



osvoboditev živali

REVIJA ZA PRIJATELJE

www.osvoboditev-zivali.org

brezplačno

št. 9/marec 2007, letnik 4

Skupaj gradimo živalim prijazno Slovenijo!

Janez Drnovšek o vegetarijanstvu in živalih

**Lov
povečuje
število
rojstev živali**

**Cerkev
je ponaredila
Jezusov nauk do živali**

**Živinoreja
je povzročitelj klimatskih sprememb**

**Intervju
z bivšim mesarjem, ki je postal vegetarijanec**



KLASIČNA MASAŽA

45 - urni tečaj za **usposabljanje za nacionalno poklicno kvalifikacijo maser**, ki se vpiše v delovno knjižico in je veljavna v državah Evropske Unije, poteka preko vikendov **v Ljubljani**. Prvo predavanje bo v petek, 16. marca 2007 od 17.00 do 21.00 ure. Cena tečaja je 450 €. Prijave sprejemamo do 14. marca. Tečaj bomo ponovili v maju 2007.

REFLEKSNA MASAŽA DLANI

20 - urni tečaj za **usposabljanje za nacionalno poklicno kvalifikacijo refleksoterapevt**, ki se vpiše v delovno knjižico in je veljavna v državah Evropske Unije, poteka preko vikendov **v Ljubljani**. Prvo predavanje bo v petek, 23. marca 2007 od 17.00 do 21.00 ure. Cena tečaja je 200 €. Prijave sprejemamo do 21. marca. Tečaj bomo ponovili v juniju 2007.

REFLEKSNA MASAŽA STOPAL



50 - urni tečaj za **nacionalno poklicno kvalifikacijo refleksoterapevt** poteka preko vikendov **v Ljubljani**. Kvalifikacija se vpiše v delovno knjižico in je veljavna v državah Evropske Unije. Pričetek tečaja bo v soboto, 12. maja 2007. Program tečaja obsega refleksno masažo stopal kot del kitajske tradicionalne medicine in evropsko šolo refleksne masaže stopal. Prvi del tečaja (70%) bo predaval **prof. dr. Zhao Ningjun**, primarij ortoped in specialist kitajske tradicionalne medicine. Dr. Zhao je priznani strokovnjak, ki je bil po študijih zahodne (alopatske) medicine in nato še kitajske tradicionalne medicine predavatelj na medicinski fakulteti v Pekingu. Zaradi doslednosti in predanosti svojemu delu je bil večkrat zapored izbran za **najboljšega profesorja**. Poleg izredno bogatega teoretičnega in praktičnega znanja ga odlikuje tudi prisrčen in preprost pristop do študenta. Drugi del tečaja (30%) bo predaval **Dušan Kopusar**, izkušen refleksoterapevt in tuinolog, ki ima lastno prakso v Trstu. Cena tečaja je 530 €. Prijave sprejemamo do 10. maja 2007.

ANATOMIJA IN FIZIOLOGIJA

15 - urni tečaj za **usposabljanje za nacionalno poklicno kvalifikacijo maser in refleksoterapevt** poteka med tednom od 17.00 ure do 21.00 ure **v Ljubljani**. Prvo predavanje bo 4. junija 2007. Cena tečaja je 70 €. Prijave sprejemamo do 2. junija.

SHIATSU MASAŽA

45 - urni tečaj poteka preko vikendov **v Ljubljani**. Prvo predavanje bo v petek, 15. junija 2007 od 17.00 do 21.00 ure. Cena tečaja je 360 €. Prijave sprejemamo do 13. junija 2007.

KLASIČNA MASAŽA

45 - urni tečaj za **usposabljanje za nacionalno poklicno kvalifikacijo maser** poteka preko vikendov **v Kopru**. Prvo predavanje bo v petek, 13. aprila 2007 od 17.00 do 21.00 ure. Cena tečaja je 450 €. Prijave sprejemamo do 11. aprila. Tečaj bomo ponovili v juniju 2007.

ANATOMIJA IN FIZIOLOGIJA

15 - urni tečaj za **usposabljanje za nacionalno poklicno kvalifikacijo maser in refleksoterapevt** poteka **v Kopru**, med tednom od 17.00 ure do 21.00 ure. Prvo predavanje bo 23. aprila 2007. Cena tečaja je 70 €. Prijave sprejemamo do 21. aprila 2007.

V podjetju Higeja ves čas skrbimo za razvoj in izvrstnost programov. Našo predanost dokazuje tudi dejstvo, da smo vsi člani kolektiva **vegetarijanci in veganci**. S prejemom **javnega pooblastila od Ministrstva za delo, družino in socialne zadeve** za nacionalni poklicni kvalifikaciji maser in refleksoterapevt pa je bilo naše delo tudi formalno priznано in nagrajeno.

Za vse tečaje velja: 1. tečajji omogočajo **zaposlitev** v masažnih in kozmetičnih salonih, zdraviliščih, hotelih, fitness centrih, športnih klubih, na tujih prestižnih potniških ladjah itd., 2. znanje, pridobljeno na tečajih, ima v **praksi odlične rezultate**, 3. tečajji, ki usposabljujejo za nacionalne poklicne kvalifikacije, so **primerni za vse**, tudi za tiste, ki želijo pridobiti znanje masaže za domačo rabo, 4. tečaje odlikujejo odlični delovni pogoji in razposajeno vzdušje, 5. število udeležencev je **omejeno**, 6. kadar so na tečajih tuji predavatelji, zagotovimo **prevod v slovenski jezik**, 7. po uspešno opravljenem izpitu udeleženci prejmejo **certifikate** in so vpisani v **register terapevtov**, 8. pogoj za udeležbo na tečaju je **vplačilo prijavnine**, ki znaša 100 € in je že všteta v ceno tečaja (izjema je tečaj anatomije in fiziologije), 9. tečajji se lahko **plačujejo sproti**, v enakih obrokih ob srečanjih ali predhodno na TRR podjetja (izjema je tečaj anatomije in fiziologije), 10. cene tečajev vključujejo **učno gradivo** in **DDV**, 11. brezposelnim, študentom, upokojencem, invalidom in družinskim članom upoštevamo **popust** pri plačilu tečaja (izjema je tečaj anatomije in fiziologije).

VSEBINA:

Novice iz Društva za osvoboditev živali in njihove pravice	4
Intervju s Stankom Valpatičem	6
Vegetarijanska hrana in duševno zdravje	10
Zopet pokol medvedov v Sloveniji	12
Bog je pravočasno svaril pred katastrofami	13
Ministrstvo za zdravje o vegetarijanstvu	14
Vprašanja za predsednika vlade	16
Živalsko krzno pripada živalim	18
Intervju z Majo Boh	19
Živinoreja in klimatske spremembe	20
Tudi ribe občutijo bolečino	22
Janez Drnovšek o vegetarijanstvu in živalih	23
Sodni proces proti lovu	24
Intervju z Brianom Adamsom	26
Grozodejstva nad piščanci	28
Vegetarijanci so bolj inteligentni	30
Razmišljanja mladih	31
Vegetarijanci živijo dlje	32
Demonstracije proti lovu v Berlinu	34
Živali čustvujejo podobno kot človek	35
Intervju z bivšim mesarjem	36
Ojačevalec okusa-vzrok za boleznii?	38
Nagradna križanka	45
Adijo meso	46

Drage bralke, dragi bralci,

pred vami je deveta številka revije Osvoboditev živali, ki jo izdaja Društvo za osvoboditev živali in njihove pravice. Vsebino vseh prejšnjih števil si lahko ogledate na strani www.osvoboditev-zivali.org.

V novi številki si boste lahko prebrali zelo pomembne misli o vegetarijanstvu in živalih, ki jih je zapisal predsednik države, dr. Janez Drnovšek, v svoji knjigi Misli o zavedanju in življenju. Predsednik tudi omenja, da je Cerkev v petem stoletju izobčila vegetarijance. (str. 23) Za nas v društvu je to izobčenje še posebej pomembno, kajti Cerkev izobčenja, ki je nekoč pomenilo smrt, do danes ni preklicala. Torej so v primeru ponovne fundamentalne oblasti Cerkve pri nas vegetarijanci prvi v nevarnosti. Veliko zanimivega in pomembnega vam prinaša intervju s predsednikom Društva za osvoboditev živali in njihove pravice, Stankom Valpatičem, med drugim, da je glavni krivec za izkoriščevalski in ubijalski odnos človeka do živali in narave in s tem povezanih katastrof, vojn in boleznii ravno Cerkev, ki je ponaredila Jezusov nauk do živali. Miroljubno kmetijstvo je edina rešitev za naš planet. Zakaj? (str. 6) Mnogi krivijo za segrevanje ozračja promet, energetiko, preveliko potrošnja in podobno. Nesporno je, da imajo te dejavnosti pomemben delež pri klimatskem kolapsu, vendar pa te dejavnosti niso najbolj bistvene. Kar se je ves čas skrivalo, je sedaj prišlo na dan v obliki poročila Organizacije združenih narodov za prehrano in kmetijstvo (FAO), kjer je navedeno, da ustvarja živinoreja več emisij toplogrednih plinov kot promet, poleg tega pa je tudi glavni vzrok degradacije zemlje in vode. Resnično nas čudi, da naša državna oblast še vedno molči o tej problematiki oziroma deluje proti njeni razrešitvi, kajti nekateri poslanci celo javno pozivajo in napeljujejo državljane k uničenju in zastrupljanju. Vprašanje je, zakaj in kako dolgo bodo to še počeli, ter ali ni to kršitev ustave? Britanska vlada je že reagirala na poročilo o posledicah živinoreje na klimatske spremembe, zato svojim državljanom priporoča vegansko prehranjevanje. (str. 22) Močno si želimo, da bi tudi slovenska vlada naredila podobno potezo. To bi imelo izredno pozitivne posledice na zdravje ljudi, zemlje, vode. Če tega koraka ne bo storila, se lahko upravičeno vprašamo, ali je slovenska vlada za uničenje Slovenije in sveta. Ali minister za okolje in prostor, ki je tudi letos odredil odstrel velikega števila medvedov, podpira življenje ali smrt? (str. 12) Povzemamo dve pomembni študiji, ki dokazujeta, da lov povečuje število rojstev živali in povzroča več konfliktov med ljudmi in živalmi. (str. 23) Čeprav slovenska vlada podpira kulturo smrti, pa smo veseli pozitivne spremembe vsakega posameznika. To je, denimo, uspelo bivšemu mesarju iz Slovenskih Goric, ki je zaradi ljubezni do živali in matere Zemlje postal vegetarijanec in ekološki kmetovalec. (str. 36) V novi številki smo odprli rubriko, stran za mlade. V njej otroci in najstniki razmišljajo o vegetarijanstvu in živalih. (str. 31)

Damjan Likar, odgovorni urednik

OSVOBODITEV ŽIVALI, revija za prijatelje živali Letnik IV, številka 9, marec 2007

IZDAJA:

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

UREDNIŠTVO

Odgovorni urednik: Damjan Likar
e-pošta: damjan.likar@t-2.net
tel.: 041 356 093

*Naslednja številka
revije Osvoboditev živali
izide junija 2007!*

Uredniški odbor: Anita Novak, Gretta Mikuž Fegic,
Magda Vetrh, Stanko Valpatič, Vlado Began, Miela Trefalt
Oblikovanje: Polona Kregar
Lektoriranje: Petra Tomažin
Fotografija na naslovnici: www.novi-jeruzalem.com
Revija je brezplačna!

TISK

SET. d.d. Vevška cesta 52, 1260 Ljubljana - Polje,
marec 2007, natisnjeno v 10 000 izvodih
Datum natisa 7. 3. 2007

**Stališča Društva niso nujno identična stališčem
avtorjev člankov.**

iz Društva za osvoboditev živali in njihove pravice

Protestni shod proti božičnemu klanju

Društvo je 22. decembra organiziralo drugi mirni protestni shod proti božičnemu klanju živali. Namen demonstracij je bil opozoriti Cerkev in javnost na dejstvo, da so bile živali edine, ki so Jezusa ob Njegovem rojstvu sprejele medse in Ga ogrele, ne pa tudi ljudje. To dejstvo je za prijatelje živali etična zapoved da spoštujemo in varujemo živali kot svoja sobitja, ki imajo dušo ter dostojanstvo in pravico do življenja, svobode, življenjskega prostora in hrane. Splošno je znano tudi, da je Jezus ljubil živali in bil vegetarijanec. Na žalost v takratno biblijo ni bilo zapisano vse, kar je učil Jezus. »Kaj bi rekel Jezus danes, ko se v Njegovem imenu zakolje na milijone živali za praznovanje Njegovega rojstva? To vprašanje smo postavili tudi Cerkvi in vsem slovenskim škofom s pobudo, da naj Cerkev iz ljubezni do Boga in živali preneha učiti, da je dovoljeno ubijanje, mučenje in uživanje živali,« je dejal predsednik društva, Stanko Valpatič. Protestniki so se ustavili tudi pred stolnico, kjer so želeli pobudo predati ljubljanskemu nadškofu, Alojzu Uranu, ki je tudi letos odklonil srečanje. Po besedah Valpatiča mu je njegova tajnica rekla, da se Cerkev ukvarja z bolj pomembnimi stvarmi, kot so pravice živali.



Protestniki so se s transparenti sprehodili do stolnice, kjer jih tudi letos ni želel pričakati nadškof Uran. Njegova tajnica je rekla, da se Cerkev ukvarja z bolj pomembnimi stvarmi, kot so pravice živali.

Masovna živinoreja med glavnimi krivci za klimatske spremembe

Društvo je konec novembra na tiskovni konferenci predstavilo pobudo za opustitev masovne živinoreje v Sloveniji, ki je po besedah vodstva

Kmetje začeli postavljati opozorilne table proti lovu

Stanko Valpatič:

»Na našem zemljišču ne želimo, da teče kri!«

V začetku januarja je Stanko Valpatič, predsednik Društva za osvoboditev živali in njihove pravice, na svoji kmetiji Narava na Ostrožnem pri Ponikvi, kjer je tudi sedež društva, postavil dve opozorilni tabli proti lovu. »Za postavitev tabel proti lovu smo se na kmetiji odločili, ker živali vidimo kot enakovredne prebivalce Zemlje, ki imajo prav tako pravico do življenjskega prostora, hrane in naravne smrti. Na naše zemljišče lahko stopi vsaka divja žival, da se nahrani ali si zgradi bivališče ter ustvari družino in dočaka naravno smrt. Živali, naše prijateljice, želimo na ta način zaščititi, obvarovati pred prezgodnjo smrtjo s strani lovcev. Če tako razmišljamo, bo hrane vedno dovolj za vse, nikoli je ne bo zmanjkalo. Torej preganjanje in ubijanje živali je zame nenaravno, nepotrebno, neetično, nemoralno in skrajno nizkotno dejanje. Za kristjana oz. prakristjana pa tudi v nasprotju z Jezusovim življenjem in naukom ter peto zapovedjo, ne ubijaj,« je dejal Stanko in dodal, da si želi, da bi se za podobno akcijo odločilo še več kmetov iz drugih koncev Slovenije. Poudaril je, da jim je društvo pripravljeno pomagati. Njegovi pobudi se je pridružil še sedem kmetov, predvsem s Štajerske (na fotografiji), ki prav tako nasprotujejo lovu na njihovem zemljišču. Pobudo za odpravo lova so naslovili na Ministrstvo za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano.

Stanko Valpatič, predsednik društva (na fotografiji levo), si želi, da bi se za akcijo postavljanja opozorilnih tabel proti lovu odločilo še več kmetov iz Slovenije.

Organizacije združenih narodov za prehrano in kmetijstvo (FAO) največja nevarnost za okolje. Objavili so podatek, da živinoreja ustvarja več toplogrednih plinov kot celotni svetovni promet. Prav tako je glaven vzrok degradacije zemlje in vode. »Slovenija mora takoj sprejeti določene ukrepe, da se preprečijo najhujše posledice globalnega segrevanja. To pobudo smo naslovili na Ministrstvo za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano in v njem predlagamo, da naj se čimprej pripravi vse potrebno, da se opusti masovna živinoreja kot eden največjih vzrokov podnebnih sprememb, izvede prestrukturiranje te gospodarske dejavnosti in po potrebi ustanovi fond za pomoč vsem prizadetim,« je dejal pobudnik Vlado Began, varuh pravic živali, ki se je oprl na izjavo ekonomista Nicholasa Sterna, ki v svojem poročilu navaja, da je še mogoče preprečiti najhujše posledice globalnega segrevanja, vendar je potrebno takojšnje ukrepanje vlad, gospodarstvenikov in posameznikov. Ob vseh negativnih vplivih živinoreje, Društvo ne razume, kako lahko vlada še vedno subvencionira kmete, ki se ukvarjajo s to uničevalno dejavnostjo.

Evropska komisija toži Slovenijo zaradi poboja medvedov

V letu 2005 in 2006 je v Sloveniji pod streljo lovcev padlo okoli 150 medvedov, mnogi izmed njih nezakonito in celo v nasprotju z evropsko direktivo Sveta 92/43/EGS. Zato je varuh pravic živali z obvestilom o neupravičenem odstrelu rjavih medvedov z dne 28.2.2006 obvestil Evropsko komisijo oz. njen generalni direktorat za okolje o pobijanju medvedov v Sloveniji. Omenjeni direktorat je oktobra sporočil, da je Evropska komisija začela pritožbeni postopek zoper Slovenijo zaradi lova oz. odstrela medvedov. Na tiskovni konferenci je Vlado Began predstavil še pobudo Ministrstvu za šolstvo in šport za prepoved obiskov lovcev po osnovnih šolah, in predlog Državnemu zboru za prepoved tekmovalnih živali, razstav, ocenjevanja, cirkusov in drugih zbiranj živali.

Društvo se je udeležilo svetovnega Mirovnega vrha v Cankarjevem domu, Študentske arene in Mirovniškega festivala OZN v Slovenji Gradcu.

Damjan Likar

Kako lahko jaz pomagam živalim?

Vabljeni, da se včlanite v naše društvo. Pristopna izjava je na str. 5. Z včlanitvijo boste pomagali predvsem živalim, naravi ter posredno tudi ljudem. Sodelovali boste torej pri gradnji živalim prijazne Slovenije. Društvo z veliko člani je močnejše ter lahko organizira še več akcij za boljši položaj živali in promocijo vegetarijanstva oz. veganstva.



Društvo za osvoboditev živali in njihove pravice

Ostrožno pri Ponikvi 26, 3232 Ponikva

Tel.: 03/5763-303, GSM: 031 499 756, internet: www.osvoboditev-zivali.org

Transakcijski račun: 02011-0253228311, email: info@osvoboditev-zivali.org

PRISTOPNA IZJAVA

Ime in priimek:

Datum rojstva:

Naslov (ulica, kraj, pošta):

Telefon:

E-mail naslov:

(prosimo, pišite čitljivo)

Izjavljam, da želim postati član/članica *Društva za osvoboditev živali in njihove pravice* ter da sem seznanjen/seznanjena s statutom društva in da ga bom spoštoval/spoštovala.

Opomba:

- ▶ za mladoletnike, mlajše od 15 let, morajo pristopno izjavo podpisati tudi starši (zakoniti zastopnik)
- ▶ članarina za leto 2007 za zaposlene je 23 € / 5.512 SIT
- ▶ članarina za leto 2007 za dijake, študente, upokoјence in brezposelne je 14 € / 3.355 SIT
- ▶ članarina za leto 2007 za mlajše od 15 let in poslovno nesposobne je 8 € / 1.917 SIT

(Prosimo, da glede članarine obkrožite tisto alinejo, v katero spadate.)

S podpisom te izjave dovoljuјem obdelavo svojih osebnih podatkov za namene informiranja o delu društva (vabila, akcije, informativno gradivo in drugo).

Datum:

Podpis:

Prosim, da me obveščate o akcijah, ker želim pri njih sodelovati
 želim, da me informirate o akcijah društva in pomembnejšem dogajanju, vendar ne želim aktivno sodelovati
 ne želim, da me sproti obveščate o aktualnih dogajanjih, vendar društvo in njegovo dejavnost podpiram

Moji predlogi:

Sporočila želim dobivati

- po pošti po elektronski pošti prek sporočil na GSM

Izpolnjeno pristopno izjavo pošljite po pošti na zgoraj naveden naslov.

Stanko del svojega pridelka ne požanje, pač pa ga podari gozdnim živalim.



intervju

s predsednikom Društva
za osvoboditev živali in njihove pravice

Cerkev je ponaredila Jezusov nauk do živali

Stanko Valpatic, predsednik Društva za osvoboditev živali in njihove pravice, kmet, geodet, mož in oče dveh otrok, ki sta od rojstva vegetarijanca, v pogovoru vedno zelo premišljeno izbira besede. Vendar imaš občutek, da za tistim, kar pove, stoji z vsakim vlaknom svojega telesa in duše. Nekoč je dejal, da sta na njegov značaj vplivala predvsem dva dogodka. Prvi takšen dogodek je bil, ko si je kot fant upal očetu povedati, da ne želi več sodelovati pri klanju živali in jih ne namerava več jesti. Drugo najpomembnejše dejanje, ki mu je močno spremenilo življenje, pa je izstop iz Katoliške cerkve. »Prepričan sem, da bi mi članstvo v tej najbolj krvavi in izkoriščevalski instituciji v zgodovini človeštva onemogočilo razmišljati s svojo glavo, izoblikovati značaj in kot član bi bil sokriv za vsa krvava in gnusna početja, ki jih je ter jih morda še bo Katoliška cerkev zagrešila,« pravi Stanko, ki nespoštljiv odnos človeštva do živali in narave tesno povezuje tudi s Cerkvijo.

Na vaši kmetiji se trudite delovati po principih miroljubnega kmetijstva. Kakšna so osnovna načela tega kmetijstva?

Ja, res je. Trudimo se delati korake k miroljubnemu kmetijstvu, ki se postopoma širi iz Spessarta v Nemčiji. Osnovna ideja miroljubnega kmetijstva je vzpostaviti mir z ljudmi, živalmi, rastlinami in minerali, torej celotnim stvarstvom, ki ga imamo na Zemlji. Torej naloga kmetov, predelovalcev in prodajalcev je, da se učijo tako živeti. Zemlja je za nas živi organizem, in podobno kakor človek potrebuje počitek po opravljenem delu, se morajo spočiti tudi polja za aktivno fazo rodnosti. Njive nam dve leti rodijo, tretje leto ostanejo v prahi (neobdelane) in črpajo novo moč. Zdrava spočita zemlja in pa stare odporne sorte so osnovni pogoj in eden izmed temeljev našega kmetovanja. Živali so naši prijatelji. Lahko živijo z nami, vendar ne zato, da bi jih izkoriščali, prodajali, klali in pojedli.

Kdo vas je navdušil za kmetijstvo?

Vsekakor je nekaj v tem, da izhajam iz kmečke

družine. Še posebej sem se navdušil za kmetijstvo, ko me je babica skoraj pred dvajsetimi leti povabila, naj prevzamem njeno kmetijo ter kmetujem, kot si želim. Spomnim se izjemnega veselja in zahvale iz srca, da sem dobil priložnost skrbeti za polja, travnike in življenje v in na njih.

Nekateri ljudje so zmedeni, ker ne vedo, kaj je glavna razlika med eko, biodinamičnim in miroljubnim kmetijstvom.

Razlika je v tem, da pri miroljubnem kmetijstvu ni nobenega izkoriščanja, ubijanja, predelovanja, prodaje in prehranjevanja s trupli živali. Zemljo vidimo kot našo hraniteljico, mati, ki nas hrani in preživlja. Vse, kar je v njej in na njej, je v medsebojni komunikaciji oz. povezavi. Zato velja za nas pregovor Jezusa iz Nazareta: »... Kar storite najmanjšemu izmed vas, ste storili Meni.« in nenazadnje samim sebi. Razlika je tudi v načinu razmišljanja. Kmetje na poti k miroljubnemu kmetijstvu se zavedamo pomembnosti nenehnega pozitivnega odnosa do ljudi, živali, rastlin in mineralov.

Kako ravnate s plevelom, škodljivci? Zakaj nekatere rastline napadejo škodljivci?

V miroljubnem kmetijstvu pravimo plevelom sorastline, ki imajo svojo nalogo. Znano je, da regenerirajo tla ali so v določenih situacijah pomoč glavni rastlini (npr. pri suši zadržujejo vlagu). Seveda pa jih je potrebno uravnavati, da ne prerastejo glavne rastline (npr. s košnjo, frezanjem, okopavanjem ...). V kolikor pa se pojavijo, kot pravite škodljivci, je to lahko znak, da so rastline bolne ali zelo slabe. V tem primeru je dobro analizirati tla in ugotoviti vzroke, zakaj so se škodljivci pojavili. Narava poskuša zaščititi ljudi in živali tudi tako, da škodljivci napadejo vse, kar ni zdravo oz. bi lahko bilo škodljivo za ljudi in živali. Le na zdravih tleh in iz zdravega semena lahko raste zdrava rastlina, na katero ne pridejo škodljivci.

Alojz Sok, poslanec Nove Slovenije, je zagovornik uporabe pesticidov. Pravi, da kmetje ne bi mogli pridelati dovolj hrane za vse Evropejce ali Kitajce brez pesticidov. Kako vi odgovarjate na to?

