard to Flesh Foods“ 7; 1896*

Krebs, Tuberkulose, Tumore

675. Die Frage der Fleischnahrung ist eine ernste Angelegenheit. Sollen sich Menschen vom Fleisch toter Tiere ernähren? Aufgrund der von Gott offenbarten Erkenntnis lautet die Antwort ganz entschieden »nein«. Institutionen, die im Dienst der Gesundheitsreform stehen, sollten in dieser Frage erzieherisch wirken. Ärzte, die den menschlichen Organismus zu kennen vorgeben, sollten ihre Patienten nicht darin bestärken, sich vom Fleisch toter Tiere zu ernähren. Vielmehr sollten sie auf die

Lungen- und Dickdarmkrebs treten bei Vegetariern seltener auf als bei Nicht-Vegetariern. (Krebsvorkommen unter kalifornischen Siebenten-Tags-Adventisten, 1976-1982. Amerikanische Zeitschrift Klinischer Ernährung, 1994; 59 (zus.): 1136S-1142S)

Nachdem 9 Männer, die an Prostatakrebs erkrankt waren, eine makrobiotische Diät verabreicht wurde, die in der Hauptsache aus Vollkornprodukten, Gemüse und Hülsenfrüchten unter Vermeidung aller Milchprodukte sowie fast allen Fleisches bestand, betrug ihre Überlebenschance 228 Monate; wohingegen jene der anderen Testgruppe mit einer normalen Diät, nur 72 Monate betrug. (Zeitschrift des amerikanischen Colleges für Ernährung, 1993; 12:209-26)

9 Studien von Gehirntumoren bei Kindern und der Ernährung der Mutter während der Schwangerschaft, befassten sich mit den Nahrungsmitteln. Eine Verbindung zwischen dem häufigeren Konsum von geräuchertem Fleisch während der Schwangerschaft und einem erhöhten Risiko wurde in fast all diesen Studien festgestellt. (Internationale Zeitschrift für Krebs, Zus. 1998; 11:23-5)

Zunahme der Tierkrankheiten hinweisen. Fachleute, die Überprüfungen durchführen, bestätigen, dass nur sehr wenige Tiere frei von Krankheiten sind und der ausgiebige Fleischkonsum Krankheiten aller Art hervorruft, darunter Krebs, Tumore, Tuberkulose und viele ähnliche Leiden. *MS 3; 1897*

676. Solche, die Fleisch essen, wissen kaum, was sie eigentlich zu sich nehmen. Wenn sie die Tiere lebend sehen könnten und über die Qualität des gegessenen Fleisches Bescheid wüssten, würden viele voll Widerwillen auf Fleisch verzichten. Die Menschen essen ständig Fleisch, das von Tuberkel- und Krebsbazillen durchsetzt ist. Schwindsucht, Krebs und andere lebensgefährliche Erkrankungen werden auf diese Weise übertragen. *M.H. 313; 1905*

677. Viele bekennende christliche Frauen decken täglich den Tisch mit einer Vielfalt von Gerichten, die den Magen reizen und den Organismus in einen Zustand der Erregung versetzen. Fleisch bildet den Hauptbestandteil der Ernährung. Schließlich ist das Blut der Familienmitglieder mit krebserzeugenden Stoffen angefüllt. Der Körper setzt sich aus dem zusammen, was man zu sich nimmt. Wenn dann allerdings Leiden und Krankheiten über solche Menschen kommen, werden sie als eine göttliche Heimsuchung betrachtet. *3T, 563; 1875*

Abnahme der geistigen Kräfte

678. Wer unbekümmert Fleisch isst, besitzt nicht immer einen klaren Kopf und einen wachen Geist, denn der Genuss tierischer Nahrung führt zu körperlicher Schwerfälligkeit und zur Abstumpfung des Feingefühls. *C.H. 115; 1890*

Oxidationsschäden scheinen einer der Gründe zu sein, die zu chronischen Krankheiten wie Atherosklerose und Krebs führen. Viele Studien zeigen, dass eine Verbindung zwischen Früchten und Gemüse in der Ernährung oder dem Antioxidationsvitamin-Spiegel besteht und dem Todesrisiko von Krebs oder koronaren Herzkrankheiten. (Europäische Zeitschrift für Krebsverhütung, März 1997; 6 zus. 1:15)

Das Überlebensrisiko für „Ischemische Herzkrankheit“ (IHD) wurde um ca. 31% bei jenen gesenkt, die oft Nüsse konsumieren, und um 37% bei männlichen Vegetariern im Vergleich zu Nicht-Vegetariern. Darm- und Prostatakrebsvorkommen war bedeutend wahrscheinlicher bei Nicht-Vegetariern. Personen, die oft Kuhfleisch konsumierten, waren auch in größerer Gefahr für Blasenkrebs. Konsum von Hülsenfrüchten wurde als vorteilhaft bei Risiko für Darm- und Bauchspeicheldrüsenkrebs gemeldet. Ein häufigerer Genuss von allen Früchten oder Trockenfrüchten wurde in Verbindung gebracht mit einem niedrigeren Risiko für Lungen-, Prostata- und Bauchspeicheldrüsenkrebs. (Amerikanische Zeitschrift Klinischer Ernährung, September 1999; 70 (3 zus.):532S-538S)

Wir fassen zusammen, dass der Konsum von gegrilltem rotem Fleisch ein Risikofaktor für Bauchspeicheldrüsenkrebs ist, und dass die Art der Zubereitung des Fleisches zusammen mit der Konsummenge sehr wichtig ist, um die Auswirkungen des Fleischkonsums in epidemiologischen Studien auszuwerten. (Mutationsforschung, September 2002, Band 506-507)

23 FLEISCHSPEISEN

679. Gott möchte, dass sein Volk ein klares Empfinden hat und zu harter Arbeit fähig ist. Esst ihr aber Fleisch, könnt ihr nicht erwarten, dass euer Geist rege ist. Die Gedanken müssen rein werden. Dann kann der Segen Gottes über sein Volk kommen. *General Conference Bulletin, 12.4.1901*

680. Wer uneingeschränkt Fleisch isst, kann unmöglich einen ungetrübten Verstand und wachen Geist besitzen. *2T, 62.63; 1868*

681. Bezüglich der unbewussten Sinnlichkeit herrscht eine erschreckende Gleichgültigkeit. Es ist üblich, das Fleisch toter Tiere zu essen. Das erregt die niederen Leidenschaften des Menschen. *U.T. in »Regard to Flesh Foods« 4; 1896*

682. Eine Fleischkost verändert das Gemüt und stärkt die Triebe. Unser Körper baut sich aus dem auf, was wir essen. Reichlicher Fleischgenuss vermindert die geistige Regsamkeit. Studenten könnten in ihrem Studium viel erfolgreicher sein, wenn sie nie Fleisch essen würden. Erstarkt der triebhafte Bereich des Menschen durch den Genuss von Fleisch, nehmen die geistigen Kräfte in demselben Umfang ab. Ein religiöses Leben ist viel leichter und erfolgreicher auszuleben, wenn wir das Fleisch weglassen. Denn eine solche Ernährung regt die niederen Neigungen zu intensiver Tätigkeit an und schwächt die sittliche und geistliche Natur. »Denn das Fleisch streitet wider den Geist, und der Geist wider das Fleisch!« *Galater 5,17. U.T. in »Regard to Flesh Foods« 7; 1896*

Fleischkost stärkt die niederen Leidenschaften

683. Wenn es je eine Zeit gab, in der die Kost so einfach wie möglich sein sollte, so ist es die heutige. Unseren Kindern sollten wir kein Fleisch vorsetzen; denn das erregt und stärkt die niederen Leidenschaften und kann sogar die sittlichen Kräfte abtöten. *2T, 352; 1869*

684. Ich wurde dahingehend unterwiesen, dass die menschliche Natur durch den Fleischgenuss dazu neigt, zu verrohen. Dadurch werden Männer und Frauen der Liebe und des Mitgefühls beraubt, das sie gegenüber ihren Mitmenschen haben sollten. Unser Körper baut sich aus unserer Ernährung auf. Wer hauptsächlich von tierischen Erzeugnissen lebt, kommt in eine Lage, in der er den niederen Leidenschaften gestattet, die Herrschaft über die höheren Kräfte des Menschen an sich zu reißen. ... Wir erteilen euch keine genauen Vorschriften bezüglich eurer Ernährung. Es gibt vielerlei vollwertige Nahrungsmittel. Wir betonen aber nachdrücklich, dass Fleisch nicht die richtige Ernährung für Gottes Volk ist. Es verroht die Menschen. Wie kann

jemand in einem Land, in dem es Früchte, Getreide und Nüsse im Überfluss gibt, der Meinung sein, dass er das Fleisch toter Tiere braucht? *MS 50; 1904*

685. Wenn es in den Heimen unserer Gemeindeglieder so bestellt wäre, wie es sein sollte, könnten wir für unseren Herrn doppelt so viel tun. Ich wurde darauf hingewiesen, dass wir bezüglich der Gesundheitsreform eine ganz eindeutige Botschaft zu verkündigen haben. Diejenigen, die Fleisch essen, stärken die niederen Neigungen und bereiten Krankheiten den Weg, von denen sie wie mit Fesseln gebunden werden. *Letter 200; 1903*

686. Eure Familie hat große Mengen Fleisch verzehrt. Die tierischen Neigungen sind dadurch erstarkt, während die Geisteskräfte geschwächt wurden. Unser Körper ist das Ergebnis unserer Ernährung. Leben wir überwiegend vom Fleisch toter Tiere, erhalten wir etwas von ihrer Natur. Für den gröberen Bereich eures Organismus habt ihr gesorgt, aber die edleren Kräfte habt ihr verkümmern lassen. *2T, 60.61; 1868*

