

**Vraag:**

Ik zou graag meer wetenschappelijke informatie lezen over het nut van de joodse spijswetten. Wat de schadelijke effecten zijn van het eten van onreine dieren etc. Kun u mij verder helpen?

**Antwoord:**

U schreef dat u graag wat wetenschappelijke informatie zou willen lezen over het nut van de joodse spijswetten. Wel, het is inderdaad ook wetenschappelijk bewezen dat de vleessoorten die in de bijbelse spijswetten als onrein worden beschouwd, ook daadwerkelijk schadelijk zijn voor onze gezondheid. Het meest voor de hand liggende voorbeeld is natuurlijk het varkensvlees, dat onder andere slecht is voor onze nieren. Met plantaardige eiwitten hebben je nieren geen problemen, alleen met dierlijke eiwitten. Bovendien vergroot een hoog gehalte aan dierlijke eiwitten de kans op kanker zoals leukemie en alveeskanter. De belangrijkste bron van dierlijk eiwit is het varkensvlees dat Nederlanders in grote hoeveelheden eten. Ongelooflijk ongezond en ook dodelijk, al werkt het meer als een langzaam werkend vergif. Het staat te boek als volksvoedsel, is goedkoop en heel lekker, want de vetten in het vlees houden de smaak zeer goed vast. Ja het is lekker en nu merkt u nog niets, maar als het te laat is komt u daar wel achter en dan is het echt: TE LAAT! Varkensvlees valt daarom al helemaal niet aan te bevelen, temeer omdat daardoor toxinen sneller in ons bloed kunnen komen dan met ander vlees. Verder heeft men ontdekt dat varkensvlees veel te snel de energie vrijgeeft, namelijk in drie uur, terwijl andere soorten vlees daar vele malen langer over doen. Dat lijkt op het eerste gezicht positief (snelle energie) maar het zorgt voor een overbelasting voor het lichaam. Vergelijkbaar met vliegtuigbrandstof met een veel te hoog octaangehalte (kerozine) in een diesel motor te gooien. Alles brandt kapot. Na verder onderzoek blijkt dat al het onreine vlees, dat in de bijbelse spijswetten genoemd wordt, aan deze eigenschap voldoet. Het is nog een beste grote lijst: varkensvlees, alle schaaldieren en alle vissen zonder schubben, dus o.a. gladvis [Catfish], paling, aal, garnaal, krab, kreeft, schildpad, slang etc. Tevens vlees van o.a. konijn, eekhoorn, paard, ezel, beer, eend of gans. U kunt de complete lijst vinden in bijbelgedeelten Vayiq'ra [Leviticus] 11:1-47 en Devarim [Deuteronomium] 14:3-21. Naast andere schadelijke invloeden kan vlees, en dan met name het vlees van de genoemde onreine dieren, op termijn de kans op kanker vergroten in het geval de lever niet optimaal werkt. Dan eet je iets dat je eigenlijk niet kan verwerken, met als resultaat verlies van mineralen en vitaminen en dus mindere werking van de lever, slechtere zuurstofvoorziening in het bloed. Op termijn stikken dan de aerobe cellen in het lichaam en zien ze nog maar één uitweg: een anaerobe kankercel worden. Nogmaals: dat kan gebeuren als de lever niet optimaal werkt, maar bij het uitgangspunt van een gezond lichaam en dus gezonde lever is het vlees van wat de Bijbel "reine dieren" noemt, an sich echt geen probleem, tenzij het overdadig gegeten wordt of wanneer de verkeerde soorten vlees gegeten worden met als effect mineraalafscheiding. Dus het onderscheid dat de Bijbel maakt tussen reine en onreine dieren is niet zomaar uit de lucht gegrepen. Er is overigens ook onderzoek gedaan naar het verteren van vetten van eetbare (reine) en niet eetbare (onreine) dieren in het menselijk lichaam en er werd aangetoond dat vetten van eetbare dieren als onverzadigde vetzuren worden verteerd, behalve van varkensvlees, dat wordt als verzadigde vetzuren verteerd. Als iemand het vlees van herbivoren (plantenetende dieren) eet, wordt het vet hiervan door een stof uit de alveesklier in de dunne darm gehydrolyseerd (gesplitst) na door galzouten geëmulgeerd (gemengd) te zijn. Het zal in het vetweefsel als menselijk vet worden geabsorbeerd, opnieuw samengesteld en opgeslagen. Maar die stof uit de alveesklier kan het vet van carnivoren (vleesetende dieren) niet hydrolyseren (splitsen). Dit vet wordt dan als dierlijk vet en niet als menselijk vet in het vetweefsel opgeslagen. Varkensvet gedraagt zich als vet van vleesetende dieren en is daarom niet toegestaan. Maar dat is nog niet alles. Een kwart van de voedselgerelateerde salmonellagevallen in Nederland wordt veroorzaakt door varkensvlees. De ziekteverwekker veroorzaakt jaarlijks ruim 50.000 van dergelijke gevallen in ons land. Er valt nog heel veel te zeggen over de nadelige gevolgen voor de gezondheid door de consumptie van het vlees van wat de Bijbel onreine dieren noemt, maar ik wil het even hierbij laten. Al deze informatie die ik hierboven heb opgesomd, heb ik uit verschillende wetenschappelijke artikelen over dit onderwerp gehaald, maar ik zou echt niet meer weten waar precies vandaan. Normaal gesproken is de informatie die de Tora hierover geeft voor mij voldoende, maar ik vond het gewoon leuk om het ook door seculiere wetenschappers bevestigd te zien. Bijzonder interessant is overigens een universitaire scriptie die ik op het internet gevonden heb over kosjer eten vanuit niet-Joods perspectief, bestudeerd door een studente aan de Universiteit Wageningen:

[info.net/nl/national/religie-jodendom.htm](http://info.net/nl/national/religie-jodendom.htm). Ik hoop dat u zult genieten van deze scriptie, die ik als leek toch wel een wetenschappelijk artikel (waar u dus naar op zoek bent) wil noemen en dus precies waarnaar u zocht. Mocht u behoefte hebben naar meer wetenschappelijke informatie over de schadelijke effecten van deze vleessoorten, dan wil ik u graag aanraden om contact op te nemen met het ministerie van volksgezondheid: <http://www.minvws.nl/contact/stel-uw-vraag/default.asp>. U hoeft overigens niet bang te zijn om informatie over varkensvlees e.d. op de website van het ministerie van volksgezondheid aan te vragen, want de moslims doen dat ook. Zoals u waarschijnlijk weet zijn de onrein dieren uit de Bijbel ook voor de moslims onrein en gezien het feit dat er in Nederland steeds meer rekening met hun gehouden wordt, zullen ze bij het VWS echt niet vreemd van opkijken als ze een mailtje krijgen met het verzoek om wetenschappelijke uitleg ten aanzien van onreine dieren. U kunt uiteraard ook een kijkje nemen op de website van het Nederlands-Israëlitisch Kerkgenootschap (NIK): [info@nik.nl](mailto:info@nik.nl). In het menu aan de linkerkant van die homepage vindt u het kopje "kosjer, kasjroet". Als u dat regeltje aanklikt krijgt u rechts daarvan een nieuw menuutje met diverse onderwerpen over de spijswetten. U moet dan het regeltje "Kasjroetlijst Nederland" aanklikken en dan ziet u een heel uitgebreide lijst van alle geoorloofde voedingsmiddelen. Maar de overige links m.b.t. de kasjroet zijn uiteraard ook zeer de moeite waard om te bekijken.

Ik hoop dat ik u hiermee verder kon helpen.

Met vriendelijke groet,  
Werner Stauder