



svoboditev živali

REVIJA ZA PRIJATELJE

www.osvoboditev-zivali.org

550 SIT

Št.4/april 2005, letnik 2

**Ne potrebujemo lovcev -
Narava sama uravnava svoj sestoj**

**Vesna V. Godina:
Slabokrvnost
sem pozdravila z vegetarijansko hrano**

**Iztok Tomazin,
dr. med.:
Vegetarijanstvo
je primerno
tudi za vrhunske športnike**

**Goveja juha je
koncentriran živalski urin**



Pomagajte živalim tudi z nakupom brošk

Broške lahko naročite na
tel.: 041 546 672 (Jožica)
Cena posamezne broške je 200 SIT.



Celotni izkupček od prodanih brošk gre za akcije
Društva za osvoboditev živali in njihove pravice
v dobrobit živali.

Društva za osvoboditev živali in njihove pravice
Ostrožno pri Ponikvi 26
3232 Ponikva

APRIL 2006, številka 137, leto XIII, postrežena približno pri postah 1102 Ljubljana

viva
revija za zdravo življenje

9 771318 274018
490 SIT

Vesna Godina drži z vami
**Sporočite možganom:
Zmagala sem!**

Moj zdravnik 2005
Maksimiljan Damjan

Vse o sivi mreni

Starš svojim staršem

**MAMA, DAJ MI
AVTOMOBILSKE KLJUČE!**

Zdravilo za debelost
Zdrava pamet

Cena praznega
gnezda?

Seks v rdečem
Poskusite ga!

Skok čez plot ni
naključje

PRILOGA: Potovalna medicina

VRNITE SE ZDRAVI!

STUDIO MODERNA d.o.o., Cesta 9, Ljubljana 4, 1010 Ljubljana, Slovenija

Negovati in razvajati se s kozmetiko, kopelmi, olji za kopanje in še veliko več
ali se da vse to **brez trpljenja živali, da se jim pusti živeti in ne da bi zlorabili
naravo?**

Mi pravimo "da" in kažemo to dosledno, brez kompromisov, z raznoliko izbiro
produktov, proizvedenih v soglasju z naravo.

Proizvedeno v soglasju z naravo
pomeni:

- skrajno skrbna predelava,
- brez kemičnih konzervansov,
- brez sintetičnih vonjav,
- brez barvil in
živalskih stranskih produktov.

Kozmetika v soglasju z naravo



**Kozmetiko Apostel Kräuter
dobite v:**

Trgovina K naravi,
pokrita tržnica Ljubljana,
Pogačarjev trg 1,
tel.: 031 681 426

Ibi Sendvič
Trubarjeva cesta 57
1000 Ljubljana
041 214 233

Iz ljubezni do narave in iz pozornosti do njenih stvaritev,
uporabljamo za naše naravne produkte zdravilna zelišča pridelana v
miroljubnem poljedelstvu, brez uporabe gnoja in gnojnice in brez kemije.

VSEBINA:

Materializem je privedel do zaničevanja živali in narave	4
Kdaj bo država prepovedala reklamiranje mesa?	6
Goveja juha je koncentriran živalski urin	7
Vesna Vuk Godina: Slabokrvnost sem pozdravila z vegetarijansko prehrano	8
Narava sama uravnava svoj sestoj	11
Dr. Marko Pavliha: Misel na vsakršno trpljenje živali mi je izjemno tuja	12
Je človek res najbolj inteligentno bitje na planetu Zemlja?	14
Živali za ljubkovanje in živali za klanje	15
Helena Bizjak: Vegetarijanske obroke tudi v vrtce in šole	16
Novice iz Društva za osvoboditev živali in njihove pravice	18
Dr. Iztok Tomazin: Vegetarijanstvo je primerno tudi za vrhunske športnike	19
Ribe so eden glavnih vzrokov za ogrožanje zdravja ljudi	20
Poskusi na živalih - najbolj črno poglavje v zgodovini medicine	22

Drage bralke, dragi bralci,

pred vami je četrta številka revije Osvoboditev živali, ki jo izdaja Društvo za osvoboditev živali in njihove pravice. V njej si boste lahko prebrali o spornem reklamiranju mesa, ki pomeni vsaj posredno napeljevanje k pobijanju živih bitij, povzročanju mučenja, uničevanju okolja, povzročanju globalnega trpljenja in lakote v tretjem svetu (str. 6). Alois Kolar, eden največjih praktikov in svetovalcev Naravnega Zdravja na svetu v strokovnem članku pojasnjuje, zakaj je visoka smrtnost dojenčkov povezana z uživanjem mesa, ki sploh ne morejo prebaviti živalskih trupel (str. 7). Nekateri ljudje, ki slepo verjamejo povsem zgrešeni doktrini uradne medicine, še vedno mislijo, da so vegetarijanci slabokrvni. V intervjuju dr. Vesna Vuk Godina pravi, da si je ravno z vegetarijansko hrano pozdravila dolgoletno slabokrvnost (str. 8). Ljudje smo že od nekdaj zmotno prepričani, da narava brez nas ne more živeti. Toda pripravljene moramo biti spoznati, da je narava samostojno, inteligentno bitje.

Žal pa naravno ravnovesje rušijo lovci, ki potrebujejo lov zato, da svoje občutke negotovosti, frustracij, manjvrednosti in pomanjkanja samozaupanja potlačijo v smrti živali (str. 11). V nekaterih deželah evropski hišni ljubljenci veljajo za največjo delikateso. Prijatelji psov in mačk kričijo pri taki brezčutnosti barbarskih narodov – sami pa imajo pri tem na krožniku svoj goveji zrezek ali gosko (str. 15). Posledice uživanja mesa so očitne tudi pri otrocih, kajti v neki raziskavi so ugotovili, da število bolnih prvošolčkov iz leta v leto narašča in eden od glavnih razlogov je mesni način prehranjevanja. Nekdanja učiteljica Helena Bizjak se zato zavzema za možnost vegetarijanskih obrokov tudi v vrtcih in šolah (str. 16). Ena od najbolj škandaloznih in zavajajočih reklam v zgodovini obstoja televizije je pred meseci prikazala prizore športnikov ob porazih, potem je sledil napis: Rdeče meso – telo ga potrebuje! V intervjuju je dr. med. Iztok Tomazin razložil, da je vegetarijanstvo več kot primerno tudi za vrhunske športnike (str. 19).

Naša želja je, da bi vse te informacije našle pot tudi do tistih, ki so doslej menili, da se jim s tovrstno tematiko ni potrebno ukvarjati. Dejstva, ki jih tokrat podajamo, namreč zopet znova dajejo priložnost za razmislek in morebitno odločitev posameznika, da s svojimi dejanji preneha podpirati uničevalno pošast egoizem, ki pohlepno golta po vsem, kar na tem planetu seva resnično življenje. Iskrena ljubezen do živali je zato velikokrat neprecenljiva pomoč, da prepoznamo preprosto resnico, ki jo mračnjaški svet še vedno skuša prikriti z zapletenostjo formul, dogem ali drugimi poskusi izrojenih interpretacij.

Ne da bi se zavedali, je tudi v najbolj banalnih odločitvah iz našega vsakdana vedno v ozadju odločitev za spravo ali nasilje, za svetlobo ali temo, za življenje ali smrt. Da bi se v vseh situacijah lahko vedno prav odločili pa ni dovolj le vklopiti svoj natreniran razum, temveč prepustiti impulzom iz srca, da oplemenitijo našo odločitev, ki nato rodi modro misel in nesebično dejanje.

*Damjan Likar,
odgovorni urednik*

OSVOBODITEV ŽIVALI, revija za prijatelje živali
Letnik II, št. 4, april 2005

IZDAJA:

Društvo za osvoboditev živali in njihove pravice
Ostrožno pri Ponikvi 26, 3232 Ponikva
Tel.: 03/5763 303, 031/499 756
Internet: www.osvoboditev-zivali.org
Email: info@osvoboditev-zivali.org
Predsednik: Stanko Valpatič

UREDNIŠTVO

Odgovorni urednik: Damjan Likar
e-pošta: damjan.likar@siol.net
tel.: 041/356 093

ISSN: 1581-9507

Oblikovanje: Polona Kregar, Adriana Geršak Valentinč
Fotografija naslovnice: Kinološko društvo Ovčar Škofja Loka
Uredniški odbor: Andreja Gabrovec, Greta Mikuž Fegic, Magda Vetrh,
Stanko Valpatič, Vlado Began, Silvo Metelko

Posamezni izvod stane 550 SIT

Letna naročnina stane 1600 SIT (PTT stroški so vključeni)

Tisk: Kolortisk

Adriana Geršak Valentinč, s.p.
Ulica Milke Kerinove 11
8270 Krško,

5. april 2005, natisnjeno v 2000 izvodih

Prostovoljne prispevke za Društvo za osvoboditev živali in njihove pravice lahko nakažete na transakcijski račun št.:
02011-0253228311.

Naslednja številka revije Osvoboditev živali izide v začetku septembra!

Materializem je privedel do zaničevanja živali in narave

Prof. Hans-Peter Dürr je ugleden fizik. Bil je dolgoletni direktor Instituta Werner Heisenberg in v mladih letih tudi sodelavec Wernerja Heisenberga. Hkrati je svetovno znan predstavnik okoljevarstvenih in mirovniških gibanj, nosilec alternativne Nobelove nagrade in ustanovitelj Mreže za globalne izzive. Pred časom ga je med zasedanjem nekega mednarodnega kongresa intervjuval Christian Sailer o nekaterih zanimivih vprašanih nove svetovne slike fizike.

G. prof. Dürr, v Zahodni duhovni zgodovini je pred nami duhovni razvoj, ki je vodil k temu, da naj bi bilo pravzaprav vse, kar so prvotno pojmovali kot celoto, razdeljeno: da naj bi bila duh in materija ločena, da naj bi bil človek krona stvarstva, edino z duhom obdarjeno bitje in duh naj bi bival v možganih. Vse ostalo bi bila potemtakem materija, posebno rastline in živali. Descartes je imel živali za stroje, njihovo trpljenje kot škripanje stroja. Ta materializem, ki je privedel do zaničevanja živali in narave, je bil, se mi dozdeva, že pred približno sto leti premagan: s kvantno fiziko. Samo da se o tem ni govorilo. Lahko izhajamo iz tega, da je moderna znanost ponovno odkrila enost narave, ki so jo morda ljudje čutili že v arhaičnih časih?

Da, verjetno je bilo ponovno odkrito, toda ni bilo v celoti sprejeto, ker je bilo tako tuje. Z materializmom smo tako tesno povezani, da se od njega težko ločimo. Še posebno od razsvetljenstva naprej smo imeli pravzaprav vtis, da nam prinaša materialistično gledanje na svet ogromne prednosti, ker v določeni meri omogoča predvideti prihodnost, ker je bila v tem materialističnem gledanju materija nekaj, kar je primarno, nespremenljivo, vendar pogojeno z naravnimi zakoni, ki strogo veljajo. Reklo se je: dobro, na ta način lahko vnaprej izračunam, kaj se bo zgodilo v prihodnosti, če natančno poznam zakone in lahko izračunam, kaj je bilo prej. Torej, bilo je čudovito, ker smo verjeli, da bomo obvladali naravo. "Obvladati" pomeni, da imamo nad tem kontrolo. Toda težava je bila samoumevna. Če je narava stroj, potem človek pač ne more biti v takšni naravi, kajti pripisujemo si vendar, da imamo lastno svobodno voljo.

To je privedlo do tega, da se je človeka izvzelo iz narave in se ga naredilo tako rekoč božanskega, istočasno pa se je ostali naravi pravzaprav odvzelo njeno božanskost. To je pripeljalo do te delitve. In potem je bilo vprašanje, kje



Prof. Hans-Peter Dürr

se bo delilo. Tako je bil z duhom obdarjen samo moški; žensko so prištevali k živalim in rastlinam in preostali naravi, ki pa vendar sploh ne deluje kot stroj. Od te predstave se le težka ločimo, čeprav smo seveda tako daleč, da ženske vsekakor še spadajo zraven, toda živali so še vedno popolnoma izključene. To pomeni, da preostali svet opazujemo pravzaprav kot stroj, ki ga uporabljamo ali mu ukazujemo. Čeprav moderna fizika obvladuje tudi našo tehniko - mikroelektronika, atomske bombe in sodobna kemija namreč potrebujejo ta novi način gledanja, se predstava, ki stoji za tem, ni udomačila. Razmišljamo še vedno kot v 19. stoletju, čeprav imamo tehnologijo 20. stoletja. In sedaj želimo oblikovati 21. stoletje z "mislijo", s tehniko, ki je iz 20. stoletja. To je naš današnji problem.

Pravzaprav bi lahko rekli, da to, kar so odkrili kvantni fiziki pred sto leti, da namreč materija v takrat razumljenem smislu sploh ne obstaja, ampak da je vse energija, da je končno vse duh, informacija. Bi lahko zaradi tega odkritja rekli, da je ločitev med telesom in dušo, ki vendar vodi k temu usodnemu

odkritju, neresnična? In da ima to ekološke posledice tudi pri ravnanju ljudi z živalmi, pri odnosu med ljudmi in naravo?

To sega veliko globlje. Revolucija, ki se je zgodila, ni zatrjevala, da je izgini-la materija, izgini-la je tudi energija. Izkazalo se je: ontološka slika sveta, pri kateri je veljalo, da obstajajo stvari, ne velja več, pa naj so to le znaki ali energija. Obstajajo samo povezave, obstoji samo neka povezanost, ne da bi povezanost bila priključena na nekaj, kar lahko dojamemo. Za to nimamo besed. Za to preprosto nimamo gov-orice. Nekaj, čemur rečemo pove-zanost, ne da bi povedali, kaj je s čim povezano: osnovni element resničnosti ni realnost v tej resničnosti, temveč preprosto povezanost.

Najmanjši elementi niso materialni ali energijski delci, ampak "resnični" (nem. "wirks" iz nem. Wirklichkeit resničnost, op. prev.) kot jih včasih imenujem, ker so delci resničnosti, ki delujejo, ne da bi bili materialni. Opazujemo jih lahko kot neke vrste polje, ki je v ozadju. Mi smo kot morje, ki samo ni materialno in kot valovi na njem; na tem se praktično kopiči materija, to se pravi, materija je kot balast duha. Duh, ki je po naravi celovit - to je razlog, zakaj ga ne moremo dojeti - je pravzaprav to, kar nas drži skupaj. Če se pogovarjamo med seboj, ni tako, da sedaj delujemo na svetlobno in zvočno valovanje. Kar izmenjujemo, besede, so samo primerne, da nas spomnijo na nekaj, kar pravzaprav že vemo in izkoplujemo iz naših lastnih izkušenj. Srečujemo se tako rekoč v duhovnem in besede so samo zato, da se sporazumevamo, kje se hočemo srečevati.