687. Es ist unser Wunsch, dass die durchdringende Wahrheit des Wortes Gottes von allen Angehörigen des Volkes Gottes Besitz ergreift, bevor diese Konferenz zu Ende ist. Wir möchten ihnen begreiflich machen, dass Fleisch nicht die geeignete Nahrung für sie ist. Eine solche Ernährungsweise führt in ihnen und in ihren Kindern zur Entfaltung der niederen Leidenschaften. Gott wünscht, dass wir unseren Kindern richtige Gewohnheiten im Essen, Kleiden und Arbeiten aneignen. Soweit es an uns liegt, sollten wir alles unternehmen, um die unbrauchbar gewordene Maschine unseres Körpers wieder in Gang zu setzen. *General Conference Bulletin, 12.4.1901*

Der sicherste Weg

688. Die geistigen, sittlichen und körperlichen Kräfte lassen durch regelmäßigen Genuss von Fleischspeisen wesentlich nach. Das bringt den Organismus durcheinander, trübt den Verstand und stumpft das sittliche Feingefühl ab. Liebe Geschwister, der sicherste Weg besteht darin, alles Fleisch zu meiden. *2T, 64; 1868*

Die Ursache nicht erkannt

689. Die Auswirkungen einer Fleischkost mögen nicht gleich bemerkt werden. Doch das beweist nicht ihre Unschädlichkeit. Nur wenige lassen sich davon überzeugen, dass das Fleischessen zur Vergiftung ihres Blutes geführt hat und die Ursache ihrer Beschwerden ist. *M.H. 315; 1905*

23 FLEISCHSPEISEN

690. Mir wurde das Thema Fleischkost von verschiedenen Blickwinkeln aus gezeigt. Es wird nicht erkannt, in welchem Umfang die Sterblichkeit durch Fleischessen beeinflusst wird. Hätte man diese Zusammenhänge richtig verstanden, würden die Argumente und Ausreden zugunsten einer Befriedigung des Appetits auf Fleisch verstummen. Uns stehen genügend gute Nahrungsmittel zur Verfügung, um unseren Hunger zu stillen, ohne dass wir Leichenteile als Bestandteil unserer Speisekarte auf den Tisch bringen müssen. *U.T. in „Regard to Flesh Foods“ 8; 1896*

691. Viele sterben an Krankheiten, die nur auf das Fleischessen zurückgehen, wenn auch die wahre Ursache weder von ihnen noch von anderen Leuten erkannt wird. Einige spüren die Auswirkungen nicht unmittelbar, was aber kein Beweis für die Unschädlichkeit des Fleischessens ist. Es beeinflusst mit Sicherheit den Organismus, obwohl zum jetzigen Zeitpunkt das Opfer vielleicht gar nichts bemerkt. *C.H. 115; 1890*

692. Ihr habt eure Fleischnahrung wiederholt mit folgender Beweisführung verteidigt: »Sie mag für andere schädlich sein, uns schadet sie nicht, denn wir haben das ganze Leben lang Fleisch gegessen!« Aber ihr wisst nicht, wie gesund ihr sein könntet, hättet ihr auf Fleischspeisen verzichtet. *2T, 61; 1868*

Schweinefleisch ausdrücklich verboten

693. Gott hat dir Licht und Erkenntnis zukommen lassen und dich aufgefordert, der Esslust abzusagen. Du hast deinen Glauben bekannt, dass dieses Licht direkt von Gott kam. Du weißt, dass die Verwendung von Schweinefleisch ausdrücklich gegen das Gebot Gottes ist. Dieses Gebot wurde nicht gegeben, weil Gott seine rechtmäßige Macht besonders herausstellen wollte, sondern weil Schweinefleisch allen schadet, die es essen. Sein Genuss verunreinigt das Blut, so dass der Organismus verseucht und in Mitleidenschaft gezogen wird. Insbesondere werden die feinen, empfindlichen Gehirnnerven geschwächt und so betäubt, dass heilige Dinge nicht mehr wahrgenommen, sondern auf die tiefe Ebene allgemeiner Dinge gezerrt werden. *2T, 96; 1868*

694. Das Gewebe des Schweines wimmelt von Parasiten. Vom Schwein sagte Gott: »Es soll euch unrein sein. Von diesem Fleisch sollt ihr nicht essen, noch ihr Aas anrühren!« *5.Mose 14,8* Dieses Gebot wurde erteilt, weil Schweinefleisch für die Ernährung ungeeignet ist. Schweine sind Gassenkehrer. Dies ist der einzige Nutzen, den sie haben. Niemals und unter keinen Umständen sollte ihr Fleisch von Menschen gegessen werden. *M.H. 313.314; 1905*

695. Obwohl Schweinefleisch eines der weitest verbreiteten Nahrungsmittel ist, ist es doch eines der schädlichsten. Gott verbot den Hebräern nicht dessen Verwendung, um seine Macht zu demonstrieren, sondern weil es für die Ernährung der Menschen ungeeignet war. Es hätte den Organismus verseucht und besonders in jenem warmen Klimagebiet Aussatz und allerlei andere Krankheiten hervorgerufen. Sein Einfluss auf den Organismus war in jenem Klimagebiet noch weit verderblicher als in kühleren Gegenden. Aber Gott bestimmte, dass Schweinefleisch unter keinen Umständen gegessen werden sollte. Bei den Heiden wurde es als Nahrungsmittel verwendet. Die Amerikaner haben gleichfalls großzügig Gebrauch davon gemacht und betrachten es als wichtigen Bestandteil ihrer Ernährung. Normalerweise würde Schweinefleisch nicht gut schmecken. Durch starkes Würzen bekommt es erst Geschmack, wodurch eine an sich schon sehr schlechte Sache noch verschlimmert wird. Mehr als alle anderen Fleischsorten erzeugt Schweinefleisch schlechtes Blut. Wer es ohne Beschränkung genießt, muss krank werden. Wer allerdings viel draußen arbeitet, spürt die negativen Auswirkungen nicht so wie der, der sich vorwiegend in Räumen aufhält und der eine sitzende oder geistige Arbeit ausübt.

Durch den Genuss von Schweinefleisch wird jedoch nicht allein die körperliche Gesundheit beeinträchtigt. Auch der Geist bekommt seinen Teil ab. Das Feingefühl wird durch dieses grobe Nahrungsmittel abgestumpft. Das Fleisch eines Lebewesens, dessen natürliches Element der Kot ist und das sich von den übelsten Abfällen ernährt, kann unmöglich gesund sein. Schweinefleisch setzt sich aus den Bestandteilen zusammen, die das Schwein frisst. Essen Menschen dieses Fleisch, wird ihr Blut und ihr Fleisch von den fremden Bestandteilen, die durch das Schwein übertragen werden, verunreinigt. Schweinefleisch erzeugt Aussatz und Krebs und andere Krankheiten. Es ist noch immer der Urheber von sehr schrecklichen menschlichen Leiden. *H. to L. Kap. 1, S. 58; 1865*

Tierisches Fett und Blut

696. Eure Familie ist weit davon entfernt, wirklich gesund zu sein. Ihr habt tierisches Fett gegessen, was Gott in seinem Wort ausdrücklich verbietet. »Das sei eine ewige Sitte bei euren Nachkommen in allen euren Wohnungen, dass ihr kein Fett noch Blut esset!« *3. Mose 3, 17.* »Ihr sollt auch kein Fett essen, weder vom Vieh noch von Vögeln, überall, wo ihr wohnt. Welche Seele irgendein Blut essen würde, die soll ausgerottet werden von ihrem Volk!« *3. Mose 7, 26. 27; 27, 61; 1868*

697. Das Fleisch wird tiefend vor Fett serviert, weil es so dem verwöhnten Gaumen am besten schmeckt. Das Blut wie auch das Fett der Tiere werden als Delikatessen verzehrt. Doch der Herr gab ausdrückliche Anweisungen, dass das

23 FLEISCHSPEISEN

nicht gegessen werden darf. Warum eigentlich? Weil dies das Blut im menschlichen Körper krank macht. Durch die Missachtung dieser besonderen Anweisungen Gottes haben sich die Menschen eine Vielzahl von Beschwerden und Krankheiten zugezogen. ... Wenn sie ihren Organismus mit dem vollstopfen, was ihrem Fleisch und Blut nicht gut bekommt, müssen sie die Folgen ihrer Verachtung des Wortes Gottes tragen. *Letter 102; 1896*

Fische sind oft verseucht

698. Vielerorts werden die Fische durch die Abfälle, von denen sie sich ernähren, so verseucht, dass sie die Ursache von Krankheiten werden. Das ist besonders dort der Fall, wo die Fische mit den Abwässern großer Städte in Berührung kommen. Fische, die vom Inhalt der Abwasserkanäle leben, mögen in andere Gewässer ziehen und an Orten gefangen werden, wo das Wasser rein und frisch ist. Werden sie dann verspeist, bringen sie Krankheit und Tod über Menschen, die keine Gefahr ahnen. *M.H. 314.315; 1905*

Es gibt Ausnahmen

699. Wo gute Milch und Obst ausreichend zur Verfügung stehen, lässt sich nur selten eine Entschuldigung für das Fleischessen anführen. Es ist nicht nötig, irgendeinem Geschöpf Gottes das Leben zu nehmen, um die Bedürfnisse unseres Lebens zu stillen. Bei bestimmten Krankheiten und Erschöpfungszuständen mag es sinnvoll sein, etwas Fleisch zu essen, doch sollte man sehr vorsichtig sein und nur das Fleisch gesunder Tiere dafür verwenden. Die sehr ernste Frage, ob man nämlich in unserem Zeitalter überhaupt ohne Gefahr Fleisch essen kann, hat sich immer mehr in den Vordergrund gedrängt.