Gospod Sok vsekakor ni edini med politiki, ki zagovarja tresenje in polivanje strupov po Sloveniji. Res čudno, da odgovorni v državi javno zagovarjajo in napeljuje k dejanju, ki je v nasprotju z Ustavo RS in to brez kakršne koli odgovornosti. Po Ustavi RS smo namreč vsi dolžni skrbeti za ohranjanje naravnega bogastva. Tla, ki nas hranijo, in voda, ki nas krepi ter odžaja, sta sigurno del naravnega bogastva Slovenije. Vprašanje je tudi, kako si zagovorniki uničevanja tal in vode predstavljajo življenje naših otrok brez rodovitnih tal in pitne vode. Jih morda to sploh ne zanima, jim je bolj pomembno trenutno živeti v razkošju in navideznem blagostanju ne glede za kakšno ceno v naravi? Je rek, otroci naše največje bogastvo, le fraza? Pomembno je dodati še, da vsako škropivo nosi v sebi informacijo o ubijanju ter da se pesticidi dolgo ne razgradijo. Prav tako je znano, da rastline proizvajajo snovi, s katerimi bi se zaščitile pred pesticidi, ker nimajo jeter. Te snovi pa so lahko strupene za človeka, s čimer lahko dobimo dvojni strup. Nenazadnje je zame trditev, da bi prišlo do pomanjkanja hrane brez uporabe pesticidov, smešna in zelo zavajajoča, kajti kljub strupom in kemiji je ena tretjina ljudi na Zemlji lačnih oz. vsak dan zaradi lakote umre 40.000 otrok. Grozljiv podatek, vendar resničen. In zakaj?

Pravi odgovor za lakoto v tretjem svetu, ki se ga poskuša prikriti, je mnogim že dolgo znan, verjetno tudi Alojzu Soku, poslancu Nove Slovenije, zagovorniku uporabe pesticidov, in se glasi: Množična reja živali v zahodnem svetu je eden izmed glavnih krivcev za lakoto v tretjem svetu. Poglejmo zakaj: Na površini zemlje, ki služi za krmo živali, z mesom teh živali nahranimo deset ljudi, če bi bila zasejana npr. z graham, prosom, lečo ali ječmenom, namenjeno za hrano ljudi, pa nahranimo sto ljudi. Torej brez mesne pridelave bi človeštvo imelo dovolj hrane tudi brez uporabe pesticidov in ne bi imeli takšne lakote.

Več kot 50 % vsega žita se porabi za krmo živali, tretjina afriškega pridelka arašidov, ki je bogat z beljakovinami, je namenjenega krmi zahodnoevropske živine in perutnine. Za vsakih 16 kg tega žita, ki je namenjeno krmi živine, dobimo le 1 kg mesa, stroški proizvodnje mesa so v povprečju do desetkrat višji od stroškov pridelave zelenjave, za pridelavo 1 kg žita potrebujemo 60 litrov vode za 1 kg mesa pa 2500 do 6000 litrov. Izračunano in dokazano je, da bi se dodatno

lahko prehranilo 100 milijonov ljudi, če bi se poraba mesa v industrijskih deželah zmanjšala samo za 10 %.

Pogosto pravite, da masovna živinoreja in konvencionalno kmetijstvo povzročata nepopravljivo škodo naši Zemlji. Kaj imate v mislih?

Nekatere napačne posege v naravo zaradi masovne reje živali bi morda s takojšnjimi ukrepi lahko omilili oz. izboljšali. Primer: takojšnja prepoved uporabe kemije v kmetijstvu in reje živali bi pomenila ozdravitev in ponovno naravno rodovitnost tal ter drastično izboljšanje pitne vode tudi v mnogih potokih, ki so trenutno onesnaženi zaradi gnoja, gnojnice in kemije, že po sedmih letih. Nekaterih posegov zaradi reje živali pa ne bomo mogli več popraviti. Primer: vsako leto se poseka za rejo živali več Slovenij tropskega gozda, kateremu strokovnjaki pravijo pljuča Zemlje. Strašanske površine prelepega gozda in domov za mnoge živali ne moremo več vrniti, klimatske posledice teh krutih dejanj pa čutimo vedno bolj tudi pri nas.

Kako si razlagate, da država subvencionira masovno živinorejo, kar po zadnjih podatkih Organizacije združenih narodov za prehrano in kmetijstvo, FAO, bolj vpliva na segrevanje ozračja kot celoten svetovni promet?

Že dolgo znan podatek je z veliko zamudo res FAO dala pred kratkim v javnost, vendar boljše zdaj kot nikoli. Napačna zakoreninjena tradicija, stare neuporabne, prirejene raziskave, da je meso nujna in naravna hrana, kakor tudi zgodovinsko močan vpliv Cerkve na politiko in nekatere znanstvenike... Danes za razliko od nekoč, Cerkev to počne bolj potihom in demagoško. Poskuša izsiliti pomembne odločitve v politiki, ko se odloča o subvencijah, reji, izkoriščanju in klanju živali, kar pa je protustavno. Menim, da je cerkvena doktrina resnično velika ovira za redke politike, ki se resno zavzemajo za uredničenje živalim prijazne Slovenije.

Katere izdelke proizvajate na vaši kmetiji?

Na naši kmetiji pridelujemo piro, pšenico, koruzo, zuketki buče, hokaido buče, repo, fižol, bob, nekaj zelenjave, zelišča. Imamo tudi dovoljenje za predelavo, in sicer: čemaž, bazilika, drobnjak, peteršilj, rukola v olivnem olju, zelo priljubljen je sezonski hokaido namaz, kruh iz krušne peči, marmelade.

Kaj pravijo sosednji kmetje na vaš način pridelovanja hrane?

Verjetno bi bilo boljše to vprašanje postaviti njim. So pa res včasih zanimive reakcije. Denimo letos mi je eden izmed sosedov pripomnil: »Koruzi pa si vrgel umetno



Stanko Valpatic vsak petek prodaja izdelke s svoje kmetije na ekološki tržnici v Mariboru

gnojilo?« Ja, nekateri težko verjamejo, da lahko zraste tako lepa in zdrava koruza brez kemije ali živalskih izločkov.

Katere živali imate na kmetiji? Ste katero rešili pred zakolom ali pred lovskimi strelji?

Kobili, ovco, zajčico, kuro, muce in pse. Ja eno psičko so rešili otroci, ko jo je nekdo, staro le nekaj mesecev, vrgel v sneg ob cesti. Ovna pa sta rešili dve članici našega društva in ga pripeljali k nam, ker smo še imeli prostor.

Kaj storite z iztrebki vaših živali?

Ker naše živali jejo le domačo krmo, v kateri ni ostankov kemije, hormonov, antibiotikov, jih, pomešane z veliko slame, kompostiramo z viškom trave.

Nekateri ljudje pravijo, da so živali vendar na Zemlji, da jih ubijamo, izkoriščamo in jemo. Kako bi jim odgovorili? Kaj je namen bivanja živali na našem planetu?

Takšno napačno razmišljanje izhaja še iz poganskih običajev, ko so bogovom žrtvovali živali. Mnoge običaje iz poganstva je prevzela Katoliška cerkev, jih priredila po svojih potrebah ter jih še danes ponuja vernikom kot Božjo besedo. Odločilno oz. največjo težo za krvavo novejšo zgodovino človeštva lahko pripišemo ponarejanju Jezusovega nauka in življenja. Dejstvo je, da so zaradi ponarejene biblije in njene pretkane, teološke interpretacije ubili nešteto ljudi (križarske vojne, inkvizicija, genocid ...) in danes v grozovitih mukah pokoljemo milijarde živali, da bi jih nato pojedli. Torej Jezusove velike ljubezni do živali Hieronim ni smel uvrstiti v biblijo, ko jo je leta 370 po nalogu takratnega papeža moral sestaviti. Ker obstaja dokumentacija o tem, prilagam za lažje razumevanje odlomek iz brošure Živalim sovražna Hieronimova biblija (stran 14): Hieronim prikuje bistvene resnice: Hieronim je imel na voljo vsa do takrat obstoječa besedila o naukih Jezusa. Zelo dobro je vedel, da Jezus npr. ni jedel mesa in je učil ljubiti živali ter ne ubijati. V pismu Juvenianu je Hieronim napisal upoštevanja vredno izjavo

na to temo. Iz besedila je razvidno, da je Jezus očitno zapovedal ne jesti mesa, kar veliko antičnih spisov, ki niso umeščeni v biblijo tudi jasno dokazuje. Kljub temu je Hieronim ta pomemben vidik Jezusovega nauka pri sestavljanju biblije prikril oziroma prevzel že ponarejene predloge. To ponareditvev Jezusovega nauka morajo milijoni živali vsak dan plačati s svojim življenjem. Nešteto milijard živali je bilo od takrat prepuščenih hiranju v temnih hlevih in nato ubitih. Še posebej »krščanska« ljudstva so mutirala v požeruhe mesa. Posledice tega prikrivanja so za naravo, živali in ljudi nepredstavljive ...

Zakaj so potem živali na Zemlji, je že skoraj odgovorjeno. Nikakor na za hrano in korist. Če bi človeštvo živelo zakonito, bi nam živali lahko pomagale pri kakšnih opravilih, nam delale družbo ter bi se z njimi srečevali le v naravi, kjer je naravni življenjski prostor za vse. Torej nobena žival nam ni namenjena, da jo zaslužnimo in kruto izkoriščamo.

V začetku leta ste na vašem zemljišču postavili opozorilne table proti lovu. Zakaj ste se odločili za to potezo?

O postavitvi opozorilnih tabel lovcem na naši kmetiji sem razmišljal že nekaj časa. V zadnjem času pa je prispelo k nam, kjer je tudi sedež Društva za osvoboditev živali in njihove pravice, veliko klicev in pisem razburjenih lastnikov zemljišč nad početjem lovcev na njihovi lastnini. Postavljali so podobna vprašanja: Ali je možno preprečiti lov na lastnem zemljišču ter ali smo na svoji kmetiji naredili kakšne korake v tej smeri? Spodbudne informacije, pobude in akcije o prepovedi lova prihajajo od prijateljev živali in narave tudi iz drugih držav. Npr. evropsko sodišče je te pravice potrdilo nekemu Francozu. Omenjene vzpodbude so mi bile še dodatna motivacija, da sem se akcije lotil takoj. Zelo pomembno in razveseljivo je, da so postavitev tabel podprli nekateri kmetje z udeležbo in to pred številnimi TV kamerami ter množico novinarjev. Zaščititi živali in naravo tudi na takšen način je zame pomembno iz naslednjih vidikov: Živali imajo dušo ter tako pravico do dostojanstva in hrane. Kot ekološki kmet, ki delam korake k miroljubnemu kmetijstvu, vidim živali kot svoje prijatelje, kot del Božjega stvarstva, kot del samega sebe, torej tisti del, ki z minerali, rastlinami in človekom skupaj tvori celoto ali enost. Živali so zame enakovredne prebivalke RS, katere imajo na našem zemljišču pravico do svobodnega gibanja, hrane in zavetišča. Živalim pustimo na poljih namensko nekaj pridelka, kajti tudi njih prehranjuje mati Zemlja. Zato ne rečemo, da nam delajo škodo. Tudi najnovejše raziskave strokovnjakov in izkušnje iz področij, kjer ni lova, so jasne. Narava se zna sama regulirati in zato ne potrebuje lovcev, ki z ubijanjem vnašajo smrt in kaos v naravo. Lov je sporen iz ekološkega vidika. Lov je zame nesprejemljiv tudi iz ekološkega vidika, kajti lovci letno potrosijo po Sloveniji več 10 tisoč kg svinca.

Ker gre za izjemno velike količine strupa za polja in vodo, je skrajni čas, da ukrepajo tudi ekološke kontrole, kajti na ekoloških kmetijah se naj ne bi potrosilo niti grama strupa. Ustava nam nalaga ohranjanje naravnega bogastva, v njej ni govora o ubijanju. Kot državljani RS sem po ustavi dolžan skrbeti za ohranjanje naravnega bogastva, kamor spadajo tudi živali. Ubijanje živali je uničevanje tega bogastva. Po 41. členu Ustave mi pripada svoboda vesti. Ubijanje živali je v nasprotju z mojo vestjo. Ubijanje živali je nemoralno in neetično. Živalim nismo dali življenja in ga nimamo pravice vzeti. Tako za mene ni etično ubijati živali in jesti njihova trupla. Sprašujem se, kje je morala lovcev in mnogih drugih, ki krmijo živali, da jih nato ubijejo in pojejo. Nato pa se v javnosti kažejo celo kot prijatelji živali. Si kdo želi prijatelja, ki ga bo pojedel? Za kristjana je zame nemoralno le govoriti o Jezusu in Bogu, ne pa dosledno živeti po 5. zapovedi »NE UBIJAJ« ter Jezusovo nauku, za katerega je znano, da je bil pacifist in vegetarijanec. Jezus je in bi odklanjal lov, zato ga odklanjam tudi jaz.

Nekateri so dali predlog za sprejetje zakona, po katerem naj bi napadalne pse lahko usmrtili. Se strinjate s tem?

Nobenega problema človeštvo ni in ga ne bo trajno rešilo z ubijanjem. Rešitev je le v drugačnem načinu razmišljanja ter takojšnjem prenehanju vojn tudi proti živalim. Trdim in obstajajo tudi dokazi, da je bil človek od vsega začetka po naravi rastlinojed in je šele tekom tisočletij podivjal in začel jesti živali ter tako pri živalih povzročil agresivnost in napadalnost.

Zakaj ste pred leti postali veganec?

Iz ljubezni in sočutja do živali in drugačnega načina razmišljanja in življenja, v katerem ni več prostora za izkoriščanje, mučenje in ubijanje živali.

Ali veganci uživajo med? Kako vi gledate na pridelavo medu?

Veganec ne uživamo medu. Pridelava medu za človeka ni potrebna in je izkoriščanje pridnih in delavnih čebelic. Tudi čebelice je človek privabil iz narave, jih zaslužnjil, jim ponudil bivanje v panju le iz razloga, da jim lažje krade med. Nastavlja jim sladkor, da bi lahko vzeli čim več medu, in ga ne zanima njihovo počutje ob tem. V zadnjem času pa še čebelice množično uničuje ubijalsko kmetijstvo, predvsem sadjarska panoga s škropivi. Pri vsem tem se pozablja na izjemno pomembno nalogo, ki jo čebelice opravljajo za človeštvo. Nekateri strokovnjaki so celo prepričani, da če izumrejo čebelice, je vprašljiv obstoj tudi ljudi.

V nekem intervjuju ste dejali, da ste prakristjan. Kaj to pomeni?

Jezus iz Nazareta je moj vzornik že iz otroških dni. Njegove učenke in učenci, ki so mu takrat

sledili, so se imenovali prakristjani, zato se želim tako imenovati tudi sam. Vendar ni pomembno, kako se kdo imenuje, bolj pomembno je, kako živi. Prakristjansko življenje v skupnosti, kot ga je živel in učil Jezus, je bilo aktualno in živo še nekaj časa po Jezusovi smrti. Skozi stoletja se je vedno znova razplamtel Kristusov prakristjanski tok po razsvetljenih ženah in možeh. Vsa ta gibanja je t.i. državna krščanska cerkev zadržala na grozovit in krvav način. Kajti Jezus iz Nazareta je bil duhovni revolucionar in pacifist in kot takšen zelo nevaren za državno Cerkev, katera je Jezusovo ime zlorabila za poganski način religioznega razmišljanja. Po mojem prepričanju danes zopet živimo v času, ko nas Bog, Kristus, kot že večkrat v zgodovini kliče ter nam ponovno razlaga zakonitosti življenja, tudi odnos do narave in živali, po svoji prerokinji za današnji čas, Gabriele iz Wuerzburga v Nemčiji.

Minuli december ste pripravili drugi shod proti božičnemu klanju. Kakšen je bil odziv Cerkev?

Cerkev se nam tudi tokrat ni želela pridružiti v borbi za živali in naravo, na kar jo opozarjamo že več let. Na mojo prošnjo, ali nas lahko sprejmejo, so na Ljubljanski nadškofiji odgovorili, da imajo bolj pomembne stvari in nas ne želijo sprejeti ob shodu. Takšne in podobne dogodke, ko Cerkev odklanja sodelovanje pri varstvu živali in narave, si je dobro zapomniti ali zapisati, kajti že slišim, da se Cerkev npr. v Nemčiji poskuša prefinjeno in zvito v povezavi s politiki (münchenski kardinal Wetter se je na tak način že poskusil predstaviti javnosti) deklarirati za naravovarstvenike in zaščitnike živali. Po dolgotrajnem izstopanju iz RKC sem postal bolj previden in težje nasedam na take in podobne zvijače volkov v ovčjih kožuhih.

Bliža se velika noč. Kakšno sporočilo bo vaše društvo posredovalo javnosti ob tem pomembnem dogodku?

Podobno kot za božič: Jezus je prišel tudi za živali. Ljudje ne jejte mesa. Zopet bomo posredovali slovenski javnosti že večkrat povedano in z zgodovinskimi viri podkrepljeno dejstvo, da cerkveno blagoslavljanje, klanje oz. žrtvovanje živali izhaja iz poganskih časov in nima popolnoma nič skupnega z življenjem in naukom Jezusa, o katerem je ob veliki noči zopet veliko govora. Cerkev bomo ponovno spomnili in jih pozvali, naj že končno prenehajo naročati klanje živali in še to v imenu miroljubnega Jezusa Kristusa.

Kako naj bi v praksi izgledalo sožitje med živalmi, naravo in ljudmi, torej Kraljestvo miru?

Kristjani že dva tisoč let molijo v očenašu »... in pridi Tvoje kraljestvo ...« To pomeni zame živeti brez vsakršnega človekovega izkoriščanja, preganjanja, ubijanja ljudi in živali ter ropanja narave in Zemlje. Isto velja

tudi za živali in naravo. Živali sprejmejo premirje, niso več napadalne, medsebojno se ne jejo, živijo kot svobodna bitja, nič več v hlevih ali kot človekovi sužnji. Ker človeštvo živi v miru, ni več vremenskih nepriklj in katastrof.

Ali vidite možnost, da tudi v Sloveniji nastane Kraljestvo miru, podobno kot v Nemčiji v okolici Wuerzburga?

V to ne dvomim, kajti veliko Slovencev moli očenaš. Prav tako kot vsi zemljani so hčere in sinovi velikega Boga, je pa predvsem odvisno od vseh nas, v kolikšni meri smo pripravljeni sprejeti resnični Kristusov nauk in ga dosledno živeti na vseh področjih življenja, s čimer bi postali sograditelji Kraljestva miru. Možno je, ampak mi vsi imamo svobodno voljo, ki je darilo Boga, Stvarnika in nam daje možnost sodelovati ali pa ne. Torej popolnoma sami odločamo, kdaj in ali bo sploh v Sloveniji nastalo Kraljestvo miru. Prav tako se moramo zavedati, da popolnoma sami odgovarjamo in nosimo posledice za naše odločitve. Dobro je vedeti, da je vseeno, kaj si v Sloveniji mislimo o tem ali v kaj kdo verjame. Pričakovano in v očenašu prošeno Kraljestvo miru že nastaja in nastanka ni možno več preprečiti. Kristusovo povabilo velja prav vsakemu ne glede na veroizpoved ali prepričanje. Odločitev je torej naša in popolnoma svobodna.

Tudi lani jeseni ste bili na obisku pri predsedniku države, dr. Janezu Drnovšku. O čem sta se pogovarjala?

Predsednika sem seznanil z nekaterimi našimi zelo pomembnimi projekti. Podpira naša prizadevanja, da skupaj zgradimo živalim prijazno Slovenijo. Gospod Drnovšek je izjemen in zelo dragocen predsednik za današnje družbo, je eden izmed redkih, morda celo edini politik, ki ve, kaj se na Zemlji dogaja.

Kakšne cilje imate v prihodnosti s svojo kmetijo in Društvom za osvoboditev živali in njihove pravice?

Vedno bolj živeti v miru z vsemi in vsem ter se tako približevati miroljubnemu kmetijstvu. Pridelati oz. poskrbeti vedno več kvalitetne hrane za obstoječe in nove stranke, ki nam zaupajo in katerih, kot kaže, bo iz leta v leto vedno več. Društvo za osvoboditev živali in njihove pravice že ima svoj cilj, moto, in sicer: Skupaj gradimo živalim in naravi prijazno Slovenijo. Torej želim si čim več simpatizerjev, članov, donatorjev, vseh, ki želijo na kakršen koli način sodelovati oz. pomagati pri gradnji živalim in naravi prijazne Slovenije. Prepričan sem, da je v Sloveniji veliko ljudi, ki želijo pomagati in sodelovati, in da nam bo uspelo.

Damjan Likar

Tudi psi in mački so lahko zdravi vegetarijanci

Brezmesna hrana ne prodira vse bolj samo na jedilnike številnih ljudi, pač pa je vedno bolj zanimiva tudi našim hišnim ljubljencem. Tako pravi direktorica podjetja Vege 4 in vegetarijanka Majda Frol iz Kopra, ki se prva v Sloveniji ukvarja s prodajo vegetarijanske hrane za pse in mačke. "Po mojih dveletnih izkušnjah vam lahko zagotovim, da so naše domače kosmate živali, ki se prehranjujejo izključno s hrano rastlinskega izvora, bistveno bolj zdrave od njihovih vrstnikov, ki še vedno uživajo škodljivo mesno hrano, za katero mnogi veterinarji trdijo, da je tako zdrava."

Podjetje Vege 4 prodaja izdelke AMI, vrhunskega italijanskega proizvajalca vegetarijanske hrane za pse in mačke. Proizvodi so izdelani na osnovi rastlin, torej brez prisotnosti odpadkov iz klavnic, mesa živali ali rib in živalske moke. So ekološko neoporečni, brez barvil, brez konzervansov, brez surovin z

gensko spremenjenimi organizmi, brez surovin, preizkušenih na živalih. Izdelki so predmet izključno znanstveno-univerzitetnih analiz, brez laboratorijskega testiranja na živalih. AMI se za sedanjost in prihodnost zavezuje, da ne bo izvajalo in ne podpiralo eksperimentiranja in vivisekcije na živalih.



Iz raziskav, ki jih vodijo od leta 1987, in v sodelovanju z italijanskimi in tujimi institucijami ter veterinarskimi ambulantom, podkrepjenimi z znanstveno-univerzitetno dokumentacijo, izhaja ne le, da je možno hraniti pse in mačke z brezmesno hrano, temveč je celo zaželeno. Nekatere patologije, kot so dermatitisi, se lahko odpravijo z dieto, ki ne vsebuje mesa in rib. Nakup navadne hrane za domače živali pomeni podpirati proizvodnjo mesa oz. kruto izkoriščanje živali, uničevanje okolja, torej vse, čemur okoljevarstveniki, vegetarijanci in prijatelji živali močno nasprotujejo.

Ali lahko hranimo psa in mačko z vegetarijansko dieto?

Tako psa kot mačko zagotovo lahko hranimo vegetarijansko/vegansko, čeprav so mačke po naravi mesojede. Tudi panda je mesojed, pa se hrani skoraj izključno z vegansko hrano. V naravi te živali ne bi jedle ničesar, kar se nahaja v pločevinki s hrano za domače živali.



Psi in mački, ki se prehranjujejo izključno s hrano rastlinskega izvora, so bistveno bolj zdravi od svojih vrstnikov, ki še vedno uživajo škodljivo mesno hrano.



Imena prodajnih mest:

- | | | |
|-----------------------------|-----------------------------|---------------------------------------|
| - Jablana, Ljubljana | - Dobra misel, Lesce | Vrtni centri Kalia : |
| - Ajda, Maribor | - Biotopic, Celje | - Ljubljana, Dolenjska c. 242 |
| - Arna, Nova Gorica | - Bio.si, Koper | - Maribor, Tržaška 35 |
| - K naravi, Ljubljana | - trgovina Bio eko, Maribor | - Celje, Kidričeva 1 |
| - Zakladi narave, Ljubljana | - Klasje, Sežana | - Murska Sobota, Tišinska 1 |
| - Meta, Radovljica | | - Kranj, Bleiweisova 29 (Zlato polje) |

Vege 4 d.o.o.
Ferrarska 14
6000 Koper
Tel. 05/6302298

info@vege4.si, www.vege4.si

Vegetarijanska hrana pozitivno vpliva na duševno zdravje

„Jedi imajo domnevno zelo velik vpliv na stanje človeka. Vino izraža svoj vpliv bolj vidno, jedi povzročajo to počasneje, vendar prav tako določno. Kdo ve, če se nimamo zahvaliti okusno skuhani juhi za odkritje zračne tlačilke in kakšni slabi celo za vojno. To bi si zaslužilo natančnejšo raziskavo,“ je izjavil Georg Christoph Lichtenberg, ki je koncem 18. stoletja deloval kot profesor fizike, astronomije in matematike. Ali dejansko obstaja povezava med prehrano in razpoloženjem, kreativnostjo ali celo našim obnašanjem? Vprašali smo Hansa-Günterja Kuglerja, dr. med., iz Zdravniške družbe za pospeševanje vegetarijanskega prehranjevanja in vodjo Diagnostičnega centra za mineralno analitiko in spektroskopijo, ter Arna Schneiderja, dr. med., vodilnega zdravnika HG Naravne klinike v Michelriethu.



Hans-Günter Kugler, dr. med.:
»V otroški dobi so sicer ribe posebej kritične, ker so zelo močno obremenjene s svincem in živim srebrom. Že najmanjša količina živega srebra lahko poškoduje otroške možgane.«

Gredo raziskovanja v tej smeri?