Da bi se navezali na besedo "balast", smo pravzaprav mi vsi tako rekoč "balast" enega in istega duha, ene in iste enosti. Lahko tako mislimo?

Da, duh, medsebojna povezanost, je pravzaprav primarnost. Danes je bolj vprašanje, kako se je vendar zgodilo,



da soodvisnost, neločljivo, opazujemo v naših predstavah, kot da je sestavljeno iz mnogih delcev? To vendar ni prav, midva sva pravzaprav eden in isti, ampak tu je pač nekaj vmes, kar daje vtis, da imava že določeno odmaknjenost. In to je skrivnost. Kaj dela pravzaprav odmaknjenost? Duh namreč ni ločen, ampak naša telesnost, "balast" je ločena, vendar ne to, na čemer niha.

Če so vsa živa bitja deli enega in istega duha in gredo drug proti drugemu kot npr. ljudje eden nad drugega v vojnah, ali ljudje proti živalim, potem bi morali pravzaprav reči, da istočasno tudi sami sebe poškodujejo.

To je točno. To pomeni, da ne vemo, kako dobra je komunikacija v duhovnem. Verjetno obstoji nekaj, kar je bližje ali bolj oddaljeno, toda ne v krajevnem smislu. Stopnja povezanosti je nekaj drugega, verjetno je več kot poznamo pri našem mobitelu. Če se valovna dolžina mojega mobitela ujema z drugim, potem imam komunikacijo. In če se nekoliko razlikuje ni komunikacije. Razdalja niti ni bistvena. Imamo torej tesnejše in ohlapnejše povezave. Trpljenje v svetu, kjer koli je, se dotika tudi mene, kajti moje trpljenje ni ločeno od tega. Zaradi tega je pravzaprav sočutje sotrpjenje, kajne? Z drugim čutiti nima ničesar opraviti z altruizmom. To je bolečina, ki jo neposredno občutim, ker opazim, da je tako, kot čutim, če se mojemu palcu na

nogi nekaj zgodi. Potem ne rečem, da imam altruistično sočutje s svojim palcem na nogi; boli me, čeprav je zelo oddaljen od moje glave. Tako smo praktično povezani z vsem. Zato velja: Če trpi svet, kot pravi tudi dalajlama, če karkoli v svetu trpi, potem trpim tudi jaz, toda ne vem, kaj je vzrok. Postanem deprimiran, vendar ne vem, zakaj; imam vse, kar potrebujem, toda nekaj je, kar me onesrečuje. Nanaša se na občutek, ki je zelo globoko.

Ne sentimentalnost, temveč nekakšen ontološki občutek.

Da, zelo globoko v nas, da nas spomni na naše korenine; in to vedno razlagamo z neko kozmično količino, ki pride z nami v medsebojno učinkovanje. Vendar ni medsebojno učinkovanje, ker govorimo sami s seboj. Samo v dveh različnih osebah. To pomeni, da je nekaj v meni vašega in v vas je nekaj mojega. Imava samogovor, ki drugega na določen način vključuje.

In to ne velja samo med ljudmi, ampak tudi med ljudmi in živalmi.

Da, to je verjetno tako: da smo tako rekoč vživeti z ljudmi, prav posebno s tistimi, ki jih posebno dobro poznamo, ko jim je treba prisluhni. Tako kot da bi imel radijski sprejemnik in vem, kako naj naravnem sprejemniku, da bi lahko poslušal svojo priljubljeno glasbo, in kje so poročila - čeprav oddaja

teče neprekinjeno; toda senzibiliziram se na neko čisto določeno valovno dolžino. Potem vstopim v povezavo. In tako lahko domnevno ustvarim, to se pravi občutim povezanost in nato začnem loviti signal oz. se senzibilizirati tam, kjer pravkar niha drugi. Vendar je nihajoče polje vedno prisotno, kot tudi radijski valovi okrog nas. Oddajnik ne neha oddajati, ko ugasnem radijski sprejemnik.

Prevod iz revije Das Friedensreich št. 5/2004, prevod: Jože Vasle

Tiskarna 
KoloRtisk



Še hitrejši in kvalitetnejši
s tiskarskimi ploščami
iz CTP-ja.

Computer to plate (osvetlitev direktno na tiskarsko ploščo brez osvetlitev filma)

Ul. Milke Kerinove 11
8270 KRŠKO
Tel.: 07/490 13 20
Fax: 07/490 13 21
e-mail: tiskarstvo.gersak@siol.net

Kdaj bo država prepovedala reklamiranje mesa?

V Sloveniji se med drugim reklamirajo razni izdelki iz mesa kot tudi meso samo. Večini se zdi to normalno in neproblematično, podobno kot reklamiranje npr. igrač ali kaj podobnega. Redki so tisti, ki razmišljajo o tem, kaj sploh pomeni reklamiranje mesa oz. kaj se za reklamiranjem mesa skriva.

Meso ni izdelek, ki bi nastal po običajni poti. Ne nastane tako, da se vzame npr. kos pločevine in se oblikuje v določen proizvod. Meso je izdelek, ki nastane iz živih bitij. Da nastane meso, morajo umreti živali, briljantna živa bitja. Pot do mesa je za marsikaterega človeka grozljiva, da se pri tem sploh ne omenja živali, ki so glavne žrtve proizvodnje mesa. Živali ne umro naravne smrti, temveč je njihova smrt v glavnem grozljiva in nasilna. V Sloveniji je bilo v letu 2004 zaklanih okoli 28 milijonov živali. 28 milijonov nedolžnih živih bitij je bilo pobitih v pravni državi z imenom Slovenija samo v letu 2004. Očitno živimo v državi, kjer vladajo poboji, trpljenje in mučenje. Pa ni samo Slovenija dežela, kjer vladajo poboji, trpljenje in mučenje, to velja praktično za celoten svet, saj vsako leto po svetu ubijejo za prehrano okoli 45 milijard živali. Proti živalim se vodi svetovna vojna.

Kaj torej pomeni reklamiranje mesa? V bistvu pomeni reklamiranje mesa (tudi) vsaj posredno napeljevanje k pobijanju živih bitij, povzročanju trpljenja oz. mučenja, uničevanju okolja, povzročanju globalnega trpljenja in lakote v tretjem svetu.

Znanstveno je ugotovljeno, da je meso rizični faktor za mnoge civilizacijske bolezni, kot so npr. rak, bolezni srca in ožilja, osteoporoza, sladkorna bolezen in podobno. Tako se je mogoče vprašati, ali

Meso je rizični faktor za številne civilizacijske bolezni kot so srčnožilna obolenja, rak, diabetes... foto: Robert Balen, časopis Večer



je meso škodljivo ali neškodljivo živilo. Če je škodljivo, se postavi še dodatno vprašanje, ali se z reklamiranjem mesa reklamira nekaj škodljivega? Če je meso samo po sebi škodljivo, se očitno reklamira nekaj, kar je nezdravo, nekaj kar lahko škodi ljudem. Ali se lahko reklamira nekaj, kar je škodljivo? Da je meso sporno, se zaveda tudi država, ki je postavila meso in mesne izdelke bolj ali manj na vrh prehranske piramide, torej na mesto, ki kaže na vprašljivost mesa. Glede na razvoj je mogoče pričakovati, da bo meso kmalu izpadlo iz te piramide, kar bo sicer izjemo blagodejno vplivalo na celotno družbo in naravo. Meso bo verjetno v prihodnosti mogoče dobiti samo "izpod pulta", kot danes npr. drogo. Po 2. členu Zakona o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju ima vsakdo pravico do najvišje možne stopnje zdravja in dolžnost skrbeti za svoje zdravje; nihče ne sme ogroziti zdravja drugih. Če mora vsakdo skrbeti za svoje zdravje, bi moral uživati samo zdrava oz. neškodljiva živila. Ali izpolnjuje svojo zakonsko dolžnost, da skrbi za svoje zdravje, če uživa meso, živilo, za katerega je znanstveno dokazano, da je rizični faktor za mnoge civilizacijske bolezni? Če ljudje uživajo meso, je zelo velika verjetnost, da bodo zboleli.

Če ljudje, glede na zakonsko dolžnost, da skrbijo za svoje zdravje, ne bi smeli uživati mesa, saj lahko zaradi tega zbolijo, se postavi vprašanje, ali se sme, kot je že bilo navedeno, reklamirati meso oz. se sme reklamirati tisto, kar je za ljudi škodljivo? Ali se sme reklamirati nekaj, od česar lahko ljudje zbolijo? Ali ne pomeni reklamiranje mesa vsaj posredno ogrožanje zdravja ljudi? In nihče ne sme ogroziti zdravja drugih, je zapisano v Zakonu o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju. Ali reklamiranje mesa vsaj posredno ne napeljuje ljudi k ravnanju, ki je v nasprotju z njihovim zakonsko dolžnostjo skrbeti za svoje zdravje? Ali bi bilo mogoče celo reči, da reklamiranje mesa napeljuje, vsaj posredno, h kršitvi zakona?

Uživanje mesa ima tudi negativni učinek na duševnost, pri uživalcih mesa je namreč povečano pojavljanje strahu in depresij v primerjavi z vegetarijanci, izhaja iz neke raziskave iz leta 1998. V zvezi s tem se pojavi vprašanje, ali ni meso in s tem tudi reklamiranje mesa neke vrste napad na človekovo duševnost. Po 35. členu ustave pa je zagotovljena nedotakljivost človekove duševne celovitosti. Meso – napad na ustavo?

V glavnem je prepovedano reklamiranje alkohola in cigaret. Kdaj bo država pre-

povedala reklamiranje mesa? Nerazumljivo je, da država ne prepove reklamiranja mesa, saj so negativne družbene posledice proizvodnje in uživanja mesa neprimerljive s tistimi, ki jih povzročata proizvodnja in uživanje alkohola oz. kajenje. Vprašanje je tudi, ali je lahko uživanje mesa v javnem interesu, kajti negativne posledice mesa so na ravni človeka, družbe in narave, gledano celovito, zastrašujoče. Kakšne koristi prinaša meso za človeka? Meso ni potrebno za človekovo življenje, saj vegetarijanska prehrana zagotavlja optimalno kritje potreb po hranilnih snoveh.

Gospodarska dejavnost se ne sme izvajati v nasprotju z javno koristjo, je zapisano v ustavi. Ali ni masovna živinoreja kot gospodarska dejavnost v nasprotju z navedeno koristjo, če ima velik delež pri uničevanju okolja in negativnih podnebnih spremembah, njen proizvod v obliki mesa pa negativno vpliva na ljudi, povzroča nepredstavljivo trpljenje živih bitij in povečuje lakoto v tretjem svetu?

"Pravična država sloni na uživanju sadežev, krivična na mesojedstvu", je pred davnimi časi dejal Platon.

Vlado Began, varuh pravic živali pri Društvu za osvoboditev živali in njihove pravice

- "Če bi moderni človek moral sam ubiti živali, ki si jih postreže kot hrano, bi brezmejno naraslo število uživalcev rastlin." (Christian Morgenstern, pisatelj)
- "Vegetarijanec sem od dvanajstega leta. Nikoli pa še nisem bil resno bolan. Vegetarijanska hrana krepi imunski sistem. Verjamem, da meso dela ljudi bolne." (Bryan Adams, pevec)
- "Uživanje mesa je ostanek največje surovosti; prehod k vegetarijanstvu je prva in najbolj naravna posledica razsvetljenstva." (Lev Tolstoj, pisatelj)
- "Človek misli, zadovoljen in vesel: nisem krvav, surov klavec. Ker pa se ne brani klobas, si deli krivdo s klavcem." (Eugen Roth, pisatelj)

Goveja juha je koncentriran živalski urin!

Otroci sploh ne morejo presnavljati mesa

Ljudje nimamo možnosti presnove mesa, kakršno imajo mesojede živali, ljudje imamo enak presnovni trakt kot humanoidne opice – človek namreč spada po svojih anatomskih, fizikalnih in biokemičnih lastnostih med frugivorje - sadjejeda bitja! Mesa zato v tem našem presnovnem sistemu, ki je prilagojen le za presnovo hrane rastlinskega izvora, ne moremo popolnoma razgraditi, presnoviti, zato ta nepopolno prebavljena - presnovljena mesna masa začne gniti, trohneti, onesnažuje in zastruplja celice in postaja hrana bakterij, ki se nenormalno namnožijo. Rezultat takšnega načina hranjenja je stopnjevanje zakisanosti organizma, kar vodi v različne oblike bolezni in prezgodnjo smrt. Otroci sploh ne morejo presnavljati mesa, saj imajo nepopolno razvit prebavni sistem. Meso je med vsemi vrstami hrane najbolj razpadajoča hrana. V človeškem črevesju razpada, zgrije in proizvaja smrtonosne strupe, ki zastrupljajo organizem! Prehrana z obilico mesa in mesnih proizvodov je direktno povezana z razvojem raka vseh vrst, medtem ko nitrati, ki jih prehrabena mesna industrija dodaja mesu in mesnim proizvodom tudi z drugimi dodanimi kemikalijami v naravnem okolju človeškega želodca ustvarjajo nitrozamine, ki so najbolj rakotvorne snovi od vseh do sedaj poznanih! Vir: The Top Drugfood Weapons Killing Us slowly & Deliciously, 5.p.125.

Če uživate govejo juho, pijete koncentriran živalski urin! Na zdravje!

Raymond Barnard, dr. med. pravi: "Meso zaklane živali je strupeno. Še nekaj ur po smrti poteka izmenjava med celicami in ostankom krvi. Odpadne strupene snovi, ki jih celice izločajo, nimajo več izhoda iz ubite živali, oziroma njenega trupla, mesa." Prav te snovi pa dajo juhi tako značilen okus, čeprav so te snovi kemično URIN in imajo tudi takšen vonj. "Močna, zdrava krepčilna juha", ki jo priporoča celo umetnost medicine, je praktično koncentriran živalski urin! Če te odpadne snovi iz mesa izperejo, ostanejo samo mesna, beljakovinska vlakna (kot edina sestavina mesa), ki so popolnoma brez okusa, torej neprijetna za "hranilni obrok". Prav ti strupi so tiste snovi, po katerih mesojedi ljudje tako zelo hrepenijo, čeprav se tega ne zavedajo. Če so odstranjeni - izprani, meso izgubi svojo privlačnost. "Meso je srčno vzpodbujevalo, strupi v njem neposredno vplivajo na delovanje srca; srce vegetarijanca srednjih let



Alois Kolar: "Meso je iz vseh vidikov povsem neprimerna hrana za ljudi in povzroča številne bolezni!"

utripa cca 58 krat na minuto, mesojedega človeka pa kar 72 krat - to so povprečne vrednosti, toda teh 1500 srčnih utripov več v 24 urah ima seveda svoje posledice za življenjsko moč: visok krvni tlak, bolezni ožilja in srca - odtitve žilnih sten, zgodnjo senilnost", razlaga dr. medicine R. Barnard.