Es ist jedenfalls besser, ganz auf Fleisch zu verzichten, als das Fleisch ungesunder Tiere zu essen. Wenn mir die Nahrungsmittel, die ich brauchte, nicht zur Verfügung standen, habe ich manchmal ein wenig Fleisch gegessen. Aber meine Bedenken werden immer größer. *C.T.B.H. 117.118; 1890*

700. Einige meinen ehrlich, dass sich eine geeignete Ernährung hauptsächlich auf Haferbrei stützt. Die Verwendung großer Mengen Haferbrei erhält aber nicht die Gesundheit der Verdauungsorgane. Denn er wirkt zu sehr wie Flüssigkeit. Esst vielmehr Früchte, Gemüse und Brot. Eine Fleischkost ist zwar nicht die gesündeste Ernährung, dennoch würde ich nicht den Standpunkt vertreten, dass sie von jedermann gemieden werden sollte. Wer schwache Verdauungsorgane hat, verträgt oft Fleisch, während ihm Gemüse, Obst oder Haferbrei nicht bekommen. Wenn wir un-

sere Gesundheit bestmöglich erhalten wollen, sollten wir Gemüse und Obst nicht zur selben Mahlzeit essen. Bei einem schwachen Magen stellen sich dann Beschwerden ein, das Gehirn wird davon betroffen und ist zu geistiger Anstrengung nicht in der Lage. Esst Obst und Gemüse zu getrennten Mahlzeiten. ... Süße Kuchen, süße Puddingspeisen und Vanillesauce bringen die Verdauungsorgane durcheinander. Warum sollen wir also Menschen in Versuchung führen, indem wir ihnen solche Speisen vorgesetzen? Je mehr das Fleisch Bestandteil der Ernährung von Lehrern und Schülern ist, desto weniger wird ihr Geist für geistliche Dinge empfänglich sein. Die triebhaften Neigungen werden gestärkt und die zarten Empfindungen des Gemüts abgestumpft. Fleißiges Studieren ist nicht die eigentliche Ursache für geistige und seelische Zusammenbrüche. Der Hauptgrund liegt in falscher Ernährung, unregelmäßigen Mahlzeiten und in einem Mangel an körperlicher Bewegung. Unregelmäßiges Essen und Schlafen schwächen die Kräfte des Gehirns. *Y. I. 31.5.1894*

Fleischlose Ernährung ist vollwertig

701. Das Fleisch ist zum Aufbau unserer Gesundheit und Körperkraft nicht erforderlich. Sonst hätte Gott bei der Auswahl der Nahrung für Adam und Eva vor dem Sündenfall einen Fehler gemacht. Alle Nährstoffe sind in Früchten sowie im Gemüse und Getreide enthalten. *R&H. 8.5.1883*

Als ich 88 Jahre alt war, gab ich Fleisch ganz auf und wechselte nach einem leichten Herzinfarkt auf eine pflanzlich basierte Ernährung. Während der darauffolgenden Monate verlor ich nicht nur 50 Pfund Gewicht, sondern erhielt mehr Kraft in den Beinen und allgemein mehr Energie. Heute, im Alter von 93 Jahren, nehme ich immer noch die gleiche pflanzliche Diät zu mir und esse immer noch kein Fleisch oder Milchprodukte. Ich schwimme, gehe oder rudere mein Kanu jeden Tag und fühle mich am besten seit der Zeit, als meine Herzprobleme begannen. (Dr. Benjamin Spock, Ernährungsberater, 1996)

Osteoporose hat verschiedene Ursachen, eine der wichtigsten ist ein zu großer Anteil an Protein in der Nahrung. (Wissenschaft (Science), 1986; 233(4763)

40% aller Krebserkrankungen der Welt könnten durch eine Ernährung, die reich an Getreiden, Früchten und Gemüse ist, verhindert werden. (Amerikanisches Institut für Krebsforschung, Weltkrebsfond 16.10.1997)

Bauchspeicheldrüsenkrebs kommt in Ländern, in denen Fettkonsum und/oder Konsum tierischer Produkte sehr groß ist, sehr viel mehr vor. (Amerikanische Zeitschrift für Epidemiologie, 1990; 132:423-431)

Männer, die unter Prostatakrebs leiden, haben in ihrer Diät mehr Fett als jene, die keine Prostataprobleme haben. Wenn der Konsum von tierischen Produkten mit der Todesrate verglichen wird, so stellt sich heraus, dass der Konsum von Fleisch und Milchprodukten in Wechselbeziehung steht mit der Todesrate. (Krebs, 1989; 64:598-604)

23 FLEISCHSPEISEN

702. Die Meinung, dass Muskelkraft von der Verwendung tierischer Speisen abhängt, ist ein Irrtum. Für den Organismus ist es besser, wenn man sie weglässt; auch ist man ohne sie gesünder. Die Getreidearten enthalten zusammen mit Früchten, Nüssen und Gemüse alle Nährstoffe, die zur guten Blutbildung notwendig sind. Diese Nährstoffe werden von einer Fleischkost nicht in dieser Qualität und Fülle geliefert. Wäre Fleisch für unsere Gesundheit und Körperkraft nötig, wäre es in den Ernährungsplan aufgenommen worden, der am Anfang für die Menschen erstellt wurde. *M.H. 316; 1905*

Warum Nahrung aus zweiter Hand?

703. Die Nahrung der Tiere besteht aus Gemüse- und Getreidearten. Muss das Gemüse wirklich zuerst durch den Organismus der Tiere wandern und von ihnen verarbeitet werden, bevor wir es essen? Müssen wir zu unserem Gemüse über den Umweg des Fleisches toter Tiere gelangen? Für unsere ersten Eltern hat Gott Früchte in ihrem natürlichen Zustand bereitgestellt. Er übertrug Adam die Verantwortung für den Garten – er sollte ihn hegen und pflegen. »Ich habe euch gegeben allerlei Kraut ... und allerlei fruchtbare Bäume ... zu eurer Speise!« *1.Mose 1,29*. Kein Tier sollte ein anderes aus Gründen der Nahrung umbringen. *Letter 72; 1896*

704. Wer Fleisch isst, erhält Gemüse und Getreide aus zweiter Hand. Denn das Tier erhält von diesen Dingen die Nährstoffe, die es für das Wachstum benötigt. Das Leben, das im Getreide und Gemüse war, geht auf den Verzehr über. Wir empfangen es, wenn wir das Fleisch der Tiere essen. Wie viel besser ist es doch, dieses Leben unmittelbar zu empfangen, indem wir das essen, was Gott für uns bestimmt hat! *M.H. 313; 1905*

Fleisch erregt

705. Wird kein Fleisch mehr gegessen, dann spürt man oft ein Schwächegefühl, ein Mangel an Kraft. Viele wollen damit beweisen, dass Fleisch unentbehrlich ist. Dies kommt aber daher, weil Speisen dieser Art anregend wirken, weil sie das Blut erhitzen und die Nerven erregen. Solche Menschen meinen, auf etwas verzichten zu müssen. Einigen fällt es genauso schwer, mit dem Fleischessen aufzuhören, wie für den Alkoholiker, seinen Schnaps stehen zu lassen. Aber nach der Umstellung werden sie sich um so wohler fühlen. *M.H. 316; 1905*

706. Auch Fleischnahrung ist schädlich. Ihre natürliche anregende Wirkung sollte Begründung genug sein, sie nicht zu verwenden. Der fast allgemein gewordene

krankhafte Zustand der Tiere macht es doppelt anfechtbar. Fleischgenuss führt leicht zu einer Überreizung der Nerven und zur Erregung der Leidenschaften. Auf diese Weise gewinnen die niederen Neigungen die Oberhand. *Ed. 203; 1903*

707. Ich war schon etwas über deine Begründung überrascht, warum dich eine Fleischkost bei Kräften gehalten hat. Denn wenn du dich selbst einmal ausklammerst, sagt dir schon deine Vernunft, dass eine Fleischnahrung nicht so vorteilhaft ist, wie du meinst. Du hättest ja auch die richtige Antwort, wenn ein Tabaksüchtiger zur Entschuldigung für sein Rauchen die Argumente anführte, die du als Begründung dafür vorgebracht hast, dass du weiterhin Fleisch isst. Das Gefühl der Schwäche, das du beim Verzicht auf Fleisch feststellst, ist eines der stärksten Argumente, die ich dir anführen kann, um das Fleischessen aufzugeben. Wer Fleisch isst, fühlt sich nachher angeregt und verwechselt das mit Kraft. Nachdem jemand mit dem Fleischessen aufgehört hat, mag er sich eine Zeitlang etwas schwach fühlen; hat aber die Wirkung dieser Kost im Organismus nachgelassen, ist auch das Gefühl der Schwäche verschwunden. Ein solcher Mensch wird nicht mehr das verlangen, was er zuvor als Voraussetzung seiner körperlichen Kraft betrachtet hat. *Letter 73a; 1896*

Schafft Ersatz

708. Wenn auf Fleischspeisen verzichtet wird, sollte stattdessen eine vielfältige Auswahl von Getreide, Nüsse, Gemüse und Früchte verwendet werden, die sowohl nahrhaft sind als auch den Appetit anregen. Das ist besonders bei Schwachen oder Schwerarbeitern notwendig.