Dr. Kugler: V Veliki Britaniji je bilo v okviru nekega obsežnega projekta o prehrani ugotovljeno, da so otroci, ki se zdravo prehranjujejo, tudi v šoli bolj pazljivi. Otroci so tudi ekstremno občutljivi na škodljive snovi. Pri prehrani otrok in mladostnikov naj bi torej pazili, da bi brezpogojno uporabljali živila iz visoko kvalitetne pridelave. V otroški dobi so sicer ribe posebej kritične, ker so zelo močno obremenjene s svincem in živim srebrom. Tudi najmanjša količina svina ali živega srebra lahko otroške možgane močno poškoduje. Evropska unija zato priporoča, naj noseče ženske in ženske v rodni starosti ne uživajo določenih vrst rib, ker lahko že najmanjša količina živega srebra poškoduje otroške možgane.

Kakšne so izkustvene vrednosti v HG Naravni kliniki?

Dr. Schneider: Tudi mi vedno znova ugotavljamo, da obremenitve s težkimi kovinami zelo hitro pripeljejo do motenj pri koncentraciji in do razdražljivosti. Smo nemirni, ponoči ne moremo spati. Tudi pri ADS simptomatiki pri otrocih, „sindromu nemirnosti“ je pogosto vzrok obremenitev z živim srebrom. To velja tudi za starejše ljudi; imeli smo npr. starejšega pacienta iz sredozemskega področja, starega 70 let. Imel je zelo izrazito in hitro napredujočo Parkinsonovo bolezen z ustrezno pojemajočo zmožljivostjo možganskih funkcij in tipično štokljasto hojo. Odkrili smo, da je bila obremenitev z živim srebrom ekstremno visoka prav v možganih; izkazalo se je, da je pacient v času svojega življenja zaužil zelo veliko rib. S spremembo prehranjevanja in odstranjevanjem živega srebra so se simptomi Parkinsonove bolezni opazno zmanjšali. Ponovno je bil sposoben boljše koncentracije. Ribe je popolnoma črtal s svojega jedilnika.

V HG Naravni kliniki Michelrieth nudite pacientom izključno vegetarijansko hrano. Kako reagirajo na to?

Dr. Schneider: V prvem trenutku je eden ali drugi presenečen. Toda večina jih v naši kliniki doživi, da se da z rastlinskimi živili kuhati veliko, veliko bolj zanimivo, okusno in raznoliko. Lahko rečemo, da je večina, ki je bila do sedaj navajena samo na mesno hrano, zelo presenečena, kako dobra je lahko vegetarijanska kuhinja in jim potem niti ni težko ustrezno nadaljevati z njo doma.

Ali obstajajo živila, ki so posebej priporočljiva za duševnost?

Dr. Kugler: Špinača na primer. Špinača je odlični vir za folno kislino, ki je potrebna za tvorbo nevroprenosnikov. Obstajajo študije, ki kažejo, da je pomanjkanje folne kisline v povezavi z Alzheimerjevo boleznijo. Pomaga tudi t.i. „Studentenfutter“ (mešanica iz rozin, arašidov, orehov, op. prev.), kar pove že ime; orehi vzpodbudijo tvorjenje pomembnih snovi, ki so pomembne za možgane. Arašidi vsebujejo

Kje je pravzaprav sedež duševnosti, kaj natančno razumemo pod tem?

Dr. Kugler: Duševnost so čustva ljudi. Dogajajo se tako rekoč v glavi. Vemo namreč, da so pri vsakem psihičnem gibanju-bodisi da je to jeza ali veselje-vedno udeležene tudi možganske celice. Duševnost ima torej zelo veliko opraviti s stanjem naših možganov.

In kako delujejo naši možgani?

Dr. Kugler: Možgani imajo nekatere presnovne posebnosti. Porabijo npr. 20 % kisika, ki ga človek sprejme, predstavljajo pa le 2 % telesne teže. Imajo torej zelo veliko porabo kisika. Kisik in tudi vse hranljive snovi, ki jih možgani potrebujejo, pridejo vanje preko ožilja.

Katere hranljive snovi so za možgane posebno pomembne?

Dr. Kugler: Za prenos živčnih dražljajev od ene živčne celice do druge potrebujemo posebne snovi, tako imenovane nevroprenosnike. Tvorijo se s pomočjo vitamina B6, B12 ali folne kisline. Zato je zelo pomembno, da imajo možgani na razpolago vedno zadostno količino teh vitaminov.

Kaj se zgodi, če pride v možgane premalo hranljivih snovi?

Dr. Schneider: Omenjene snovi vplivajo na razpoloženje. Vemo npr., da so depresije pogosto povezane s pomanjkanjem serotonina ali dopamina. To pomanjkanje lahko izravnamo s psihofarmaki ali pri lažjih depresijah tudi samo s prehranjevalno terapijo oz. pravilno prehrano.

npr. veliko lecitina, to je snovi, ki dvigne razpoloženje ter izboljša sposobnost učenja in sposobnost koncentracije. Tudi orehi so zelo dobri. Poleg lanenega olja so zelo dober vir omega-3 maščobnih kislin. Razen tega vsebujejo veliko vitamina B6 in tudi antioksidante, ki varujejo možgane pred „zakisanostjo“.

Kako si moramo predstavljati to „zakisanost“?

Dr. Kugler: Predstavljamo si jo lahko takole: V telesu se nahajajo molekule, tako imenovani „prosti radikali“, ki jim manjka en elektron. Zaradi tega napadajo druge molekule in jim odvzamejo en elektron. Rezultat tega je, da imajo te elektron manj in spet napadajo druge substance. Ko se v maščobnem tkivu odigra takšna verižna reakcija-in možgani so iz 60 % (suhe teže) maščevja-ima to lahko uničujoče posledice. Obstajajo dokazi, da lahko mnoge možganske bolezni, npr. Parkinsonova bolezen in Alzheimerjevo obolenje, razložimo s to verižno reakcijo. Zelenjava vsebuje zaščitne snovi, ki temu nasprotujejo. Imenujejo se antioksidanti.

Kaj še lahko priporočate, da bi vplivalo pozitivno na duševnost?

Dr. Kugler: Obstaja tudi tako imenovani „Pepper-High-Effekt“. Če pojem kaj ostrega, nastanejo v možganih tako imenovani endorfini, telesu lastni opijati, ki se sproščajo, kar povzroči, da se po začinjeni hrani počutimo sproščeno. Začinjena hrana je zaradi tega tudi tako priljubljena, vendar s tem ni dobro pretiravati.

Potem bi morali pogosteje uživati mehiško hrano, npr. fižol s čilijem?

Dr. Kugler: Da, tudi stročnice so zelo dobre za možgane. Vsebujejo vitamin B6, B1 in B3, niacin. Stabilizirajo krvni sladkor. Če je namreč nivo krvnega sladkorja previsok, se lahko možgani „zasladkajo“, kar moti funkcijsko sposobnost živčnih celic.

Kaj še spada v razpoložensko vever jedilnik?

Dr. Schneider: Pomembna so živila, ki vsebujejo veliko triptofana, kot npr. sončnična semena ali tudi banane. Triptofan je predstopnja serotonina in serotonin velja za hormon sreče par excellence! Tudi sončnična semena so dobra; vsebujejo mnogo vitamina B1, ki povečuje energetski metabolizem možganskih celic, torej sposobnost učenja, bistrost, da sem v formi, da dojemam, kar je bilo rečeno. Nadalje magnezij. Magnezij deluje sproščujoče, torej smo po njem bolj sproščeni. Delno varuje tudi pred stresom. Magnezij vsebujejo tudi sončnična semena in zelena, listnata zelenjava. Tudi vitamin B6 igra določeno vlogo; je najpomembnejši vitamin za nevroprenosnike. Orehi, arašidi, avokado in fižol vsebujejo B6. Za starejše ljudi je zelo pomembna tudi folna kislina. Starejši ljudje so pogosto nagnjeni k depresijam, morajo se boriti proti pešanju spomina. Folna kislina torej dviguje razpoloženje in krepi spomin. Vsebujejo jo brstični ohrovt, ohrovt, brokoli, špinača. Predvsem pa velja: uživajte veliko sadja in zelenjave! Vsebujeta mnoge antioksidante in naši možgani ne bodo postali »zakisani«. Tudi omega-3 maščobne kisline, ki so npr. v lanenem olju ali v orehih, so v pomoč proti slabemu razpoloženju.

Opravičilo

V zadnji številki smo v oglasu za veganske namaze IBI pri navedbi podatkov o podjetju Živeti z Naravo – trgovina, Stanka Valpatič s.p. napisali napačno telefonsko številko.

Prava številka je 031 281 868. Stanka prodaja živalim prijazna živila na celjski tržnici in v Mariboru na Titovi 56. Za napako se ji iskreno opravičujemo.

Arno Schneider,
dr. med.: »Večina naših
pacientov, ki je bila do
sedaj navajena samo
na mesno hrano, je
zelo presenečena,
kako dobra je lahko
vegetarijanska kuhinja
in jim potem niti ni
težko ustrezno
nadaljevati z njo
doma.«



Imate na kliniki izkušnje, ki kažejo, da lahko s ciljno prehrano pozitivno vplivate na duševnost?

Dr. Schneider: Na vsak način. Nekoč smo imeli npr. otroka, ki je bil, kot se lepo reče, divjak in neznosen. Bil je nestrpen, raztresen, predrzen, nemiren. Njegovo prehrano so v glavnem sestavljali meso, mlečni izdelki, sladkarije in testenine. Zelenjavo in solate ni jedel nikoli. Prav tako ni prenesel določenih živil. Zaradi slabega šolskega uspeha je dečku grozila premestitev. Dečkovo prehrano smo spreminjali postopoma v sodelovanju s starši. Vegetarijanske jedi smo pripravljali tako slastno in raznoliko, da so mu resnično dobro tekale. Užival je manj sladkorja in občasno celo hrano brez živalskih beljakovin. Zelo je bil presenečen: po kratkem času, še med šolskim letom, se je dečku stanje izboljšalo. Napredovanje v naslednji razred mu je uspelo brez problema, kar mu je seveda dvignilo tudi samozavest. To je zelo pomembno, kajti pogosto je to začaran krog: slaba prehrana pripelje do tega, da ne moremo več tako dobro razmišljati, nismo skoncentrirani. Počutimo se depresivne, odrinjene. In to potem zopet kompenziramo s sladkarijami ali t.i. „junk food“. In tako postaja vse samo še slabše.

Imate še druge izkušnje?

Dr. Schneider: Mnogo pacientov trpi zaradi motenj spanja. Kaj se je obneslo: polna jedilna žlica sončničnih semen pred spanjem lahko naredi čudeže ...

Vir: Vegetarisch geniessen št. 3/2006



Več o HG Naravni kliniki si lahko preberete na www.naturklinik.com

Država:

smrt medvedom-svoboda lovcem!

Minister za okolje in prostor je odredil, da se v Sloveniji v letu 2007 odstreli kar 100 medvedov. Pomori medvedov se torej nadaljujejo.

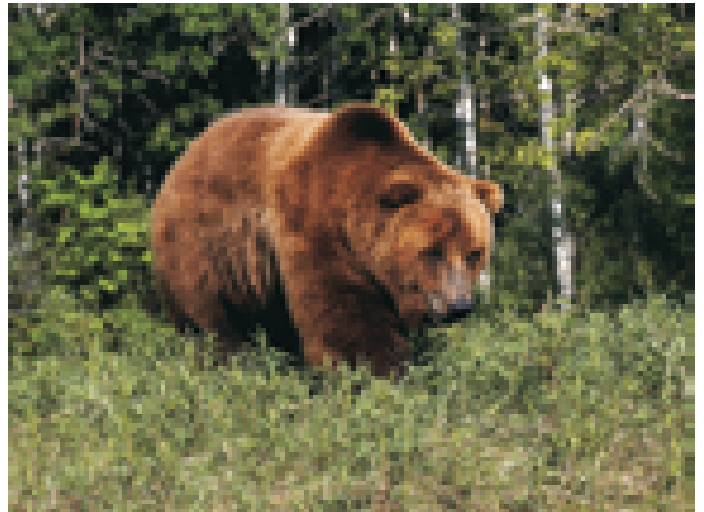
V Sloveniji se je avgusta 2005 končal projekt LIFE III Ohranitev velikih zveri v Sloveniji - Faza I (Rjavi medved). Projekt je potekal približno 3 leta. Namen projekta je bil prispevati k dolgoročni ohranitvi rjavega medveda v Sloveniji, posebna skrb pa je bila namenjena zagotavljanju pogojev za sobivanje medveda in človeka. Pričakovati bi bilo, da bo ta projekt prinesel dobro medvedom, vendar ali se je to res zgodilo? Iz statistike je razvidno, da je bilo v koledarskih letih od 2002 do 2005, ko je projekt potekal, iz narave odvzeto kar 363 medvedov, večina njih je umrla nasilne, grozovite smrti s strani lovskih pušk. V času projekta, ki se je imenoval LIFE, torej življenje, je človek pomoril kar okoli 300 medvedov. Bolj pošteno bi bilo, da bi se projekt imenoval DEATH, torej smrt, kajti moriti živa bitja pod imenom LIFE- ŽIVLJENJE je posmeh zdravemu razumu. In ne samo posmeh, še kaj drugega. Če se k temu prišteje še 94 umorjenih medvedov v letu 2006 in 100 planiranih umorov v letu 2007, je mogoče reči, da v Sloveniji država mori živa bitja kot po tekočem traku. Kot po tekočem traku mori medvede, ki so zaradi svoje ogroženosti celo mednarodno zavarovana vrsta. Tako je v letih 2002 do 2006 prenehalo dihati kar 459 rjavih medvedov, z načrtovanimi umori v letu 2007 bo skupaj mrtvih 559 medvedov. Ali je mogoče to projekt z imenom Smrt medvedom svoboda lovcem? Ob teh številkah bi se lahko zgrozili vsaj katoliki, kajti po njihovem nauku je tudi medvede ustvaril Bog in ti so tako Božja bitja. Vendar pa katoliki, namesto da bi medvede zavarovali, dajejo prednost pobijanju, saj podpirajo lov in vsaj statistično je med lovci največ prav katolikov. Očitno so lovci katoliki zapoved Ne ubijaj pustili pred vrati svoje lovske bratovščine. Vprašanje je, ali je pri Hubertusovih mašah, kjer se blagoslavljajo tudi pomorjena Božja bitja, sploh slišati zapoved Ne ubijaj?

Rjavi medved je ogrožena živalska vrsta in zato zavarovana tako s slovenskimi kot tudi s predpisi EU. Po direktivi 92/43/EGS spada vrsta rjavi medved med prednostne vrste in je pod strogim varstvom. Po veljavnem Pravilniku o uvrstitvi ogroženih rastlinskih in živalskih vrst v rdeči seznam spada medved med prizadete vrste, za katere je značilno, da obstanek ni verjeten, če bodo dejavniki ogrožanja delovali še naprej, številčnost teh vrst se je zmanjšala na kritično stopnjo oz. njihova številčnost zelo hitro upada v večjem delu areala. Ker je število medvedov v Sloveniji na kritični točki oz. zelo hitro upada, kot je bilo navedeno, lahko odstrel 100 medvedov njihovo število drastično zmanjša. Mogoče se bo zgodilo to, kar napoveduje dr. Boris Kryštufek, in sicer: »Verjetno pa bo sedanji vladi uspelo skčiti populacijo na nivo pred drugo svetovno vojno.« (Delo, 1.2.2007) Takrat pa je bil medved na robu izumrtja.

V populacijo medvedov je po predpisih sicer mogoče posegati z odstrelom, če so izpolnjeni določeni pogoji. Eden je, da to ne škodi ugodnemu stanju vrste. Ker država niti ne ve, koliko medvedov sploh je, ocenjuje pa, da jih je med 500 do 700 (pod to številko se strokovnjak dr. Kos po lastni izjavi ne bi podpisal), prešteje pa jih slabih dvesto na en števeni dan na stalnih števnih mestih, en lovec pa lahko vidi istega medveda trikrat, kot je to dejal predsednik Lovske zveze Slovenije, je jasno, da odstrela ne more biti. Še posebej, če se upošteva sporočilo Ministrstva za okolje in prostor junija 2006 slovenski javnosti: »Zavedamo se, da smo dolžni čim prej opredeliti ugodno število medvedov v območjih stalne in prehodne prisotnosti, povedano drugače, opredeliti ravnovesno število populacije, za katero smo z že prej omenjenimi akti odgovorni« in že omenjeno dejstvo, da se je številčnost vrste rjavi medved zmanjšala na kritično stopnjo oz. njihova številčnost zelo hitro upada v večjem delu areala. Tudi zato je vsak poseg z odstrelom v živalsko vrsto, ki je ogrožena, nedopusten, saj se vrsta tako še bolj slabi. Sicer pa ima narava v sebi mehanizme, s katerimi lahko sama uravnava naravno ravnovesje in ni potrebno, je celo škodljivo, da človek z lovom, torej nasiljem, posega vanjo. Samo priložnost ji je potrebno dati. Dokaz za to so narodni parki, kjer ni lova, pa tudi kanton Ženeva v Švici, kjer je lov prepovedan, kakšnih posebnih problemov z (ne)ravnovesjem nima. In kanton Ženeva je del kulturne krajine, kjer po mnenju mnogih narava ne more sama vzpostaviti naravnega ravnovesja.

Drugi pogoj za poseg v vrsto je, da ni druge možnosti za rešitev določenih problemov v zvezi z medvedi (preprečitev resne škode, zagotavljanje zdravja in varnosti ljudi ...). Tudi ta pogoj ni izpolnjen. Obstajajo druge rešitve in ni potrebno, da se uporabi odstrel. Mnoge ukrepe v zvezi s tem pozna tudi državna strategija upravljanja z rjavim medvedom. Medvede, ki se približajo naseljem in naj bi bili nevarni ljudem, je mogoče odloviti in jih prestaviti nazaj v gozdove, za škodo je že vzpostavljen sistem odškodnin, pa tudi lastniki morajo na spornem področju poskrbeti za zaščito svojega premoženja, predvideni so tudi mnogi drugi ukrepi za izboljšanje habitata medveda. Če je medvedov v resnici preveč, kot trdi država, bi bilo razmisliti o kastraciji oz. sterilizaciji dela populacije ali o kontracepciji teh živali.

Nekatere izkušnje kažejo, da se lahko s programi izobraževanja prebivalcev o pravilnem ravnanju z medvedi, sobivanju z njimi, določanju, kje se ne sme odlagati odpadkov hrane ... (te ukrepe pozna tudi strategija) namesto povečanega odstrela drastično zmanjša število konfliktov med medvedi in ljudmi. Do tega zaključka so prišli npr. v ZDA, kjer so želeli ugotoviti dejavnike, ki zmanjšujejo konfliktno situacijo med črnimi medvedi in ljudmi. V ZDA pa so v rezervatu Watchung tudi ugotovili vpliv lova na število jelenov v tem rezervatu. Ugotovili so, da je lov drastično povečal število rojstev živali glede na obdobje, ko je bil lov prepovedan, saj se je vrsta na ta način branila pred izumrtjem in so zato samice rojevale vedno več mladičev. Iz ugotovitve, da lahko lov vodi k povečanju števila rojstev medvedov, in konfliktov med medvedi in ljudmi, je mogoče postaviti vprašanje, kako bo



Čeprav je rjavi medved ogrožena živalska vrsta, jih država pobija kot po tekočem traku.

načrtovani odstrel vplival na število medvedov in na konfliktno situacijo. Ali jih bo zmanjšal? Upoštevač navedeno, se postavi vprašanje, ali ne bo odstrel celo povečal števila medvedov in konfliktov. To pa bi lahko pomenilo, da bo lokalno prebivalstvo še bolj ogroženo, še več bo škod in podobno.

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

Kako lahko jaz pomagam živalim?

Poslajte protestna pisma odgovornim v državi. Vzorec protestnih pisem je na strani <http://www.osvoboditev-zivali.org/?arhv=14262>

Bog je pravočasno svaril pred katastrofami

V Sloveniji je kar nekaj verskih skupnosti, ki so naklonjene živalim in v katerih uresničujejo peto božjo zapoved »Ne ubijaj«. Prakristjani v Univerzalnem življenju sledijo nauku Jezusa iz Nazareta, ki je po njihovih besedah prišel na Zemljo tudi zaradi živali in narave. Več o akcijah prakristjanov na področju zaščite živali in narave nam je povedal Peter Gabrovec.

Univerzalno življenje je pred časom izdalo brošuro Katastrofe, zemeljski preobrat, umiranje. Kaj je vsebina te brošure?

Brošura govori o naraščajočih katastrofah v zadnjem času: nalezljivih boleznih, poplavalah, požarih, sušah, izumiranju vrst, o nevarnosti preskoka polov ... Te teme obravnava v luči znanstvenih poročil, poleg tega pa so navedeni odlomki razodetij, v katerih je Božji Duh pred temi pojavi svaril že pred desetletji in opozarjal človeštvo, naj preneha z uničevanjem vsega stvarstva, saj je to uničevanje vzrok za naraščajoče katastrofe. V uvodnem delu beremo o zakonu setve in žetve še podrobneje: vse stiske, katastrofe, velike epidemije so posledica naše setve. Ta setev je tudi naš odnos do živali in rastlin, do človeka in do Zemlje. Jasen zakon setve in žetve je bil odrinjen iz razmišljanja zahodnjakov, ko je Cerkev na koncilu l. 553 izločila nauk o reinkarnaciji. Vendar Bog danes kot v vseh obdobjih opozarja človeštvo in ga uči o resničnem, absolutnem zakonu, ponovno nas uči, da je življenje velika enost vseh oblik: ljudi, živali, rastlin in mineralov, da je Zemlja živ organizem.

Kdaj in pred čem je svaril Bog?

Že tri desetletja Bog svari, kaj nas bo doletelo, če se ne spreobrnemo, če ne nehamo uničevati življenja s pobijanjem in mučenjem živali, s trpinčenjem in zlorabljanjem celotne Zemlje. 27.2.2001 je Stvaritelj govoril:

Prenehajte uživati svoje sostvaritve, ki so vaši živalski bratje in sestre! Prenehajte jih mučiti s poskusi na živalih in jemanjem svobode, tako da jih zapirate v hleve, ki niso vredni živali! Živali ljubijo svobodo, prav tako kot vi, ljudje. Prenehajte ubijati najmanjše živali, življenje v zemlji z umetnimi gnojili, pa tudi z izločki in podobnim! (...) Svetovna apokalipsa teče. Kdor noče slišati, bo v vedno krajših presledkih občutil svoje ustvarjene vzroke kot posledice. (...) Kdor se bo kljub temu še spozabil nad Materjo Zemljo z vsemi njenimi življenjskimi oblikami, ta bo občutil posledice. Prenehajte mučiti, ubijati in moriti!

Kakšen odnos do teh svaril pa ima Katoliška cerkev?

Po cerkvenem nauku naj Bog ne bi več govoril po prerokih. Tako je skušala in skuša preroško besedo diskreditirati ter prerokinjo Gabriele in tiste, ki ji sledijo, smešiti. Ko je Božji Duh že v začetku osemdesetih opozarjal na prihajajočo žetev, ki jo danes začenjamo doživljati, so ljudi, ki so preroško besedo posredovali naprej, obtoževali ustvarjanja panike in jih označevali za fanatike poslednjega časa.

Pri tem pa Cerkev še vedno ostaja pri svojem pogubnem odnosu do živali. Gotovo danes ne bi bili na začetku globalne katastrofe, če bi Cerkev, tako kot Jezus, učila in izpolnjevala zapoved Ne ubijaj! tudi v odnosu do živali, če bi učila in uresničevala, da je vsako nasilje do ljudi, živali ali narave setev, ki se bo tako ali drugače obrnila proti povzročiteljem, in bi ne pobijala množic tistih, ki so imeli drugačen odnos do živali in celotnega stvarstva (Indijanci, Katari, Bogomili...!)

Ko so znanstveniki končno le objavili, da je živinoreja največja nevarnost za okolje, Cerkev še naprej podpira pobijanje živali v klavnicah in laboratorijih, ob katastrofah, ki se zgrinjajo nad človeštvo, pa govori, da zanje ni razlage, da so to nerazložljive Božje skrivnosti.

Pisali smo že o miroljubni deželi v Nemčiji, ki jo vodijo prakristjani v Univerzalnem življenju. Kaj je cilj te dežele in kako obveščate ljudi o tem nastajajočem Kraljestvu miru?

V tej miroljubni deželi prakristjani gradijo enost med ljudmi, z živalmi in vso naravo. Ponovno ustvarjajo življenjski prostor za živali, kjer lahko živijo v miru in v skladu s svojimi potrebami. Med njivami zato ustvarjajo žive meje, ki so dom za mnoge živali, zavestno jim ob pobiranju pridelka puščajo del pridelka na polju za hrano, ki jo potrebujejo. Polj ne zastrupljajo ne s kemičnimi snovmi ne z gnojnicami, ki uničujejo življenje v tleh. Z živalmi, rastlinami in elementi narave zavestno gradijo enost. Tako se uresničuje vizija Kraljestva miru, kot ga je napovedal že prerok Izaija.

O tem poročamo v seriji oddaj Oddajnik Novi Jeruzalem, v katerih lahko izveste več o ciljih kot tudi o konkretnih korakih pri nastajanju miroljubne dežele. Prvi dve oddaji si lahko ogledate tudi na DVD-ju, ki smo ga izdali.

Ali ste v preteklih letih izdali še kaj drugega na temo živali in vegetarijanstva?