Uživanje živalskih trupel povzroča tudi impotenco

Prehrana, bogata z nasičenimi živalskimi maščobami in holesterolom, zmanjšuje pretok krvi in s tem hranilnih snovi do celic, občutljivih sluznic, tkiv, organov, spolnih organov in pri moških povzroča impotenco, poškodbe srca, možganov in jih na ta način velikokrat poškoduje (srčni infarkt, možganska kap). Hrana živalskega izvora, zlasti meso in mesni izdelki, preobremenjujejo jetra in ledvice, povzročajo vnetja jeter (hepatitis) in jih sčasoma poškodujejo. Meso vsebuje tudi sečno kislino, ki predstavlja za telo zelo strupeno snov. Sečna kislina se v telesu akumulira (človeški organizem je ne zmore razgrajevati in izločati) in se sedimentira v tkivih kot kristali sečne kisline. V ta namen mora telo porabiti ogromne količine bazičnih mineralnih rezerv (organskega kalcija), da skuša nevtralizirati kislino iz mesne ne-hrane v krvi in tkivih. Preveč beljakovin tudi seveda zgošča kri, toda umetnost medicine predpisuje "zdravila za redčenje krvi", čeprav vemo, da je najboljša naravno "redčilo zgoščene krvi" hrana, za katero smo se ljudje prilagajali na desetine milijonov let: sveže, surovo, zrelo sadje, sveža zelenjava, nepraženi oreški, lešniki, semena.

Medtem, ko presežni dušik v krvi (zaradi hrane živalskega izvora), ki se akumulira v mišicah, tvori kinotoksin, ta pa povzroča kronično utrujenost. Vir: Nelson, MN,42.

Smrtnost dojenčkov je povezana z mesom

Meso povzroča menstrualne težave, menstruacija je daljša, intenzivnejša, boleča, po navadi s predmenstrualnim napetostnim sindromom PMTS. Vir: Robbins, DNA, 266. Urea je glavni povzročitelj za umetnost medicine "neznane vzroka" smrti dojenčkov (ubije okrog 10.000 dojenčkov letno - podatek je za ZDA). Noseče matere prevečkrat jedo preveč mesa. Zato je tudi preveč neprebavljenih beljakovin v mleku doječe mamice. Dojenček med dojenjem dobi ureo, njegovo/njeno srce je tako majhno in šibko, da tega preprosto ne more prenesti. Vir: Dr. Carey Reams, Kirban, 89, 166, 4. Meso skrajšuje življenjsko dobo, povzroča zgodnje spolno dozorevanje in hitrejšo degeneracijo, staranje.

Naš zakonito priznan izobraževalni sistem je postal ujetnik ogromnega, mamutskega industrijskega kompleksa (pridelava, vzreja in klanje živali, predelava). To pomeni, da prostituirajo svoja učenja z namenom, da bi zadovoljili potrebe tistih, ki jih pri tem finančno podpirajo. Zato je jasno, da znanost o človeški prehrani ni pogojena z dejstvi o človeški fiziološki in biološki sposobnosti presnove hrane, pač pa od zahtev prehrabene industrije, ki na osnovi teh zgrešenih, zavajajočih znanstvenih učenj dobro trži svoje produkte, ki povzročajo razvoj vseh oblik bolezni, vključno z rakom in aidsom. Seveda pri tem velja načelo: "Samo bolan človek je profitabilen človek!"

Alois Kolar je praktik in svetovalec

Naravnega
Zdravja – Naravne Higiene,

051 350 086,
alois.kol@siol.net

Slabokrvnost sem pozdravila z vegetarijansko hrano

Vesna Vuk Godina je v slovenskem prostoru ljudem najbolj poznana kot dinamična predavateljica na Fakulteti za družbene vede. Vendar mnogi ne vedo, da je Vesna že več kot dvajset let vegetarijanka. Z uživanjem nekrvave hrane je odpravila slabokrvnost, glavna sprememba, ki jo je začutila po prehodu na vegetarijanstvo, pa je bila povečana količina energije, s katero je lahko premagovala hude službene in privatne napore. Vendar Vesna poudarja, da je potrebno jesti le ekološko pridelano vegetarijansko hrano.

Kdaj in zakaj ste se odločili za vegetarijanski način prehranjevanja?

Za vegetarijanski način prehranjevanja sem se odločila že davno, mislim da okoli leta 1980. Razlog ni bil ne ideološki, ne zdravstveni, ampak povsem pragmatiski. Moj takratni partner in kasnejši soprog je bil namreč navdušenec nad Indijo in Nepalom, kjer je tudi bil. Del tega navdušenja je bilo tudi navdušenje nad njihovim načinom prehranjevanja, nad njihovo hrano. Ker sva že živela v skupnem gospodinjstvu, seveda nisem kuhala dvojne hrane, ampak sem se naučila kuhati vegetarijansko hrano. Tej sem najprej dodajala meso zame (sama sem bila velika oboževalka mesa!), nato pa sem sčasoma, ko sem se naučila kuhati izvrstne vegetarijanske jedi, meso opustila. Preprosto, vegetarijanske jedi so mi bile boljše, bolj okusne, in sploh nisem več potrebovala mesa. Pri meni je namreč pri hrani zmeraj bil in še vedno je pomemben okus, kulinarčni užitek. Vedno sem rada jedla in rada jem tudi še danes. Zato sem si tudi zmeraj, če sem začutila potrebo po mesni hrani, če mi je ta hrana dišala, dovolila kak kos mesa. Vendar je to z leti postajalo vse bolj in bolj redko. A se kdaj pa kdaj pojavi tudi še danes. In takrat kak košček mesa še vedno pojem. A je to zelo redko – morda pet ali šestkrat na leto.

Vendar pa je bil omenjeni korak samo prvi korak na moji poti v vegetarijanstvo, kakršnega prakticiram danes. Drugega, strožjega, sem naredila, ko se je rodila moja hčerka, ki je bila in je še alergična na živalske beljakovine. Takrat sem sama, skupaj z njo, prešla na precej striktno vegetarijansko dieto,

ki se je v osnovi držala makrobiotičnih načel. S to dieto je hčerka ozdravela. Nikoli več nam ni bilo treba v bolnišnico zaradi težav pri dihanju in drugih znakov alergij. Sprememba je bila tako očitna in dramatična, da so se sestre iz otroške bolnice, kjer je bila Maša pred tem redni pacient, začudeno spraševale, kaj se je z njo zgodilo, da nič več ne pride.

Tretji korak pa je bil prehod na posebno vegetarijansko dieto, ki je del imunskega zdravljenja na inštitutu Livingston. V Livingstonski dieti je glavni del obroka vedno zelenjava. Žitarice so dodatek. Livingstonska dieta se ne zadovolji – enako kot tudi makrobiotična ne – samo z odsotnostjo mesa in prisotnostjo rastlinske hrane. To pa zato, ker je vegetarijanska hrana, ki ni organsko pridelana, prav tako problematična, saj z njo v telo vnašamo prav tako veliko količino strupov, kemikalij in podobnega. Treba je narediti bistveni korak dalje: treba je jesti le ekološko pridelano vegetarijansko hrano. To je tista hrana, ki jo sama jem danes.

Kakšni so bili odzivi ljudi na vašo prehransko spremembo?

Odzivi so bili različni. Mojemu partnerju je bil ta prehod seveda všeč. Manj je bil všeč drugim, ki so me poznali. Predvsem člani moje ožje družine, torej moja mama, moj oče in moja sestra, so bili do tovrstne prehrane skeptični. Prednjačila je mama, ki je bila medicinska sestra in je seveda verjela in prakticirala takratna naziranja o zdravi prehrani, po katerih je bilo redno uživanje mesa pogoj za zdravo prehranjevanje. Poleg tega sem bila sama od otroštva slabokrvna in v tej

perspektivi je bila odsotnost mesa v moji prehrani zanj resen zdravstveni problem. Se je pa toleranca z leti seveda večala, še posebej, ko se je pokazalo, da sprememba moje prehrane ni imela nikakršnega negativnega vpliva na moje zdravje. Celo obratno, moje zdravstveno stanje, tudi slabokrvnost, se je izboljšalo.

Sama se na odzive ljudi, tako kot tudi drugače v svojem življenju, nisem ravno kaj preveč ozirala. Vedno v življenju sem počela in še počnem tisto, kar se zdi prav meni. In ne, kar se zdi prav drugim. Pustim, da me vodi nekak moj notranji občutek. Še vedno, kadar sem ga poslušala, se je to izkazalo za pravilno. In vedno, kadar ga nisem, za napako. Torej, meni je ta moj občutek govoril, da delam prav. In sem pri tem ostala. Poleg tega pa sem v vegetarijanski hrani, kot sem že rekla, kulinarčno uživala.

Kako se je vaše življenje po prehodu na brezmesno hrano spremenilo?

Glavna sprememba, ki sem jo čutila, je bilo več energije. In manjša utrujenost. Če sem kdaj na kakšnem obisku zaradi vpljudnosti še pojedla kak mesni obrok, sem bila po takšnem obroku neznančno utrujena. Vem, da sem bila prav šokirana ob spoznanju, kako prebavljanje živalske hrane utruja. In kako se ljudje utrujajo s tem, da jedo obroke, zasičene z mesom. Kako sem se celo življenje s tem utrujala sama. Pa sploh nisem vedela. Po obroku, ki vsebuje meso, je človek utrujen. Po vegetarijanskem obroku pa ne. To me je res presenetilo. Zdravstveno se mi je, kar je bilo na videz presenetljivo, saj je bilo v nasprotju z uradno doktrino takratne medicine, izboljšala kri. Tega se z urad-



no medicinskimi stališči o tem, kako na kri vpliva uživanje mesa, ni dalo pojasniti. Je pa bilo to skladno z makrobiotičnimi načeli, po katerih je slabokrvnost povezana z zakisanostjo, ta pa z uživanjem mesa.

Tudi dolgoročno je bil učinek vegetarijanske prehrane na moje zdravje zelo dober. Je sicer res, da ni preprečil nastanka mojega raka na ščitnici, ki je bil posledica ekstremno stresnega življenja celih osemnajst let, ki se mu je priključilo tudi obdobje intenzivnega emocionalnega trpljenja. Je pa res, da je prav vegetarijanska prehrana pripomogla, da sem toliko let sploh zmogla tako ekstremne napore, ne da bi prej zbolela. Tako mi je vsaj zatrdil moj ameriški zdravnik na kliniki Livingstone, dr. Marc LeBeau. Po njegovih besedah bi ob mojih obremenitvah in mojem tempu zbolela že mnogo prej in dobila bi mnogo težjo vrsto raka, če bi se ne hranila vegetarijansko.

Kaj pa spremembe v načinu razmišljanja?

Kar pa zadeva spremembe v razmišljanju, so te povezane bolj z boleznijo moje hčere ter z mojim soočenjem z rakom, kot pa s prehrano. Sama namreč nikoli nisem bila zagovornica nobenih ideologij, še posebej, če je šlo za ideologije, ki so bile moda. Ideologije po mojem osebnem prepričanju in izkušnjah vedno pomenijo izklop uma, razmišljanja. Torej nekakšno slepo sledenje mnenju drugih, ki menda že vedo, kaj je treba storiti. In kako. To se je meni vedno zdelo poneumljanje ljudi in njihovega življenja. Ustvarjanje enoumija je bilo nekaj, kar mi je bilo vedno zoprno. Nekaj v meni se je temu zmeraj upiralo. Vegetarijanstvo je v času, ko sem sama postala vegetarijanka, postajalo takšna modna ideologija. Danes vegetarijanstvo takšna ideologija vsekakor je.

Je del prestiža. Statusa. Del tega, da si ljudje domišljajo, da so več. In boljši od drugih. Tovrstne geste so mi bile vedno do kraja zoprne. Zato imam tudi do današnjih modnih ideologij in razlag o vegetarijanstvu mešan občutek. Enako, kot tudi do nekaterih vegetarijancev. Ki so veliki in očitni pozerji. In so danes vegetarijanci. Ker je to "in". Bi pa bili jutri karkoli drugega, tudi najbolj divji jedci mesa in verjetno celo nacisti, če bi bilo "in" to. Če bi s tem lahko poželi občudovanje. In bi "bildali" svoj ego.

Žal živimo v potrošniških družbah, kjer se tre patoloških narcisov. Dejstvo, da žal živimo v potrošniških družbah, je povezano s tem, da je vegetarijanstvo postalo pač še eden izmed trgov. Zelo donosni trg. Saj vsi, ki se hranimo tako, vemo, da so vegetarijanska živila, posebej tista ekološko in biodinamično pridelana, občutno dražja od običajnih živil. Drugo dejstvo, prisotnost pato-

loških narcisov, pa je povezano z značilnostjo, da običajni predstavniki potrošniških družb praviloma delujejo tako, kot je to "in". Torej modno. Kar pomeni, da je velik del vegetarijancev iz modnih razlogov. In bodo to prenehali biti takoj, ko to ne bo več "in". Torej modno. Zaključek, da povečano število vegetarijancev kaže na spremenjeno zavest ljudi, se mi v tej luči zdi prenačljeno. In naivno. Temu ne verjamem.

Kako si razlagate dejstvo, da zdravniki še vedno ne podpirajo vegetarijanstva, čeprav je že znanstveno dokazano, da so vegetarijanci bolj zdravi in dlje živijo?



Vesna Vuk Godina: Med vegetarijanci je dokazano manj bolnikov z boleznimi srca in ožilja ter bolnikov z rakom.