In manchen Ländern, wo bittere Armut herrscht, ist Fleisch das günstigste Nahrungsmittel. Unter diesen Umständen wird eine Änderung problematischer sein. Aber es ist möglich. Doch sollten wir stets die Situation der Menschen und die Macht lebenslanger Gewohnheiten berücksichtigen und uns davor hüten, selbst richtige Sichtweisen irgend jemandem aufzudrängen. Niemand sollte veranlasst werden, eine derartige Änderung von einem Tag auf den anderen vorzunehmen. Gesunde und preiswerte Nahrungsmittel sollten das Fleisch ersetzen. Viel hängt dabei von der Köchin ab. Mit Sorgfalt und Geschick lassen sich Speisen zubereiten, die nahrhaft sind, den Appetit anregen und weitgehend das Fleisch ersetzen.

In allen Fällen erziehe man das Gewissen, stärke den Willen und stelle gute und vollwertige Speisen auf den Tisch. Dann wird eine Änderung leicht sein und das Verlangen nach Fleischspeisen wird verschwinden. *M.H. 316.317; 1905*

709. Die Fähigkeit, Speisen richtig zuzubereiten, ist sehr wertvoll. Vor allem dort, wo Fleisch kein Hauptnahrungsmittel ist, sind gute Kochkenntnisse unbedingt

23 FLEISCHSPEISEN

erforderlich. Wir müssen etwas anstatt Fleisch anbieten. Diese Speisen müssen so gut zubereitet werden, dass man kein Verlangen mehr nach Fleisch hat. *Letter 60a; 1896*

Unlogische Entschuldigungen

710. Wie schnell sind doch das Licht und die Anweisungen verblasst und kraftlos geworden, die der Herr in seiner Gnade geschenkt hat. Das geschieht, wenn Satan die Herrschaft über den Geist erringt. Wie viele verwenden Ausreden und geben besondere Umstände an, die grundlos sind, um den falschen Weg zu bestätigen, das Licht beiseite zu schieben oder es gar auszulöschen. Ich weiß, wovon ich spreche. Das stärkste Argument gegen die Gesundheitsreform besteht darin, dass die Nachfolger Christi es nicht ausleben. Dennoch behaupten sie ernsthaft, dass sie nach der Gesundheitsreform nicht leben können, weil sie dann nicht in der Lage sind, ihre Körperkraft zu erhalten.

In all diesen Fällen gibt es einen triftigen Grund für die Nichtbeachtung der Gesundheitsreform. Doch die Geschwister leben sie nicht aus, sie haben sie nie konsequent befolgt. Deshalb können sie auch nicht die Segnungen daraus spüren. Manche meinen fälschlicherweise, dass sie nach dem Weglassen von Fleisch es nicht nötig hätten, es durch gutes Obst und Gemüse zu ersetzen, das in möglichst natürlichem Zustand und frei von Fett und Gewürzen zubereitet wird. Würden sie die vom Schöpfer geschenkten guten Gaben geschickt zubereiten – wobei Eltern und Kinder sich gewissenhaft und gemeinsam an dieser Aufgabe beteiligen sollten –, würden ihnen einfache Speisen gut schmecken und sie könnten dann verständnisvoll über die Gesundheitsreform sprechen. Solche, die die Gesundheitsreform noch nicht beachtet oder sie nie ganz umgesetzt haben, können über ihren Vorteil auch nicht urteilen. Andere wiederum, die manchmal Ausnahmen machen, um ihren Appetit auf gemästeten Truthahn oder andere Fleischspeisen zu befriedigen, verderben ihren Geschmack und sind nicht berechtigt, über die Segnungen der Gesundheitsreform zu urteilen. Sie lassen sich nur vom Geschmack, nicht aber von Grundsätzen leiten. *2T, 486.487; 1868*

Ein ernster Aufruf zur Reform

711. Viele Eltern handeln so, als hätten sie keinen Verstand mehr. Sie leben gleichgültig dahin, wie gelähmt durch die Befriedigung einer fehlgeleiteten Esslust und entwürdigender Leidenschaften. Unsere Prediger, die die Wahrheit kennen, sollten sie aus diesem lähmenden Zustand wachrütteln und sie dazu bewegen, das aufzugeben, was den Appetit auf Fleisch erregt. Wenn die Menschen das nicht tun,

werden sie keine geistliche Kraft mehr haben und immer stärker von ihren sündigen Lüsten erniedrigt. In vielen Heimen übt man Gewohnheiten, die der Himmel verabscheut und die menschliche Wesen unter die Stufe des Tieres herabwürdigend. Alle, die die Wahrheit kennen, sollten sich das Wort vor Augen halten: »Flieht die fleischlichen Lüste, welche wider die Seele streiten!« *1. Petrus 2, 11*

Kein Prediger sollte ein schlechtes Beispiel geben, indem er Fleisch isst. Er sollte mit seiner Familie zusammen nach dem Licht der Gesundheitsreform leben. Kein Prediger darf es gestatten, dass seine eigene Natur und die Natur seiner Kinder verrohen. Kinder, deren Wünschen keine Einschränkung auferlegt wurde, sind ver-sucht, nicht nur den üblichen Gewohnheiten der Unmäßigkeit nachzugeben, sondern auch ihren niederen Leidenschaften freien Lauf zu lassen und Reinheit und Tugend zu verachten. Solche Menschen werden von Satan dazu verführt, nicht nur ihre eigenen Körper zu verderben, sondern über ihren schlechten Umgang auch anderen zu erzählen. Sind Eltern selbst durch die Sünde verblendet, können sie häufig diese Zusammenhänge nicht erkennen. An Eltern, die in der Stadt leben, ergoht der Warnungsruf des Herrn: »Behaltet die Kinder in euren eigenen Häusern. Trennt sie von denen, die die Gebote Gottes missachten und das Übel lehren und vorleben. Zieht aus den Städten, so schnell es euch möglich ist!«

Eltern sollen kleine Häuser auf dem Land erwerben, mit einem Stück Land, wo sie Obstbäume pflanzen sowie Gemüse und Früchte ziehen können. Diese ersetzen das Fleisch, das das Leben spendende Blut, das durch unsere Adern fließt, so schädigt. *MS 133; 1902*

Gebet und Fasten stärken die Widerstandskraft

712. Zeigt unser Appetit starkes Verlangen nach dem Fleisch toter Tiere, sollen wir fasten und den Herrn um seine Gnade bitten, dass wir den fleischlichen Lüsten, die wider die Seele streiten, entrinnen können. *Letter 73; 1896*

Das Gebet um Heilung kann widersinnig sein

713. Es gibt Siebenten-Tags-Adventisten, die sich weigern, das Licht zu beachten, das ihnen in dieser Angelegenheit geschenkt worden ist. Sie machen das Fleisch zu einem Bestandteil ihrer Ernährung. Krankheiten befallen sie. Wenn sie dann als Folge ihrer falschen Handlungsweise krank sind und leiden, bitten sie die Diener Gottes, für sie zu beten. Doch wie kann ihnen Gott helfen, wenn sie nicht bereit sind, seinen Willen zu tun, sondern es ablehnen, seine Anweisungen bezüglich der Gesundheitsreform zu befolgen? Seit dreißig Jahren scheint dem Volk Gottes das Licht der Gesundheitsreform, aber vielen ist es zur Zielscheibe ihres Spottes gewor-

23 FLEISCHSPEISEN

den. Sie verwenden weiterhin schwarzen Tee, Bohnenkaffee, scharfe Gewürze und Fleisch. Ihr Körper ist voll von Krankheiten. Wie können wir, so frage ich euch, solche Menschen dem Herrn zur Heilung vorlegen? *Letter 200; 1903*

714. Helle Brötchen und Fleischspeisen sind mit den Grundsätzen der Gesundheitsreform nicht zu vereinbaren. Würden wir unserer Vernunft gestatten, an die Stelle unserer Regungen und der Liebe zu sinnlichen Genüssen zu treten, würden wir das Fleisch toter Tiere nicht einmal probieren. Was kann auf den Geruchssinn abstoßender wirken als ein Laden, in dem Fleisch angeboten wird? Der Geruch rohen Fleisches ist für alle abstoßend, deren Sinne durch die Heranbildung eines unnatürlichen Geschmacks nicht verdorben worden sind. Was könnte einem nachdenklichen Geist unangenehmer sein als der Anblick getöteter Tiere, die verspeist werden sollen? Wenn das Licht nicht beachtet wird, das uns Gott bezüglich der Gesundheitsreform gegeben hat, wird Gott auch kein Wunder tun, um solche gesund zu erhalten, die sich durch ihre Handlungsweise selbst krank machen. *U.T. in »Regard to Flesh Foods« 2; 1884*

Führer in der Reform

715. Wenn wir auch den Fleischgenuss nicht zum Prüfstein machen noch irgend jemandem den Verzicht auf Fleisch aufzwingen wollen, ist es doch unsere Pflicht, die Prediger der Vereinigung dringend zu bitten, die Botschaft über eine solche Reform weder gering zu schätzen noch ihr entgegenzuarbeiten. Gott hat uns über die Wirkung des Fleischessens auf den Organismus nicht im unklaren gelassen. Wenn du trotzdem auch in Zukunft Fleisch isst, musst du die Folgen tragen. Aber nimm vor den Menschen nicht eine Haltung ein, die sie glauben lässt, dass eine Reform wegen des Fleischessens nicht nötig ist. Denn der Herr ruft zu einer Reform auf. Er gab uns den Auftrag, die Botschaft der Gesundheitsreform zu verkündigen. Wenn du meinst, dass du die Bemühungen derer, die diese Botschaft hinaustragen, nicht unterstützen kannst, dann behalte das für dich. Arbeitest du den Bemühungen deiner Mitarbeiter entgegen, die die Gesundheitsreform lehren, bist du fehl am Platz und kämpfst auf der falschen Seite. *Letter 48; 1902*