V deset tisočih izvodih smo natisnili

brezplačni brošuri Živali tožijo-prerok obtožuje in Pomor živali je smrt ljudi, ki razkrivata trpljenje živali in korenine današnjega odnosa do živali v cerkvenem nauku. V brošuri Gabrielino pismo 4-Zakon ljubezni in enosti in brezpravni te zemlje lahko preberete, kako se v miroljubni deželi gradi zaupanje tudi med divjimi živalmi in človekom. V pomoč pri prehodu na vegansko prehrano smo izdali Živalim prijazno kuharico, v brošuri Ne jejte mesa! Zakaj? pa najdete informacije o ključnih zelo zaskrbljujočih dejstvih, povezanih z uživanjem mesa. Knjižica Ti, žival-ti, človek. Kdo je vreden več? nas uči o pravilnem odnosu do predvsem domačih živali ter razlaga zakonitosti komunikacije med ljudmi in živalmi.

Videokaseta Poglej me v oči nam pomaga živeti se v živali. Z željo, da zmanjšamo trpljenje živali, smo izvedli tudi številne plakatne akcije, pripravili TV prispevek ...

Naslovnica prvih dveh oddaj o miroljubni deželi, kjer se uresničuje vizija Kraljestva miru preroka Izaija. DVD lahko naročite na spodnjem naslovu.



Izdaje Univerzalnega življenja lahko naročite na naslovu: Univerzalno življenje, Celovška cesta 87, 1000 Ljubljana, tel.: 01/ 568-41-48, ali na naslovu: www.univerzalno-zivljenje.si, informacije o Oddajniku

Ministrstvo za zdravje:

Tudi živali imajo pravico do življenja

Na ministra za zdravje, Andreja Bručana, smo člani društva naslovili spodnja vprašanja o vegetarijanstvu. Namesto njega (razlog, zakaj minister ni odgovarjal, nam ni znan) sta odgovore pripravila Rok Poličnik in Vesna Kerstin Petrič. Sprašujemo se, zakaj minister nam ni dal intervjuja, drugim medijem pa jih daje. Ali nismo enakopravni?

Ali menite, da bi bil svet boljši, če bi bili politiki vegetarijanci?

Menimo, da na to, kako se politik odloča, ne vpliva zgolj način prehrane. Težko je torej soditi, ali se tisti, ki so vegetarijanci, bolje odločajo.

Ali priznavate živalim pravico do življenja? Če ne, zakaj ne? Če da, kaj boste storili, da se bo ta pravica realizirala?

Vsako živo bitje ima pravico do življenja, tudi živali, Ministrstvo za zdravje pa nad življenjem živali nima posebnih pristojnosti.

Ali je masovna živinoreja v javnem interesu, če vemo, da povzroča veliko ekološko škodo, redči vire vode, negativno vpliva na podnebje, glavni produkt te industrije-meso-pa je za škodljiv za zdravje ljudi, kot to dokazujejo razne znanstvene študije?

Na Ministrstvu za zdravje si podobno kot v drugih državah in mednarodnih organizacijah, ki se posvečajo zdravju ljudi, prizadevamo, da bi tudi v drugih resorjih delovali tako, da bi vzpodbujali in ne ogrozili zdravje. V Sloveniji smo z nekaterimi programi za vzpodbujanje trajnostnega razvoja, v katerih se upošteva zdravje kot pomemben dejavnik razvoja, naredili pomemben korak naprej k upoštevanju zdravja v vseh politikah, ne le zdravstvenih.

Izvedena je bila tudi "Ocena vplivov kmetijske in prehranske politike na zdravje prebivalcev Republike Slovenije" z vidika sprememb ob vstopu v EU. Takšna ocena je bila do sedaj izvedena na nacionalni ravni le v Sloveniji in predstavlja primer dobre prakse, ki služi tudi drugim evropskim državam. Med Ministrstvom za zdravje in Ministrstvom za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano smo v zadnjih letih vzpostavili dobro sodelovanje na področju vzpostavitve zdravju in okolju prijaznih oblik kmetovanja.

Ali ste proti mučenju živali? Kaj za vas pomeni mučenje živali?

Vsaka neupravičena zloraba živali v kakršne koli namene je seveda sporna in jo je potrebno preprečiti.

Znanstveno je dokazano, da je meso rizični faktor za marsikatero civilizacijsko bolezen. Zakaj Ministrstvo za zdravje zato ne umakne mesa iz prehranske tabele, saj je mogoče vse snovi, ki so sicer v mesu, dobiti iz rastlinske hrane. Zakaj Ministrstvo za zdravje jasno ne opozori ljudi, da je meso škodljivo in jim predstavi vse negativno, kar je povzročeno pri proizvodnji mesa?

Stroka javnega zdravja še vedno podpira dejstvo, da je človek omnivor, kar pomeni, da se prehranjuje tako s hrano rastlinskega izvora kot s hrano živalskega izvora. Ministrstvo za zdravje zato v skladu s sprejeto Resolucijo o nacionalnem programu prehranske politike podpira uživanje uravnotežene, pestre, mešane prehrane iz vseh skupin živil, ki zagotavlja zadosten vnos vitaminov, mineralov in drugih hranljivih snovi, pomembnih za normalno rast, razvoj in delovanje telesa. Meso je tako v skladu s sodobnimi prehranskimi priporočili del pestre, mešane prehrane, saj predstavlja pomemben vir beljakovin visoke biološke vrednosti, esencialnih maščobnih kislin, esencialnih

mikroelementov (Fe, Zn, Se ...) ter vitaminov B skupine. Ministrstvo za zdravje na podlagi trenutno razpoložljivih podatkov o prehranjevalnih navadah izvaja ukrepe za spodbujanje k zmernosti uživanja mesa in mesnih izdelkov (izdelava smernic zdrave prehrane za različne skupine populacije ...). Pri tem se sklicujemo na trenutno dostopne podatke o prehranjevalnih navadah prebivalcev ter na uradno dostopne nacionalne statistične podatke o porabi živil.

Glede na to, da je meso lahko škodljivo za ljudi, ali ravna tisti, ki uživa meso, v nasprotju z Zakonom o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju, ki v 2. členu določa, da mora vsakdo skrbeti za svoje zdravje?

Glede na zgoraj povedano, tisti, ki uživajo meso, ne ravna v nasprotju z zakonom. Z nacionalnim programom prehranske politike si na Ministrstvu za zdravje predvsem prizadevamo, da bi ljudje jedli bolj uravnoteženo prehrano z manj mesa in več zelenjave in sadja. Podatki namreč kažejo, da v Sloveniji še vedno pojemo dnevno premalo sadja in zelenjave in preveč mesa in mesnih izdelkov. S smernicami zdravega prehranjevanja želimo tako posamezniku kot pripravljavcem hrane v različnih institucijah in gostinskih obratih pomagati, da se bodo bolj osveščeno odločali pri izbiri in glede načina priprave hrane. S prehransko politiko lahko spodbujamo zdrav način prehrane, ne moremo pa ga predpisati. Odločitev za na primer vegetarijansko prehrano ali kakšen drug način prehrane mora biti prepuščena posamezniku, naša skrb pa je, da zagotovimo pogoje, da se bo vsak lahko odločal za bolj zdrav način prehranjevanja.

Po 2. členu Zakona o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju nihče ne sme ogroziti zdravja drugih. Ali to velja tudi za državo? Če velja, zakaj potem država ne prepove pridelave mesa, saj ta povzroča bolezni pri ljudeh, uničuje okolje in podnebje ter povzroča neizmerno trpljenje živalim vse to je namreč ogrožanje drugih?

Prepoved pridelave mesa sicer ni v pristojnosti Ministrstva za zdravje, z vidika uresničevanja prehranske politike pa takšna prepoved glede na sedaj veljavna priporočila stroke ni sprejemljiva. Prepoved bi zahtevala upoštevanje širše splošne družbene koristi ter javnega interesa.

Dokazano je, da so vegetarijanci bolj zdravi kot uživalci mesa. Kaj bi pomenilo za zdravstveni proračun oz. blagajno, če bi bili ljudje v Sloveniji oz. večina njih vegetarijanci?

Mnogi vegetarijanci so sprejeli življenjski slog, ki se bistveno razlikuje od ostalih: lažje vzdržujejo zdravo telesno težo, ne kadijo, ne uživajo prepovedanih drog, ne uživajo pretiranih količin alkohola in so telesno dejavni. Res, da vegetarijanci v povprečju zaužijejo več sadja in zelenjave, manj skupnih, nasičenih maščob in holesterola in več prehranske vlaknine. Zaradi tega imajo manjše tveganje za nastanek debelosti, povišanega krvnega tlaka, bolezni srca in ožilja in raka različnih lokacij. Ugotavlja se, da prav ta na splošno bolj zdrav način življenja vpliva tudi na boljše zdravje vegetarijancev in ne zgolj vegetarijanski način prehrane.

Ministrstvo za zdravje s prehransko politiko ne prepoveduje vegetarijanskega načina prehranjevanja, prav nasprotno, če je vegetarijanska prehrana skrbno načrtovana, lahko posamezniku

zagotovi vsa potrebna hranila za normalno rast, razvoj in delovanje organizma. Večji problem je, ko prehrana ni načrtovana in lahko dolgoročneje vodi do različnih oblik podhranjenosti (energijska podhranjenost, beljakovinska podhranjenost, pomanjkanje cinka, železa, vitaminov iz skupine B itd.), ki lahko ogrožajo zdravje.

Kako gledate na to, da vedno več zdravnikov v medijih zagovarja vegetarijansko hrano in opozarja na nevarnosti uživanja mesa? Boste podprli njihove izjave?

Če zdravnik pacientu priporoča omenjeni način prehranjevanja in hkrati opozori na pomen načrtovanja prehrane, ki bo upoštevala načelo uravnoteženosti, zagotovo opravlja koristno delo.

Ali Ministrstvo za zdravje razmišlja o tem, da bi se pocenilo zdravstveno zavarovanje za vegetarijance, kot so to naredili na Nizozemskem, kjer je premija pri vegetarijancih nižja kot pri mesojedcih?

Ministrstvo za zdravje v tem trenutku ne razmišlja o pocenitvi zdravstvenega zavarovanja za vegetarijance.

Ali lahko ljudem zagotovite, da je meso varno in zdravo živilo, čeprav je znanstveno dokazano, da je rizični faktor za mnoge civilizacijske bolezni?

Zakon o zdravstveni ustreznosti živil in izdelkov ter snovi, ki prihajajo v stik z živili (Uradni list RS, št. 52/00, 42/02 in 47/04), ter spremljajoči podzakonski akti določajo, da mora biti hrana v prometu zdravstveno ustrezna in varna. To pomeni, da ne sme vsebovati mehanskih, kemičnih in bioloških snovi, ki bi lahko potencialno negativno vplivale na zdravje prebivalcev. Meso je, tako kot živila rastlinskega izvora, iz prehranskega vidika zdravo živilo, saj vsebuje pomembne hranljive snovi, ki so potrebne za normalno delovanje človeškega organizma (vitamini, minerali ...). Praviloma so vsa živila, ki so na trgu, zdrava živila, če jih človek uživa zmerno in v skladu s smernicami zdravega prehranjevanja. Ljudje največkrat delamo napake pri izbiri živil, pogostnosti vključevanja v dnevni jedilnik ter pri količinski pretiranih obrokih, ki so pogosto preobilni, energijsko prebogati in hranilno revni (hitra hrana, prenizek vnos sadja in zelenjave ...). Posledica navedenega so slabe prehranjevalne navade, ki so vzrok porasta kroničnih, nenalezljivih bolezni. V skladu z vašo navedbo menimo, da vzrok kroničnim, nalezljivim boleznim ni le v uživanju mesa, temveč k temu prispeva tudi moderen način življenja, ki je pogosto sedeč in pasiven. Pomemben dejavnik pri zmanjševanju porasta nastanka teh bolezni je tudi zadosten vnos zelenjave in sadja (najmanj 400 g na dan na odraslo osebo), ki pa je pri Slovencih in Slovenkah na podlagi podatkov prenizek. Nezdrava prehrana in pomanjkanje gibanja vzajemno vplivata na porast prekomerne hranjenosti in debelosti ter posledično na nastanek bolezni srca in ožilja, raka, visokega krvnega tlaka, osteoporoze, sladkorne bolezni tipa 2 ...

Če se ugotovi, da je meso povzročilo določeno bolezen, ali ima bolnik pravico do odškodnine?

Kadar gre za zastrupitev z oporečnim izdelkom, je potrošnik dolžan obvestiti pristojni Zdravstveni inšpektorat RS, ki v skladu z veljavno zakonodajo ustrezno ukrepa. Odškodninski zahtevki so predmet civilne tožbe.

Če pridelovanje mesa neodvisno od volje vegetarijanca onesnažuje okolje in to onesneževanje vpliva nanj, ali ima potem pravico do najvišje možne stopnje zdravja, kot mu to jamči 2. člen Zakona o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju?

V tem vprašanju opozarjate na pomen sodelovanja različnih resorjev za zagotavljanje najvišje možne ravni zdravja prebivalcev. Kot je bilo že prej povedano, se tako v mednarodni skupnosti kot pri nas vedno bolj zavedamo pomena zdravja za vse in tudi odgovornosti vseh resorjev za

zdravje prebivalcev. Gre za zapleten proces, v katerem lahko igra pomembno vlogo tudi civilna pobuda predvsem z osveščanjem, nenehnim spremljanjem in opozarjanjem na probleme.

Številne znanstvene raziskave povezujejo povečanje količine rdečega mesa v jedilniku s povečanim rizikom za civilizacijske bolezni, kot so npr. rak ter bolezni srca in ožilja. Kako s tega vidika komentirate proračunsko subvencioniranje nedavne reklamne kampanije "Rdeče meso-telo ga potrebuje", ki si prizadeva ravno povečati porabo rdečega mesa v Sloveniji?

Vsakršno pretiravanje in prekomerno uživanje določenih živil vodi v enolično prehrano, kar pomeni, da telo dobi prevelike količine določenih hranil, na drugi strani pa se pokaže primanjkljaj hranljivih snovi, ker posameznik iz prehrane izloča druga živila. Tudi če posameznik pretirano uživa preveč sadja in zelenjave, ni skladno z zdravo in uravnoteženo prehrano. Prav tako prekomerno uživanje mesa in še posebej mesnih izdelkov, ki so bogat vir maščob, soli in dodatkov, z vidika zagotavljanja hranil ni zdravju koristno. Ministrstvo za zdravje ni podprlo kampanje, ki jo omenjate v vprašanju.

Koliko denarja je bilo iz proračuna direktno ali posredno izplačano za to kampanijo? Gre tu morda za vračanje uslug lobijem, ki so pomagali tej vladi k izvolitvi, in zakaj to počne na račun zdravja ljudi?

Na vprašanje vam ne moremo odgovoriti, ker omenjena medijska kampanja za spodbujanje uživanja rdečega mesa ni bila podprta s strani našega resornega ministrstva.

Kako komentirate, da država sofinancira tudi oglaševanje zasebnih proizvajalcev perutninskega mesa?

Več o tem na strani <http://www.finance-on.net/?MOD=show&id=170519>

Ministrstvo za zdravje ni podpiralo sofinanciranja, ki ga navajate.

Glede na gornje stališče ministrstva za zdravstvo, da v Sloveniji pojemo preveč mesa in glede na to, da je vlada proračunski denar uporabila ravno za povečevanje uživanja mesa v Sloveniji, nas zanima, kakšno je vaše stališče do tega dejanja? Ali je ministrstvo protestiralo pri vladi oz. ustreznem resorju zaradi škodljivosti takega početja (vsako propagiranje načina prehrane, ki je v nasprotju od priporočil ministrstva razumemo kot škodljivo početje). Če ministrstvo ni protestiralo, ali bo to v imenu zdravja slovenske populacije storilo v bodoče?

Ministrstvo za zdravje ima v okviru izvedenske komisije pri ukrepu informiranja in promocije kmetijskih proizvodov pri Ministrstvu za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano imenovanega svojega predstavnika, ki je pred izvedbo ukrepa omenjene promocijske kampanje podal stališče našega resornega ministrstva. Vsekakor se bo Ministrstvo za zdravje tudi v prihodnje prizadevalo, da se bodo izvajale promocijske aktivnosti v skladu z usmeritvami nacionalne prehranske politike, ki ima za cilj doseganje čimboljših prehranjevalnih navad ter s tem varovanje zdravja prebivalcev Slovenije.

Kako komentirate samovoljno odločitev vašega ministrstva, ki ne dovoli vegetarijanske prehrane v vrtcih otrokom do 3. leta kljub drugačnim priporočilom in mnenjem praktično vseh avtoritet na planetu, kot so WHO (Svetovna zdravstvena organizacija), ADA (American Dietetic Association), DC (Dietitians of Canada), BDA (British Dietetic Association). Vsi omenjeni po vrsti trdijo, da je možno sestaviti vegetarijanski jedilnik, ki zadosti vsem potrebam tudi za otroke, mlajše od treh let?

V kolikor se prehrana bistveno ne razlikuje od hranilno in energijsko uravnotežene prehrane, je sprejemljiva. Strokovnjaki so mnenja, da je lahko lakto-ovo-vegetarijski način prehranjevanja sprejemljiv, in da lahko skrbno načrtovana lakto-ovo-vegetarijska prehrana posamezniku omogoča zdrav način prehranjevanja, ni pa optimalna za prehrano otrok. Glede vaše navedbe bi vas želeli obvestiti, da Smernice zdravega prehranjevanja v vzgojno izobraževalnih ustanovah v svojem besedilu ne prepovedujejo uživanja vegetarijskih obrokov (lakto-ovo-vegetarijska prehrana) pri otrocih. Prav nasprotno, omenjene smernice celo navajajo živila, ki lahko služijo kot zamenjava za meso in mesne izdelke.

V postopku izdelave so tudi jedilniki za pripravo uravnoteženih obrokov za otroke in mladostnike, ki poleg mešane in dietne prehrane vključujejo tudi lakto-ovo-vegetarijske jedilnike. Jedilniki so v zaključni fazi priprave in bodo še v letošnjem letu posredovani v uporabo vzgojno-izobraževalnim ustanovam.

Kdo na Ministrstvu je osebno odgovoren za to odločitev in s kakšnimi dokumenti ta oseba podpira to odločitev? Naj predloži kompletno dokumentacijo.

Na Ministrstvu za zdravje sprejemamo odločitve na podlagi strokovnih mnenj kompetentnih ustanov in strokovnjakov. Ministrstvo za zdravje je že pred leti zaprosilo ključne ustanove ter stroko javnega zdravja na področju prehrane (Center za nutricionistiko pri Pediatrični

kliniki, interne oddelke splošnih bolnišnic, Inštitut RS za varovanje zdravja, regijske zavode za zdravstveno varstvo, Medicinsko fakulteto Univerze v Ljubljani ter posamezne strokovnjake) za strokovno mnenje glede ustreznosti vegetarijske prehrane.

Na podlagi prejetih strokovnih mnenj o ustreznosti vegetarijske prehrane ugotavljamo, da je meso pomemben sestavni del uravnotežene prehrane ljudi. Glede na dejstvo, da se vedno bolj uveljavlja tudi vegetarijska prehrana, v svojih politikah in ukrepih to upoštevamo in kot je bilo že povedano, v takšnih primerih poudarjamo pomen načrtovanja uravnoteženega prehranjevanja, ki zagotavlja vsa potrebna hranila.

Ali veste, da je v Sloveniji veliko zdravih otrok, ki so od rojstva vegetarijanci?

S podatki o slovenskih otrocih, ki so vegetarijanci od rojstva, na Ministrstvu za zdravje ne razpolagamo.

Kako lahko jaz pomagam živalim?

Pišite ministru za zdravje na naslov ministrstvo.zdravje@gov.si in mu posredujte svoje pobude glede vegetarijske hrane in pravic živali.

Vprašanja za predsednika vlade o njegovem odnosu do živali

Na predsednika vlade, Janeza Janšo, smo naslovili spodnja vprašanja o njegovem odnosu do živali in narave. Ker nam iz njegovega kabineta do roka niso poslali nobenega odgovora, niti pisnega ali ustnega pojasnila, zakaj ne dobimo odgovorov, lahko sklepamo, da premier ni želel dati intervjuja. Vprašanja kljub temu objavljamo in upamo, da bo premier v prihodnosti vendarle z nami začel graditi živalim prijazno Slovenijo. Sprašujemo pa se, zakaj predsednik vlade nam ni dal intervjuja, drugim medijem pa jih daje. Ali nismo enakopravni?

Organizacija združenih narodov za prehrano in kmetijstvo (FAO) je objavila, da ustvarja živinorejski sektor več emisij toplogrednih plinov kot prometni sektor. Ker je v Sloveniji verjetno podobno, je vprašanje, kaj bo storila vlada, in seveda kdaj, da se odpravi ta vir uničevanja podnebja oz. okolja?

Kakšno vlogo je država namenila živalim v Resoluciji o nacionalnih razvojnih projektih za obdobje 2007/2013 in v drugih razvojnih aktih?

Ali menite, da obstoječi Zakon o zaščiti živali varuje življenje živali in njihovo dostojanstvo?

Ali menite, da je Slovenija kulturna in civilizirana država, čeprav se tu zakonito pomori skoraj 30 milijonov živali?

Ali menite, da bi bil svet boljši, če bi bili politiki vegetarijanci?

Ali se vam zdi moralno-etično upravičeno, da se živali v azilu po 30. dneh usmrtijo, če jih ne oddajo? Ali ni mogoče pri 8 milijardah evrov letnega proračuna najti sredstev, da se takšna nehumanost prepreči?

Ali je masovna živinoreja v javnem interesu, če vemo, da povzroča veliko ekološko škodo, redči vire vode, negativno vpliva na podnebje, glavni produkt te industrije-meso-pa je škodljiv za zdravje ljudi, kot to dokazujejo razne znanstvene študije?

Ali ste proti mučenju živali? Kaj za vas pomeni mučenje živali?

Kakšen je vaš odnos do živali?

Ali priznavate živalim pravico do življenja? Če ne, zakaj ne? Če da, kaj boste storili, da se bo ta pravica uresničila?

Ali menite, da bi Slovenija potrebovala varuha pravic živali? Ali vam je znano, da ima Avstrija celo več varuhov pravic živali?

Ali je lov v dobrobit Slovenije?

Ali ste za to, da se v novem Zakonu o Triglavskem narodnem parku prepove lov in to na celotnem območju parka, kot je npr. to v mnogih parkih po svetu?

Vedno več ljudi, tudi nekaj kmetov, se obrača na naše društvo s prošnjo, če lahko pomagamo preprečiti ubijanje in preganjanje živali na njihovih zemljiščih s strani lovcev. Bi morda vi lahko na kakšen način pomagali tem državljanom pri uresničitvi njihove zares pozitivne ideje?

V društvu imamo različne profile ljudi od profesorjev, pravnikov, samostojnih raziskovalcev, novinarjev, zdravnikov do kmetov. Vsak izmed njih nas na svoj način opozarja o grozljivih življenjskih razmerah živali pri nas in si želi takojšnje izboljšanje teh. V društvu poskušamo narediti vse v okviru naših zmožnosti. Kot predsednik vlade bi sigurno lahko zaščitili živali, ki so prav tako prebivalci Slovenije. Kaj pravite?

Vedno bolj postajajo glasni člani društva, ki se ukvarjajo s kmetijstvom. Pravijo, da se že čutijo posledice klimatskih sprememb. Že več let opozarjajo, da je največji krivec za to med drugim masovna reja živali, kar so nedavno potrdili tudi v FAO. Ali boste res dovolili uničenje polj in pitne vode tudi v Sloveniji? Ali boste po vsem povedanem še naprej subvencionirali rejo živali in tako uničili to, kar še imamo? Ali boste morda eden izmed predsednikov, ki se zares zavzemajo za naravo in živali ter bi na ta način veliko prispevali predvsem za mlajšo generacijo?

Naš slogan je: Skupaj gradimo živalim prijazno Slovenijo. Se morda vidite kaj zraven oziroma bi se želeli?

Varuh pravic živali, pravnik, ki deluje v okviru našega društva, je naslovil na vašo ministrstva že kar nekaj dobrih pobud. Ste morda seznanjeni s katero?

Vegetarijanci smo izobčeni s strani Rimskokatoliške cerkve. Se vam zdi to prav, da je nekdo izobčen zato, ker ne uživa živali?

Menite, da je možno, da je nasilje med ljudmi povezano tudi z nasiljem do živali? Tolstoj je rekel: »Dokler bodo klavnice, se bodo ljudje pobijali med seboj!«

Kako vi gledate na prihodnost sveta? Kakšno vlogo naj bi v tej prihodnosti imele živali?

Kako bi po vašem mnenju izgledal svet, če ljudje ne bi izkoriščali, mučili, ubijali živali ter bi namesto tega živali z njimi v sožitju?

Kako lahko jaz pomagam živalim?

Pišite predsedniku vlade na naslova: gp.kpv@gov.si, predsednik@sds.si in mu posredujte svoje pobude glede vegetarijske hrane in pravic živali.