Foto: Žiga Culiberg

Po mojih izkušnjah je medicina pač veda, ki tako, kot vse ostale vede, temelji na določenih dogmah. Te dogme se z medicinskim izobraževanjem prenašajo iz generacije na generacijo zdravnikov in tako dobivajo status absolutnih resnic. Nekaj takega se dogaja tudi z resnicami o mesu. Vedeti moramo, da je medicina, tako kot vsaka znanost, v resnici bistveno bolj podvržena neobjektivnosti in kulturni pogojenosti, kot si to mislimo. In kot si to mislijo zdravniki. V zvezi s kulturno pogojenostjo je treba vsekakor upoštevati dejstvo, da je v naših evropskih kulturah meso bilo v preteklosti praviloma hrana bogatih, ki so si jo revnejši sloji lahko privoščili le izjemoma. Zato se je mesa držal prestižni status, uživanje mesa pa je bilo stvar socialnega prestiža. Če si si hotel pridobiti ugled, če si hotel nekaj veljati, si jedel meso. Kar je povsem nasprotno od na primer Indije, kjer je bramanska kasta tradicionalno vegetarijanska. V Indiji ima torej vegetarijanska hrana prestižni status in če želiš tam nekaj veljati, moraš seveda jesti vegetarijansko hrano. V obeh primerih imate na delu jasno igro ideologije, v kateri je tisto, kar dela vladajoči razred, vedno več vredno in boljše od tistega, kar

delajo reveži. To je vedno tako. In v tej luči se kopiči vedenje, tudi tako imenovane objektivne resnice. V evropski perspektivi je pomenilo jesti vegetarijansko v resnici držati se prehrabnih navad revežev, kar je sramotno. To se je seveda danes z vnosom new-agerstva močno spremenilo, še posebej, ker se je pokazalo vegetarijanstvo za zelo donosen trg. Zato je danes ideologija prisotna ne samo pri tistih, ki zagovarjajo uživanje mesa, ampak tudi pri tistih, ki zagovarjajo vegetarijanstvo. Eni in drugi mahajo naokoli z ideološkimi argumenti. In eni ter drugi so povsem nesposobni misliti o tem, kar počnejo. Vendar pa ima ne glede na to ugotovitev vegetarijanstvo nekatere očitne zdravstvene prednosti. Med vegetarijanci je dokazano manj bolnikov z boleznimi srca in ožilja ter bolnikov z rakom. Manj pogoste so tudi nekatere vrste alergij ter vrste drugih bolezni. To je verjetno povezano z dejstvom, da telesna zgradba človeka ni zgradba mesojedca in tudi ne vsejedca. Prebavila, od zob preko želodca do črevesja, niso prebavila niti mesojedca niti vsejedca. Ampak prebavila rastlinojedca. To je fiziološko dejstvo, fiziološka danost, ki se pri hranjenju z mesom pokaže kot fiziološka omejitev. Z mesom se zaradi naše zgradbe prebavil preveč zastrupljamo. Zato mora na primer na Livingstonu vsak, ki je bil mesojedec, skozi večmesečno izjemno strogo vegetarijansko dieto, katere osnovni cilj je razstrupitev telesa. In zato je meso kasneje prepovedano. Ker telo zastruplja, kar je za rast rakastih celic ugodno. In morda še to: primerjalna analiza različnih diet, ki so se pokazale v zdravljenju raka kot učinkovite (Livingstonska dieta, makrobiotika, uživanje presne hrane...), kaže, da imajo kljub razlikam vse diete eno skupno točko: vse so vegetarijanske.

Kaj bi vi storili, če bi bili zdravstvena ministrica?

Predvsem in najprej bi poskušala obnoviti nivo zdravstvenega varstva, ki smo ga imeli v preteklosti. Drugič bi pospešila vpeljavo integralne oz. integrativne medicine. Ta medicina se je pokazala za učinkovito tako v preventivi kot v kurativi. Poleg tega, da je dobra za bolnike, je zaradi večje učinkovitosti gledana v celoti tudi cenejša od sedanje medicine. Kot tretje pa bi naredila selekcijsko sito za to, kako dostopno bi bilo zdravstveno sofinanciranje za bolnike. Mislim, da ni prav, da ima nekdo, ki si neodgovorno in vsakodnevno uničuje zdravje, na primer s pitjem alkohola, enako stopnjo sofinanciranja zdravstvenih storitev kot nekdo, ki odgovorno skrbi za lastno zdravje.

Damjan Likar

Živalim prijazna živila tudi v Sloveniji



Živila iz miroljubnega poljedeljstva dobite na naslednjih mestih:

Trgovina *K naravi*, pokrita tržnica Ljubljana, Pogačarjev trg 1, od pon. do sob. - tel.: 031 681 426

Ekološka tržnica Naklo, ob torkih - tel.: 041 214 233

Ekološki sejem Kranj, Glavni trg, vsako drugo soboto - tel.: 041 214 233

Tržnica Celje, Linhartova ulica NN, ob sobotah - tel.: 03/ 5763 303, 031 499 756

Tržnica Izola ob petkih, tržnica Koper ob sredah in sobotah - tel.: 031 760 794, 05/ 653 11 15

K naravi dobro za življenje, Ibi sendvič, Sejmišče 1, 4000 Kranj - tel.: 04/2360 969

Ibi sendvič, Trubarjeva cesta 57, 1000 Ljubljana - tel.: 041 214 233

Na navedenih mestih najdete ta živila pod logotipom iBi.



plakat o lovu



videokaseta



majice

Informacije in naročila na naslov:

**Društvo za osvoboditev živali
in njihove pravice**

Ostrožno pri Ponikvi 26
3232 PONIKVA

Naročite lahko
tudi brezplačne letake:

- NE POTREBUJEMO LOVCEV
- 8 LAŽI O PREHRANI

Internet: www.osvoboditev-zivali.org
E-mail: info@osvoboditev-zivali.org
Gsm: 041/546 672 (Jožica)

Narava sama uravnava svoj sestoj

Narava sama poskrbi za svoj sestoj – da to lahko razumemo, se moramo posloviti od starih miselnih vzorcev, ki smo jih navajeni. Pripravljeni moramo biti spoznati, da je narava samostojno, inteligentno bitje.

Ljudje smo že od nekdaj zmotno prepričani, da narava brez nas ne more živeti. Iz tega smo si izpeljali pravico, da lahko in moramo naravo upravljati. Resnica pa je ravno nasprotna: narava lahko brez ljudi zelo dobro živi. Tako kot se večji del ljudi do narave danes obnaša, bi bilo zanjo bolje, če ljudi sploh ne bi bilo. Zelo daleč smo se oddaljili od spoštovanja in ljubezni do narave, ki jo Indijanci in druga primitivna ljudstva še vedno živijo nam za zgled.

Manj človekovega poseganja ustvarja večje ravnovesje v naravi

Nobene potrebe ni, da človek uravnava sestoj v naravi, za to poskrbi narava sama. Toliko manj ko ljudje posegamo vmes, toliko bolj se narava prilagaja ljudem. Smrt tisočih čudovitih, polnih ljubezni in zaupljivih živali, poskrbi ravno za nasprotno od uravnavanja. Naravni samoohranitveni nagon vodi živali k temu, da se ogrožena populacija poveča bolj kot neogrožena. To je zakonito, tako kot pri ljudeh. Neogrožene živali v svobodni naravi se prilagajajo naravnim pogojem okolja; to je velikosti in kakovosti življenjskega prostora; hrana in klima sta odločilna faktorja, katere skupine živali spadajo skupaj. V svobodni, neobremenjeni naravi zato ni presežkov. Narava potrebuje tudi svojo svobodo. Človek pa jo brez usmiljenja in razumevanja vedno bolj utesnjuje. V takšnem prisilnem jopiču narava propada in z njo tudi človek.

Zakaj lovci ubijajo, če ne gre za namen uravnavanja?

Vsak pošten, normalen človek, ki v naravi sreča divjo živali, npr. jelena ali srno, je očaran nad lepoto in milino. Žival je tako nedolžna in spoštovanja vredna, da se v srcu vsakega normalnega človeka prebudi samo veselje, občudovanje in ljubezen. To se zgodi seveda tudi v srcih lovcev. To so trenutki, v katerih sta narava in človek, dve živi bitji, ki sta v božji enosti, resnično blizu eden drugemu. Kateri človek lahko uniči tako vzvišen trenutek, ki bi ga najraje ohranil celo večnost, s tem, da svoja čustva potlači tako daleč, da je celo pripravljen ubijati?

Lovci: uboj in morilska sla med lovom

Lovci pripovedujejo, da je celo prekanjenim lovcem potreben čas miselne priprave na lov. To je razvijanje lovskega nagona, ki lovca očitno napade pred lovsko sezono in ga pripravlja na ubijanje – povezano je z nervozo in nemirom. Je tako, kot da bi lovec takrat smuknil v drugi jaz. Za nekatere velja to bolj, za druge manj. Pred pričetkom lova doseže vrhunec, ki ga sprosti prvi strel. Potem je ubijanje vedno lažje in lahko pri odklopu zavesti vodi k zakonitemu brezvestnemu morilskemu nagonu oziroma sli. Podobno poznamo pri vojaki, ki so ubijali v vojni, kot tudi pri mesarjih, ki so v velikih mesnicah klali kot po tekočem traku. Občutki, ki prihajajo iz srca, so popolnoma zatrti, drugače to ne bi bilo možno.

*dr. Hans U. Herte,
The World's Foundation
of Natural Science, Bern,
Švica*

Prevod članka Die Natur reguliert die Bestände selbst iz revije Freiheit für Tiere št. 3/2003.

Za lov ni niti enega trdnega motiva!

- lov človeku ni življenjskega pomena
- vzrok, da divjad povzroča škodo v naravi je strah pred lovom ter človekovim motenjem nasploh, ne pa preveliko število divjadi. Škoda v naravnem okolju ni tako obsežna, da se v naravnem procesu ne bi mogla obnoviti
- gozdne statistike, ki želijo dokazati previsoko število divjadi ter pomembnost "reguliranja" so več kot neresnične, so prevara. Številke namenoma spreminjajo navzgor zaradi večjega števila dovolilnic za odstrel in večjega prihodka v blagajno kantona
- nenaravno, povečano število divjadi, posebej starejših srn z mladiči, je posledica tako imenovanega "reguliranja" tega števila z lovom
- narava je sistem, ki se uravnava sam, za svoje funkcioniranje ne potrebuje človekovega poseganja.

Prevod članka Es gibt kein einziges

stichhaltiges Motiv für den Jagd! iz revije Freiheit für Tiere št. 3/2003.

Beg pred človekom ni naravna reakcija živali

Živali prav dobro vedo, za kaj pri lovu gre. Iščejo možnosti novega, varnega bivališča. Imamo poročila iz predalpskega sveta in hribovskih predelov, ki poročajo, da je divjad med lovom začela iskati zavetje v vaseh, na vrtovih ljudi, kjer se je počutila varno. Divjad išče zaščito pred lovci pri ljudeh, torej se med lovom pri njej razvije zelo dober občutek, kdo ji je prijatelj in kdo sovražnik. Beg pred ljudmi ni naravna reakcija živali. Živali so v osnovi človekovi prijatelji, obratno pa je mnogokrat žal drugače. Slabe izkušnje z ljudmi privedejo živali do tega, da se umaknejo, bežijo ter se borijo za svoje življenje. Na žalost se teh dejstev človek ne zaveda in vztraja pri svojem. S svojim znanjem še ni daleč, tudi kadar svojo primitivnost prekrije z aroganco. Inteligenca je še vedno bolj srčna zadeva, kot stvar razumevanja in nagona. Psiholog Kellert se je dotaknil sveže rane, ko je dejal: "Lovci potrebujejo lov zato, da svoje občutke negotovosti, frustracij, manjvrednosti in pomanjkanja samozaupanja potlačijo v smrti živali."



Odlomek iz: "O grehu in negrehu lova." The Journal of Natural Science 5/2000

Prevod članka Die Flucht vor dem Menschen ist keine natürliche Reaktion der Tiere iz revije Freiheit für Tiere št. 3/2003.

Misel na vsakršno trpljenje živali mi je izjemno tuja

Prof. dr. Marko Pavliha, pravnik in podpredsednik Državnega zbora republike Slovenije, je eden redkih slovenskih politikov, ki si upa postaviti na stran najbolj izkoriščanih in brezpravnih bitij na našem planetu – živali. Dr. Pavliha se zaveda, da bo resnični mir na tem svetu nastopil šele takrat, ko bomo zopet vzpostavili sožitje med živalmi, naravo in ljudmi.

Zakaj ste se odločili, da podprete delovanje Društva za osvoboditev živali in njihove pravice?

Čas, v katerem živimo, postaja vse bolj neizprosno do skupnosti, sožitja, sočutja, solidarnosti; individualizem je postal način življenja, celo vrednota, kar je po mojem mnenju zelo slabo. V delu Društva za osvoboditev živali in njihove pravice sem zasledil mnoge cilje, h katerim težim tudi sam, z njimi pa seznanjam tudi svoja osnovnošolska otroka. Misel na vsakršno trpljenje živali mi je izjemno tuja, zato se v dvainštiridesetih letih svojega življenja tudi nikdar nisem udeležil "tradicionalnih" slovenskih kolin.

Kakšno je vaše stališče do lova in masovne živinoreje?

V zadnjem času me je izjemno razveselil glas razuma, ki je prevladal v Angliji in Walesu, saj je parlament sprejel zakon, ki prepoveduje večstoletno tradicijo lova na lisice. Menim, da je bilo to dejanje parlamenta izjemnega pomena in daje zgled ne le ostalim članicam Evropske unije, temveč vsem svetovnim državam. Naj dodam, da močan vpliv lovskega lobija žal odlikujejo člani, ki še vedno dovoljujejo streljanje lisic in pregon iz njihovih bivališč. Poleg tega me zelo žalosti tudi (ne)ozaveščenost ali bolje rečeno brezbriznost javnosti, saj je leta 1999 63 odstotkov tamkajšnjega prebivalstva podpiralo prepoved lova, letos pa je podpornikov že manj kot polovica. Kot primerne pa ocenjujem sankcije, saj je za kršitelje predvidena visoka denarna kazen ter zaplemba opreme in avtomobila. V razvitem svetu pomeni lov in pobijanje zdravih živali v njihovem naravnem okolju statusni simbol, kar je povsem nesprejemljivo. Izjemno problematičen je tudi lov ogroženih vrst, čeravno "dovoljeno" število odstrela določi Ministrstvo za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano. Tako je bil na območju Slovenije ris že popolnoma iztrebljen, v sedemdesetih letih 20. stoletja so ga znova naselili, danes pa je spet med ogroženimi vrstami. Se ljudje res ničesar ne naučijo!?



Dr. Marko Pavliha: "Nekaterim ljudem za trpljenje živali preprosto ni mar, nekateri pa se ga zgolj ne zavedajo."

Glede množične živinoreje sem prav tako skeptičen. Živali pogosto živijo v slabih, celo povsem neprimernih bivalnih razmerah, ne glede na zakonska določila, ki skrbniku, med drugimi pravicami živali, nalagajo zagotovitev svobode gibanja. V klavnice jih vozijo v razbeljenih ali neogrevanih tovornjakih, na desetine in stotine kilometrov daleč, ponovno ponavljam, kljub drugačnim zakonskim določilom, da nedostojanstveno končajo svoje ubogo življenje. Vsaka družina bi znatno pripomogla k zmanjšanju porabe mesa in k lastnemu zdravju, če bi se vrnila k slovenskim koreninam in za kuho vsaj občasno uporabila polnovredne žitarice in semena, kot so pira, ajda in leča, ki vsebujejo tudi do petine beljakovin. V naši družini smo takšne prehranjevalne navade vpeljali zelo uspešno in tudi na veselje obeh otrok. Zasledil sem podatek, da je letna poraba mesa na prebivalca v Združenih državah Amerike v zadnji štirih desetletjih narasla več kot za tretjino, kar je zagotovo zaskrbljujoče.