716. Sollen wir als Botschafter Gottes nicht eine klare Haltung gegen die Befriedigung einer verkehrten Esslust einnehmen? ... Gott hat eine Fülle von Früchten und Getreidearten zur Verfügung gestellt, die gesund zubereitet und in richtigen Mengen verwendet werden können. Warum essen dann Menschen weiter Fleisch? Können wir wirklich zu Predigern Vertrauen haben, die gemeinsam mit anderen Fleisch essen, wo es gerade serviert wird? ... »Ihr sollt die Gebote des Herrn, eures Gottes, treu

lich halten.« Jeder, der die Gesundheitsgesetze übertritt, wird mit Sicherheit Gottes Missfallen auf sich ziehen. Ach, wie viel könnten wir doch täglich vom heiligen Geist empfangen, wenn wir vorsichtig wandelten, unser Ich verleugneten und die Tugenden Christi auslebten! *Pacific Union Recorder*; 9.10.1902

Prediger und Buchevangelisten als Vorbilder

717. Unsere Prediger und Buchevangelisten sollen unter dem Banner strenger Mäßigkeit vorangehen. Schämt euch niemals zu sagen: »Nein, danke. Ich esse kein Fleisch. Aus Gewissensgründen esse ich nicht das Fleisch toter Tiere!« Wird euch schwarzer Tee oder Bohnenkaffee angeboten, lehnt ihn ab und sagt auch, warum. Erklärt den Menschen, dass er schädlich ist; dass die Wirkung nach einer gewissen Zeit der Anregung bald nachlässt und man dann im selben Maß ein Gefühl der Schwäche verspürt. *MS 113*; 1901

718. Was die Fleischspeisen betrifft, können wir alle sagen – lasst sie weg! Auch sollten alle eine klare Haltung gegen die Verwendung von schwarzem Tee und Bohnenkaffee einnehmen. Wir sollten so etwas nie trinken. Es handelt sich um berauschende Mittel, die das Gehirn wie auch die anderen Organe des Körpers schädigen. Es ist noch nicht die Zeit, dass ich euch raten kann, auf Milch und Eier ganz zu verzichten. Milch und Eier sollten dem Fleisch nicht gleichgestellt werden. Bei manchen Krankheiten erweist sich die Verwendung von Eiern als sehr segensreich.

Unsere Geschwister sollten sich eine selbstsüchtige Befriedigung des Appetits versagen. Jeder Cent, der für schwarzen Tee, Bohnenkaffee und Fleischspeisen ausgegeben wird, ist mehr als vergeudet. Denn diese Dinge hemmen die bestmögliche Ausbildung der körperlichen, seelischen und geistigen Kräfte. *Letter 135*; 1902

Zusammenfassung

719. Wenn es uns hilfreich wäre, Fleischspeisen zu essen, würde ich diesen Aufruf nicht an euch richten. Ich weiß aber, dass es nicht der Fall ist. Fleischspeisen stehen dem körperlichen Wohlbefinden entgegen. Wir sollten daher lernen, ohne sie auszukommen. Wem es möglich ist, sich vegetarisch zu ernähren, es aber trotzdem vorzieht, sich von seinem Geschmack leiten zu lassen und zu essen und zu trinken, was ihm schmeckt, wird allmählich auch gegenüber den Unterweisungen des Herrn in anderen Punkten der gegenwärtigen Wahrheit sorglos; sein Empfindungsvermögen stumpft ab. Er wird ernten, was er gesät hat.

Ich wurde unterwiesen, dass den Schülern auf unseren Schulen weder Fleisch noch Speisen, die ungesund sind, vorgesetzt werden sollten. Nichts, was dazu die -

23 FLEISCHSPEISEN

nen könnte, das Verlangen nach Reizmitteln zu stärken, sollte auf den Tisch kommen. Ich wende mich mit diesem Anliegen an alle Altersgruppen. Versagt eurer Esslust solche Dinge, die euch nur schaden. Dient dem Herrn mit Opfersinn.

Auch die Kinder sollten in verständnisvoller Weise Anteil daran haben. Wir alle sind Glieder der Familie des Herrn; und der Herr will, dass sich alle seine Kinder, junge wie alte, entschließen, der Befriedigung der Esslust zu entsagen und so Mittel zu sparen, die zur Errichtung von Versammlungshäusern und zur Unterstützung von Missionen erforderlich sind.

Ich wurde unterwiesen, den Eltern zu sagen: Stellt euch in dieser Frage ganz, mit Seele und Geist, auf die Seite des Herrn. Wir sollten stets daran denken, dass wir in dieser Prüfungszeit vor dem Herrn der Welt erprobt werden. Wollt ihr nicht aufhören, etwas zu tun, das euch nur schadet? Bekenntnismotive sind zu wenig; zeigt durch Taten der Selbstverleugnung, dass ihr den Anforderungen gehorchen wollt, die Gott an sein Volk stellt. Verwendet einen Teil der Mittel, die ihr durch die von euch geübte Selbstverleugnung spart, für das Schatzhaus des Herrn, so werden genügend Mittel vorhanden sein, das Werk Gottes fortzuführen.

Viele meinen, ohne Fleischspeisen nicht auskommen zu können. Würden sie sich fest entschlossen auf die Seite des Herrn stellen, bereit, den Weg zu gehen, den er sie führen will, könnten sie wie Daniel und seine Gefährten Kraft und Weisheit erhalten. Sie würden feststellen, dass der Herr ihnen gesundes Urteilsvermögen schenkt. Viele wären überrascht, wenn sie sehen, wie viel man durch Selbstverleugnung für Gottes Sache aufbringen kann. Die kleinen Summen, die man dadurch spart, dass man sich Opfer auferlegt, werden mehr für den Aufbau des Werkes Gottes beitragen als größere Gaben, die keine Selbstverleugnung erforderten. Wir Siebenten-Tags-Adventisten befassen uns mit bedeutsamen Wahrheiten. Vor mehr als vierzig Jahren [geschrieben 1909] gab der Herr uns besonderes Licht über die Gesundheitsreform; leben wir nach diesem Licht? Wie viele haben sich geweigert, in Übereinstimmung mit Gottes Ratschlägen zu leben!

Unser Volk sollte entsprechend dem empfangenen Licht vorangehen. Wir müssen die Grundsätze der Gesundheitsreform verstehen und beachten. Auf dem Gebiet der Mäßigkeitsbestrebungen sollen wir allen anderen Menschen voraus sein. Trotzdem gibt es unter uns gutunterrichtete Gemeindeglieder, ja sogar Prediger des Evangeliums, die das Licht geringschätzen, das Gott darüber gegeben hat. Sie essen und arbeiten, wie es ihnen gefällt. ...

Wir stellen keine genauen Regeln auf, die man in der Ernährung befolgen sollte; wir betonen aber, dass Fleischnahrung in Ländern, in denen reichlich Obst, Getreide und Nüsse vorhanden sind, nicht die richtige Nahrung für Gottes Volk ist. Ich bin darüber belehrt worden, dass Fleischkost dazu führen kann, die Natur zu verrohen und bei Männern und Frauen die Liebe und das Mitgefühl zu schwächen, das sie

anderen entgegenbringen sollten. So verhilft man den niederen Leidenschaften zur Herrschaft über die höheren Kräfte des Menschen. Wenn Fleischgenuss je gesund war, heute ist es nicht der Fall. Krebs, Geschwülste und Lungenkrankheiten werden oft durch Fleischgenuss verursacht. Wir dürfen den Genuss von Fleischspeisen nicht zu einem Prüfstein der Gemeindegliederzugehörigkeit machen; doch müssen wir bedenken, welchen Einfluss Gläubige auf andere ausüben, die Fleischnahrung essen. Ist es nicht unsere Aufgabe als Boten Gottes, den Menschen zu sagen: »Ihr esset nun oder trinket oder was ihr tut, so tut alles zu Gottes Ehre?« *1. Korinther 10,31*

Ist es nicht notwendig, dass wir ein entschiedenes Zeugnis gegen die Befriedigung eines verdorbenen Geschmacks ablegen? Sollten Prediger des Evangeliums, die die feierlichste Wahrheit verkündigen, die Sterblichen je anvertraut worden ist, ein Beispiel darin geben, zu den Fleischtöpfen Ägyptens zurückzukehren? Dürfen es sich die, die vom Zehnten aus dem Vorratshaus Gottes unterhalten werden, gestatten, durch Genusssucht den lebenverleihenden Blutstrom, der durch ihre Adern fließt, zu vergiften? Dürfen sie das Licht und die Warnungen missachten, die Gott ihnen gegeben hat? Wir sollten die körperliche Gesundheit für das Wachstum in der Gnade und die Bildung eines ausgeglichenen Charakters als wesentlich ansehen.

Sorgen wir dagegen nicht ordentlich für den Magen, so behindern wir die Bildung eines rechtschaffenen, gesitteten Charakters. Gehirn und Nerven stehen mit dem Magen in enger Beziehung. Verkehrte Gewohnheiten im Essen und Trinken führen zu mangelhaftem Denken und Handeln.

Jetzt werden alle geprüft und geläutert. Wir sind in Christus getauft. Wenn wir uns von allem trennen, das uns nach unten zieht und zu dem macht, was wir nicht sein sollten, dann wird uns auch die Kraft gegeben, in Christus als dem lebendigen Haupt zu wachsen, und wir werden das Heil Gottes sehen. *9T, 156-160; 1909*

Aufruf für eine Ernährung ohne Fleisch in medizinische Einrichtungen (1884)

720. Heute bin ich um vier Uhr aufgestanden, um einige Sätze zu schreiben. Ich habe lange darüber nachgedacht, wie die Einrichtungen, über die du den Vorsitz hast, so sein können, wie sie Gott haben möchte, und habe einige gedankliche Vorschläge. Wir sind Gesundheitsreformer und versuchen, so weit wie möglich, zu dem ursprünglichen Plan Gottes der Mäßigkeit zurück zu kommen. Mäßigkeit besteht nicht nur darin, auf Alkohol und Tabak zu verzichten, es ist noch weitreichender. Es muss auch geregelt sein, was wir essen.