Nova knjiga o zdravju: Alkalizirajte ali umrite

Podjetje Sitis d.o.o. je izdalo knjigo Alkalizirajte ali umrite, ki jo je napisal dr. Theodore A. Baroody, specialist nutricionist in strokovni član ameriške zveze nutricionistov ter specialist za akupunkturo. V njem na preprost način opisuje vsa klinična spoznanja o tem, kako lahko pridobimo odlično zdravje s pomočjo kislinsko-bazičnega ravnovesja. Avtor je prepričan, da se vse bolezni razvijejo zaradi enega samega vzroka-prevelike zakisanosti organizma. Prevelika količina kislin v našem telesu namreč pomeni podobno kot premalo olja v avtomobilu. Naenkrat se lahko preprosto ustavi. V knjigi se boste med drugim naučili, kako izbirati živila, ki ustvarjajo bazičnost, in kako pravilno kombinirati različna živila. Avtor poudarja, da nobena vrsta mesa ne ustvarja bazičnosti, temveč vedno kislost. Poleg tega ljudje, ki jedo meso, vase podzavestno prevzamejo negativno energijo, ki se razvije med zakolom. Po njegovih besedah je z vidika zdravega prehranjevanja pomembno uživati čim več sveže in nepredelane hrane, saj kuhanje in konzerviranje povečuje kislost hrane. V knjigi boste tudi spoznali, kako fizični, psihološki in duhovni dejavniki vplivajo na bazičnost in kislost vašega telesa. S pomočjo nasvetov v knjigi boste lahko ugotovili, kakšno je kislinsko-bazično stanje vašega organizma in se odločili za ustrezen način ponovnega vzpostavljanja ravnovesja. Vaše telo bo lahko zaživel z novimi življenjskimi močmi.

ALKALIZIRAJTE Z NAJBOLJŠIM

Številni izrazi, s katerimi poimenujemo bolezni, pravzaprav nimajo pravega smisla. Pomembno je le dejstvo, da se skoraj vse bolezni razvijejo zaradi enega samega vzroka-prevelike količine odpadnih kislin, ki nastajajo v tkivih!

Naš organizem deluje tako, da odpadne kisline, ki jih ne more izločiti, ponovno vsrkava iz debelega črevesa, od koder jih preko jeter pošlje nazaj v osrednji krvni obtok in odloži v tkivih. In prav v tkivih odložene odpadne kisline določajo, ali bo naš organizem zdrav ali bolan!

Mnogi ugledni raziskovalci trdijo, da odpadne kisline dejansko napadejo sklepe, tkiva, mišice, organe in žleze, kar vodi do manjših ali večjih sprememb v njihovem delovanju. Posledice zakisanosti so zastrašujoče (to so skoraj vse bolezni od revmatizma, putike, migrene, osteoporoze, bolezni srca in ožilja, možganske kapi, obolenj črevesja, obolenja zob, kronične utrujenosti, slabega razpoloženja do zmanjšane koncentracije itd.).

Težave z zakisanostjo lahko bistveno omilimo z jemanjem izdelka, ki bo izničil nakopičene odpadne kisline v krvi, v limfi ali v tkivih. To je VIVAN, posebna oblika povsem naravnega kalcija, ki je najmočnejši ustvarjalec bazičnega okolja. Dolgo časa je bila skrivnost, kako kalcij pozitivno vpliva na tako številne zdravstvene težave, dokler niso ugotovili, da je to ravno zaradi njegove sposobnosti, da hitro odpravi zakisanost in ustvari bazično okolje.

VIVAN je kalcij, pridobljen na povsem naraven način iz fosiliziranih koral in je najbolj podoben tistemu, ki ga imamo v kosteh in ki ga bodo vaše celice takoj prepoznale in sprejele. **VIVAN** je najboljši in najcenejši kalcij, saj eno pakiranje zadošča za 100 dni jemanja.

Koralni kalcij VIVAN je eden redkih izdelkov, ki ga lahko varno jemljejo vsi: od dojenčkov pa do najstarejših. Ker je povsem naraven, ni stranskih oz. neželenih učinkov. Je brez dodatkov: barvil, sladkorjev, konzervansov in drugih kemikalij. Je edini organski kalcij v ionizirani obliki in po svoji strukturi zelo podoben tistemu, ki ga imamo v svojih kosteh. Naše telo ga zato hitro in skoraj v celoti izkoristi.



NAHRANITE SVOJE KOSTI

ORGANSKI
IONIZIRAN
EDINSTVEN
NARAVEN

NAJHITREJŠA
IN NAJBOLJŠA
ABSORPCIJA

www.sitis.si
SITIS d.o.o.

Jocova 3, Maribor
NAROČILA in INFORMACIJE:
02 / 421 33 33

Pošljemo brez stroškov pakiranja in pošiljanja. V primeru, da z izdelkom ne boste zadovoljni, vam bomo vrnil denar.



Biohrana Kmetija Lipej

Ulica na Livado 9
3240 Šmarje pri Jelšah
Tel.: 031 876 803 (Jože), 040 624 412 (Janez)

Nudimo vam:
veganske omake
čemaž, petersilj, bazilika, rukola v oljčnem olju,
šentjanžvevo olje in paradižnikova omaka

info@biohrana-kmetija-lipej.com

Živalsko krzno pripada živalim

Nošenje krzna je morda potrebno za preživetje in zdravje določenih skupin Inuitov na daljnem severu. Ali lahko trdimo enako za prebivalce Ljubljane ali Maribora? New Yorka ali Pariza? Ne, ne preživetje ne zdravje nista razlog za nošenje krzna v omenjenih mestih. Razlog je moda.

Neverjetno, kako lahko tak trivialen interes pusti za seboj toliko trpljenja in smrti. Vsako leto je več kot 50 milijonov živali ubitih samo za krzno. 45 milijonov jih je vzgojenih na krznarskih farmah, ostale so ujete s pastmi v naravi (Kanada, Aljaska, Rusija), in sicer zlasti polarne lisice, volkovi, risi, tjulnji. 60 % vsega krzna, ki je na voljo na svetovnem trgu, prihaja iz držav EU. V Sloveniji sta po podatkih Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano ter VURS-a trenutno registrirani dve krznarski farmi, na obeh gojijo činčile. V Sloveniji delujejo tudi številne neregistrirane farme, kjer poleg činčil gojijo tudi kunce in lisice, krzna ubitih živali pa lahko v strojarne prodajajo tudi lovci.

Živali na krznarskih farmah živijo v majhnih kletkah, kjer je komaj dovolj prostora, da se žival obrne. Življenje v nenaravnem okolju, kjer živali ne morejo živeti svobodno in svoji vrsti primerno, pušča hude psihološke posledice. Živali so pod stresom, trpijo za depresijami, pojavlja se stereotipija, celo kanibalizem, ki je v naravnem življenjskem okolju za večino vrst povsem neobičajen. Ker rejcem in trgovcem s krznom v ospredju ni dobrobit živali, temveč čim bolj ohranjeno krzno, so tudi načini usmrtilcev taki, da na krznu puščajo čim manj sledi.

Performans neformalne pobude za pravice živali LjudjeZa.org konec leta 2006. Aktivisti so s svojimi telesi simbolno uprizorili odlaganje živalskih trupel.



Urška Breznik, LjudjeZa.org

Pa pogledjmo nekaj najbolj aktualnih trditvev krznarjev:

- Živalim na krznarskih farmah je veliko bolje, kot bi jim bilo v naravnem okolju, saj jim tam grozi izumiranje zaradi lakote, bolezni in kanibalizma.

Tovrstne izjave so v popolnem nasprotju z zdravim razumom in pričajo o popolnem nepoznavanju osnovnih evolucijskih mehanizmov in najnovejših izsledkov etološke znanosti.

- Živalim na krznarskih farmah se dobro godi, saj so nahranjene in zaščitene pred paraziti in boleznimi.

Živali imajo raznolike biološke, socialne in individualne potrebe, zato zgoraj navedeno za izpopolnjeno življenje še zdaleč ne zadostuje. Tako ljudje kot živali imajo temeljno moralno pravico do osebne svobode, fizične integritete in spoštovanja.

- Živali, gojene na farmah, so temu načinu življenja že popolnoma prilagojene in zato ne trpijo, saj drugega načina ne poznajo.

Z enakimi besedami se je pred 200 leti na ameriškem Jugu opravičevalo suženjstvo, ena izmed najhujših oblik izkoriščanja, poniževanja in mučenja. Zaradi koristiljubja ne smemo zagrešiti ali dopustiti krivice.

- Rejci živali na krznarskih farmah so veliki ljubitelji živali, sicer se s tem poklicem ne bi ukvarjali. Gojenje krzna zagotavlja visoke standarde za skrb in zaščito živali.

Rediti živali v kletkah, vsakodnevno gledati njihov brezup in jih nato usmrtiti z lomljenjem vratu, injekcijo cianida v srce, z električnim tokom, kjer gre ena elektroda v ustno odprtino, druga v analno ali vaginalno, z izpostavitvijo zadušitvi s CO ali CO2 zagotovo ne pričajo ne o veliki ljubezni do živali ne o skrbi in zaščiti živali. V ospredju krznarske industrije je izključno dobiček. Živali so obravnavane kot predmeti z uporabno, tržno in minljivo vrednostjo.

- Zaposleni v krznarski stroki so ponosni, da lahko delajo v gospodarski dejavnosti, ki izpolnjuje cilje varstva narave in delujejo v skladu s standardi EU.

Gojiti na milijone živali zgolj z namenom usmrtiti jih, njihova trupla odvreči na smetišča (hrvaško podjetje Chinchilla d.o.o. je samo v šestih mesecih »pridelalo« 10,5 ton činčiljih trupel) in s tem povzročati kontaminacijo podtalnice, ki je še veliko hujša, kadar so živali usmrčene s plini ali strupi (decembra leta 1999 je washingtonski Urad za ekologijo nekega rejca kun zlatič za krzno oglobil za 24.000 dolarjev zaradi kontaminacije lokalne reke), in številne kemikalije, ki se uporabljajo ob predelavi in prezervaciji krzna, že na prvi pogled z varstvom narave nimajo ničesar skupnega.

Če neka gospodarska dejavnost deluje v skladu z EU, še ne pomeni, da je moralno opravičljiva. To velja predvsem za regulative, vzpostavljene v okviru Evropske zveze za rejo živali in Mednarodne federacije za trgovanje s krznom.

V krznarski dejavnosti najde svoj zaslužek in kruh na tisoče ljudi.

Trditve, da je trpljenje živali upravičeno zaradi ekonomske koristi, ki jo imajo od tega ljudje, so nelogične. Denar, ki ga nekdo služi na račun kršitve pravic nekoga drugega, nikoli ne more biti zadostno moralno opravičilo.

Vedno več držav je, v katerih je proizvodnja krzna zakonsko prepovedana. Nastopil je čas, da se jim pridruži tudi Slovenija. Na vsakem izmed nas pa leži odgovornost, da ukroti svoje človeške nagnjenosti k lakomnosti in ravnodušnosti ter odločno stopi v bran šibkim in ranljivim.

Maja Boh je igralka Mestnega gledališča ljubljanskega, ki v letošnji sezoni igra v predstavah Bolje tič v roki kot tat na strehi, Jeklene magnolije in Reci moji hčeri, da sem šla na potovanje. Tisti, ki ne obiskujete gledališča, se je najbrž najbolj spominjate kot Mojco iz televizijske nanizanke Pod eno streho. Poleg igranja, ki je njen poklic, Maja precej časa in dela posveti tudi živalim, ki so ji zelo pri srcu. In to ne samo domače, temveč tudi druge, ki v stiski potrebujejo človekovo pomoč. Maja je tudi članica Društva za osvoboditev živali in njihove pravice.



Maja Boh:

Pretvarjanja lovcev, da skrbijo za živali, ne maram

Koliko časa si že vegetarijanka?

Kolikor mi nese spomin, nikoli nisem bila ljubiteljica mesa. Jedla sem ga čim bolj predelanega in v majhnih količinah. Strogo pa se vegetarijanstva, tudi v ideološkem smislu, držim zadnjih trideset let.

Kako na to gleda tvoja družina?

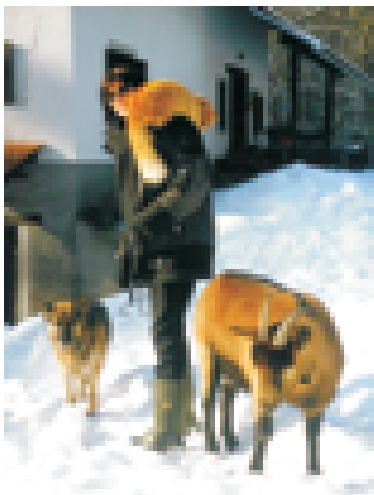
Ko sem bila mlajša, so to mojo navado morali tolerirati, sedaj pa si kdo dostikrat misli svoje, ampak jaz si prav tako. Moj mož in moja družina niso vegetarijanci in navad svojih bližnjih niti ne poskušam spreminjati, lahko jih le osveščam. Vsak mora za to dozoreti sam in pri tem opažam, da moji in tudi veliko drugih ljudi v zrelejših letih nasploh začenjajo opuščati meso.

Ali nosiš obleke oziroma obutev iz usnja in krzna?

Ob pogledu na krzno mi postane slabo, saj pri krznu živali ubijajo zgolj zaradi krzna. Divje živali namreč redijo v nemogočih in neprimernih razmerah, kjer jih brutalno ubijajo in pri tem pazijo, da ne poškodujejo dlak. Do usnja pa imam bolj ambivalenten odnos in priznam, da ga še vedno nosim. Vem, da sem po eni strani dvoledna, in imam zato slabo vest, po drugi pa usnje razumem le kot stranski, odpadni izdelek.

Kako je z izkoriščanjem živali v vašem poklicu?

To je zlo, ki traja že dolgo, se pa v zadnjem času vendarle obrača na bolje. Spominjam se npr. predstave Pupilija iz 70. let, v kateri so na odru zaklali kokoš. Pred časom so predstavo rekonstruirali in na premieri dali publiko na izbiro, ali naj se kokoš zakolje ali ne, in publika je bila proti temu. Na naslednjih uprizoritvah pa so pri omenjenem prizoru uporabili trik, tako da se kokoši v resnici ni zgodilo nič.



Kako gledate na to, da se živali pojavljajo na odru, čeprav z njimi ne ravnajo več grdo? V Ljubljanski drami smo npr. v Alamu na odru videli konja, v Ojdi pu iz Korinta pa goloba.

Ob gledanju kakšne predstave, v kateri so prisotne živali, se vedno malo oddaljim od zgodbe, ker začnem razmišljati o tem, kako se žival na odru počuti. Gotovo ji ni prijetno. Podobno je v filmih, kjer pa si v zadnjem času vseeno ponavadi oddahnem, ko po koncu filma preberem napis, da med snemanjem ni bila mučena nobena žival. V teh občutjih gotovo nisem edina.

Kaj pa če bi vam ponudili vlogo osebe, ki bi morala na odru jesti meso?

V gledališču se da tako rekoč za vse uporabiti nadomestne trike, kar je tudi njegov čar. Težje je pred kamero, saj slednja vse ujame. Takšne izkušnje na

srečo še nimam, če bi pa se to zgodilo, bi vlogo zagotovo odklonila. Prav tako ne bi nikoli snemala reklame za mesne izdelke. Mislim, da igralec ne sme biti le tržni material, temveč mora imeti neko etično stališče, zlasti ker ima določen vpliv na gledalce.

Se vam kot igralki zdi, da je malo predstav na temo odnosa do živali, ki bi morda lahko vplivale na občinstvo?

Pravzaprav jih sploh ni. Namen umetnosti ni poučevati. Dobro predstavo je nemogoče narediti zgolj iz didaktične osnove. To je morda dobro uspelo ustvarjalcem filma Babe, saj se je v letu po njegovem predvajanju v Kanadi poraba svinjskega mesa med otroki neverjetno zmanjšala. Sama imam že nekaj časa v mislih pripravo igrice na temo živali in odnosa do njih, ki bi jo uprizarjala po šolah, a se je zaenkrat še nisem lotila.

Si članica Društva za zaščito živali Ljubljana. S čim natančno se društvo ukvarja?

Smo društvo, ki razen donacij nima nobenih dohodkov in je odvisno od prostovoljnega dela in prispevkov dobrih ljudi. Kljub težkim razmeram pomaga v zelo konkretnih primerih, ko je treba reševati živali v nesrečnih situacijah, prav tako osveščamo glede sterilizacij in kastracij, nameščanja živali v azile, izobražujemo na t.i. stojnicah, seznanjamo mimoidoče o pomembnosti odnosa ljudi do živali. Počasi, počasi spreminjamo svet. Številka dežurnega telefona je 041-751-722, naš naslov pa je: DZZŽ Ljubljana, p.p. 4733, 1001 Ljubljana. Elektronski naslov pa se glasi: dzzz@lj.si.

S tem, da skrbijo za živali, se hvalijo tudi lovci. Se ti zdi, da upravičeno?

Lovcev in njihovega pretvarjanja, da skrbijo za živali, ne maram. Njihovo početje se mi zdi perverzno. Narava je že prej, ko jih še ni bilo, sama skrbela zase. Če jo kdo uničuje, so to ljudje in ne živali. Zato v lovcih vidim predvsem njihovo ubijalsko plat. So kot ostrostrelci v Sarajevu.

Imaš doma kakšno žival?

Ja, psa Meda. Pravzaprav nimam le jaz njega, ampak imava drug drugega. Vidiš, kako smo ljudje sebični in rečemo, da imamo živali. Poleg Meda "imam" doma še devet mačk, oskrbujem pa tudi okoli trideset drugih, ki sem jih oddala na kmetije dobrim ljudem in se zavezala, da jim bom dostavljala hrano ter jim dajala občutek ljubezni in topline.

Domen Retelj



Živinoreja in klimatski zlom

V medijih beremo alarmantne naslove ali podnaslove, kot npr.: Se bo Nizozemska utopila v morju?, Arktika brez ledu, V desetih letih se bo morje dvignilo za pol metra in zalilo Sečovlje, Portorož in Tartinijev trg v Piranu, Koper pa bo le še otok, Rekordno topla jesen prihodnjč bo še topleje, Burno o podnebnih spremembah, Podnebnih sprememb se ne da več ustaviti, Begunci pred klimo in podobno.

Klima se zelo hitro slabša

Nesporno je, da se klima spreminja. Ozračje se zaradi povišanih koncentracij toplogrednih plinov segreva, hkrati se segrevajo oceani in topi led na obeh polih. Napovedi so črnoglede. Ekstremni vremenski pojavi oz. suše, poplave, orkani ... bodo vedno pogostejši in močnejši. Gladina morja se bo drastično dvignila, kar velja tudi za povprečno temperaturo. Reke beguncev bodo preplavile svet, voda bo postala zelo redka dobrina, dostop do hrane za mnoge omejen, naraščale bodo bolezni, število ogroženih živalskih in rastlinskih vrst narašča ... Obstoj mnogih držav bo ogrožen, podnebne spremembe pa so že sedaj del nacionalne varnosti. Po črnem scenariju se bo do leta 2040 stopil arktični led, morje se bo dvignilo za sedem metrov, naših obalnih mest ne bo več, že v desetih letih se bo morje dvignilo za pol metra in zalilo Sečovlje, Portorož in Tartinijev trg v Piranu, Koper pa bo le še otok. Mnoga svetovna mesta bodo izginila iz zemljevida... Kaj vse sploh čaka človeštvo, si državljan težko zamisli-mogoče pa je to podrobno opisano v kakšnih tajnih državnih dokumentih. Orkan Kyril, ki je pustošil po Evropi v sredini januarja 2007, je verjetno bil vetrček v primerjavi s tem, kar bo v doglednem času še sledilo.

Podnebne spremembe naj bi se dogajale celo hitreje, kot so sprva predvidevali. Če so še ob koncu prejšnjega stoletja zatrjevali, da se bo ozračje za 2 stopinji segrelo do leta 2100, zadnje meritve kažejo, da naj bi se to zgodilo že čez 20 let. Ker pa se spremembe dogajajo hitreje, kot znanstveniki mislijo, pa se lahko zgodi, da se ozračje ne bo segrelo za 2 stopinji čez 20 let, temveč že prej ali pa segrevanje ne bo za 2 stopinji, temveč 5, 10 ali več. Zelo verjetno je, da bodo napačne napovedi mnoge stale premoženja ali celo življenja, družbeni sistem pa bo že prej močno ogrožen.

Živinoreja najbolj uničuje podnebje

V znanosti je doseženo soglasje, da je človekov vpliv onesnaženje s toplogrednimi plini-v zadnjih nekaj desetletjih ključni dejavnik segrevanja ozračja. Človek je torej tisti, ki je s svojo napačno razvojno potjo uničil podnebje in naravo. Mnogi krivijo za segrevanje ozračja promet, energetiko, preveliko potrošnjo in podobno. Nesporno je, da imajo te dejavnosti pomemben delež pri klimatskem kolapsu, vendar pa te dejavnosti niso najbolj bistvene. Kar se je ves čas skrivalo, je sedaj prišlo na dan. Glavni uničevalec podnebja, in ne samo njega, temveč tudi okolja, je živinoreja. Resnica slej ali prej pride na svetlo. Ta je v tem primeru prišla na svetlo v obliki poročila Organizacije združenih narodov za prehrano in kmetijstvo (FAO), kjer je navedeno, da ustvarja živinoreja več emisij toplogrednih plinov, računano na CO2 ekvivalent (18%), kot promet, poleg tega pa je tudi glavni vzrok degradacije zemlje in vode. Marsikdo bo rekel, da 18% ni velika številka, vendar pa je ta številka verjetno bistveno večja, saj država s refinjenimi metodami zmanjšuje pomen živinorejskega sektorja.

Biblijski ponaredek duhovniške kaste, ki je spremenil zgodovino in je usoden za živali:

«Vse živali zemlje in vse ptice neba naj se vas bojijo in trepetajo pred vami. Tudi vse, kar se giblje po zemlji, in vse ribe morja, vse to bodi v vaši oblasti.» (1 Mz 9,1-2)

Tako npr. prevoze živali šteje v sektor promet in ne živinoreje, verjetno tudi emisije toplogrednih plinov, ki jih ustvari mesno-predelovalna industrija niso vštete v sektor živinoreje, temveč drugam, kar verjetno velja še za kaj drugega. Tako živinoreja kot z njo povezane dejavnosti (prevoz živih živali in mesa oz. izdelkov iz mesa, kot tudi mleka, sira in drugih mlečnih izdelkov, mesno-mlečna predelava ...), dajejo bistveno večji procent emisij toplogrednih plinov, kot to izhaja iz uradnih statistik. Če ne bi bilo živinoreje, je vprašanje, ali bi bile emisije toplogrednih plinov iz drugih sektorjev sploh bistvene za podnebje oz. koliko bi jih sploh bilo. V tem smislu je zelo pomenljiva izjava britanskega fizika Alana Calverda, objavljena v Physic World, kjer je rekel: „Če bi vsi ljudje postali vegetarijanci, bi lahko nadzorovali globalno segrevanje“. Omenjeni fizik je torej jasno začrtal pot, po kateri naj bi šlo človeštvo, da se reši-če je to sploh še mogoče. Seveda pa so bili že pred Calverdom mnogi znani ljudje, ki so opozarjali na veliko nevarnost živinoreje oz. uživanja mesa. Če bi ljudje poslušali Einsteina, ki je rekel, da nič ne bo tako zvišalo možnosti preživetja na Zemlji kot korak k vegetarijanski prehrani oz. bi sledili zapovedi Ne ubijaj, problema klimatskega zloma najverjetneje ne bi bilo.

Kje so temelji klimatskega zloma?

Enega izmed bistvenih temeljev tega zloma je med drugim postavila cerkev, ki dopušča zlorabo narave in živali. Podvrzite si zemljo, kar piše v Bibliji, cerkev tolmači tako, da je človek gospodar Zemlje in lahko dela, kar hoče. Tudi za živali velja podobno - so prepuščene na milost in nemilost človeku. V svojem katekizmu Rimskokatoliška cerkev izrecno dovoljuje pomore živali za hrano, lov, poskuse na živalih in podobno. Cerkev se ne zoperstavi brutalnemu uničevanju narave in živali, ki že dolgo teče na Zemlji. Papeža ali njegovih kardinalov ni mogoče najti v organizacijah, ki se borijo proti uničevanju narave in ubijanju živali. Jih je pa najti na drugi strani, kjer veselo paktirajo s tistimi, ki tako ali drugače uničujejo naravo in živali. In na račun uničevanja Zemlje kujejo dobiček. Slej ali prej bo prišlo na dan, koliko svojega neizmernega bogastva, premoženje Rimskokatoliške cerkve pa verjetno znaša mnogo več kot 1.000 milijard evrov (slov. letni državni proračun okoli 8 milijard evrov), si je pridobila z deleži v industriji, ki jim ni mar za okolje. Papež, ki je po katoliškem nauku usmerjevalec zemeljske oble, očitno vodi Zemljo v propad - podnebje se slabša, vojne so na tekočem traku, naravnih katastrof je vedno več, da se ne omenja milijarde in milijarde pobitih živali. Namesto, da bi bil papež vegan, kar bi glede na zapoved Ne ubijaj, ki jo uči, očitno samo uči, je pa ne izvršuje, že od vsega začetka moral biti, usmerja Zemljo v kolaps. Kmalu bodo oceani polni krvi nedolžnih živali, verjetno pa tudi ljudi. Cerkev, ki že od vsega svojega začetka podpira živinorejo, ta pa je glavni uničevalec podnebja in okolja, je tako skozi stoletja in tisočletja postavila enega izmed glavnih duhovnih temeljev klimatskega zloma.