V sedanjem Zakonu o zaščiti živali je dovoljeno testiranje na živalih, usmrtnitve živali, rejenih za proizvodnjo

krzna ali kož, za potrebe naravoslovnih muzejev... Se vam zdijo ti člani zakona sporni in neetični?

Dasiravno je bil sprejet šele leta 1999, vsebuje Zakon o zaščiti živali mnoga nujno potrebna določila, ki določajo standarde za primerno in dostojno ravnanje z živalmi. Vsakemu državljanu bi iskreno priporočil, da se z zakonom seznani, saj se človeku ob prebiranju nekaterih členov zdi, kot da bere izkrivljen znanstvenofantastični roman. A temu žal ni tako, človeška domišljija je, kot je sklepati tudi iz nekaterih odmevnih primerov mučenja živali, brezmejn. Zato je toliko bolj pomembno, da zakon in nanj navezujoče podzakonske akte imamo. Slovenija je kot članica Evropske unije zavezana tudi k spoštovanju uredb in direktiv s področja varstva živali, med katerimi naj izpostavim Uredbo o pasteh stopalkah, ki prepoveduje uporabo teh pasti, Uredbo o ogroženih vrstah in Direktivo Sveta o prstoživečih pticah, ki govori o njihovem ohranjanju. Nedavno sem namreč prebral poučen intervju, v katerem je bilo govora o številnih pticah, ki jih v Sloveniji kmalu ne bo več mogoče videti. Izjemno izkrivljeno je namreč početje posameznikov, ki ptice lovijo in prodajajo v sosedne države, kjer jih na primer Italijani cenijo kot kulinarično specialiteto!?

Štirje člani Zakona o zaščiti živali, ki dovoljujejo poskuse na živalih, določajo tudi pogoje in izdajo dovoljenje za testiranje. Ne morem reči, da se s poskusi v celoti strinjam, zagotovo pa v tistih primerih, ko na tehtnici stoji uspeh novega medicinskega dognanja. Veseli me, da je zakonodajalec v prepoved uvrstil tudi poskuse za etično nesprejemljive cilje, kot so novi kozmetični preparati, bojna sredstva, alkohol in tobak. Za potrebe naravoslovnih muzejev bi bilo v mnogih primerih možno najti ustrežnejšo rešitev, kot je usmrtnitev zdrave živali. Rešitev je bodisi neozdravljivo bolna, ranjena ali povožena žival. V sosedni Hrvaški člani društva za ohranitev volka na primer poročajo, da letno

najdejo več deset povoženih volkov, ki bi jih, raje kot da za ta namen ubijejo zdravo nedolžno žival, v dogovoru s pristojnimi, pripravili za potrebe naravoslovnih muzejev in v druge izobrazevalne namene. Sporna in v celoti neetična pa se mi zdi tudi dopustitev usmrtitve zapuščene živali, ki je bila najdena in nastanjena v zavetišču, če je po tridesetih dneh ni mogoče oddati. Na tem mestu tudi pozivam vse, ki se odločajo za nakup hišnega ljubljence, naj se najprej oglasio v katerem od zavetišč ali pregledajo oglase v dnevnem časopisju, kjer na desetine zapuščenih živali z žalostnimi zgodbami čaka na svoj košček sreče, na trenutek pozornosti, naklonjenosti in ljubezni.

Reklama "Rdeče meso – telo ga potrebuje!" je med prijatelji živali izzvala veliko ogorčenje. Ali ste vi za prepoved reklamiranja mesa in mesnih izdelkov? (glede na to, da je že večkrat znanstveno dokazano, da je meso rizični faktor za številne civilizacijske bolezni).

Prehrambene navade so običajno zakoreninjene do te mere, da menim, da prepoved oglaševanja mesa in mesnih izdelkov ne bi bistveno pripomogla k odločilnim spremembam. Posameznikova odločitev mora vedno dozoreti v njegovi lastni glavi, ali kot rad rečem, podstrešju. Bolj se nagibam k temu, da bi z nacionalno akcijo ozaveščanja ljudem ponudili sodobne izsledke raziskav strokovnjakov za prehrano, v povezavi z dognanji o izvoru nekaterih sodobnih razširjenih bolezni, kot so rak, bolezensko povečan krvni pritisk in podobno. Ogledal sem si ameriški dokumentarni film "Super veliki jaz", o mesecu dni življenja človeka, ki se je v eksperimentalni namen prehranjeval izključno s hitro prehrano, v kateri je poleg velikanskih količin sladkorja zaužil ogromno mesa. Dokumentarec je izjemen, neposreden in šokanten. Brez hollywoodskih priredb zadene bistvo (ne)odgovornosti prehranjevanja sodobne zahodne družbe. Prebral sem podatek, da si je film ogledal širok krog gledalcev, kar posredno pomeni, da je nanje najverjetneje vplival mnogo močnejše kot vse reklame, ki so jih videli tistega dne. Takšen način ozaveščanja absolutno podpiram, saj je posameznik odločitev za ogled sprejel sam.

Imam občutek, da je precej politikov naklonjeno živalim, so morda so živinorejski, lovski in mesni lobiji premočni?

Zagotovo tudi mnoge javne osebnosti

podpirajo delovanje raznovrstnih društev za zaščito živali ter občasno ali redno protestirajo proti posegom v pravice in naravno okolje živali. Povsem sem naklonjen tudi znanim osebnostim, ki s svojo prepoznavnostjo lažje dosežejo prodor raznovrstnih idej, kot je na primer protest proti nošenju krzna in gojenju živali v te namene. Ne podpiram pa ad hoc akcij, kot je polivanje z barvami ljudi, ki nosijo krzna, saj mislim, da naredijo več škode, kot koristi. Naj pojasnim zakaj. Javnost namreč take proteste, čeravno neupravičeno, kaj lahko doživlja kot skrajne, s čimer bistvo ali cilj ideje zvodeni, ali dobi negativen prizvok. Nekaterim ljudem za trpljenje živali preprosto ni mar, nekateri pa se ga zgolj ne zavedajo. In tu se znova vrnemo k pomenu ozaveščanja.

Različni lobiji, vključeni v pridelovalno-predelovalno prehrabno verigo na svetovnih tržiščih nedvomno igrajo močno vlogo. Lahko bi celo domnevali, da so skupni finančni vložki za lobiranje in oglaševanje primerljivi s proračunom kakšne revne azijske ali afriške dežele. S tega stališča so kot antipod nadvse dobrodošle akcije, ki oglašujejo uživanje sadja in zelenjave, ki smo jim priča v zadnjem času.

Nekateri strokovnjaki poudarjajo, da so številne naravne katastrofe (ujme, potresi..) povezane tudi z ubijanjem živali. Po Einsteinovem zakonu trpljenja se groza iz klavnice in iz laboratorijev s poskusi na živalih širi po določenih fizičnih zakonih, dokler se ne razbremenijo v ujmah, zlasti potresih. Kako gledate na to?

Skrbi me predvsem porušeno naravno ravnovesje, ki ga ljudje ustvarjamo z industrijsko proizvodnjo, domačo porabo in izpuhi motornih vozil, nekontrolirano sečnjo gozdov, širjenjem metropolitanskih območij, grobimi posegi v naravne habitate in krčenjem življenjskega prostora vse več živalskih vrst, ki posledično postajajo ogrožene. V preteklem letu smo "pridelali" kar 7 milijard ton ogljikovega dioksida, ki kar v 50-ih odstotkih povzroča globalno segrevanje ozračja. Biosfera ostaja, kljub naši naraščajoči malomarnosti, naša prijateljica, saj letno vsrka 2-3 milijarde odpadnega CO₂. Globalno segrevanje povzroča segrevanje velikih ledenih jeder, kot je na primer arktični led. V zadnjih štiridesetih letih se je njegov obseg skrčil skoraj za polovico. Si predstavljate, kaj to pomeni na primer za severnega medveda, tjuljnje in druge živali? Če jih ne ogrožajo kruti lovci, pa nanje preži krnjenje bivalnega prostora.



Ris je v Sloveniji zaradi napačnega posega človeka ponovno ogrožena vrsta, foto: Spönlein

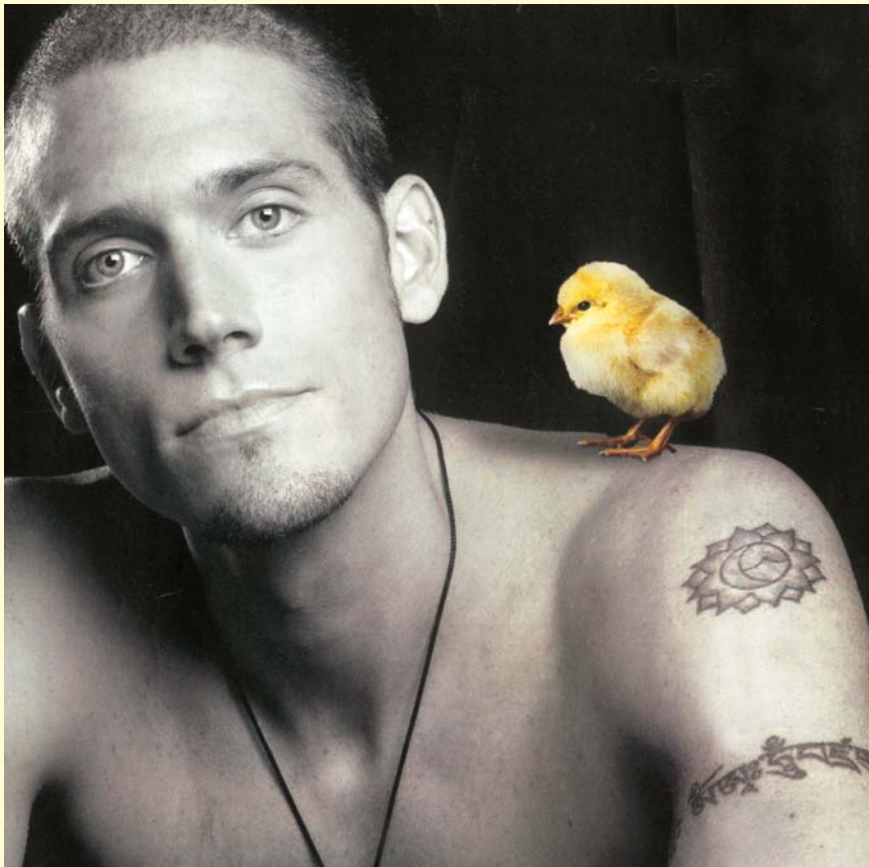
Seznanil sem se s teorijo o Einsteinovih valovih trpljenja in moram reči, da so znanstvenikove domneve zanimive. Že stari starši so me učili, da se vse dobro vrne, vse slabo pa celo dvakrat. Težko si je predstavljati, da se skoncentrirano kopičenje negativne energije, kar klavnice nedvomno so, razblini. Kot se je pokazalo ob nedavnem cunamiu v Aziji, smo ljudje res dodobra izgubili intuitiven stik z naravo, saj po poročanju mnogih medijev na vsem prizadetem območju niso našli mrtvih živali. Začutile so bližajočo katastrofo in se umaknile stran od obale. Sklepna misel je, da se nam nepremišljena dejanja, s katerimi grobo posegamo v naravo, v želji po čim hitrejšem razvoju gospodarstva in kmetijstva, maščujejo.

Lev Tolstoj je dejal: Dokler bodo klavnice, se bomo tudi ljudje pobijali med seboj. Se strinjate z njim?

...in dokler bodo obstajali ljudje, ki delujejo združeni v okviru različnih društev za zaščito živali, kakršno je tudi Društvo za osvoboditev živali in njihove pravice, smo na dobri poti, da apatične, nezaveščene, brezbrizne in agresivne ljudi skušamo spodbuditi k drugačnemu razmišljanju in jim razširiti obzorja.

Damjan Likar

Je človek res najbolj inteligentno bitje na planetu Zemlja?



Kdaj bo človek tako inteligenten, da bo zaživel v sožitju z živalmi?
foto: Robert Sebree, stilistka: Lisa Fanjoy, Peta's Animal times

Pred približno tremi leti se je začela uredničevati ideja, rojena že davno prej kot produkt distanciranega opazovanja družbe in njenega odnosa do ostalega sveta, navdihnjena s podobami zagriženih protestnikov in neustrašnih aktivistov organizacij kot je Greenpeace. Tudi mnogi mladi vidijo v svetu napake in bi se želeli boriti proti njim, a nihče jih ne jemlje resno in težko dobijo priložnost izpovedati se nekemu, ki jih ne bo od tistega trenutka dalje zapečatil kot čudaka.

Zato smo tu Otroci Zemlje, mladinska okoljevarstvena organizacija in naš cilj je izkričati napake, ki nam ne dajo miru, splaviti na površje stvari, ki so jih mnogi privzeli kot dejstvo, kot 'nekaj kar pač je' in se o tem ne sprašujejo ali kritizirajo, mi pa vidimo, da je lahko tudi drugače. Priznamo si, da človek ločuje življenje od življenja, naredi enega za vrednega vseh mogočih pravic, drugega za komaj, komaj vrednega omembe v zakonodaji in tretjega za povsem nevrednega, skrajno primitivnega in nekaj kar je brez pomisleka globoko pod nami. Od kje nam pravica

vrednotiti bitja? In kakšna so naša merila? Je tisti, ki lahko zgradi višji betonski stolp, dobi več denarja in ima v družbi boljši ogled, razvitejši in bolj inteligenten od tistega, ki najde v življenju srečo, čeprav veliko časa porabi za golo preživetje, ne gradi monumentalnih zgradb in prisega na druge vrednote? Kako lahko vemo, da majhen otrok, ki ne zna govoriti, tudi nič ne misli in kako smo lahko prepričani, da se v glavah živali ne dogaja nič zapletenega in inovativnega, če nam tega ne morejo povedati? Razvoj na splošno ni slab, če je odnos in pristop pravi. Lahko nam olajša in olepša življenje, lahko pa nas tudi oslepi in civilizacijo povleče v smrt. Kopati si grob ni bil naš namen, a ker vse mine, tudi človeštvo ne bo obstajalo večno. Žalostno je le, da tonemo po lastni krivdi, zaradi lastnega pohlepa, zaradi svojega egoizma, nekritičnosti in ideje, da smo 'nadbitej', pripravno za napad histeričnega obupa. Žalostno pa je dejstvo, da zato izumirajo vrste, ki pri vsem skupaj nimajo nič in so že tako izkoriščane, da se uničujejo edinstvene

umetnine narave zato, da bomo lahko mi zadovoljili svojemu ponosu. Mar nima vse, kar obstaja, pravico obstajati in vse, kar se je rodilo, pravico živeti? Ta misel v človeku zbuja skrajni odpor do lastne vrste, ko pomisli ali je to že kdaj prekršil.

