



INTERVIEW MIT
NINA
MESSINGER
GESUNDHEITSTRAINERIN,
AUTORIN, FILMEMACHERIN

IMPULS: Du beschäftigst dich schon seit Jahren mit der Erhaltung und Förderung der Gesundheit. Warum?

NM: Das Thema Gesundheit hat mich schon immer fasziniert. Ich habe vieles ausprobiert und dabei unterschiedliche Erfahrungen gemacht, vor allem positive. Mein über die Jahre angesammeltes Wissen und meine Erfahrungen, vor allem im Zusammenhang mit dem, was wir essen, wollte ich mit anderen teilen – durch Workshops, mit meinem Buch und nun mit meinem Film *Hope for All*.

IMPULS: Du selbst achtest ja sehr auf deine Gesundheit, lebst seit deiner Jugend vegetarisch und seit etwa fünf Jahren vegan. Was hat dein Film *Hope for All* mit deiner persönlichen Lebenseinstellung und Lebenserfahrung zu tun?

NM: Meine Lebenseinstellung gründet auf der Überzeugung, dass wir unser

Überleben nur sichern können, wenn wir endlich begreifen, dass wir ein Teil der Natur, nicht ihre Herren sind, und dass wir daher mit der Natur und gemäß ihren Gesetzen leben müssen, nicht gegen sie. Das tun wir aber nicht. Im Gegenteil, wir beuten sie rücksichtslos und nur auf unseren eigenen Vorteil bedacht gnadenlos aus. Besonders deutlich zeigt sich das an unserem brutalen Umgang mit den Tieren, die wir zur reinen, entpersönlichten Ware gemacht haben. Doch Tiere sind keine Ware, die man beliebig gestalten, gebrauchen, missbrauchen und wegwerfen kann. Tiere sind Lebewesen, die nicht zu unserer Bereicherung und Belustigung geschaffen wurden, sondern um ihrer selbst willen. Und weil das so ist, wehrt sich die Natur gegen unseren Missbrauch der Tiere, indem sie diese in den Tierfabriken schwach und krank werden lässt, sodass sie, um in der kurzen Zeit, die wir ihnen gönnen, überleben zu können, mit Medikamenten vollgepumpt werden müssen,

die wir dann über das Fleisch, die Milch, die Eier, das verseuchte Grundwasser und die Böden schließlich auch in uns selbst aufnehmen. Allein das zeigt, dass wir alles, was wir anderen Lebewesen antun, zurückbekommen, im Guten wie im Schlechten. Sowohl die Haltung der bedauernswerten Tiere in den Tierfabriken als auch die Futtermittelproduktion in oft gentechnisch veränderten Monokulturen verseucht inzwischen weltweit Luft, Böden und Wasser, lässt die Artenvielfalt rapide schwinden und immer mehr Ökosysteme kippen und führt zu einer Verstärkung des Welthungers. Und der massenhafte Konsum von Fleisch und Milchprodukten schadet unserem Herz-Kreislauf-System und erhöht unser Risiko, an Fettleibigkeit, Diabetes und Krebs zu erkranken. Viele Menschen wissen das nicht und verhalten sich daher so, wie sie es tun.

IMPULS: Was konkret sind die Ziele deines Films?

NM: Ich möchte in über diese Zusammenhänge aufklären, möchte zeigen, wie das Wohl der Tiere und der Umwelt und das Wohl der Menschen miteinander verzahnt sind, möchte zum Nach- und Umdenken und zu Verhaltensänderungen anregen. Die meisten Menschen wissen, dass sie mit ihrem Konsumverhalten dazu beitragen, die Umwelt zu zerstören und die Tiere auf unaussprechliche Weise zu quälen. Doch sie ändern ihr Verhalten nicht, weil sie glauben, dass sie ohnehin machtlos sind. Aber das stimmt nicht. Jeder von uns kann sehr viel tun, und zwar sofort, durch eine Veränderung seiner Ernährung. Die Marktmacht der Verbraucher wird ganz bewusst systematisch heruntergespielt und verschleiert, doch sie

ist gewaltig. Wenn wir, jeder Einzelne von uns, etwas ändern und diese Welt zu einem besseren Ort machen wollen, müssen wir diese Macht nur nutzen, indem wir das, was uns krank macht, die Tiere quält und die Umwelt zerstört, nicht mehr kaufen, weil wir es nicht mehr essen. Dass wir dadurch nur gewinnen und nicht etwa verzichten, versuche ich in *Hope for All* zu zeigen. Ich will Impulse geben, an die Kraft des Einzelnen erinnern und die Menschen für eine pflanzliche Ernährungsweise aus ökologischem Anbau gewinnen. Und ich zeige, was wir Menschen für unseren Körper und unsere Seele gewinnen, wenn wir die Tiere nicht mehr als lebende Fleisch-, Milch- und Eierproduktionsmaschinen sehen und behandeln, sondern als das, was sie sind: als Mitgeschöpfe, die eine Seele haben wie wir und die, genau wie wir, Freude, Schmerz und Trauer empfinden können. Wenn wir das endlich begreifen und entsprechend handeln, werden auch wir Menschen achtsamer und friedlicher miteinander umgehen, weil wir dann begriffen haben, dass wir uns selbst schaden, wenn wir anderen schaden, und dass wir uns selbst schützen, wenn wir andere schützen.

IMPULS: Wo und wann ist der Film zu sehen?

NM: Am 12. Mai 2016 war Kinostart in Deutschland, Österreich folgte mit einigen ausgewählten Kinos.

Ab 13. Oktober ist *Hope for All* im gesamten deutschsprachigen Raum auf DVD, Blu-ray und online erhältlich.