Miselnost, ki vlada na krščanskem zahodu, je po cerkveni zaslugi prežeta s sovraštvom do živali. Večino otrok se na krščanskem zahodu bolj ali manj vzgaja v tem sovraštvu in ob drugem sovraštvu, ki izhaja iz cerkvenega nauka, to pri mnogih vodi v vsesplošen sovražni odnos do narave, drugače mislečih in verujočih ter podobno. Kar se Janezek nauči, to Janezek zna. Tudi državniki. Večina njih je prežeta s krvavo cerkveno ideologijo, ki ne spoštuje življenja, niti človeškega, še manj pa živalskega oz. rastlinskega. Moderna pravna država temelji na krvavi stari zavezi. Če je prišlo v nekaterih državah do ločitve države in cerkve na formalni ravni, bi lahko z lučjo iskali državo, kjer se je to zgodilo na

vsebinski ravni. Vsepovsod je kri živih bitij bolj ali manj eden izmed bistvenih temeljev države. V vatikanski ideologiji je uživanje mesa ena izmed glavnih dolžnosti, masovna živinoreja neproblematična in kolaps je slej ali prej tukaj. Prekletstva vegetarijancev cerkev še ni preklicala.

Kaj dela politika?

Čeprav je na vidiku klimatski zlom z neslutnimi posledicami, vladajoča politična elita bolj ali manj spi. Tudi sedaj ne dojemata resnosti trenutka, kot ga ni dojela v preteklosti, ko je bila opozorjena na meje rasti. Ali pa ga dojemata in je propad ne zanima. Že Dennis Meadows je leta 1972 v svoji knjigi Meje rasti predvideval, da bo najpozneje leta 2030 nastopil kolaps, če bo človeštvo še naprej ropalo planet kot doslej. Leta 1999 pa je zapisal, da je prišel do zaključka, in to na podlagi prevladujočih političnih, ekonomskih in kulturnih predstav, da ni mogoče več preprečiti zloma. Meadows pri tem ni bil osamljen.

Kaj dela politika? Kot enega glavnih krivcev za podnebne spremembe krivi promet in slej ali prej bo na tem področju z vedno bolj rigoroznimi ukrepi posegla v življenje ljudi. Verjetno je, da bo najbolj omejila vsakdanje človekove aktivnosti, ki pa niso najbolj bistvenega pomena za emisije toplogrednih plinov. Tisto, kar je najpomembnejše, to je živinoreja, pa bolj ali manj pušča pri miru. Planira celo povečano proizvodnjo mesa in mleka, torej še večje uničevanje podnebja in okolja ter še več bolezni. Politika očitno živi v preteklosti. Toda to ne pomeni, da ne bo nosila soodgovornosti za propad, če bo oz. ko bo ta prišel. Kako bo predsednik vlade reagiral, če se bodo pred njim npr. v letu 2015 pojavili predstavniki nekega

obmorskega mesta in zahtevali, da prepreči potop tega mesta, ki bo sledil zaradi dviga gladine morja? Imel pa bo prazno blagajno, ker bo moral med drugim plačevati velike vsote za zdravljenje civilizacijskih bolezni, ki jih povzročata meso? Pa tudi vremenske napovedi za gradnjo nasipov bodo črnoglede. Orkani se bodo vrstili drug za drugim, še kakšna rekordna suša in potres se bosta pojavila, epidemije bolezni pa se ne bodo ustavile. Državna represija se seveda ne bo zmanjšala, saj bo ogrožen nacionalni interes, bolje rečeno: interes vladajočih za nadaljnje vladanje in izkoriščanje ljudi in živali ter uničevanje narave. Politika veliko govori, toda kakšna so njena dejanja. Po dejanjih jih boste spoznali. Nekateri politiki so v glavnem tiho, nekateri pa so sklenili Kjotski sporazum in govorijo o zmanjšanju emisij toplogrednih plinov za nekaj odstotkov in to v nekem prihodnjem obdobju. Nekaj odstotkov - kot da bi se šalili! Politika je uvedla celo emisijske kupone, s katerimi bi rada zmanjšala emisije toplogrednih plinov, vendar pa bodo ti kuponi, tako menijo nekateri, bogate naredili še bolj bogate in reveže še bolj revne, uničevanje podnebja pa se bo nadaljevalo. Ali so emisijski kuponi tudi za živinorejo? Namesto da bi država močno povečala subvencije neživinorejskemu sektorju in uvedbi sončne energije, kar vse bi bilo v korist ljudem, planira povečanje proizvodnje mesa in govori celo o gradnji novih nukleark. Kako bo npr. hladila nove nuklearke, če bodo velike suše, pa ne pove. Vegetarijanstvo oz. veganstvo in sončna energija sta »siamska dvojčka«. Seveda sončna energija za vladajočo ideologijo ni sprejemljiva alternativa, ker spodkopava njeno moč, saj omogoča bistveno večjo neodvisnost ljudi, kot pa nafta ali podobni energenti. Politika ni nekaj imaginarnega, to so ljudje, ki so med nami. Pogledati je potrebno samo v kakšen uradni list, TV ter podobno in vidi se, kdo je kdo ter kaj dela.

Ali se želi (namerno) uničiti Zemljo?

Čeprav je znano, da je živinoreja eden največjih uničevalcev okolja in glavni uničevalec podnebja, pa se planira povečanje proizvodnje mesa na 465 milijonov ton do leta 2050 (leta 1999/2001 229 milijona ton) in proizvodnja mleka s 580 na 1043 milijonov ton. Namesto da bi država delovala na tem, da bi ljudje čim prej postali vegetarijanci oz. vegani in bi na vsakem koraku propagirala vegetarijansko oz. vegansko prehrano, jo subvencionirala in vse splošno podpirala, planira celo povečanje proizvodnje mesa in mleka, torej živil, ki s svojo generalno škodljivostjo ne uničujeta samo okolja oz. podnebja, temveč tudi

povzročata veliko število raznih bolezni. In seveda nepredstavljivo trpljenje zlorabljenih in mučenih živali, ki prisilno sodelujejo v tej blazni produkciji uničevanja življenja. Meso, za katerega je mogoče reči, da je artikel z najmočnejšim negativnim predznakom v zgodovini, saj je krivo za smrt tisoče milijard živali in stotine milijonov ljudi, pri čemer se sploh ne omenja deleža mesa pri uničevanju zemlje, vode, zraka, podnebja in podobno. Za meso bi bilo mogoče reči, da je množični morilec. Ali pa: meso je orožje za množično uničevanje narave in ubijanje živih bitij.

Seveda skorajda ni mogoče, da bi človeštvo doseglo produkcijo mesa v višini 465 milijonov ton leta 2050, ker je vprašanje, kakšno bo takrat sploh stanje na Zemlji - ni pozabiti, da se podnebne spremembe dogajajo hitreje, kot se predvideva in da jih ni mogoče preprečiti. Že daleč pred tem letom bo verjetno doseženo stanje, ko bo meso mogoče dobiti samo še kje pod pultom, tako kot danes drogo.



Odgovornost ljudi

Ob vsem tem si je potrebno biti na jasnem, da živinoreja obstaja zato, ker ljudje jedo meso in pijejo mleko. Vsakdo, ki uživa meso oz. pije mleko, bi se moral zavedati, da s tem ne škoduje le sebi, temveč je tudi soodgovoren za škodo v naravi, neizmerno trpljenje živali, lakoto v tretjem svetu in podnebne spremembe. Daje naročilo za klanje živih bitij, če je meso. Soudeležen je v trpljenju, žalosti in solzah živali. Kar seješ, to žanješ. Očitno se je žetev že začela. Ali je borba za živali iskrena, če se še uživa meso?

Obstaja samo ena rešitev v korist nas samih in našega planeta:

»Ljudje, ne jejte mesa in ne pijte mleka!«

Čim prej, tem bolje. Čim prej se je potrebno ločiti od krvave cerkvene ideologije in zažveti zapoved Ne ubijaj.

Vlado Began

»Uživanje mesa je ostanek največje surovosti; prehod k vegetarijanstvu je prva in najbolj naravna posledica razsvetljenstva.« (Lev Tolstoj)

Vlado Began je tudi varuh pravic živali pri Društvu za osvoboditev živali in njihove pravice.

Kako lahko jaz pomagam živalim?

Pišite ministru za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano na naslov: gp.mkgp@gov.si in mu posredujte svoje pobude glede vegetarijanske hrane.

Tudi ribe občutijo bolečino

Čeprav se morda zdi očitno, da ribe lahko občutijo bolečino kot vse ostale živali, nekateri ljudje še vedno gledajo nanje kot na »plavajočo zelenjavo«. Dejansko pa so ribe, kar se tiče zmožnosti občutenja bolečine, enake psom, mačkam in vsem drugim živalim.

Dr. Donald Broom, znanstveni svetovalec za britansko vlado, razlaga: »Znanstvena literatura je zelo jasna. Gledano anatomsko, psihološko in biološko je bolečinski sistem v ribah dejansko enak kot pri pticah in drugih živalih.« Nevrobiologi so resnično že spoznali, da imajo ribe živčni sistem, ki zaznava in se odziva na bolečino. Vsak študent biologije ve, da imajo ribe živce in možgane, ki zaznavajo bolečino, kot vse ostale živali. Znanstveniki nam kažejo, da so možgani in živčni sistem rib zares zelo podobni našim. Primer: tako kot »višji vretenčarji« imajo tudi ribe živčne prenašalce, kot so endorfini za lajšanje trpljenja. Edini razlog, da njihov živčni sistem proizvaja te lajšalne snovi, je seveda prav lajšanje bolečin. Trditev, da ribe ne trpijo, zveni intelektualno in znanstveno podobno kot trditev, da je Zemlja ploščata.

Zanimivo je, da so znanstveniki naredili podroben zemljevid bolečinskih receptorjev v ustih rib in na celem njihovem telesu. Skupina raziskovalcev na univerzi v Guelphu v Kanadi je pred kratkim pregledala znanstveno gradivo o bolečinah in inteligenci rib. Njihov zaključek je bil, da ribe občutijo bolečino, kar naj bi upoštevali v dobrobit rib. Dr. Lynne Sneddon, znanstvenik biologije rib v Veliki Britaniji, razlaga: »To je pravzaprav moralno vprašanje. Je vaše ribarjenje pomembnejše od bolečine rib?«

Znanstveniki na univerzi v Edinburghu in na inštitutu Roslin v Veliki Britaniji poročajo, da je odziv rib na bolečine tudi čustveni stres in zibajoče gibanje, ki je presenetljivo podobno gibanju ob stresu pri višje razvitih vretenčarjih, kot so sesalci. Raziskovalna skupina je zaključila, da ribe nedvomno doživljajo bolečino enako kot sesalci: psihično in psihološko. Študija znanstvenikov na Kraljevi univerzi v Belfastu je dokazala, da se ribe naučijo izogibati bolečinam kot druge živali. Rebecca Dunlop, ena od raziskovalcev, je dejala: »Ta študija dokazuje, da izogibanje bolečinam pri ribah ne deluje kot reakcija na dražljaj, ampak je to naučeno in zapomnjeno dejanje, ki se spreminja glede na različne okoliščine. Če ribe zaznavajo bolečino, potem ribarjenje ne more več veljati za šport brez krutosti.«

Prav tako kot velja za živali, ki jih imamo za inteligentne in zanimive

Kako lahko jaz pomagam živalim?

Sporočite nam, če poznate kakšnega bivšega ribiča, ki je opustil ubijanje zaradi ljubezni do živali.

posameznike z razumom in zmožnostjo učenja, velja tudi za ribe, da lahko trpijo zaradi strahu ali slutnje pred fizično bolečino. Raziskovalci iz različnih univerz v Ameriki so izdali raziskavo, ki kaže, da nekatere ribe uporabljajo zvok za sporočanje svoje stiske, ko spustijo mreže v njihove bazene, ali so drugače ogrožene. V drugi študiji je raziskovalec William Tavolga odkril, da so ribe zakrulile, ko so dobile elektrošok. Poleg tega so ribe pričele kruliti takoj, ko so zagledale elektrodo, jasno zaradi slutnje trpljenja, ki jim ga je povzročal Tavolga.

Dr. Michael Fox, doktor veterinarske medicine pravi: »Čeprav ribe ne kričijo (s človeku slišnimi glasovi), ko trpijo bolečine in muke, bi moralo njihovo obnašanje biti zadosten dokaz, da trpijo, ko jih ulovijo na trnek ali v mrežo. Borijo se in si prizadevajo uiti, s tem pa jasno kažejo, da imajo voljo do preživetja.«

Kar se dogaja ribam, preden končajo na vaših krožnikih, ni nič manj okrutno od mučenja drugih živali, pa naj gre za gojene ribe ali tiste, ki jih potegnejo iz morja. Takšno ravnanje z ribami bi bilo zagotovo označeno za zločin, če bi šlo za druge živali, ki bi bile mučene na enako grozljiv način.

Dr. Tom Hopkins, profesor pomorstva na univerzi v Alabami pravi, da je bolečina, ki jo občuti riba, nataknjena na trnek, kot »vrtanje pri zobozdravniku v nezaščitena območja brez anestetika«.

Dr. Theresa Burt Perera, univerza v Oxfordu: »Odkrivamo, da so ribe zelo sposobne učenja in pomnjenja in posedujejo vrsto poznavalnih spretnosti, ki bi marsikoga presenetile.«

Vir: www.nofishing.net/

Britanska vlada priporoča vegansko prehranjevanje!

Britanski minister za okolje Ben Bradshaw napoveduje, da bo Velika Britanija morala, v primeru, da klimatske spremembe uidejo z vajeti, omejiti proizvodnjo živalskih izdelkov, kot so goveje meso in perutnina ter mlečne izdelke, kot sta mleko in sir.

Bradshaw je poudaril, da je na živinoreji temelječa proizvodnja hrane povzročila prav toliko škode, kot njen prevoz in skladiščenje. Na novi vladni spletni strani

<http://www.direct.gov.uk/en/Environmentandgreenerliving/Greenerfoodanddrink/DG064434> je svetoval kupcem, naj planetu pomagajo tako, da se izogibajo mesnim in mlečnim izdelkom.

Vlada svetuje: zmanjšajte količino mesa in mlečnih izdelkov v vaši prehrani

Britanska vlada je postavila novo spletno stran, na kateri poudarjajo, kako hrana, ki jo jemo, vpliva na klimatske spremembe. Britanska vlada trdi: »Proizvodnja mesa in mlečnih izdelkov ima veliko večji vpliv na klimatske spremembe in druge naravne katastrofe, kot proizvodnja večine žitaric, stročnic, sadja in zelenjave.« Pravi tudi: »Veliko ljudi bi lahko imelo korist od prehranjevanja z večjimi količinami sadja in zelenjave ter manjšega vnosa nasičenih maščob v vsakdanje obroke.« Rosamund Raha, vodilni informator Veganskega združenja pravi: »Zelo sem zadovoljen, da je vlada končno priznala, kolikšno škodo povzroča prehranjevanje z mesnimi in mlečnimi izdelki.«



Je vaše ribarjenje pomembnejše od bolečine rib?



Janez Drnovšek o vegetarijanstvu in živalih

V svoji knjigi »Misli o življenju in zavedanju« je predsednik države dr. Janez Drnovšek namenil kar precej vrstic tudi odnosu človeka do živali. Objavljamo nekaj njegovih misli o vegetarijanstvu in živalih.

Imajo živali zavest? Imajo. Človek jo ima in živali prav tako. Saj vidimo, da imajo živali občutke, podobne človeškim. Vesele so, žalostne so, prijazne so. Tudi živali trpijo. Pravimo, da so živali na nižji ravni zavesti kot človek, ker so manj razumne. Je to res? Je človeška inteligenca merilo ravni zavesti? To ne drži. Raven zavesti ni odvisna od razuma. Človeški razum pogosto znižuje raven zavesti. Preračunava, tehta, načrtuje, razmišlja, kaj je boljše za nas in kaj ni. V tem je dober. Živali imajo bolj omejene fizične izkušnje in vzorce obnašanja. Imajo pa razvitejšo intuicijo in ji sledijo bolje kot mi. Pravzaprav sledijo svoji intuiciji, in ne razumu kot ljudje. Zato jih imamo za manjvredna živa bitja, ubijamo jih, mučimo in se z njimi prehranjujemo. V resnici pa se živali bolj zavedajo trenutka bivanja kot človek. Misli jim ne begajo naprej in nazaj v času kakor človeku. Ne bremenijo jih depresija, stres, jeza, niso polne napuha in pohlepa. (...)

Človek, ki uživa živalsko hrano, znižuje svojo energijo pod raven, ki bi jo potreboval za preskok v življenje v boljšem, višjem energijskem svetu in na višji zavestni ravni. Živalska hrana nam znižuje energijsko raven in je vzrok številnim boleznim. Tudi to ni res, da mesa ne bi mogli nadomestiti z rastlinsko hrano. Človek je bil najprej rastlinojdec, nato je postal mesojdec. Človeštvo bi lahko brez težav pridelalo dovolj rastlinske hrane za preživetje. V prihodnosti bo to tudi storilo. (...)

Tudi živali so živa bitja, imajo občutke. Kljub temu pa jih pogosto obravnavamo, kakor da smo brez občutkov mi.

Vprašamo se lahko, zakaj religije ne predpisujejo rastlinske hrane. Saj naj bi težile k vzpostavljanju višje zavesti pri ljudeh, vernikih. Krščanstvo je v petem stoletju celo izobčilo vegetarijance. Odgovor je treba spet iskati pri človeku in njegovi, takrat pogosto še nizki zavesti.

Človek je interpretiral Kristusa, apostole in njihove nauke. Človek je zapisal Biblijo. Človek je razlagal Biblijo. In človek je želel jesti meso. In če hočemo, lahko tudi v Bibliji najdemo citat, ki upravičuje rastlinsko hrano. 1 Mz: »Bog je rekel: Glejta, dajem vama vse zelenje s semenom, ki raste po vsej zemlji, in vse sadno drevje, katerega sadje nosi seme. Naj vama bo v hrano.« Nič pa ni rekel o živalski hrani. (...)

Tudi živali so živa bitja, imajo občutke. Kljub temu pa jih pogosto obravnavamo, kakor da smo brez občutkov mi. Z njimi delamo kot z neživim blagom in niti ne pomislimo, da bi bilo s tem lahko kaj narobe. Kako je to mogoče. Ne zavedamo se dovolj svojega početja. Če bi se, tega ne bi počeli. Sledimo uveljavljenim vzorcem obnašanja, ki jih sprejemamo za normalne, ne da bi o njih sploh razmišljali. Ne pomislimo, da je naš krzneni plašč prej krasil neko žival, ki je morala trpeti in umreti, da se z njeno kožo sedaj ponašamo mi. Ko imamo na krožniku pred sabo zrezek, ne pomislimo, da je bil še pred kratkim del žive krave ali teleta, ki so ju nagnali na tovornjake, nato pa, v vročini in brez vode, odpeljali v klavnico, kjer so ju nič kaj nežno zvelkli dol in zaklali. Dober tek.

Lov povečuje konflikte med medvedi in človekom

V devetdesetih letih prejšnjega stoletja so v Združenih državah Amerike in Kanadi izvedli zanimivo študijo glede populacije črnih medvedov. Želeli so ugotoviti dejavnike, ki zmanjšujejo konfliktno situacijo človeka z medvedom. Prva hipoteza je bil lov. V nekaterih zveznih državah so zato povečali število odstrelav medvedov. Druga hipoteza je bil program izobraževanja prebivalcev o pravilnem ravnanju z medvedi, sobivanju z njim, kje se ne sme odlagati odpadkov od hrane... Ta izobraževalni program je potekal v najbolj znanih nacionalnih parkih.

Rezultat večletne raziskave?

V vseh zveznih državah Virginia, Pennsylvania, New York, Ontario in Minnesota, kjer so povečali odstrel medvedov, se je število konfliktov med medvedi in človekom povečalo. Mnogi so pričakovali, da bo zaradi večjega odstrela manj konfliktov, vendar se je zgodilo ravno obratno.

V vseh nacionalnih parkih Yellowstone, Yosemite, Great Smoky, Juneau Alaska, Elliot Lake, Nevada (Lake Tahoe Basin), New Jersey, kjer so uvedli program izobraževanja ljudi o sobivanju z medvedi, se je število konfliktov med medvedi in človekom drastično zmanjšalo. V parku Great Smoky leta 1991 niso zabeležili niti enega konflikta med medvedov in človekom.

Vir: <http://www.savenjbears.com/Bear%20presentation%20final%20report-v3.pdf>

Lov povečuje število rojstev živali

Objavljamo dokazno gradivo o tem, kako je ubijanje košut v rezervatu Watchung, ZDA, vplivalo na povečanje števila rojstev teh živali.

Lov v tem rezervatu je bil prepovedan skoraj celo stoletje in v nelovnem času je bilo največ sto jelenov na tem območju. Nikoli ni število jelenov preseglo stotice.

Od leta 1993 je lov v rezervatu Watchung dovoljen. V obdobju 1993/2001 so lovci v rezervatu ubili ali ranili več kot tisoč jelenov. Leta 1994 je bilo v rezervatu, ki meri 4600 akrov, natanko 139 jelenov. Prešteli so jih s posebno infrardečo napravo iz zraka.

Kako je možno, da je v času lova v samo devetih letih (1993/2001) števila nenadoma narasla na preko sto jelenov? Saj so jih v teh devetih letih vendarle več kot tisoč pobili, morda na stotine pa jih je zaradi strahu pred lovci zbežalo iz rezervata na sosednje območje.

Lovci so ubijali predvsem opljene samice in potem so iz njihove maternice potegnili fetus. V prvem letu so ubite samice nosile samo en fetus. Ob koncu drugega lovnega leta je 57 % opljenih samic, ki so jih ubili, nosilo dva ali celo tri fetuse. Po tretjem letu so v maternici ubitih košut v 60 % primerih našli dva fetusa, 8 % ubitih košut je nosilo tri fetuse. V naslednjih letih so praktično v vseh ubitih, opljenih košutah našli dva ali tri fetuse. Zakaj se je to zgodilo? Razlog je preprost. Lov je v košutah povzročil strah pred izumrtjem vrste. Odzvale so se tako, da so rojevale več mladičev in to celo izven sezone parjenja. Ubijanje živali, samcev ali samic, torej ne vodi do zmanjšanja števila živali, pač pa ravno nasprotno. Število živali se poveča.

Vir: <http://www.honorandnonviolence.com/anatomy.html>

Cerkev, oblast in lovski lobi - koalicija smrti za živali

Na bavarskem upravnem sodišču je 7.12.2006 šlo za dve pomembni vprašanji, potem ko sta dva prijatelja živali vložila tožbeni predlog za mirovanje lova na njunih posestvih. Prvič: ali se sme prijatelje živali, ki so to iz etičnih razlogov in razlogov vesti, prisiliti, da ubijajo živali na svojih lastnih posestvih? Drugič: ko se je izvedelo, da sta dva od treh poklicnih sodnikov lovca, ali lahko v tem tožbenem predlogu objektivno presodita? »To je dobesedno klic po najvišji sodni presoji.« Medtem ko je predsedujoči sodnik Schaefer izgovarjal te besede, divji prašič, ki je ležal na vozičku pred stavbo sodišča, že dolgo ni mogel več vpiti, ker ga je ustrelil lovec.

Ustreljen divji prašič pred stavbo sodišča

Divjega prašiča, krasno žival, težko približno 200 kg, so predzadno noč v popolnem mraku ustrelili v trebuh. Smrtno ranjena žival se je zavlekla v privatni revir predlagateljev mirovanja lova na posestvu Terra Nova pri Würzburgu, kjer je končala po urah hudega trpljenja. Našli so jo šele naslednjega dne. Prijatelji živali kmetje so jo enostavno vzeli s seboj na sodni proces kot jasen primer, zakaj so predlagali mirovanje lova v svojem revirju in tudi šli na sodišče.

Vprašanje sodniku: Ali je kdo od vas lovec?

Ustreljena divja svinja pa tega dopoldneva ni bila edino presenečenje. Za drugo je poskrbel odvetnik tožiteljev, dr. Christian Sailer, ko je vprašal sodnike, če je kdo od njih lovec. Kajti tisti, ki se sam ukvarja z lovom, bi težko objektivno odločil o zahtevi miroljubnih kmetov, da jih na njihovem lastnem zemljišču ne silijo več v lov. Ko so se sodniki obotavljali z odgovorom na to vprašanje, jih je Sailer iz previdnosti izključil zaradi pristranskosti.

Predsedujoči sodnik Schaefer je lovec-izključitev zaradi pristranskosti

Ko je bil zahtevek zavrnjen, je odvetnik izstrelil, da ve, da je predsedujoči sodnik Schaefer lovec in da ga konkretno zato izključuje zaradi pristranskosti. Sodnik je zastal, se nekaj obotavljal, ni pa hotel priznati. »Očitno je žaljivo, če nekoga imenujejo lovec,« je nato menil eden od gledalcev. Po kratkem posvetovanju je sodišče zavrnilo tudi drugi zahtevek glede pristranskosti.

Odvetnik in tožitelji zapustijo sodno dvorano

Zdaj pa je prišel naslednji zadetek, na katerega ni računal nihče: Odvetnik in tožitelji so protestno zapustili sodno dvorano! Dr. Christian Sailer je pojasnil, da te obravnave ni moč jemati resno, odločitev je očitno padla že davno. Da se v takšnih okoliščinah ne da več računati z resno razpravo. Zato se mora razprava odviti brez odvetnika in tožiteljev. Skupaj s tožitelji je dvorano zapustilo tudi okrog 100 prijateljev živali, ki so prej napeto čakali na začetek pravne premiere: prvič v Nemčiji se lastniku zemljišča, ki je lastnik lovskega revirja, poskuša odtegniti uraden prisilni lov.