Ihr seid alle mit dem Thema der Gesundheitsreform bekannt. Aber wenn ich die medizinische Einrichtung besuche, sehe ich, dass man sehr von der Gesundheitsreform in bezug auf das Fleischessen abgewichen ist. Ich bin überzeugt, dass etwas

23 FLEISCHSPEISEN

verändert werden muss und das sofort. Eure Ernährung besteht überwiegend aus Fleisch. Gott führt nicht in diese Richtung. Der Feind versucht die Ernährungsfrage auf eine falsche Grundlage zu stellen, indem er die Führungskräfte des Hauses dazu bringt, die Kost dem Appetit der Patienten anzupassen. Als der Herr die Kinder Israel aus Ägypten führte, wollte er, dass sie sich in Kanaan als reines, glückliches, gesundes Volk niederließen. Lasst uns den Plan Gottes studieren und sehen, wie das erreicht wurde. Er schränkte ihre Ernährung ein. Weitgehend nahm er die Fleischnahrung von ihnen. Aber sie sehnten sich nach den Fleischtöpfen Ägyptens, und Gott gab ihnen Fleisch, und dadurch auch die sicheren Folgen.

Die Gesundheits-Einrichtung wurde überwiegend deshalb errichtet, um die Kranken ohne Medikamente behandeln zu können. Es sollte nach hygienischen Grundsätzen geführt werden. Medikamente sollten so schnell wie möglich entfernt werden, bis sie völlig abgesetzt sind. Es sollte Unterricht in geeigneter Ernährung, Kleidung und Bewegung gegeben werden. Nicht nur unser eigenes Volk, sondern diejenigen, die das Licht der Gesundheitsreform noch nicht erhalten hatten. Ihnen sollte gezeigt werden, wie man gesund lebt, gemäß dem Plan Gottes. Aber wenn wir selbst keine Grundlage haben, warum sollen wir da so viel investieren, um eine Gesundheitseinrichtung zu errichten? Wie kann dann reformiert werden?

Ich kann nicht sagen, dass wir da nach Gottes Ordnung handeln. Wir müssen etwas ändern oder die Gesundheitsanstalt aufgeben; denn so ist es völlig unpassend. Der Herr hat mir gezeigt, dass die Gesundheitseinrichtungen nicht so gestaltet sein dürfen, dass man dem Appetit oder irgendeiner Idee einer Person entgegen kommt. Ich bin mir dessen bewusst, dass die Entschuldigung dafür, die war, um Fleischessen in der Einrichtung zu erlauben, dass alle die Vergnügungssuchenden, die hierher kommen, mit keiner anderen Ernährung zufrieden sind. Dann lasst sie da hingehen, wo sie die Ernährung erhalten, die sie sich wünschen.

Wenn die Einrichtung sogar für Gäste nicht nach den richtigen Grundsätzen geführt werden kann, dann gebt den Namen dafür auf. Aber die Entschuldigung, auf die man bestand, existiert nicht; denn die Sponsoren von außen sind sehr wenige. Dem Organismus wird durch ständiges Fleischessen geschadet. Dafür gibt es keine andere Entschuldigung als ein verdorbener und entstellter Appetit. Du magst fragen, würdest du völlig mit dem Fleisch essen aufhören? Die Antwort darauf ist, dass wir schließlich dahin kommen werden, aber wir sind für diesen Schritt noch nicht vorbereitet. Fleisch essen wird schließlich aufgegeben werden. Das Fleisch von Tieren wird noch länger einen Teil unserer Ernährung ausmachen; und wir sollten das Fleischergeschäft mit Abscheu betrachten. ... Wir werden von dem aufgebaut, was wir essen. Sollen wir die tierischen Leidenschaften stärken indem wir Fleisch essen? Anstatt den Geschmack zu erziehen, diese grobe Nahrung zu mögen, ist es höchste Zeit, dass wir uns daran gewöhnen, von Früchten, Getreide und Gemüse zu leben. Das

sollten alle tun, die mit unseren Einrichtungen verbunden sind. Verwendet immer weniger Fleisch, bis ihr es ganz weglasst. Wenn Fleisch aufgegeben wird, wenn der Geschmack nicht in diese Richtung erzogen wird, wenn man sich an Früchte und Getreide immer mehr gewöhnt, wird es bald so sein, wie es Gott am Anfang vorgesehen hat. Sein Volk wird kein Fleisch verwenden.

Wenn Fleisch nicht so wie sonst verwendet wird, werdet ihr bald einen besseren Weg des Kochens lernen, und ihr werdet in der Lage sein, das Fleisches durch etwas anderes zu ersetzen. Viele vegetarische Gerichte, vollkommen gesund und nahrhaft, können anstelle von Fleisch angeboten werden. Kräftige Männer brauchen viel Gemüse, Früchte und Getreide. Manchmal kann Außenstehenden etwas Fleisch gegeben werden, die ihren Geschmack so erzogen haben, dass sie denken, wenn sie kein Fleisch essen, sie ihre Kraft nicht erhalten können. Aber sie werden mehr Ausdauer haben, wenn sie Fleisch weglassen, als wenn sie sich größtenteils davon ernähren. Der grundsätzliche Einwand von Ärzten und Helfern der Gesundheitsreform, eine Ernährung ohne Fleisch zu befürworten, ist, dass sie Fleisch gerne essen. Dann plädieren sie dafür, dass sie es unbedingt brauchen. Deshalb fördern sie die Verwendung. Aber Gott möchte nicht, dass diejenigen, die zur Gesundheitseinrichtung kommen, so unterrichtet werden, dass sie von Fleisch leben sollen.

Durch Gespräche im Sprechzimmer und durch das Vorbild sollen sie in eine andere Richtung hin erzogen werden. Da braucht man Fähigkeiten zur Zubereitung gesunder Nahrung. Das erfordert zwar mehr Arbeit, aber trotzdem muss sie nach und nach getan werden. Verwendet weniger Fleisch. Lasst diejenigen, die kochen, und die, die Verantwortung tragen, ihren eigenen Geschmack und ihre Essensgewohnheiten in Übereinstimmung mit den Gesundheitsgesetzen erziehen. Wie sind mehr nach Ägypten zurückgegangen als nach Kanaan. Sollen wir da nicht umkehren? Sollten wir nicht einfache, gesunde Nahrung auf unsere Tische stellen? Sollten wir nicht auf heiße weiche Brötchen und Backwaren verzichten, die nur Verdauungsstörungen hervorrufen? Diejenigen, die den Standard so nahe an Gottes Ordnung ausrichten, nach dem Licht, dass er ihnen durch seine Wort und die Zeugnisse seines Geistes gegeben hat, wird ihre Handlungsweise nicht ändern, um den Wünschen ihrer Freunde und Verwandten gerecht zu werden – seien es einer oder zwei oder viele, – die entgegen der weisen Anordnung Gottes leben. Wenn wir uns also an Grundsätze halten, wenn wir in der Ernährung strikte Regeln beachten, wenn wir als Christen unseren Geschmack nach dem Plan Gottes erziehen, werden wir einen Einfluss ausüben, der den Gedanken Gottes entspricht. Die Frage ist: »Sind wir bereit, wahre Gesundheitsreformer zu sein?« Wir sollten ständige Eintönigkeit in der Ernährung vermeiden. Der Appetit wird sehr viel besser angeregt, wenn die Nahrung abwechslungsreich ist. Seid beständig. Stellt nicht verschiedene Arten von Nahrung zu einer Mahlzeit auf den Tisch. Verhaltet euch in dieser Hinsicht nach wirtschaftlichen Gesichtspunkten,

23 FLEISCHSPEISEN

auch wenn die Leute sich beschwerten. Finden sie Fehler, wenn nicht genug da ist, was ihnen schmeckt? Die Israeliten beschwerten sich immer über Mose und über Gott. Es ist eure Pflicht, den Standard der Gesundheitsreform zu halten. Man kann für Kranke mehr erreichen, wenn man ihre Ernährung regelt, als durch all die Bäder, die man ihnen geben kann.

Setz die gleiche Menge Geld ein, die für Fleisch ausgegeben wurde, um Früchte zu kaufen. Zeigt den Menschen den richtigen Lebensweg. Hätte man dies in der Einrichtung in ... von Anfang an getan, hätte es dem Herrn gefallen und er hätte die Anstrengungen anerkannt. ... In der Zubereitung von Nahrung sollte man sorgfältig und geschickt vorgehen. Ich hoffe, dass Frau Doktor ... die Stellung ausfüllen wird, die ihr zugeteilt wurde, dass sie sich mit dem Koch besprechen wird, so dass die Nahrung, die in der Gesundheitseinrichtung auf die Tische gestellt wird, mit der Gesundheitsreform übereinstimmt. Weil der eine dazu neigt, dem Appetit nachzugeben, darf er nicht behaupten, dass man so leben soll. Er darf durch seine Handlungsweise nicht versuchen, die Einrichtung so zu formen, dass sie seinem Geschmack und seiner Handlungsweisen zusagt. Diejenigen, die in Einrichtungen Verantwortung tragen, sollten sich oft gemeinsam beraten. Sie sollten ganz einig sein.