Bi se dalo reči, da je drevo razvitejše od človeka? Zlajnano dejstvo je, da če propade rastlinsko kraljestvo, propade tudi vso ostalo življenje na Zemlji. Kdo je zdaj 'nekaj več'? Je res inteligenten tisti, ki je pripravljen poslati v smrt vse življe-nje zavoljo svojih čustev?

Takšne in podobne reči nas žrejo in hočemo jih povedati, tudi če bomo zato proglašeni za 'čudne' in 'nore'. Mi smo outsiderji in ne sme nas biti strah to razglašati. Žalostno, da je to edini način, da danes ohraniš objektivni pogled, razum in moralo. Borimo se za ohranitev okolja, pravice živali in za mir. Na teh področjih poskušamo osvestiti ljudi in spremeniti zakonodajo. Pogosto delimo letake in razobešamo plakate, se udeležujemo protestnih shodov, čistimo gozdove, pišemo protestna pisma in članke. Svoje misli izražamo tudi na naši spletni strani: www.geocities.com/otroci_zemlje.

Zdaj imamo okoli 60 članov iz vse Slovenije, večinoma mlade od 13 do 20 let, a z odprtimi rokami sprejememo vsakega, ne glede na starost, državljanstvo, vero, stan, le da ima podobna prepričanja.

Delovati na področju Slovenije še zdaleč ni dovolj za rešitev globalnih vprašanj, a še tu se pojavljajo težave s transportom. Zato so bolj obiskani večdnevni tabori, ki smo jih zdaj organizirali že dvakrat, saj mnogi člani ne morejo hoditi na mesečne sestanke v Ljubljano, problem pa je tudi dobiti sredstva za delovanje, zato vneto iščemo sponzorja. Nismo veliki ali vplivni, a imamo cilje in ideje. Tudi Greenpeace se je rodil iz le nekaj posameznikov in zrasel v internacionalko s predstavniki v več kot 40 državah. Pravijo, da svet stoji na mladih in revolucionarne ideje puščajo sledi v zgodovini. Verjamem, da imamo možnost spremeniti pogled ljudi in posledično zakonodajo. A ciljati bi bilo treba na tiste, ki člankov kot je ta, ne berejo.

*Žana Lupusline,
predsednica*

Živali za ljubkovanje in živali za klanje

Shizofrenija ljubiteljev živali

Mnogi ljudje se imajo za ljubitelje živali, imajo hišne ljubljence kot npr. pse, mačke, papige, ki jih imajo radi, skrbijo zanje in pogosto govorijo z njimi kot s človekom. Reakcije živali, komuniciranje z lastniki, ko se nam zdi, da njihovega človeka razumejo, občutimo kot nekaj osrečujočega: Mucca, ki nam leži v naročju in prede, včasih skoraj tolažilno, prav tedaj ko smo žalostni in potrti ali toplo, ko smo bolni in imamo trebušne bolečine. Pes, ki nam kaže svojo vdanost in zvestobo, očitno od veselja skače na nas, ko se vrnemo domov in nas rad spremlja na dolgih sprehodih. Ko taka živali umre, čutimo izgubo podobno kot smrt bližnjega sorodnika.

Že pri zajčkah pa se ljubezen do živali razcepi: če jih kupimo svojim otrokom v trgovini z živalmi, se pravi živali, ki so vzrejene kot živali za ljubkovanje, se jim ne sme zgoditi nič žalega, če pa ležijo že mrtvi v mesnici, jih bomo pojedli. V nekaterih drugih deželah pa evropske živali za ljubkovanje veljajo za delikateso. Prijatelji psov in mačk kričijo pri taki brezčutnosti barbarskih narodov – sami pa imajo pri tem na krožniku svoj zrezek ali gosko.

Pasje meso

Na Filipinih, na primer, imajo pse podobno kot pri nas kokoši nesnice ali živali za krzno na pasjih farmah v žalostnih pogojih v žičnatih kletkah. Ostra žica jih reže v šape, kot nagobčnike jim privežejo stare pločevinke. Živali v teh kletkah pogosto prevažajo stotine kilometrov – brez hrane, brez vode v razžarjeni vročini, da bi jih na neki tržnici prodali kot živo pošiljko mesa. Tam stojijo v svojih kletkah, dokler ne pride kupec. Pasji trgovec suva pse s palico, da pokaže kupcu, kako žive so še živali, da je meso torej sveže. Nato psa zgrabijo za prednje šape, ga stlačijo v vrečo in odnesejo mesarju, ki živali z nožem prereže grlo v upanju, da bo zadel glavno žilo. (Vir: International Wildlife Coalition in the United Kingdom, <http://www.compassionatetraveler.org/dogmeattrade.htm>)

Tudi na Kitajskem jedo pse: V gurmanški restavraciji "Kralj pasjega mesa" v Pekingu imajo na jedilniku 24 jedi – od pasjega penisa do pasjih šap. Pasja koža ima okus žvečilnega gumija, stane 40 yuanov, preračunano v marke je to 11 DEM. (Stern, 17/01)

Zahodni zaščitniki živali so zaprepani: Tudi mačke veljajo na Kitajskem za delikateso. Podobno kot v evropskih kletkah nesnice vegetirajo stisnjene na najmanjšem prostoru - do 25 mačk v eni kletki. Njihova dlaka je zamazana z urinom in iztrebki. Restavracije so se specializirale za jedi z mačjim mesom. Sladokusci prihajajo tudi od daleč.



Tudi hišni ljubljenci niso več varni pred človeškim kanibalom, foto: Freiheit für Tiere

"Poskakujoča pečenka"

Gostje restavracije si ogledujejo kletke in izbirajo "svojo" mačko – podobno kot v evropskih restavracijah pred očmi gostov vzamejo iz akvarija ribo ali raka. Kuhar ji nato prereže goltanec, ji odere kožo, jo vrže v vrelo vodo, obesi truplo na kavelj in ga speče z aparatom za varjenje. V nekaterih pakinških restavracijah pečejo celo žive mačke. Pod imenom "Choi Dong Tsai (poskakujoča pečenka) so na jedilniku mačji mladiči. Živalicam obrijejo dlako, nato jim živim odrežejo repek in šapice, jih polijejo z oljem, da jih žive spečejo na vročem kamnu kot surove zrezke. Ljudski rek pravi: "Mačke imajo sedem življenj." Temu primerno dolgo trajajo njihove muke – iznakažena mačkica vrešči in se premetava od bolečin, medtem ko ji iz odprtih ran teče kri, a iz njene ožgane kože se kadi

črn dim. Gostom restavracije je to v užitek – oponašajo gibe premetavajoče se živalice: V obupnih poskusih, da bi si rešile življenje, male živali trzajo v grozних krčih in hočejo skočiti z razgrete plošče. Gosti pa ob njeni smrtni borbi umirajo od smeha ter z rokami in nogami posmehljivo oponašajo nemočne gibe mačkice! Nekaj minut se perverzni gledalci pasejo na groznem trpljenju mučenih bitij, dokler malih muc smrt končno ne odreši strašnih muk. Malo kasneje debeli Kitajci s svojimi vilicami zabadajo v pečeno mačje meso..." (Poročilo reporterja COUPE-a, Reinharda Grevena, iz Pekinga)

Surovi možgani

Naslednja kitajska specialiteta so surovi možgani živih opic: Na posebnih mizah so oblikovane specialne odprtine, skozi katere porinejo glavo male opice. Pod mizo je žival trdno zvezana. Gosti s svojimi žlicami tolčejo po lobanji opice, dokler se ne razbije pokrov lobanje. Tedaj svečana družba s svojimi paličicami jemlje koščke možganov iz še žive živali in uživa.

"Kitajci si pač ne dovolijo, da jim tuji diktirajo, katere živali so določene za ljubkovanje in katere za konzumacijo. Diplomati ljudske republike so se naveličali, da jih zahodni zaščitniki živali stalno izpostavljajo posmehu. V tem vidijo "kulturni imperializem" in kažejo na Italijane, ki so jim okusne ptice pevke, Francoze, ki se ne morejo odpovedati žabjim krakom in Ruse, ki jim kaviar še vedno predstavlja poslastico, čeprav jestrom preti izumrtje. (Stern, št. 17, 19. 4. 2001)

Zastrupljanje piščancev s plinom

Pošteno bi bilo treba dodati: Nemci letno v kletkah vzredijo 40 milijonov kokoši nesnic. Te končajo v kurji juhi. Vsako leto vržejo 44 milijonov petelinčkov, takoj ko se izležejo, v stroj za mletje mesa ali jih pobijejo s plinom, spijajo ter pojedjo letno 14 milijonov rac, 20 milijonov puranov, 1 milijon gosk, 332 milijonov pitanih piščancev, 40 milijonov svinj, 4 milijone goved...

Vegetarijanske obroke tudi v vrtce in šole

V našem prostoru že uveljavljena pisateljica in upokojena profesorica slovenskega jezika je ena prvih slovenskih učiteljic, ki je v pouk vnesla tudi duhovne vsebine. Pri svojem pedagoškem delu se je zavedala, da je za neprekinjeni samorazvoj učencev potrebno tudi poglobljanje vase, razmišljanje, meditacija. "Sami sebe najboljše prizadenemo, če ne izrabimo možnosti razvoja, ki nam ga ponuja naš duhovni Jaz. To ozavestiti v svojih učencih je naloga vsakega dobrega vzgojitelja," pravi Helena, ki se zavzema za spremembo šolske zakonodaje, da bo šola postala kulturno središče otroške ustvarjalnosti ter bo vzgajala v duhu sožitja v različnosti in medsebojni strpnosti. Del takšne šole naj bi bila tudi možnost vegetarijanske malice. Glede na to, da je sogovornica članica Društva za osvoboditev živali in njihove pravice, smo tej tematiki namenili nekoliko več pozornosti.

Zakaj ste postali vegetarijanka?

Za vegetarijanstvo sem se odločila pred približno dvajsetimi leti, ko smo v društvu prijateljev narave gostili neko gospo. Ta si je s pomočjo vegetarijanske hrane pozdravila levkemijo. Njena zgodba je bila tako prepričljiva, da se mi ni bilo težko odreči mesu, ki mi tudi sicer nikoli ni preveč dišalo. Nanj sem se navadila predvsem zaradi prisile staršev, njun način vzgajanja pri mizi pa sem potem prenesla tudi na svoja otroka. Spominjam se, kako je mlajši sin pri kosilu večkrat celo uro kot žvečilni gumi v ustih prežvekoval meso in ga ni hotel pogoltniti, ker mu enostavno ni teknilo. Zaradi tega sem bila večkrat v skrbeh, kajti bila sem trdno prepričana, da otrok za zdrav telesni in duševni razvoj potrebuje jesti živalska trupla.

Kako je vplival miroljuben način prehranjevanja na vaše življenje?

Do tistega srečanja sem vedno dvakrat letno dobila gripo, kar se mi je zdelo povsem normalno, tako kot večini ljudi. Po prehodu na vegetarijansko hrano pa nikoli več nisem zbolela za to virusno boleznijo, kateri poglaviti vzrok je ravno meso. V njem je ogromno bakterij, ki nam znižujejo odpornost telesa. Danes občasno staknem samo lažji prehlad. Ugotovila sem, da bolj zdrava hrana vpliva tudi na bolj pozitivne misli, kajti začela sem manj kritično razmišljati o svojih bližnjih, predvsem do tistih, ki niso bili spoštljivi do mene. Morda me je drugačen način prehranjevanja pripeljal tudi do ljubezni in vere v našega Stvarnika, kateremu prej sploh nisem posvečala pozornosti.

V svoji knjigi *Ustvarjalna pedagogika za tretje tisočletje* pišete tudi o vegetarijanski hrani. Na kakšen odziv je naletelo to poglavje?

Vsebinska celotna knjige, v kateri mnogo



Helena Bizjak s svojo knjigo *Ustvarjalna pedagogika za tretje tisočletje*, v kateri učencem in dijakom priporoča tudi vegetarijansko hrano.

pišem o tehnikah za sproščanje, meditaciji, pravilni drži, vajah za oblikovanje glasu, refleksnih točkah, zdravem načinu življenja, je bila predvsem med dijaki zelo dobro sprejeta. Ko so v srednje šole uvrstili obvezne izbirne vsebine, se je zato kar precej dijakov odločilo za moj izbirni predmet, ki sem ga poimenovala sprostitvene tehnike. V knjigi je napisano tudi mnenje nekega dijaka, ki je bil nad rezultati aktivnega sproščanja še posebej navdušen. Med drugim je dejal: "Najbolj me je pritegnilo potovanje v svojo notranjo naravo in srečanjem z notranjim učiteljem. Sproščanje mi je veliko pomagalo pred učenjem doma in pred šolskimi nalogami. Dve graji s predzadnje ocenjevalne konference sem uspel popraviti, zadnjo iz matematike pa sem popravil prav včeraj. Hvaležen sem profesorici Bizjakovi in izbirnim vsebinam, kjer sem si nabral nekaj novega znanja o sprostitvi. Brez tega ne bi izdelal prvega letnika srednje šole."

Na kakšen način pa ste svojim dijakom posredovali informacije o vegetarijanstvu?

Ponavadi so me oni z vprašanji vzpodbudili, da sem spregovorila o zdravem prehranjevanju. Povedala sem jim, da sem po prehodu na brezmesno hrano postala bolj zdrava, in da tudi njim priporočam enako. Svetovala sem jim naj preizkusijo nekaj mesecev živeti kot vegetarijanci in če jim ne bo všeč, se še vedno lahko vrnejo na stari slog prehranjevanja. Omenila sem jim tudi naše stare starše, ki sicer niso bili vegetarijanci, vendar so zaradi revščine samo enkrat tedensko jedli meso in bili zato bolj zdravi kot smo ljudje danes. Večkrat sem jim povedala tudi resnično zgodbo znanstvenika iz Sibirije, ki je našel in posvojil dva volčiča umrle matere. Enega je hranil z mesom, drugega pa vegetarijansko. In rezultat? Prvi je zrastlel v pravega divjega volka, zato so ga morali spustiti v naravo, drugi pa je postal udomačen hišni ljubljencek. To je eden od znanstvenih dokazov, kako močno vpliva prehrana tudi na življenje živali. Včasih pa sem našim medsebojnim pogovorom "o mesu" dodala še svoje resnično doživetje na romanju v Medžugorje. V "Oazi miru", skupnosti Bogu posvečenih fantov in deklet, stoji v kapeli lutka križanega Jezusa. Pogled nanj človeka resnično presune. Tiho smo molili, vsak svoj del rožnega venca, ko se kolegica zraven mene vznemiri in vzklikne na glas. Na tleh zraven najinoh nog se je znašla velika gosonica. Kolegica vzame svojo coklo (skušam ji zadržati roko, a ne gre) in gosonico razpolovi. Oba dela uboge živali sta se zvijala na tleh v krvi. Globoko v duši sem začutila bolečino in prevzelo me je spoznanje, da je vsako življenje sveto, saj ga daje On, Starnik: meni, tebi, vsem bitjem. Tudi tej ubogi živalci, ki zdajle na tleh trpi in umira. Spoznala sem, da božja zapoved "ne ubijaj!" velja tudi za živali in ne le za ljudi.