Prvič v Nemčiji: lastnik lovskega revirja se pritoži nad uradno prisilo lova

V Nemčiji se sicer sme odkloniti vojaška služba z orožjem, ne pa vojaška služba na poljih in livadah proti nemočnim bitjem. Tako sme muslimanski mesar, sklicujoč se na svojo vero, klati živali, ki so pri polni zavesti, kot je ugotovilo zvezno ustavno sodišče šele nekaj dni pred tem procesom. Miroljuben človek pa ne sme, sklicevaje se na svojo vest in vero, odkloniti, da žival ubije ali jo pusti mučiti-če

razpolaga z zemljiščem znotraj lovskega revirja.

Poteptano: Državni cilj zaščita živali in svoboda vesti (čl. 4 nem. Ustave)

Kako naj se to pojasni logično mislečemu človeku-predvsem v inozemstvu? Slovenska in španska televizijska ekipa sta prišli posebej zato, da bi prejel odgovor na to vprašanje. Izjave, ki so jih po procesu dali predstavniki oblasti, ki so kmetom odrekli mirovanje lova, bi lahko strnili v otopelo tradicijo »od nekdanj smo tako delali«. Zvenelo je tako, kot da se ni treba držati zakonov, če gre za tradicijo. Prišlo je do škandala.

Sodišče v svoji odločitvi ni upoštevalo nemške ustave

Na eni strani se ni oziralo na to, da zakon o lovu v izjemnem primeru vsekakor predvideva možnost mirovanja lova. In po drugi strani spada k tem zakonom tudi 4. člen nem. Ustave: »Svoboda vere, vesti in svoboda verske in svetovnonazorske opredelitve so nedotakljivi.« To temeljno pravico do verske svobode, ki v primeru muslimanskega mesarja, da kolje ovce brez omamljanja, sodišče na osnovi državnega cilja »zaščite živali« dovoli, v primeru prijatelja živali na osnovi enakih temeljnih pravic, da ne ubija živali, pa zavrne.

Sodišče zaseda brez tožiteljev in odloči v lastno korist

Sodišče, ki zaseda naprej brez tožiteljev, poskusi s pravnim trikom:

Temeljna pravica naj bi veljala samo za fizične osebe, ne pa za kmete tožitelje, ki svojo kmetijo in lovski revir upravljajo v obliki družbe fizičnih oseb, čeprav je sodnik moral biti seznanjen, da je katoliški mladini, ki se je prav tako združila v fizični osebi, bila odobrena »verska dejavnost«, ko so zbirali stara oblačila. Torej je bila pravica spet merjena po dveh različnih merilih.

Sodniki so svojo odločitev utemeljili s srhljivim scenarijem

Namesto da bi poštenim državljanom nemške države priznali temeljne pravice, se oblasti sprehajajo po srhljivih scenarijih velikih krdel divjih svinj, ki se eksplozivno množijo in bi ob mirovanju lova požrle cele gozdove in polja. Da te špekulacije strokovno niso dokazljive in poleg tega vsebujejo številna protislovja, sodišča ne skrbi. Namesto tega je zgoraj omenjene lovske pravljice razširilo za »ustrezne«. Tako je bila čudna prireditev hitro končana pred skoraj praznimi sedeži.

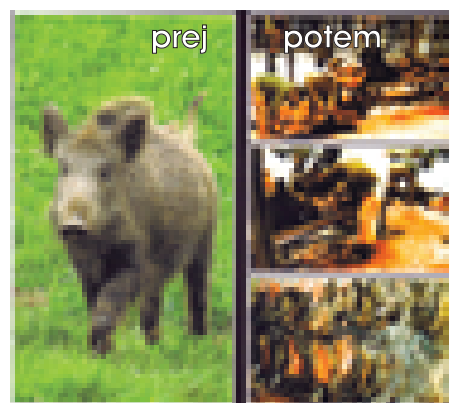
Sodišče je zasedalo pod zaščito klerikalne in cerkvene moči

Kdor se je ob precej dolgočasni obravnavi ozrl proti oknu, je lahko v jesenskem soncu visoko zgoraj opazoval Marijino trdnjavo, ob vnožju katere stoji Würzburško upravno

sodišče. Lepa simbolika. Marijin grad, stoletja sedež Würzburških škofov, je sinonim za cerkveno moč, ki do danes obvladuje državo in s tem tudi velik del sodstva. Pod katoliško in luteransko zastavo je ubijanje in mučenje živali popolnoma samoumevno. Ne pa pod znakom Jezusa Kristusa, na katerega se sklicujejo miroljubni kmetje s Terra Nove. Tako kot prvi kristjani odklanjajo vsako nasilje, tudi ne ubijajo in ne jedo živali. Hrano pridelujejo brez kemičnih strupov in umetnih gnojil, toda tudi brez gnoja in gnojnice. Razvili so v državi enkratno privatni sistem povezanih biotopov, v katerih so pašne živali, kot so krave in ovce, našle novo domovino osvobojene strahu, da jih bo nekega dne odpeljal mesar.

Ton ne daje zakon, ampak cerkvena tradicija in lovski lobi

Cerkev, oblasti in lovski lobi še vedno tvorijo skoraj neprediren oklep. V tem oziru je uspeh že, če svetohlinska družčina postane javno vidna-tudi pred inozemskimi tv kamerami. Sem spadata dva sodnika, ki sta lovca in tega nočeta priznati. Kdor še lahko sam razmišlja, sprevidi igro. Po sodbi se postavlja vprašanje, v kakšen svet se vraščajo naši otroci? V svet tope »tradicije«, v katerem ubijanje živali spada v vsakdanjik, ali v svet, kjer se spoštuje vest ljudi, ki so sočutni do vseh Stvariteljevih bitij? Nekaj pa je že zdaj jasno. Sodni postopek se vsekakor nadaljuje če je treba, na evropskem sodišču za človekove pravice v Strassburgu. Poročali bomo o tem.



Divji prašiči se na deželi miru blizu Würzburga počutijo varne. Sedaj država, v povezavi s cerkvijo, hoče z lovom na tem območju uničiti nastajajoče Kraljestvo miru. Foto: Vegetarisch geniesen, št. 1/07

Moris Hobljaj

Dragi bralci in bralke!

Moje ime je Enya in sem aktivistka ter borka za pravice živali in ljudi (predvsem otrok). Kljub moji starosti, 14 let, sem organizirala 1. in 2. dobrodelni otroški shod proti krznu. Pri organizaciji, predvsem zaradi tehničnih stvari, so mi prijazno pomagali aktivisti neformalne pobude LjudjeZa. Shoda sta bila namenjena otrokom, ki želijo izraziti svoje mnenje o krznu ter mučenju živali nasploh. Poleg tega, da smo opozarjali ljudi o problemu krzna, smo zbirali tudi prostovoljne prispevke za zavetišče za divje živali v Kranju. Prispevek zavetišču pa so nam namenile tudi zvezdnice, ki so sodelovale v akciji, ki jo je organizirala revija Nova »Tvoje krzno je imelo srce«, Jadranka, Alya, Nina, Tinkara, Saša in Alenka so nam podarile majčke/majice, ki so se dražile na shodu in prispevale nekaj tolarjev več za živali.



Otroci so na shodu v parku Zvezda postavili krznarsko pokopališče.

Mladi so zelo zagreti in pripravljeni kaj narediti za dobrobit živali, zato bomo organizirali tudi 3. dobrodelni otroški shod za dobrobit živali, ki bo približno konec leta. Rada bi spodbudila vse, predvsem mlade, da pomagati ni težko, če si želijo, in izraziti svoje mnenje spoštljivo ter prizadevno. Mislim, da naravno krzno danes res ni potrebno, saj

poznamo umetne materiale, ki so tudi bolj kvalitetni. Ni prav, da na leto umre več milijonov živali v strahu, muki in trpljenju zaradi tega, da se lahko nekdo šopiri. S skupnimi močmi lahko ustavimo krivico živalim v krznarski, mesni, usnjeni, kozmetični industriji in glasno povemo, da nam niso všeč laboratoriji, kjer živali počasi umirajo v mukah, lov, cirkusi, bikoborbe ter drugo.

Poleg problematike o živalih sem ena od ustanoviteljic Helpmanije, kjer smo v preteklem letu pomagali otrokom Nigra v sodelovanju z Unicefom Slovenija, v akciji Kupi mi kozo. Zbirali smo denarna sredstva za nakup koz, saj je kozje mleko glavni vir preživetja. Več o akciji si lahko preberete na www.helpmanija.com ali pa na www.unicef.si. Ker pa mi ostaja še malo časa, pa sem tudi mlajša aktivistka pri Amnesty International, kjer se trenutno borimo proti nasilju otrok v družini in smo za sprejetje zakona proti telesni kazni otrok. Več o našem delu si lahko preberete na www.amnesty.si.

Moje spodbujanje sovrstnikov je zelo uspešno, saj se mi je priključilo že kar nekaj otrok. Verjamem, da bomo s skupnimi močmi lahko naredili veliko, da bomo z osveščanjem ljudi naredili še več, jih pripravili k razmišljanju in da nas bo marsikdo slišal, nas podprl ali posnemal.

Če mi želite pomagati, kaj predlagati, vprašati ali pa se oglasiti kar tako, mi lahko pišete na naslov: lowe.animals@gmail.com ali me pokličite na 041 358 738. Vesela bom vsakega vašega stika.

Eden najboljših dokumentarnih filmov vseh časov o trpljenju živali

Na povezavi http://www.jonhs.net/freemovies/earthling_s.htm si lahko pogledate enega najboljših dokumentarnih filmov vseh časov, ki govori o krutem odnosu človeka do živali. Film je v letu 2005 prejel številna priznanja na mednarodnih filmskih festivalih. O dokumentarcu, ki ima moč nagovoriti tudi najbolj otopele duše, so znane osebnosti zapisale:
»To je najboljši film vseh časov o ravnanju človeške rase do živali. Kdor želi izvedeti resnico, bi moral videti ta

film.« - Woody Harrelson
»Od vseh filmov, ki sem jih posnel, je bil Earthlings tisti, o katerem so se ljudje največ pogovarjali.« - Joaquin Phoenix
»Za tiste, ki bodo gledali film Earthlings, svet ne bo nikoli več isti.« - Tom Regan
»Ogled filma Earthlings je zame največje darilo, kar sem jih prejela v življenju. Ne morem verjeti kako nevedna sem bila v preteklosti.« - Bryce Dallas Howard
»Redki filmi imajo moč spremeniti človeka. Film Earthlings ima zagotovo to moč.« - Persia White
»Earthlings je zagotovo najboljši film vseh časov, ki ga Američani ne želijo videti.« - Aint It Cool News
»To je najboljši dokumentarni film leta!« - PETA
»Film bo v gledalcih zagotovo povzročil spremembo.« - Carly Harrill

Ker je film Earthlings res izjemen, vas prosimo, da povezavo na film posredujete tudi svojim znancem in prijateljem. S tem boste zelo pomagali živalim, človeku in materi Zemlji. Ogled filma zahteva nekaj poguma. Pogum, da se morda prvič v življenju soočimo s tem, kolikšen je naš delež pri grozljivem trpljenju živali.





Bryan Adams:

»Nimamo pravice do ubijanja!«

Kot kanadska rokovska ikona je igral v službi mnogih humanitarnih kampanj: pri »Life Aid« za zmanjševanje lakote in stiske v svetu, na koncertih za svobodo političnih zapornikov, za reševanje deževnega gozda in reševanje kitov. Aktivno se je zavzemal tudi za življenje živali: s tem, da je prenehal z mesno prehrano, kajti Bryan Adams je že 20 let vegan.

Zakaj je postal vegetarijanec in kakšen vpliv je imel ta korak na njegovo življenje, je povedal v intervjuju za revijo »Freiheit für Tiere«.

Kdaj si postal vegetarijanec?

Vegansko živim že od leta 1988. Nekega dne sem se zbudil in sem se zate, ko sem pojedel zrezek, počutil bolnega. Nikoli več nisem pojedel mrtve živali.

Kako so na to reagirali tvoji prijatelji in sorodniki?

Vsak od njih je mislil, da sem izgubil razum, in so mislili, da je to le faza, ki bo minila. Moja skupina se je poskušala rogati iz mene, tako da so mi pred obrazom mahali s hamburgerji. Ampak pravičnost obstaja in vsi iz moje skupine so danes vegani! Moj brat je razumel, a on je bil pravzaprav edini iz družine!

Ali je ta odločitev še kako drugače spremenila tvoje življenje?

Verjetno v vseh ozirih. Človek je bolj povezan z Zemljo in ravna z vsem, kar ga obdaja, z veliko večjo spoštljivostjo; spoznaš, da nimamo pravice do ubijanja. Pravo vegetarijanstvo ima zelo duhovno osnovo. Sicer pa: kdor jé ribe, ta ni vegetarijanec!

Mnogi mesojedci menijo, da vegetarijanski ali veganski način življenja škodita zdravju. Kakšne so tvoje izkušnje?

Uau, to je največja zmota, ki je sploh mogoča. Jaz sem z vegetarijanskimi živili ozdravel. Bog ve, kaj je še drugega doprineslo do tega, da sem pričel že pred tako dolgim časom. Trenutno sem dosegel že naslednjo stopnjo, praktično ne jem nobene kuhane hrane več, morda le še 5 do 10 %, ostalo je surovo sadje in zelenjava.. K temu spadajo še zelišča in sokovi, ki jih zame sestavlja svetovalec za prehrano. Ne uporabljam nobenih vitaminskih dodatkov, vse prejemem z uravnoteženo prehrano.

Ali poskušaš tudi druge opozoriti na vegetarijanski način življenja in na nasilje nad živalmi?

Ne pretirano. Če me ljudje povprašajo, jim bom tudi poskušal razložiti, a v glavnem večine ljudi to ne zanima. Vzrok je v tem, kakšno mladost in kakšno vzgojo so imeli, ter kakšen bi imeli razlog, da bi torej to spreminjali? Večina ljudi misli, da bi bilo napeto iti z mano na kosilo, in

res je tako, če ni primerne menija za nas, vegetarijance. Neugodnost takega zavestnega načina življenja pa je v tem, da je težko najti podobno misleče posameznike.

Katera je tvoja najljubša hrana, oziroma najljubši recept?

Trenutno so to presni mini artičoki z limono in avokadom.

Ali rad kuhaš, če najdeš čas za to?

Seveda, v mnogih ozirih dajem prednost lastni pripravi hrane, kot da grem v restavracijo. Večinoma tam na jedilniku ni nič, kar bi bilo podobno vegetarijanskemu obroku, razen če greš k Italijanu ali Indijcu a poskusi najti tam kakšno presno hrano! Pozabi na to!

Napisal si pesmi za film »Spirit« in jih tudi sam pel. V filmu gre za divjega, neukročenega žrebca, ki so ga ujeli vojaki. Spirit, žrebec je sklenil prijateljstvo z Indijancem, ki ga je na koncu izpustil na svobodo. Kaj misliš, kako bi morali ljudje ravnati z živalmi?

Vedno pravim: na enak način kot bi si želeli, da se ravna z njimi. A večina ljudi ne spoštuje niti samih sebe, tudi če mislijo, da se. Samoumevno je, da sem proti masovnemu klanju živali.

Si že razmišljal o tem, da bi napisal pesem o živalih ali o varstvu živali?

Če bi prišla prava zamisel, bi napisal. Medtem pa podpiram organizacijo PETA.

Si imel kakšno posebno doživetje z živalmi?

Le njihovo prijateljstvo.

Želiš še kaj povedati našim bralcem v Evropi?

Če imate živali radi ne jejte jih!

Vir: Freiheit für Tiere št. 4/2006, prevod Blanka Prezelj

ALI IMA VAŠA HRANA OBRAZ?



POSTANITE **PETA** VEGETARIJANEC

Obrni
nov list (v življenju).
Postani vegetarijanec.

GoVeg.com **PETA**



Kolumbijec Sergio Ivan Linares je navdušen nad revijo Osvoboditev živali.

Kolumbijski pevec je naročen na revijo Osvoboditev živali

Kolumbijski pevec Sergio Ivan Linares, ki se v svoji domovini uči slovenski jezik, se je naročil na revijo Osvoboditev živali. Po elektronski pošti nam je napisal, da ima naša revija veliko koristnih informacij o vegetarijanstvu, pravicah živali, ekologiji in medicini. Pravi, da je vegetarijanstvo zanj najboljša odločitev za zdravo življenje. Več o njem si lahko pogledate na www.sergioivanlinares.8m.com.

Cerkev se tudi za Veliko noč norčuje iz Jezusa Kristusa

Ali cerkveni kristjani zares verjamejo, da Jezusu delajo veselje s tem, ko na njegov dan smrti jedo ravno tiste, ki so mu ob njegovem rojstvu dali zatočišče - živali namreč? Za ta dan se muči in mori jagnjeta, race, kokoši, vole, divje svinje, srne, zajce in še druge, da se potem okusno pripravljene deli trupel znajdejo na krožnikih. Vsako leto v Sloveniji pokoljejo 28 milijonov živali, da bi zadostili sladokuscem, večinoma ljudem, ki sami sebe imenujejo kristjani. Takšno obnašanje je čisti posmeh in norčevanje iz Nazarečana in Njegovega nauka ljubezni. Kdor podpira ubijanje živali, s tem, ko sam uživa dele njihovih trupel, se ne bi smel imenovati kristjan. To še posebej velja za tiste, ki zase trdijo, da so Njegovi zastopniki na Zemlji, ali pridigajo v Njegovem imenu.

O največjem prazniku klanja bomo spregovorili tudi na mirnem protestnem shodu v okviru Dneva Zemlje, ki bo v četrtek 19. aprila 2007 ob 16. 30 uri s pričetkom na Dvornem trgu v Ljubljani.





Zločin nad našimi sobitji

Vsaka kokoš ima (bi imela, če bi ga lahko razvila) svoj lasten značaj. Brunhilda živi na kmetiji usmiljenja, ki se imenuje Domovina za živali (www.heimat-fuer.tiere.de), in se rada druží s prašičema Rudijem in Viktorijo. Celo ponoči ne želi spati z drugimi kokoškami, temveč prebije noč s svojima prijateljskima.

Moški odpre srebrna vrata, ki so višja od dveh metrov in širša od enega metra. Iz velike stenske omare izvleče regal, na katerem je pravi vrvež. Vse migeta in vse je rumeno. Na vsaki polici so štiri zaboji in v vsakem zaboju 100 piščancev. Moški, ki nosi sivo haljo, piščancem prvič pokaže nekaj drugega kot trdo temo. Kajti v tej omari so se v temi tudi skotili. Na eni polici je 4000 piščančkov. Dva dni poprej je mož sivi halji v omaro dal jajca, piščanci so si izborili pot na svet, pojedli ostanke rumenjaka in so na videz lepi in puhasti kot vsi piščančki, ki so se skotili pred komaj tremi urami. Če po tem, ko se skotijo, iščejo svojo mamo, še ni bilo raziskano. Od tukaj naprej bodo živeli samo s svojimi vrstniki.

Moški v sivi halji pelje regal na drugi oddelek v isti zgradbi. Tam piščančke vzamejo iz zabojev in jih postavijo na majhne tekoče trakove. Zgradba je obrat za vzgajanje piščancev. Na hodniku, kjer je možki v sivi halji odprl vrata omare, je še veliko takih vrat.

Kaj se dogaja v valilnici piščancev Schulz na avstrijskem Štajerskem?

Hannes Schulz: »Tukaj smo v obratu, kjer vzrejajo in pitajo živali. To so lastne hibridne linije, ki jih gojijo zaradi dobrega učinka pitanja. V hlevu je približno 4.000 živali, torej 4.000 kokoši in približno 400 petelinov, torej je razmerje med spoloma 1:10. Na svetu obstajajo trije koncerni, ki se ukvarjajo z vzrejanjem pitancev. Jajca seveda oplodi petelin in kokoš ima refleks strpnosti, saj takrat, ko jo petelin naskoči, enostavno obstoji. Upam, da bomo kakšno ujeli, kjer bomo lahko to tudi videli.«

Proizvodnja piščančjega mesa se izvaja v treh različnih korakih na treh različnih krajih. V veliki hali živi več sto kokoši, katerim so dodeljeni petelini v razmerju 100:1. Refleks petelina in kokoši, torej naskakovanje in mirovanje, si industrija ne bi mogla zamisliti bolje. Cel postopek traja le nekaj sekund. Kokoši so dobro hranjene, niso shirane in izčrpane zaradi napora kot večina njihovih sester in sestričen, ki valijo jajca. Od njih namreč ne pričakujemo jajca vsak dan. Njihov ritem valjenja je nekoliko bolj sproščen, saj ne dobavljajo blaga za končnega porabnika, temveč surovino, ki jo je še potrebno obdelati. Jajca se nato pakirajo v zaboje, v katerih se nato na določeni temperaturi izležejo piščanci. Ko so piščanci v čistih zabojih pripravljeni za distribucijo, je končan prvi korak.

Hannes Schulz: »Nahajamo se v valilnici Schulz, v mestu Laßnitzhöhe na Štajerskem, kjer valimo jajca in tako približno 400.000 živih piščancev, pitancev. Sedaj smo v prostoru, kjer se pripravlja na valjenje. Jajca se bodo segrela na sobno temperaturo. Vsa jajca so

zaradi sledljivosti označena in vsako jajce je ožigosano s številko obrata, ki nam pove, od kod jajce izvira. To so predvalilnice. V predvalilnicah se nahaja 57.600 jajc. V t.i. umetnih valilnicah je potrebno le dvigniti temperaturo in vali se pri približno 37. stopinjah. Jajca se obračajo vsako uro, da se ne bi rumenjaki prilepili na kožico jajca. Po rojstvu se piščanec hrani z rumenjacom.«

Rejec kokoši je prejemnik rumenega blaga. Rejec skrbi za vzrejo že skotenega blaga. Piščance odloži v hali, ki je podobna tisti, v kateri so kokoši znesle jajca, iz katerih so se izvalili. Hala je temnejša, saj njegovim živalim ni potrebno veliko gledati. Njihova naloga je le, da čim hitreje zrastejo. Za to je potrebno veliko hrane in tekočine, ki jo lahko pijejo iz majhnih cevi. Priključene so na napeljavo, ki poteka vzdolž cele hale. Življenje piščanca pri rejcu piščancev traja šest tednov, nato bo sem prišla nova generacija piščančkov. Za prejšnje to pomeni drugo, zadnje potovanje.

Hannes Schulz pripoveduje: »Kupec in potrošnik ne vesta, kako to deluje in kako to počnemo. Delamo z živim blagom, ki se mora izvaliti, vzrediti in zaklati. V tem proizvodnem ciklusu, ki traja osem tednov, se lahko zgodi marsikaj in za to ni razumevanja. Ljudje postajajo vedno bolj neživiljenjski, vedno bolj brutalni in trdi. Zakaj? Zato ker ni več ljudi, ki začnejo na dnu in sami prilezejo do vrha. Nič nimam proti diplomantom, vendar so to ljudje, ki so obiskovali šolo, študirali in pridobili nazive gospod doktor in gospod magister, in v osnovi nimajo povezave/izkušnje s kmetijstvom in vedo samo to, kar vidijo v reklamah. Brez povezave/stika z resničnostjo. Prodajo zanima le cena, okus ni kriterij.«

Po živali pridejo vedno ponoči. Takrat jih je lažje uloviti kot pri dnevni svetlobi, saj so navajene, da ponoči spijo. V klavnici dajo piščance pod modro luč v zaboje, ki so večji od tistih, v katerih so se izvalili, saj so v zadnjih tednih precej zrasli. Modre luči ne zaznajo in mislijo, da so še vedno v popolni temi, ko jih dajo na tekoči trak. Delavci in delavke v belih haljah jih obesijo z glavo navzdol na kavlje, pritrjene na transportni sistem, ki sega od tu pa vse do pakiranja piščančjih nog in prsi v celofan. Z glavo navzdol jih transportirajo do vodne kopeli pod elektriko, ki jih omami, tako da ne čutijo avtomatskega noža, ki jim prereže goltanec. Če trik z avtomatskim nožem morda ni uspel, čaka na koncu traku možki v beli halji z nožem v roki, ki obglavi tiste piščance, ki jih je avtomatski nož zgrešil. Nato se začne postopek čiščenja in razdeljevanja. Vse poteka avtomatsko, potrebno je le nadzorovati napravo, kar počne malo število ljudi. Ob koncu linije pridejo ven piščančje prsi zapakirane za prodajo v supermarketih. Rejec prejme za enega živega piščanca zelo malo denarja. Če je pozimi zelo mrzlo in mora vklopiti ogrevanje, gre njegov zaslužek po gobe.

»V Evropi in predvsem v Nemčiji so meso in klobase vedno bolj ugodne. Če je leta 1970 en sam delavec za en kilogram svinjskih kotletov delal več kot 11,5 ur, si je to danes zaslužil v 30 minutah. In to ni posledica povišanja plač, temveč vedno nižje cene mesnih izdelkov. Drugo stran medalje poznajo kmetovalci, ki dobijo za vzrejo živali vedno manj denarja. Razen tega skrbi cenovna konkurenca za to, da se ti izdelki velikokrat prodajajo kot cenovne uspešnice.«

Za primerjavo nekaj števil: V drugi polovici šestdesetih let je žemljica stala sedem ali osem pfeningov. Danes jo lahko dobimo za 26 ali 27 centov. Torej plačamo danes štiri do osem krat več kot pred skoraj štiridesetimi leti. En kilogram cvetače je stal devet pfeningov, danes plačamo zanj 49 do 89 centov-gre za podražitve od 400 do 1700 odstotkov. Konvencionalno meso, nalepke bio takrat še ni bilo, je stalo 5 mark za kotlet in 10 mark za file. Danes je meso ceneje: v diskontnih

trgovinah ponujajo kilogram kotleto ali svinjskih zrezkov za dva evra, filet stane med pet do sedem evrov. Vse se je podražilo: hrana za živali, zemlja in tla, na katerih stojijo hlevi, bencin, ki se potroši, ko peljejo živali na zadnjo pot, plače delavcev, celo v diskontih zaslužijo prodajalci več kot pred štiridesetimi leti; samo cena svinjskega mesa se ni podražila. Nasprotno: če vzamemo zgoraj omenjeno kot merilo, je cena svinjskega mesa celo padla. Pri podobnem cenovnem razvoju bi nov avtomobil danes stal le 500 evrov.