Bitte behaupte nicht, dass Fleisch essen richtig sein muss, weil dieser oder jener, der Sklave seines Appetits ist, gesagt hat, dass er in der Gesundheitseinrichtung nicht ohne Fleisch leben kann. Sich vom Fleisch toter Tiere zu ernähren ist ein grober Lebensweg, und als ein Volk, sollten wir eine Veränderung bewirken, eine Reform beginnen und Menschen zeigen, wie man die Nahrung gesund zubereiten kann, dass sie mehr kräftigt und man gesünder bleibt, als wenn man Fleisch isst.

Die Sünde dieses Zeitalters ist Zügellosigkeit im Essen und Trinken. Dem Appetit nachzugeben ist der Götze, den viele anbeten. Diejenigen, die mit der Gesundheitseinrichtung verbunden sind, sollten in diesen Dingen ein richtiges Vorbild geben. Sie sollten sich ständig in der Furcht Gottes bewegen, und nicht von einem verdorbenem Appetit beherrscht werden. Ihnen sollten die Grundsätze der Gesundheitsreform klar sein, und unter allen Umständen sollten sie sich danach richten.

Ich hoffe, Doktor ... , dass du mehr und mehr lernen wirst, gesund zu kochen. Bereite genügend vegetarische, gesunde Nahrung. Denke in dieser Hinsicht nicht wirtschaftlich. Schränke dagegen deine Ausgaben für Fleisch ein; aber kaufe viel gutes Obst und Gemüse. Dann wirst du dich daran freuen, wieviel Appetit sie haben und dadurch deine Zubereitungen würdigen. Denke niemals, dass gute, gesunde Nahrung zu essen, ein Verlust ist. Es wird Blut und Muskeln kräftigen, und Stärke für die täglichen Pflichten geben. *Letter 3; 1884*

[Das Kochen von Fleischnahrung wird in unseren Schulen nicht gelehrt. – 817; Fleischessende Ärzte sollten in unseren Sanatorien nicht angestellt werden. – 433]

721. Ich habe viel an das Gesundheitszentrum in ... gedacht. Vieles geht mir dabei durch den Kopf, und ich möchte euch gerne einiges mitteilen. Das Licht, das Gott mir und durch mich uns allen über die Gesundheitsreform gegeben hat, habe ich mir in Erinnerung gerufen. Habt ihr versucht, sorgfältig und unter Gebet zu verstehen, was der Wille Gottes in diesen Dingen ist? Die Entschuldigung war gewesen, dass ja Aussenstehende Fleischnahrung haben müssten. Auch wenn sie etwas Fleisch bekommen würden, weiß ich, dass man mit Sorgfalt und Geschicklichkeit Speisen zubereiten kann, die weitgehend Fleisch ersetzen können. Und schnell könnte ihnen gezeigt werden, wie man auf das Fleisch toter Tiere verzichten kann. Aber wenn die Köchin überwiegend von Fleisch lebt, kann und wird sie zum Fleisch essen ermutigt, und der verdorbene Appetit wird sich alle möglichen Entschuldigungen für diese Art von Ernährung ausdenken.

Als ich sah, wie die Dinge liefen – wenn ... kein Fleisch kochen dürfte, wüsste sie nicht, was sie stattdessen anbieten könnte, und Fleisch war der grundlegende Bestandteil der Nahrung, – war mir klar, dass sofort etwas verändert werden müsste. Es mag Kranke geben, die nach Fleisch verlangen, aber sie sollen es in ihren eigenen Räumen serviert bekommen. Bringt nicht den schon verdorbenen Appetit derer in Versuchung, die es nicht essen sollten. ... Ihr meint wohl, ohne Fleisch nicht arbeiten zu können. Ich habe früher auch so gedacht, aber ich weiß, dass Gott in seinem ursprünglichen Plan Fleisch von toten Tieren nicht für die Ernährung des Menschen vorgesehen hatte. Nur ein grober, verdorbener Appetit wird solche Nahrung haben wollen. ... Außerdem sollte uns die Tatsache, dass die Tiere überwiegend krank sind, dahin führen, eifrig bemüht zu sein, Fleischessen ganz aufzugeben. Meine Haltung ist nun, Fleisch weg zu lassen. Für einige wird es schwer sein, so schwer wie für den Alkoholiker, sein Trinken aufzugeben, aber durch diese Veränderung wird es ihnen besser gehen. *Letter 2; 1884*

Der Sache richtig begegnen

722. Das Sanatorium erfüllt eine gute Aufgabe. Wir sind gerade zu dem Punkt des umstrittenen Fleisches gekommen. Sollten nicht diejenigen, die ins Sanatorium kommen, Fleisch auf den Tischen haben und ihnen geraten werden, es allmählich aufzugeben? ...

Vor Jahren wurde mir das Licht gegeben, dass man nicht die Haltung einnehmen sollte, alles Fleisch aufzugeben, denn in einigen Fällen wäre es besser als ein Nachtisch und süße Speisen. Diese werden ganz sicher Störungen hervorrufen. Es ist die Vielfalt und Mischung von Fleisch, Gemüse, Früchte, Wein, Tee, Kaffee, süßen Keksen und üppigen Kuchen, die den Magen zerstören und Menschen dahin bringen, Invaliden zu werden mit all den unerfreulichen Auswirkungen von Krankheit je nach

23 FLEISCHSPEISEN

Veranlagung ... Ich überbringe das Wort des Herrn, des Gottes von Israel. Wegen der Übertretung ist der Fluch Gottes über die Erde gekommen und über das Vieh und über alles Fleisch. Menschen leiden unter der Auswirkung ihrer eigenen Handlungsweise, indem sie die Gebote Gottes übertreten. Auch die Tiere leiden unter diesem Fluch.

Fleisch essen sollte von keinem Arzt, der diese Dinge versteht, für irgendwelche Kranken verordnet werden. Die Krankheit der Tiere macht das Fleisch essen gefährlich. Der Fluch des Herrn liegt über der Erde, über den Menschen, über den Tieren, über den Fischen des Meeres. Wie die Übertretung überall üblich wird, so wird der Fluch so breit und tief werden wie die Übertretung. Durch die Verwendung von Fleisch werden Krankheiten übertragen. Das kranke Fleisch dieser toten Kadaver wird auf den Märkten verkauft und die Krankheit unter den Menschen ist die sichere Folge.

Der Herr möchte sein Volk in eine Lage bringen, wo sie das Fleisch toter Tiere nicht berühren oder probieren sollen. Dann werden diese Dinge auch von keinem Arzt verschrieben werden, der die Wahrheit für diese Zeit kennt. Fleisch zu essen ist keinesfalls sicher, und in kurzer Zeit wird auch die Milch der Kühe aus der Ernährung des Volkes Gottes, welche die Gebote halten, gestrichen werden. Bald wird es nicht mehr sicher sein, irgendetwas zu verwenden, was von Tieren kommt. Diejenigen, die Gott beim Wort nehmen und seinen Geboten von ganzem Herzen gehorchen, werden gesegnet sein. Er wird Ihr Schutzschild sein. Aber der Herr möchte nicht, dass man seine Anweisungen leichtfertig übergeht. Misstrauen, Ungehorsam, Entfremdung von Gottes Willen und seinem Weg werden den Sünder dahin bringen, dass Gott ihm seinen Segen nicht geben kann.

Nochmal will ich auf die Frage der Ernährung eingehen. Wir können uns das heute nicht mehr erlauben, was wir bezüglich dem Fleischessen in der Vergangenheit getan haben. Es ist immer ein Fluch für die menschliche Familie gewesen. Nun aber ist es ein besonderer Fluch, den Gott über die Herden des Feldes ausgesprochen hat. Das ist wegen der Übertretung und der Sünde des Menschen. Die Krankheiten der Tiere werden immer mehr zunehmen. Und unsere einzige Sicherheit ist jetzt, das Fleisch ganz aufzugeben. Heute entstehen die schwersten Krankheiten, und das allerletzte, was erleuchtete Ärzte tun sollten ist, den Patienten zu verordnen, Fleisch zu essen. Weil heute überall Fleisch gegessen wird, werden die Menschen verdorben. Ihr Blut ist unrein und in den Organismus werden Krankheiten übertragen. Deswegen müssen viele sterben; sie verstehen den Grund nicht. Wäre die Wahrheit bekannt, würde klar sein, dass es das Fleisch von Tieren war, das den Tod gebracht hatte.

Der Gedanke, sich von Fleisch zu ernähren ist widerwärtig, aber daneben gibt es noch einen anderen Gesichtspunkt. Wenn wir Fleisch essen, nehmen wir krankes totes Fleisch in uns auf, und das sät im menschlichen Organismus den Samen der Verdorbenheit.