Kako pa so se dijaki odzvali na vaše izkušnje z nekrvavo prehrano?

Nekateri so bili seveda odločno proti, kajti doma so jih starši učili drugače. Na splošno pa jih je ta tema zelo zanimala in mogoče je kdo izmed njih potem res postal vegetarijanec. Lahko šele čez nekaj let, kajti prepričana sem, da so izkušnje z meditacijo, sprostitnimi vajami in informacije o zdravem načinu prehranjevanja še dolgo odmevale v njihovem življenju.

Bržkone so meditacija in sprostitne vaje ključ do višjega zavedanja in s tem tudi do boljšega odnosa do narave, ljudi in živali?

Zagotovo. To je bil glavni razlog, da sem pri pouku slovenščine uvedla nekajminutne sprostitne vaje in meditacijo. Te meditacije so dijakom pomagale, da je Božji duh v njih ali notranji učitelj ponovno zaživel. Da so v duhu ponovno postali otroci, kajti že Jezus je rekel: "Če ne boste kot otroci, preprosti, iskreni in ljubeči do vseh živih bitij, ne bo vaše Nebeško Kraljestvo." Naš šolski sistem žal namenoma zatira to spontanost in mladostniško veselje.

Zakaj?

Ker država hoče imeti poslušne državljane. To je bilo značilno za vse totalitarne oblasti in ta režim v Sloveniji je še vedno močno prisoten. Ustvarjalnost zatirajo predvsem z množico neuporabnih informacij.

Če se vrneva na osnovno temo. Večkrat slišim od mater, da njihov otrok čuti močan odpor do uživanja mesa. Kaj bi svetovali tem mamicam, ki so zaradi tega zelo zaskrbljene?

Moj nasvet mamicam je, naj prisluhnejo otroku in naj mu dopustijo, da uživa tisto hrano, ki mu ustreza. To govorim iz lastnih izkušenj, kajti že prej sem povedala, da sem mlajšega sina do sedmega leta silila k mesni hrani. Po drugi strani pa je potrebno paziti, da otroku omejimo nezdravo vegetarijansko hrano, kot so sladkarije, izdelki iz bele moke...

Kako pa je urejeno z vegetarijansko malico v slovenskih šolah?

Za gimnazijo Ljubljana-Šiška sem slišala, da so uvedli vegetarijansko malico kot dodatno ponudbo, v slovenskih osnovnih šolah pa še nikjer nisem zasledila podobnega primera. Pred časom smo s številnimi slovenskimi strokovnjaki dali državljsko pobudo "Za šolo po meri človeka", kjer se bom jaz, če bom v odboru, zavzemala za uvedbo vegetarijanskih malic v vse



Ena največjih poslastic njene simpatične in inteligentne terierke Daixe so orehi, ki jih stre in očisti z lastnimi zobmi.

osnovne in srednje šole. In bom tudi povedala zakaj.

Zakaj?

Zato, ker je že dokazano, da napačna prehrana vpliva tudi na slabši način dojemanja učencev in s tem posledično slabši učni uspeh. V neki raziskava so ugotovili, da število bolnih prvošolčev iz leta v leto narašča in eden od glavnih razlogov je nezdrav način prehranjevanja.

Ali ste vaša spoznanja o vegetarijanski prehrani posredovali tudi državnim šolskim institucijam?

Če bi odšla na ministrstvo za šolstvo, me sploh ne bi poslušali, čeprav bi imela s seboj kup znanstvenih dokazov o negativnih vplivih mesne prehrane. Nekoliko bolj so odprti do sprotitvenih tehnik, ki jih v sklopu izbirnih vsebin že lahko izvajajo v srednjih šolah.

Ali niso učenci v obdobju, ko še nimajo tako močno razvite sposobnosti lastne presoje, programirani od staršev in učiteljev, da je meso nujno potrebno?

Mislím, da bo to kar držalo. Lastna presoja se pri učencih razvije v začetku pubertete okoli sedmega razreda in zanimivo, da imajo učenci ravno v zadnji triadi devetletke najbolj naporen urnik. Prepričana sem, da so naši oblastniki namenoma oblikovali takšen šolski sistem, ki v učencih zatira lastno razmišljanje in ustvarjalnost, ki se

ravno takrat najbolj prebudi. V šolah bi morali vzpodbujati predvsem ustvarjalnost, kajti to je božji dar in zaradi nje je vsak človek edinstven.

Ste kdaj pomislili, da bi namesto pouka slovenščine dijake peljali na ogled klavnice?

To bi bilo mogoče bolj smiselno izvesti pri kakšnem drugem predmetu, npr. biologiji, ali pa v izbirne vsebine vključiti nov predmet z naslovom Etika in ljubezen do živali. Sicer pa menim, da bi moral vsak, ki uživa meso, obiskati klavnico. Nikoli ne bom pozabila, kako je naš sosed stari mami pomagal ubiti petelina, ki je potem še nekaj časa brez glave tekal naokrog. To je mene kot otroka močno pretreslo. Potrebno je vedeti, da se smrtni strah živali z mesom prenese v naše telo in zaradi tega je naša civilizacija tako prestrašena. Strah nas blokira, zato smo večino časa pod vplivom tujih misli, namesto, da bi razmišljali z lastno glavo. Že Jezus je rekel: "Prišel sem zato, da odpravim krvave daritve!" Zato se pri odnosu do živali ne strinjam z nekaterimi, ki pravijo, da peta božja zapoved "Ne ubijaj" velja samo za človeka.

Damjan Likar

Vegetarijanstvo je primerno tudi za vrhunske športnike

Dr. Iztok Tomazin, zdravnik in direktor v Zdravstvenem domu Tržič, ob tem dela tudi v Službi nujne medicinske pomoči in v Gorski reševalni službi, je v Sloveniji predvsem poznan po svojih alpinističnih dosežkih. Kot dolgoletni vegetarijanec je živ zgled, da je nekrvava hrana več kot primerna tudi za vrhunske športnike.

Zakaj ste postali vegetarijanec?

Pred skoraj dvajsetimi leti sem se zaradi bolezni odločil za prehod na vegetarijansko hrano (občasno sem užival samo ribe). Pred tremi leti, ko sem se začel resneje ukvarjati z jogo, pa sem opustil tudi ribe in jajca.

V Sloveniji ste najbolj poznani kot vrhunski alpinist, ki je med drugim preplezal že pet osemtisočakov. Kako gre skupaj brezmesna hrana in vrhunski šport?

Kvalitetna, uravnotežena vegetarijanska prehrana je primerna tudi za vrhunske športnike, ne glede na to ali gre za vzdržljivostne ali eksplozivne športne panoge. V vrhunskem alpinizmu je bilo in je kar nekaj vegetarijancev. Prav tako jih je veliko v drugih športih: Carl Lewis, Martina Navratilova, Edvin Moses, Surya Bonaly, Paavo Nurmi, Desmond Howard, Dan Millman, Murray Rose, večkratni zmagovalec triatlona jeklenih na Havajih – Dave Scott...

Kakšno je potem vaše mnenje o reklami GIZ Prašičereje: "Rdeče meso, telo ga potrebuje!"?

Reklame živinorejcev in mesno predelovalne industrije so pogosto zavajajoče, saj rdeče meso ni nujno potrebno za rast in razvoj človeka. Na svetu je že preko milijardo vegetarijancev, v Indiji na primer se tako prehranjujejo že iz roda v rod.

Zakaj je meso iz strokovnega stališča škodljivo živilo?

Meso samo po sebi ni nujno škodljivo živilo, nekatere vrste rib na primer so zaradi vsebnosti "dobrih" maščob celo priporočene. Dejstvo pa je, da številni mesni proizvodi, ki so na trgu, vsebujejo različne škodljive sestavine, od "slabih" maščob in soli, ki vplivajo na razvoj bolezni srca in ožilja, do antibiotikov, hormonov in drugih dodatkov, ki so posledica komercialne vzreje in predelave mesa.



Dr. med. Iztok Tomazin: "Ljudje imajo pravico izvedeti, da je uravnotežena polnovredna vegetarijanska hrana zelo zdrava!"

Kaj so glavne prednosti vegetarijanske prehrane?

Rastlinska hrana ugodno vpliva na krvne maščobe, zato vegetarijanci manj obolevajo za boleznimi srca in ožilja, ki so glavni vzrok smrti v današnjem času. Vegetarijanci manj obolevajo za nekaterimi vrstami raka, imajo v povprečju nižjo telesno težo, kar ugodno vpliva na krvni pritisk, zmanjšuje težave z gibali, ... Nasprotniki vegetarijanstva trdijo, da pri tej prehrani pride do pomanjkanja določenih hranilnih snovi, vendar to seveda ni res, če je vegetarijanska hrana polnovredna in uravnotežena.

Očitno mnogo argumentov govori v prid vegetarijanstva. Zakaj se potem več ljudi ne odloči za takšen slog prehranjevanja?

Razlogov je več. Menim, da so med najpomembnejšimi: pomanjkanje informacij in znanja o možnostih in prednostih vegetarijanske prehrane, vplivi lobijev živinorejcev in mesno predelovalne industrije, slabša dosegljivost in

višja cena kvalitetne vegetarijanske hrane.

Ljudje imajo pravico izvedeti, da je uravnotežena polnovredna vegetarijanska hrana zelo zdrava in da lahko zadosti vsem človekovim potrebam.

V zadnjem času nekateri strokovnjaki poudarjajo, da so številne naravne katastrofe (ujme, potresi..) povezane tudi z ubijanjem živali. Po Einsteiновem zakonu trpljenja se groza iz klavnic in iz laboratorijev s poskusi na živalih širi po določenih fizičnih zakonih, dokler se ne razbremeni v ujmah, zlasti potresih. Kako gledate na to?

Verjamem, da je to možno. Že zelo stara, pa še vedno aktualna je modrost: "dokler bodo ljudje klali živali, bodo tudi vojne!" Nasilje rojeva nasilje, vendar včasih v drugi obliki. Ubijanje, ki ni nujno potrebno za preživetje, ima zanesljivo daljnosežne posledice.

Damjan Likar

Se želite včlaniti v naše Društvo za osvoboditev živali in njihove pravice?

OBIŠČITE
www.osvoboditev-zivali.org
in izpolnite pristopno izjavo!

Prostovoljne prispevke za društvo lahko nakažete na transakcijski račun št. 02011-0253228311, za varuha pravic živali, Vlada Begana pa dodajte še sklic 00 03!



“Kar ima oči, inteligentni ljudje ne jedo.”

Ribe so eden glavnih vzrokov za ogrožanje zdravja ljudi

Mnogo uporabnikov in zdravstvenih delavcev vidi v uživanju rib bolj zdravo alternativo kot je uživanje mesa in klobas. Kot preventivo pred boleznimi srca in ožilja se celo priporoča uživati dvakrat tedensko ribe ali jemati kapsule z ribjim oljem. Je ta pozitiven "ribji imidž" dejansko upravičen?

Dr. med. Hans-Günter Kugler z Instituta za izkustveno zdravljenje v Michelriethu je dal reviji Das Friedensreich v zvezi z aktualnimi znanstvenimi raziskavami naslednje stališče:

Ribe v glavnem sestavljajo maščobe in beljakovine; vsebnost maščob lahko znaša do 60%. Ne vsebujejo ogljikovih hidratov, nobenih vlaknin in vitamina C. Kot v vseh živalskih proizvodih, se tudi v ribah najdejo večje količine holesterina: skuše imajo 95 mg holesterina na 100 g telesne teže, tune 63 mg/100 g. Če spremenimo **vsebnost holesterina** na kalorijsko vrednost, primerjava pok-

že, da vsebuje riba s 50 mg/100 kcal veliko več holesterina kot svinjsko meso (24 mg/100 kcal) in goveje meso (29 mg/100 kcal).

Kapsule z ribjim oljem sicer ne vsebujejo holesterina, toda domnevni pozitivni učinki na arterije, ki so prizadete od arterioskleroze, se po dveletni raziskavi ne dajo dokazati. Nasprotno: druge raziskave so pokazale, da je jemanje preparatov z ribjim oljem privedlo do povečanja vsebnosti **LDL-holesterina**, ki se poljudno imenuje tudi "zli" holesterin in se pri prekomerni ponudbi holesterina v telesu odlaga na notranje stene žil, zaradi česar se tveganje za arteriosklerozo in srčni infarkt celo poveča.

Da so **omega 3-maščobne kisline** za človeško prehrano potrebne, ni nobene dvoma. Te mikro prehranske snovi so v zadostnih količinah v rastlinskih prehranskih proizvodih npr. v listih zelenjave, oreh in

določenih rastlinskih oljih. Za dovanje omega 3-maščobnih kislin telesu ni potrebno uživati rib ali jemati kapsul z ribjim oljem. Poleg tega poznamo opozorila, pridobljena na osnovi praktičnih izkušenj, da prekomerna količina omega 3-maščobnih kislin zvišuje tveganje nastanka metastaznih tvorb pri obolenjih zaradi tumorjev. **Ribje maščobe** lahko zmanjšajo občutljivost insulina in s tem povečajo tveganje za **diabetes**.

Ribe so eden glavnih vzrokov za ogrožanje zdravja ljudi zaradi zaužitega živega srebra. V novembru 2002 je bila v reviji *"The New England Journal of Medicine"* objavljena raziskava o pacientih, ki so doživeli srčni infarkt. Pri tem so bile izmerjene vrednosti **vsebnosti živega srebra** v nohtih na prstih rok in koncentracija maščobne kisline DHA. Normalno naj bi višji **DHA nivo** v maščobnem tkivu, pogojen npr. z uživanjem rib, deloval preprečevalno na možnost nastanka srčnega infarkta.

Zaradi visoke vsebnosti živega srebra v ribah, je ta učinek ponovno negativen. Glede na obremenitve zaradi živega srebra svetuje ameriška *Food and Drug Administration* (FDA) nosečnicam in ženskam, ki želijo zanositi, da se odrečejo uživanju rib, kot so mečarice, skuše, morski psi, pa tudi drugih vrst.

Ribe so medtem lahko precej obremenjene z različnimi **strupi iz okolja**. Leta 2002 je bila objavljena raziskava, narejena na otrocih. Njihove matere so se prehranjevale z večjimi količinami rib iz Michiganskega jezera. Pri prizadetih otrocih so ugotovili nižje vrednosti pri različnih inteligenčnih testih in poleg tega ugotovili zmanjšano razumevanje prebranega.

Obilen vnos živalskih proteinov povzroča zaradi visoke vsebnosti žveplastih aminokislin **zakisanost organizma**. Za ublažitev kislih učinkovin se pri presnavljanju vežejo alkalične soli v kosteh, kar pripelje do težkih, trajnih poškodb kosti. Eskimi so znani kot največji uživalci rib; tudi v svetovnem merilu imajo najvišje stopnje osteoporoze. Izguba kostne mase je po štiridesetem letu pri Eskimih obeh spolov dokazano višja za 10 – 15%, kot pri ameriških belcih iste starosti.

Iz neke raziskave je bilo razvidno, da dodatno uživanje živalskih proteinov v količini 34 gramov (z mesom ali ribami) poveča **izgubo kalcija** z urinom za 23%. Znanstveni podatki kažejo, da se pri povečanem dotoku proteinov izločanje kalcija ne prilagaja presnavljanju. Dokler se bodo uživale velike količine živalskih proteinov, se bo tudi kalcij izločal v povečanih količinah. Organizmu ga bo primanjkovalo in nagnjenost k številnim boleznim se bo občutno povečala.

Končni rezultat: riba je prav tako kot meso in klobase s prehrabno-fiziološkega stališča nepotrebno živilo, ki je poleg tega še občutno podvrženo zdravstvenim tveganjem.

Ribe občutijo bolečino in stres

Poročilo agencije dpa 30. 4. 2003 bi pravzaprav moralo predramiti vest tistih, ki lovijo ribe in jih jedo ter prav tako ribičev, ki lovijo na trnek; predvsem še t.i. "športnih ribičev", ki ribe ubijajo iz dolgega časa. V neki raziskavi Roslin Instituta Univerze v Edinburghu so odkrili na glavi mavrične postrvi 58 receptorjev za bolečino, kar pomeni: na 58 mestih reagira postrv na najmanj en bolečinski dejavnik. "Kriteriji za živalsko bolečino so izpolnjeni", je izjavil znanstvenik Lynne Sneddon. Dpa k temu dodaja: "Ribe imajo malo možnosti izražati bolečino. Zaradi tega se pogosto domneva, da bolečino komaj zaznajo". Britanska raziskava to domnevo zavrača. Zaščitniki živali vsekar obžalujejo, "da so morale živali trpeti zaradi te raziskave" (*Peta-direktor Carr*). Njihove bolečine bi bile smiselne, če bi iz tega sedaj sledile posledice, npr. prepoved športnega ribolova oz. prostovoljna opustitev lovljenja rib na trnek; zmanjšanje uživanja rib.

Prevod iz revije *Das Friedensreich* št. 7/2003

Pri potapljanju sem opazil, kako prijazno nas sprejemajo ribe v njihov svet... v primerjavi z nasiljem, s katerim jih mi sprejemamo v naš svet. Postala sem vegetarijanka.

Syndee Brinkman

Moja simpatija in spoštovanje do živali vključuje tudi prebivalce morja - od delfinov do rib in jastog. Tako jih ne bi niti v sanjah jedla.

Alexandra Paul

Ali se želite naročiti na revijo Osvoboditev živali?

Revijo lahko naročite po telefonu **041 546 672** (Jožica)

ali po elektronski pošti **info@osvoboditev-zivali.org**

Letna naročnina na revijo Osvoboditev živali, ki izhaja trikrat letno, znaša 1600 SIT, vključujoč tudi poštno stroške.

Revijo vam bomo pričeli pošiljati takoj po plačilu položnice oziroma računa, ki ju/ga boste prejeli po pošti.

Naročite lahko tudi št. 2 in 3!



svoboditev živali
REVIIJA ZA PRIJATELJE

www.osvoboditev-zivali.org 550 SIT št. 2 / september 2004, leto 1

Izkušnje študentke veterine ob obisku klavnice
Adi Smolar:
Ubijanje živali bi bilo potrebno zakonsko prepovedati

Srečanja z medvedom
Moris Hobljaj:
Tudi živali imajo dušo

V Nemčiji so postavljeni temelji za mir na Zemlji
Dr. med. Petar Papuga o škodljivosti mesne prehrane



svoboditev živali
REVIIJA ZA PRIJATELJE

www.osvoboditev-zivali.org 550 SIT št. 3/januar 2005, letnik 2

Odnos lovcev do živali je blizu terorizmu
Irena Vrčounik:
Energija strahu zaklane živali ni dobra energija

Dejan Kupnik, dr. med.:
Uživanje mesa povzroča mnoge bolezni

Kaj je glavni vzrok za obolenja domačih živali?
Slovenija je dobila varuha pravic živali

Otroci vegetarijanci so zdravi!
Eksperimenti na živalih "Najhuji vseh zločinov"

*"Znanost brez vesti je pogubljenje duše"
(francoski zdravnik in pesnik Francois Rabelais)*

Poskusi na živalih - najbolj črno poglavje v zgodovini medicine

"Prišel bo čas, ko bo zločin nad živalmi prav tako kaznovan kot zločin na človekom" - je že pred stoletji dejal univerzalni genij Leonardo da Vinci.

Njegova misel na področju vivisekcije še danes prehiteva svoj čas. Poskusi na živalih se izvajajo dan za dnevom. Vsak dan se izvajajo številna grozodejstva na živih bitjih. Vsak dan grozljivo zlorablajo in pohablajo na stotisoče živali - v kozmetični in oboroževalni industriji, v biologiji, v farmacevtski industriji in medicini. Mnoge tihe prošnje brez usmiljenja mučenih in pobitih živali, v Sloveniji letno okoli 15.000, vpijejo do neba; odgovorni v cerkvi, državi, industriji in znanosti jih ne slišijo. Ne sliši jih tudi večina drugi ljudi. Na žalost.



Posledice testiranja na živalih so grozljive,
foto: Das Tierbuch

Kruta blaznost vivisekcije proizvaja nepredstavljive strahote. Živali znanstveno zastrupijo, zmečkajo, poparijo, strokovno v njih izzovejo bolezni, okužijo jih s tumorji, jih obsevajo. Živalim odstranijo možgane, mesece dolgo so vpete v aparaturo, obdelujejo jih z elektrošoki. V oči jim kapljajo kemične substance, prerežejo jim hrbtenjačo, operirajo jih pri polni zavesti, povezujejo jim gobčke, da ne morejo več kričati, živim živalim odpirajo trebuhe... In nekaj načinov mučenja v medicini: draženje razgaljenih živčnih mest v možganih neomamljenih živali s kemikalijami in z električnim tokom; dve ali več živali sešijejo skupaj, temu sledi pohabljanje, zastrupljanje, presajanje organov in delov teles. Ali mnogi zdravniki, ki tako ravnodušno in brezvestno ravnajo proti življenju, nato v belih zdravniških haljah pomagajo pomoči potrebnim ljudem? Če je odgovor

da, je to skrajno absurdno. Kljub dejstvu, da se živalski organizem odziva drugače kot človeški, še vedno prihajajo na trg nova zdravila, ki so že vnaprej odvečna in katerih škodljivi stranski učinki se pokažejo šele pri človeku.



Poskusi na živalih niso nič druga kot sadistična naslada za nekatere duševno neuravnotežene znanstvenike,
foto: Die Moderne barbarei.

Mnoge civilizacijske bolezni so posledica uživanja mesa. Ko redijo oziroma koljejo živali, te grozljivo trpijo, ko se na njih preizkušajo nova zdravila za te bolezni, živali zopet mučijo. Pa bi se lahko tem boleznim v glavnem izognili, če bi opustili uživanje mesa. In ne bi bilo trpljenja živali. "Zelo verjetno je, da bodo poskuse na živalih uvrstili v najbolj črno poglavje v zgodovini medicine," meni profesor Gessell iz Univerze v Michigenu.

Komu služijo poskusi na živalih? "Radovednost, komercialni dobiček in čistilakomnost so za večino edini razlog za poskuse na živalih", je izjavil profesor Reyder iz Oxforda. Mnogi deli industrije so zgrajeni na osnovi okrutnega mučenja in ubijanja živali. Njihov edini motiv obstoja je dobiček, temu podredijo vse. Celo življenje, ne samo živali, tudi ljudi. Govorijo o dobrobiti človeštva, vendar pa se do dobrobiti ne more priti z zločini, kajti mučenje živali je zlo. Živali niso stvar za poskuse, temveč so živa bitja, ki imajo pravico do življenja primerno njihovi vrsti. Številna napredovanja v znanosti so kupljena s krvjo živali, kar velja tudi za mnoge doktorate. Smrt je doma tudi na univerzah. Pri pouku na mnogih šolah je običajno, da študentje opravljajo žalostne in mučne eksperimente. Profesor Laurent iz Pariza je vivisekcijo označil kot "šolo sadizma".

Poskuse na živalih je mogoče nadomestiti z alternativni metodami. Po drugi strani pa je mučenje živali v poskusih že v osnovi nesmiselno, kajti rezultati dobljeni na živalih, niso prenosljivi na človeka. O tem je veliko dokazov. Glede na poskuse na podganah, bi moral biti contergan za človeka neškodljiv, vendar pa je kriv za 10.000 pohabljenih otrok. Po drugi strani bi moral biti aspirin prepovedan, če bi ga preizkusili na živalih, kar velja tudi za penicilin, saj ta deluje smrtno na zajce in morske prašičke. Zanimiva je naslednja izjava nekega nemškega profesorja: "Vsak resen znanstvenik bo oporekal temu, da se lahko podatki, pridobljeni s poskusi na živalih, z gotovostjo prenesejo na človeka". "Današnje raziskave rakavih obolenj so najbolj sramotno in žalostno poglavje tega stoletja, saj je človek eksperimentalni že z več kot 300.000 snovmi. 6.000 zdravil za rakava obolenja so uspešno preizkusili na živalih - toda pri človeku so vsa odpovedala."

(H. Stiller)

Prišel je čas, da lahko vsakdo razmisli o tem, ali še bo, posredno ali neposredno, podpiral vivisekcijo in s tem zločine nad živimi bitji. To velja tudi za državnike in seveda cerkvene poglavarje, ki podpirajo poskuse na živalih. Živalim je potrebno vrniti dušo, to jim je namreč odvzela cerkev, in s tem dostojanstvo ter priznati pravice, da se bodo lahko na sodišču preko svojega zastopnika branile pred grozljivim človekom. Tudi na področju poskusov na živalih velja: kar seješ, to žanješ. Seješ trpljenje in smrt, žanješ trpljenje in smrt. Ali ni sokriv tisti, ki molči?

In za konec še izjava profesorja Reicha: "Vivisekcija ni le najokrutnejše, temveč tudi najslabše sredstvo raziskav, vžgano znamenje znanosti, ter najbolj zanesljiva pot do brutalizacije zdravnikov in družbe, velik posmeh civilizaciji, humanosti in religiji."

Vlado Began,
varuh pravic živali pri
Društvu za osvoboditev živali
in njihove pravice

Vir:

Poskusi na živalih. Neme prošnje, ki vpijejo do neba. Vivisekcija z duhovnega stališča (Univerzalno življenje, 1999, Ljubljana, 45 strani)

Recept iz knjige "Živalim prijazna kuharica"

Kot vidiš, sem polna sonca, svetlobe, zdrave žvljenjske moči in veselja do življenja. Iz mene lahko pripraviš okusne jedi, npr. čudovite juhe, zelenjavne lonce - toda v meni je še veliko več! Na poljih miroljubnega kmetovanja sem smela rasti primerno moji vrsti. Zaradi tega teknem posebno dobro!

"Živim."

PALAČINKE Z NADEVOM IZ BLITVE

Za 4-6 oseb

1 kg blitve
100 g čebule
250 ml piva ali gazirane mineralne vode
120 g moke
80 g sesekljanih orehov
1/4 l ovsenega mleka
muškati orešček
sol
sveže mlet poper
peteršil, origano

Čas priprave

približno 60 minut

Predlog za serviranje: k rižu ali krompirju s peteršiljem, s svežo paradižnikovo solato

Druga možnost: bešamel omako pripravite z iBi-nezo



- 1 Za testo gladko žvrkljamo 100 g moke s pivom ali mineralno vodo. Solimo in popopravimo in pustimo počivati približno eno uro.
- 2 Medtem v ponvi segrejemo 50 g margarine in v njej prepražimo zrezano čebulo, da ostekleni ter na hitro popečemo sesekljane orehe.
- 3 Blitvo dobro očistimo, steblo sesekljamo in liste narežemo na rezance. Dodamo čebulo. Solimo, popopravimo in začiniamo z muškatnim oreščkom ter na šibkem ognju dušimo približno 10 minut.
- 4 V ponvi razpustimo malo margarine in nanjo na tanko zlijemo testo. Zaporedoma spečemo 8 palačink, jih na obeh straneh zlatorumeno zapečemo in ohladimo.
- 5 Za bešamel omako razpustimo približno 20 g margarine in na njej v 1-2 minutah svetlo zarumenimo moko. Dolijemo vrelo mleko, gladko zmešamo, začiniamo s soljo, poprom in muškatnim oreščkom ter kuhamo še približno 15 minut.
- 6 Palačinke namažemo z nadevom, zvijemo in drugo poleg druge zložimo v namaščen model za narastke. Prelijemo z omako in v pečici segreti na 220°C, pečemo približno 10 minut. Potresemo s peteršiljem in origanom.

Trde platnice, 208 strani, cena 7.000 SIT (+ PTT stroški), možnost plačila v dveh obrokih.

Knjigo lahko naročite na naslov:

Univerzalno življenje, Glinškova ploščad 16, 1000 Ljubljana, tel.: 01/568 41 48, 031/724 503 (Peter)
www.univerzalno-zivljenje.si



Pokol v gozdu in na polju

Z vašo podporo?

"Lov je samo nizkoten opis za posebno nizkoten umor sobitij, ki nimajo nobene možnosti.
Lov je stranska oblika človeške duhovne obolesti."

Theodor Heuss, 1. predsednik Zvezne republike Nemčije

Žrtve
lova v Sloveniji
V lovenem letu 1999/2000 je bilo ubitih:

- okoli 38.000 fazanov
- okoli 30.000 sm
- okoli 13.000 lisic
- okoli 6.000 rac mlakaric
- okoli 4.000 divjih praštev
- okoli 3.800 jelenjadi
- okoli 2.000 poljskih zajcev
- večje število gamsov, kun, medvedov...

(skupaj več kot 100.000 živih bitij)

Revija
Osvoboditev živali



Tudi v mnogih kioskih

www.osvoboditev-zivali.org - tel.: 051 338 970

Izdajatelj: Društvo za osvoboditev živali in njihove pravice,
Otroškova pot, Ponikva 28, 3232 Ponikva, marec 2005
Kdo želi finančno pomagati pri dejavnostih društva, lahko nakazuje
prispevek na transakcijski račun št.: 02011-0253228311.