Ich schreibe Dir, mein Bruder, dass die gegebene Anweisung für das Essen vom Fleisch toter Tiere in unserem Sanatorium nicht mehr durchgeführt werden soll. Dafür gibt es keine Entschuldigung. Die Auswirkungen auf den menschlichen Geist sind negativ. Lasst uns Gesundheitsreformer in jeder Weise sein. Unsere Einrichtungen sollten dafür bekannt sein, dass es kein Fleisch mehr auf unsere Tischen gibt; nicht einmal für Angestellte. Die Unterweisung über das Aufgeben von Fleischnahrung sollte nicht nur theoretisch sondern praktisch sein. Sollten dann die Sponsoren weniger werden, dann soll es so sein. Die Grundsätze werden von viel größerem Wert sein, wenn man sie versteht, und wenn bekannt ist, dass kein lebendiges Wesen geopfert werden sollte, um das Leben des Christen zu erhalten. *Letter 59; 1898*

Der zweite Brief über dieses Thema

723. Ich habe deinen Brief erhalten und werde so gut ich kann etwas zum Thema Fleisch erklären. Die Worte, die du gebrauchtest, waren in einem Brief an B... zu lesen und einige andere in der Zeit, als Schwester C... im Sanatorium war. Ich habe diese Briefe durchgesehen. Einige Briefe waren kopiert und einige nicht. Ich habe ihnen gesagt, dass sie Angaben machen sollten, wann diese Aussagen gemacht wurden. In dieser Zeit wurde die Ernährung mit Fleisch weitgehend empfohlen und gegessen. Das Licht, was mir gegeben wurde, war, dass bei einem gesunden Zustand der Tiere, Fleisch nicht sofort aufgegeben werden sollte. Aber im Sprechzimmer wurde über die Verwendung von totem Fleisch egal welcher Art gesprochen. Früchte, Getreide und Gemüse, sorgfältig zubereitet, ist ausreichend für unseren Organismus, um gesund zu bleiben. Wir sollten Fleisch nicht verwenden, wo es eine Vielfalt an Früchten gibt, so wie in Kalifornien. Aber in der Gesundheitseinrichtung waren sie nicht bereit, gleich etwas zu verändern, nachdem sie soviel Fleisch verwendet hatten. Für sie wäre es nötig, Fleisch zuerst sehr sparsam zu verwenden und zuletzt ganz aufzugeben. Aber es sollte nur einen Tisch geben, der »der Tisch für fleischiessende Patienten« genannt wurde. Die anderen Tische sollten davon frei bleiben. ...

Ich setze mich sehr dafür ein, dass Fleisch abgeschafft wird. Aber diese schwierige Frage muss vorsichtig und nicht übereilt behandelt werden, nachdem Fleisch dreimal täglich angeboten wurde. Die Patienten müssen vom Gesundheitsstandpunkt aus unterrichtet werden.

Das ist alles, woran ich mich deswegen erinnere. Wir haben zunehmend Licht erhalten, um darüber nachzudenken. Die Tierschöpfung ist krank, und es ist schwierig, die Menge der Krankheiten herauszufinden, die das Ergebnis der Fleischessens sind. Regelmäßig wurden wir in den Tageszeitungen über die Fleischkontrollen unterrichtet. Fleischergeschäfte wurden völlig gesäubert; das verkaufte Fleisch als für den Gebrauch ungeeignet verurteilt.

23 FLEISCHSPEISEN

Viele Jahre erhielt ich Licht darüber, dass Fleischessen nicht gut für die Gesundheit und die Moral ist. Und doch erscheint es mir seltsam, dass ich mit dieser Frage des Fleischessens immer und immer wieder konfrontiert werde. Ich hatte eine sehr vertraute und entschiedene Unterhaltung mit dem Arzt des Sanatoriums. Sie haben den Sachverhalt überdacht, und Bruder und Schwester G... haben Fleisch für Patienten verordnet. ...

Am Sabbat, als wir in der Unions Konferenz von Australien waren, die in Stanmore gehalten wurde, fühlte ich mich vom Geist des Herrn gedrängt, die Sache des Sanatoriums anzusprechen, das in Summer Hille errichtet wurde und nur wenige Stationen von Stanmore entfernt liegt. Ich wies auf die Vorteile hin, die in diesem Sanatorium erreicht werden könnten. Ich zeigte, dass Fleisch niemals als Nahrungsmittel auf unsere Tische gebracht werden sollte, und dass Leben und Gesundheit von Tausenden auf dem Altar geopfert wird, wo totes Fleisch zum Verzehr angeboten wurde. Noch nie machte ich einen ernsteren und eindeutigeren Aufruf. Ich sagte, dass wir dankbar sein können, wenn wir hier eine Einrichtung haben, wo das Fleisch toter Tiere den Patienten nicht verordnet wird. Es wurde nicht ein Stück Fleisch auf die Tische gestellt, weder für Ärzte, Führungskräfte, Helfer und Patienten. Ich sagte, dass wir Vertrauen in unsere Ärzte haben, und dass diese Frage vom Gesundheitsstandpunkt aus betrachtet werden muss; denn tote Kadaver sollte man immer als nicht geeignet für die Ernährung von Christen ansehen. Ich beschönigte die Sache nicht im Geringsten. Ich sagte, dass alle diejenigen, die in unseren Sanatorien das Fleisch toter Tiere auf den Tisch bringen sollten, sich das Missfallen Gottes zuziehen würden. Sie beschmutzten den Tempel Gottes, und man müsste ihnen sagen, dass, wer den Tempel Gottes beschmutzt, den wird Gott zerstören. Das Licht, das Gott mir gegeben hatte zeigt, dass der Fluch Gottes auf der Erde, dem Meer, dem Feld, auf allen Tieren liegt. Bald wird es nicht sicher sein, Herden zu besitzen. Die Erde geht unter dem Fluch Gottes zugrunde. *Letter 84; 1898*

Den Grundsätzen treu bleiben

724. Seit einiger Zeit nimmt die Anzahl der Patienten im Sanatorium ab, was verschiedenen Umständen zuzuschreiben ist, die man nicht regeln konnte. Ein Grund für den Mangel an Unterstützung ist der Standpunkt, dass die Führungskräfte der Einrichtung entschieden haben, den Patienten kein Fleisch anzubieten. Seit der Eröffnung des Sanatoriums, wurde Fleisch in den Essräumen angeboten. Wir merkten, dass die Zeit gekommen war, gegen diese Handlungsweise einen entschiedenen Standpunkt einzunehmen. Wir wussten, dass es Gott nicht gefiel, dass den Patienten Fleischnahrung angeboten wurde. Nun wird im Sanatorium kein Schwarztee, Bohnenkaffee oder Fleischnahrung serviert. Wir haben uns entschieden, die Grundsätze

der Gesundheitsreform auszuleben und auf dem Weg der Wahrheit und Gerechtigkeit zu gehen. Aus Angst, Unterstützung zu verlieren, dürfen wir nicht halbe Reformer sein. Wir haben unsere Stellung eingenommen, und durch Gottes Hilfe stehen wir dazu. Die Nahrung, die den Patienten angeboten wird, ist gesund und wohlschmeckend. Die Ernährung besteht aus Früchten, Getreide und Nüsse. Hier in Kalifornien gibt es eine Fülle an Früchten jeder Art.

Wenn Patienten kommen, die von einer Ernährung mit Fleisch so abhängig sind, dass sie denken, dass sie ohne sie nicht leben können, sollten wir versuchen, die Sache von einem logischen Standpunkt aus zu betrachten. Und wenn sie das nicht wollen, wenn sie entschlossen sind, das zu essen, was die Gesundheit zerstört, sollten wir uns nicht weigern, es ihnen zu geben, wenn sie bereit sind, es auf ihren Zimmern zu essen und auch die Folgen auf sich zu nehmen. Aber sie müssen die Verantwortung für ihr Handeln selbst tragen. Wir sollten ihre Handlungsweise nicht gut heißen. Wir wagen es nicht, unser Verwalteramt zu entehren, indem wir das gut finden, was das Blut vergiftet und Krankheit verursacht. Wir wären unserem Meister untreu, wenn wir das tun würden, von dem wir wissen, dass er es nicht gut findet.

Das ist der Standpunkt, den wir vertreten haben. Wir sind entschlossen, den Grundsätzen der Gesundheitsreform treu zu sein. Möge Gott uns helfen, ist mein Gebet. Pläne müssen umgesetzt werden, die mehr Sponsoren auf den Plan rufen. Aber wäre es richtig, dahin zurückzukehren, Fleischnahrung anzubieten, um mehr Patienten zu erhalten? Sollten wir den Kranken geben, was sie krank gemacht hat und krank halten wird, wenn sie es weiterhin als Nahrung verwenden?

Sollten wir nicht lieber unseren Standpunkt einnehmen, wie solche, die entschlossen sind, die Grundsätze der Gesundheitsreform durchzuführen? *MS 3a; 1903 [Tee, Kaffee u. Fleisch wurde in den Räumen der Patienten serviert - 437]*

725. In unseren Einrichtungen gibt es einige, die behaupten, an den Grundsätzen der Gesundheitsreform festzuhalten, und die dennoch in der Verwendung von Fleisch- und anderer Nahrung schwelgen, von der sie wissen, dass das für die Gesundheit schädlich ist. Solchen sage ich im Namen des Herrn: Nehmt in unseren Einrichtungen keinen Standpunkt ein, während ihr euch weigert, die Grundsätze zu leben, für die unsere Einrichtungen eintreten; denn indem ihr das tut, macht ihr die Arbeit des Lehrers und Leiters doppelt schwer, die sich darum bemühen, das Werk in richtige Bahnen zu lenken. Räumt die Straßen des Königs. Hört auf, den Weg der Botschaft zu blockieren, die Er sendet.

Mir wurde gezeigt, dass die Grundsätze, die uns in den frühen Tagen der Botschaft gegeben wurden, heute von unserem Volk als so wichtig angesehen werden müssten, wie es damals sein sollte. Es gibt einige, die niemals dem Licht gefolgt sind, dass uns in der Frage der Ernährung gegeben wurde. Nun ist es soweit, das

23 FLEISCHSPEISEN

Licht unter dem Scheffel hervorzuholen und es in klaren, hellen Strahlen scheinen zu lassen. MS 73; 1908

[Sollte nicht in unseren Sanatorien serviert werden – 424, 431, 432; Sollte den Helfern nicht serviert werden – 432, 444; Übermäßige Verwendung von süßer Nahrung ist so schädlich wie die Verwendung von Fleischnahrung – 533, 556, 722]