Druga plat cene: proizvodnja mesa in klobas je na področju izdelave živil najbolj povezana s škandali. V supermarketih se etikete z rokom uporabnosti odstranjujejo in zamenjujejo z novimi, s katerimi prekrijejo, da so izdelki že zdavnaj za na odpad. Staro meso se prodaja specialistom, ki ga obdelajo in prodajo naprej. Še vedno se kot hrana za živali uporablja kostna moka, ki je že zdavnaj prepovedana. In nekaj povsem vsakdanjega je, da se o tem ne govori na televiziji in ne piše v časopisih. Vsakdan pa je veliko bolj grozljiv, tudi če smo vajeni, da dnevno živimo s škandali. Kje izvemo, kaj se dogaja z mesom v klavnicah? Kdo razpravlja o tem, da so živali, namenjene za uživanje,



skoraj vedno v stiku s krmo, ki je gensko spremenjena? Ali smo že kdaj imeli oddajo o tem, da je živinoreja v Nemčiji in tudi v drugih državah že zdavnaj uničila veliko tal in je odgovorna za izginotje številnih živalskih vrst? In koga razburja, da pri nas zažigajo pšenico in koruzo, v Braziliji pa proizvajajo krmo za našo živino, medtem ko ljudje dobesedno umirajo od lakote? In to še ni vse: količine, ki jih tukaj ni mogoče prodati po tržni ceni, se preprodajajo na območje Zahodne Afrike in tam uničujejo njihovo gospodarstvo-vendar tudi to ni tematika za Evropo.

Nizozemska ima resno težavo. Celo državo so že pognojili in kljub temu vsako leto proizvajajo vedno več in več gnojevke. Pred leti je Nizozemska začela z zanimivim eksperimentom: v Rotterdamskem pristanišču so ladje napolnili z gnojevko in jo pripravili za izvoz. «Ostanke» domačega gnoja naj bi polili po poljih v tujih državah, ki niso imele dovolj gnojila za rast svojih agrarnih izdelkov. Ko so ugotovili, da je zadeva izjemno draga, so jo zelo hitro ukiniteli. Sedaj potekajo na Nizozemskem priprave za drugo vrsto izvoza gnojevke. Prašičje in kokošje blato se naj bi stiskalo in prodajalo kot kakovostno gnojilo-takšen naj bi bil načrt.

Mestece Vechta med Münstrom in Oldenburgom je svetovno znano, vendar ne v širšem temveč v znanstvenem krogu. V istoimenskem okrožju živi približno 120.000 ljudi-skupaj z enim milijonom goveda, prašičev in ovac. Gre za izjemno razmerje, ki vodi k težavam. Kdor izračuna količino gnoja, ki ga proizvedejo štirinožci, predvsem pa govedo, in doda kup izločkov, ki ga izloči 13 milijonov tukaj živečih kokoši, pride do gigantske količine materiala, ki ga je potrebno odstraniti. Ekolog Josef H. Reichholf je v svoji knjigi *Der tanz um das goldene kalb-Der Ökokolonialismus Europas* (»Ples okrog zlatega teleta ekokolonializem v Evropi«) izračunal enako količino, kot jo ima nemško glavno mesto Berlin.

Prirejeno po: Vegetarisch geniessen, št. 4/06, prevod Marta Regoršek

Mi nismo kepe zlata!

Prosim, ne jejte nas!

Samo v Združenih državah Amerike za hrano ubijejo skoraj devet milijard piščancev.

Postanite vegetarijanec - zaradi sebe, okolja in živali!

Več informacij na www.peta2.com

iz sveta

Stranka za živali dobila 2 sedeža v nizozemskem parlamentu

V sredo, 22. novembra 2006, je nizozemska politična Stranka za živali dobila 2 sedeža v nizozemskem 150-članskem zakonodajnem telesu. S tem je Nizozemska postala prva država na svetu, v kateri je bila stranka za dobro počutje živali izvoljena v predstavnikiški organ ljudstva. „Navdušeni smo nad tako čudovitim rezultatom kampanje,“ je dejala vodja stranke, Marianne Thieme. „Končno lahko začnemo uresničevati najpomembnejši cilj naše stranke, tj. konec trpljenja vseh živali. Prizadevamo si za spremembo ustave, ki bo živalim zagotovila pravico do življenja brez bolečin, strahu in stresa, ki jim jih povzročajo ljudje. Začnemo lahko z lajšanjem trpljenja na stotine milijonov krav, prašičev in piščancev v farmski rejli,“ je dejala. Thieme meni, da lahko ta dosežek na Nizozemskem spodbudi premike tudi drugje. Eden od namenov stranke je navdihniti druge države in borbe za pravice živali. Vedno več Nizozemcev se sprašuje, zakaj gospodarski interesi vedno prevladajo nad etičnimi pomisleki, ko gre za dobro počutje živali ter interese narave in okolja. „Stranka za živali izraža to zaskrbljenost velikega števila Nizozemcev,“ komentira zmago stranke Esther Ouwehand, številka dva na seznamu stranke. Stranka in stališča vodje stranke, Marianne Thieme, so bili deležni velike medijske pozornosti. Po končanem študiju prava in kratki pravni karieri se je Thieme podala v politične vode kot odvetnica vseh živali ter ustanovila stranko za živali. Tej stranki se je pridružilo veliko število znanih nizozemskih pisateljev, kot so Jan Wolkers, Kees van Kooten, Maarten 't Hart in Harry Mulisch. 20 od 30 kandidatov stranke so oblikovali javnega mnenja na Nizozemskem. Prav tako so številni poslovneži k Stranki za živali prispevali velike vsote denarja, kar je omogočilo popolno politično kampanjo.

Vir: <http://www.euroveg.eu/lang/en/news/news.php?id=17430>

Študija razkrila: vegetarijanci so bolj inteligentni

Ti ljudje, pogosto označeni kot čudaki, zaradi svojih neobičajnih prehranjevalnih navad niso preveč priljubljeni niti pri gostiteljih niti pri gostih zabav z večerjo. Zdaj pa se zdi, da se bodo oni zadnji smejali, saj je raziskava pokazala, da so vegetarijanci bolj inteligentni kot njihovi mesojedi prijatelji. Študija, ki je vključevala na tisoče moških in žensk, je razkrila, da imajo osebe z vegetarijansko prehrano približno za pet točk višji IQ kot osebe, ki redno jedo meso.

Kot je zapisano v zdravniški reviji British Medical Journal, raziskovalci ne vedo natančno, zakaj so vegetarijanci pametnejši, vendar priznavajo možnost, da prehrana, bogata s sadjem in zelenjavo, spodbuja intelektualni potencial. Raziskovalci iz univerze v Southamptonu so 20 let sledili usodam več kot 8000 prostovoljcev. V desetem letu starosti so fantje in dekleta opravili več testov, oblikovanih za ugotavljanje njihovega inteligenčnega kvocienta.

Ko so dopolnili 30 let, so se raziskovalci pozanimali o njihovem načinu prehranjevanja in odgovore primerjali z inteligenčnim kvocientom iz otroštva. Približno 4,5 % odraslih je bilo vegetarijancev-odstotek, ki je precej enak odstotku, značilnemu za splošno prebivalstvo.

Vendar pa je nadaljnja analiza rezultatov pokazala, da je za tiste z večjim IQ v otroštvu verjetneje, da postanejo vegetarijanci, ki zavračajo tako meso kot tudi ribe. Tipičen odrasel vegetarijanec je imel v otroštvu IQ 105-

približno pet točk več od tistih, ki so še naprej jedli meso, tudi ko so odrasli. Vegetarijanci so tudi pogosteje diplomirali in obdržali pomembna delovna mesta.

Raziskovalka dr. Catharine Gale je dejala, da se ti rezultati lahko razlagajo na več načinov, na primer tako, da bodo inteligentni ljudje verjetneje upoštevali vprašanja o dobrem počutju živali in morebitne koristi vegetarijanske prehrane za zdravje.

Pretekle raziskave so pokazale, da imajo vegetarijanci običajno nižji krvni tlak in nižjo raven holesterola, kar zmanjšuje tveganje srčne kapi. Običajno tudi nimajo težav s prekomerno težo.



Razen tega lahko prehrana, bogata s sadjem, zelenjavo in polnozrnatimi živilni, spodbudi intelektualni potencial. Dr. Gale je dejala: „Čeprav naši rezultati kažejo, da bodo bolj inteligentni otroci verjetneje postali vegetarijanci, ko odrastejo, to ne izključuje možnosti, da lahko takšna prehrana koristno vpliva na poznejše kognitivno delovanje. Bi lahko vegetarijanska prehrana še spodbudila njihov očitno večji intelektualni potencial? Jim je ta mehanizem pomagal doseči nesorazmerne stopnje razvoja?“ Med znane osebe iz preteklosti, ki so se odrekle mesni prehrani, spadata George Bernard Shaw in Benjamin Franklin.

V zagovor tega načina življenja je Shaw dejal: „Razum mojega kalibra se ne more hraniti s kravami,“ Franklin pa je dejal, da je vegetarijanska prehrana povzročila „večjo jasnost misli in hitrejše dojetje“. Liz O'Neill iz Društva vegetarijancev je dejala: „Vedno smo vedeli, da je vegetarijanstvo inteligentna in sočutna izbira, ki koristi živalim, ljudem in okolju. Zdaj imamo za to tudi znanstvene dokaze.“

Vir: <http://www.thisislondon.co.uk/news/article-23378331-details/Vegetarians+are+more+intelligent%2C+says+study/article.do>

Prevod: Svetlana Kodrič

Prepoved cirkusov z divjimi živalmi v Luksemburgu

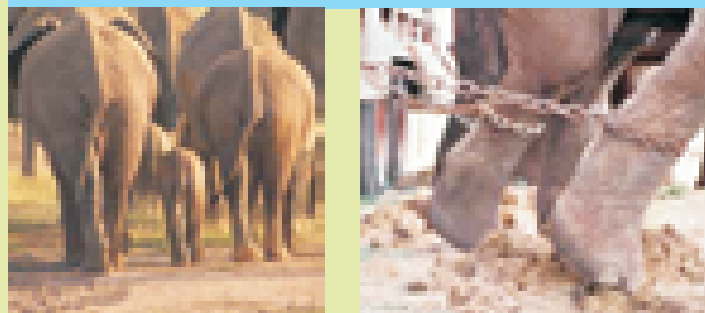
Nedavna odločitev in stališče župana mesta Luksemburg ter njegovega kolegija in pomočnikov je, da dreserji in njihove dresurne točke z divjimi živalmi na teritoriju mesta Luksemburg niso več zaželeni in umestni. Čeprav je to odraz čutečega in velikodušnega odnosa, pa bo ta ukrep pomenil pri nas konec nastopov velikih cirkusov s prestižnimi imeni, kot sta Krone in Arlette Gruss, ki so redno prihajali k nam s svojimi povorkami levov, tigrov, tjujnjev, zeber in slonov. Izjava osebe za stike z javnostjo Cirkusa Manege: "V našem cirkusu ni niti ene živali. Menimo namreč, da je protinaravno siliti konja ali psa, da hodi po dveh nogah. Bolj smiselno je razvijati človeške talente."

Vir: Časopis "Le Quotidien" 29. novembra 2006.



Življenja živali:

v ujetništvu v cirkusih ali svobodne v naravi



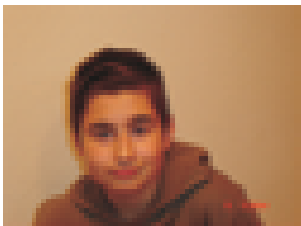
Kaj menijo mladi:



O vegetarijanstvu

Sem **Natalija Valpatic** in prihajam iz Ostrožnega pri Ponikvi. Obiskujem šolo Blaža Kocena na Ponikvi in sem vegetarijanka že od rojstva. V šoli dobivam posebno malico brez mesa, vendar menim, da je malo preveč poudarka na mleku. Ko rečem, da sem vegetarijanka, nimam težav, ker v današnjem času to veliko ljudi že pozna. Nimam težav z zdravjem. Mislim,

pa da bi se v šolah morali kdaj pogovarjati tudi o pravicah živali.



Toni Valpatic, moj brat, je tudi vegetarijanec od rojstva.

Imaš kakšne težave z zdravjem?

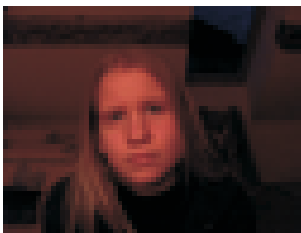
Ne, nikoli nisem bil hudo bolan, razen kdaj kakšnega rahlega prehlada.

Je zate dobro poskrbljeno v šoli glede malice?

Ja, ker dobivam malico brez mesa.

Kaj ti rečejo vrstniki, ko rečeš, da si vegetarijanec?

Ponavadi nimam težav, vendar mi včasih kdo postavi vprašanje »kaj le ješ, če ne ješ mesa?« Odgovor: Saj je še veliko drugega za jesti kot samo meso npr: zelenjava, sadje, oreščki ...



Ana Gabrovec, zakaj si se odločila za vegetarijanstvo?

Vegetarijanka sem že skoraj od rojstva oz. sem jedla meso le v vrtcu, doma pa nikoli. Starši me nikoli niso silili z mesom, tako se nikoli nisem navadila na ta okus, zdaj ko pa se zavedam, koliko boljših stvari je, me

je to resnično odvrnilo od mesa.

Ali je v šoli zate dovolj dobro priskrbljeno glede malice?

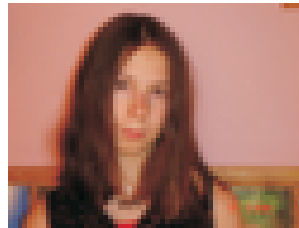
Da, mislim da imamo še kar srečo, saj imamo na šoli organizirano vegetarijansko malico in kosila. Na tako prehrano nas je tudi kar nekaj prijavljenih.

Kaj pravijo sovrstniki, ko rečeš, da si vegetarijanka?

Večinoma so začudeni, sprašujejo me, zakaj, kaj jem, ali smo v družini vsi vegetarijanci, ali kaj pogrešam meso ...

Ali bi se v šolah morali pogovarjati o pravicah živali?

Mislim, da ljudje o tem, kako ravnamo z živalmi, vemo veliko premalo in da bi bilo veliko več vegetarijancev, če bi se zavedali, kaj preživljajo živali, da jih lahko potem jemo. In da če bi se o tem pogovarjali v šoli, bi marsikdo premislil, kaj je. Pri tem pa ne gre samo za mesno industrijo, temveč tudi usnjarsko industrijo, poskuse na živalih, bikoborbe, lov ...



O lovu

Tamara Brodarič, kakšno pa je tvoje mnenje o lovu?

Jaz mislim, da je lov po eni strani koristen, po drugi pa ne, kakor kdo gleda na to.

Ali je potrebno ubijati živali v gozdu?

Če jih je preveč, da.

Kakšna je tvoja prva asociacija na besedo lovec?

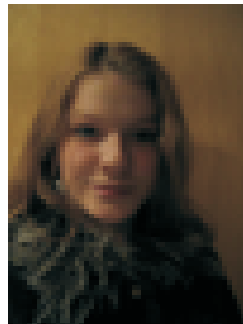
Človek, ki ubija nedolžne živali.

Ali meniš, da so lovci prijatelji živali?

Hm... Po eni strani ja, po drugi pa ne.

Kako bi se obnašale živali v gozdu, če ne bi bilo lovcev?

Ne vem.



Saša Samec, kakšno je tvoje mnenje o lovu?

Moje mnenje o lovu je, da je to početje neumno, po eni strani pa dobro.

Ali je pomembno ubijati živali v gozdu?

Ne, vsaj meni se zdi tako, vendar nekaterim pa je to potrebno, ker meso vsebuje beljakovine.

Kakšna je tvoja asociacija na besedo lovec?

Lovec, kot lovec, ki gre na lov v gozd, ubijati živali.

Ali meniš, da so lovci prijatelji živali?

Ne, ker jih pobijajo, po drugi strani pa ne vem.

Kako bi se obnašale živali v gozdu, če ne bi bilo lovcev?

Boljše, ker se nas ne bi bale.

Arjana iz OŠ Markovec je na prvem Velikem vegetarijanskem pikniku v Simonovem zalivu, 7. oktobra 2006, napisala: Živalska krzna, kape, plašči in podobno, se vam zdi to pravično? Meni ne. Zakaj bi lepemu leopardu ali tigru odrli prekrasen kožuh, če pa lahko nosimo umetna krzna? Se vam ne smilijo srne ali konji, ko se jim zapirajo veke od smrtne puške. Čeprav imajo lovci določen dan za lov na živali, se mi zdi to zelo žalostno.

Mladi prijatelji živali! Ali želite tudi vi izraziti svoje misli o pravicah živali, o vegetarijanstvu? Pišite mi na naslov natyvalpatic@email.si ali pokličite na tel: 031 808672. Najboljša pisma bomo objavili v prihodnjih številkah revije Osvoboditev živali.

Vegetarijanci dokazano živijo dlje in bolj zdravo

Dolgo življenje? Vsekakor! Večino ljudi si želi dolgo živeti, nihče pa noče biti star, bolan, pomoči potreben in zmeden. Kaj lahko storimo, da bomo tudi v prihajajočih letih zdravi in aktivni? Za nasvete smo vprašali dr. Annemarie Groß, zdravnico iz naravne klinike HG Naturlinik v Michelriethu.



Zdravstveno zavarovanje in politiki se pritožujejo nad upadom rodnosti in dvomljivo iščejo rešitve za »prestaro prebivalstvo«. Pa je res tako zastrašujoče?

Če pogledamo delitev prebivalstva v letu 1950, 2001 in prognozo za leto 2050, se lahko prestrašimo. Že danes je veliko več starejših ljudi kot otrok in mladine. Današnji 30 do 50 letniki bodo gradili tako imenovano »Metuzalem generacijo«. Leta 2050 bo le malo otrok, mladostnikov in ljudi starih pod 30 let. Večina jih bo takrat starih čez 50 let, veliko jih bo starih tudi čez 70 let. To bo za družbo pomenilo enormen problem, saj so starejši ljudje pogosteje bolni, ne bo pa mlajših ljudi, ki npr. plačujejo premijo zdravstvenega zavarovanja.

Torej je prav tako pomembno, da ostanemo zdravi, tudi ko bomo starejši. Kaj nam svetujete?

Preprečiti je vsekakor bolje kot zdraviti in vegetarijanska prehrana pri tem igra pomembno vlogo. Vegetarijanci dokazano živijo dlje in bolj zdravo.

Lahko to izjavo potrdite z znanstvenimi rezultati?

Seveda lahko! Dolgoročna študija v nemškem Raziskovalnem centru za raka v Heidelbergu, ki je bila objavljena leta 2003, je jasno pokazala primere, da imajo vegetarijanci drastično zmanjšano tveganje smrtnosti: v določeni skupini sodelujočih v študiji so po običajni mortaliteti prebivalstva pričakovali 100 smrtnih primerov, od vegetarijancev jih je umrlo le 59. To je že enormno! V študiji, ki poteka že od leta 1978 pod vodstvom dr. Jenny Chang-Claude, sodeluje 1900 vegetarijancev. Toda že leta 1997 je v nemški časopis Aerzteblatt citiral študijo iz Anglije: raziskovati bi bilo treba, ali se pri vegetarijanski prehrani lahko zmanjša nevarnost smrti zaradi srčnega infarkta. Avtorji so primerjali prehranjevalne navade in umrljivost zaradi srčnega infarkta, kapi in raka. Umrljivost kolektiva je bila 50 % med splošnim prebivalstvom.

Kako si znanstveniki razlagajo ta rezultat?

Dnevno so jedli zelenjavo in sveže sadje, ki je vidno zmanjšala umrljivost zaradi srčnega infarkta, kapi in raka. Od tod izvira nasvet, naj bi 5x dnevno jedli sadje in zelenjavo.

Kaj se dogaja v telesu, ko se staramo? Kaj povzroča staranje?

Veliko je vzrokov, o katerih se razpravlja: genetika, izraba, upad rastnega hormona ... Eden od vzrokov je vsekakor povečan nastanek prostih radikalov. To so agresivni atomi, ki jim manjka elektron in ki pri iskanju tega elektrona uničujejo druge snovi v telesu, celične membrane, kromosome ali tkivo. V manjših količinah to ni problem, v večjih pa je sistem telesnega popravila preobremenjen: celice odmirajo ali pa se tako spremenijo, da nastajajo bolezn.

Od kod pridejo prosti radikali?

Prosti radikali se v presnovi naravno pojavljajo, se pa okrepljeno gradijo zaradi zunanjih vplivov, kot so UV svetloba, kajenje, alkohol, nezadostno gibanje, prevelika teža in stres. Tudi prehrana igra tu veliko vlogo: bogata z maščobo, pomanjkanje vitaminov z veliko nasičenimi maščobnimi kislinami, ki jih najdemo v živalski maščobi, pospešujejo gradnjo prostih radikalov in s tem pospešujejo izrabo-torej proces staranja.

Kako lahko zaščitimo svoje telo pred predčasnim staranjem?

Snovi, ki delujejo kot radikali, torej antioksidanti, ščitijo telesne celice in imajo pozitiven vpliv na proces staranja. Najpomembnejši radikali so vitamini (npr. vitamin C, E), vitalne snovi, kot je selen, koencim Q10, alfa-liponska kislina in sekundarne rastlinske snovi, kot sta npr. bioflavonid, antocian itd. Prehrana, ki je bogata s temi snovmi, zavira proces staranja.

Je poleg antioksidantov še kaj, kar vpliva na proces staranja?

En od vzrokov staranja so kronična vnetja, ki delujejo kot tlenje v telesu. Poznamo tipična vnetja, npr. na koži ali na sklepu z oteklino, rdečico, pregretjem in bolečino. Ti simptomi nastajajo, ker se aktivirajo različne snovi vnetja. Pri aktiviranju igrajo pomembno vlogo stres, virusi, UV-žarki, radioaktivni žarki in prav tako prosti radikali. Sprožijo lahko verižne reakcije procesov vnetja. Ta stalni stres vnetja vodi h kroničnim boleznim, kot so arterioskleroza, diabetes, poškodbe živcev, rak in tudi hitro staranje. Ob vseh poznanih fenomenih, ki nas starajo, so komponente vnetja neposredno ali posredno vključene.

Ali lahko to v mladosti preprečimo?

Zaradi prevelike teže, napačne diete in kajenja vedno več ljudi trpi za procesi vnetja-pričenja tleti. Soočamo se s pravo epidemijo relativno mladih diabetikov tipa 2. Sprememba življenjskega sloga, zmanjšanje odvečnih kilogramov, zdrava prehrana... je neizogibna, če želimo vse to preprečevati. Še posebej nasičene maščobne kisline, ki se pojavljajo v mesu, vodijo k vnetnim reakcijam v telesu. V nasprotju s tem delujejo »dobre maščobe«, kot je omega-3 maščobna kislina, ki jo najdemo v lanenem olju in nas varuje pred vnetjem. Tudi antioksidanti delujejo kot zaviralci vnetja.

Je torej vegetarijanska prehrana boljša za upočasnitev procesov staranja?

Vsekakor! Uravnotežena vegetarijanska prehrana, bogata z antioksidanti, kar pomeni veliko sadja in zelenjave (5x na dan), dobre maščobe, kot so laneno, repično, oljčno olje, zadostna količina ogljikovih hidratov in dobre rastlinske beljakovine delujejo proti procesu staranja. Pomembno pri tem je, da se ne zredimo oz. da pri

prekomerni teži odvečno težo izgubimo. Nedavno je nadzorovana študija pokazala, da vodi prehranjevanje, bogato z ogljikovimi hidrati in z nizkim glikemičnim indeksom, k zmanjšanju teže in je najboljša dieta za zdrav srčno-žilni sistem. »Nižji glikemični indeks« pomeni, da škrob iz živil telo počasi vsrkava, kot npr. pri polnozrnatem kruhu in stročnicah, kot sta leča ali fižol. »Visok glikemični indeks« pomeni, da gre sladkor hitro v kri, kot npr. pri sladkarijah ali belem kruhu. Takrat se prej zredimo kot obratno.

Obstajajo kakšna posebna priporočila o prehranjevanju za starejše in stare ljudi?

Pri starejših ljudeh se potrebe po energiji sicer zmanjšajo, ampak za posamezne snovi so priporočljive količine malo večje: npr. starejši ljudje bi morali zaužiti zadostno količino kalcija in vitamina D, kar je pomembno za kosti. Tudi B vitamini, kot sta vitamin B6 in vitamin B12, so pomembni. Pri starejših ljudeh je pogosto absorpciranje teh snovi oteženo, saj skozi želodčno sluznico ne morejo več tako dobro resorbirati. To se zgodi že od 50. leta dalje. Zato bi morali npr. ljudje nad 50. letom in ljudje, ki se vegansko prehranjujejo (torej brez mlečnih izdelkov), v prehrano dodatno vključiti vitamin B12.

Zakaj je vitamin B12 tako pomemben?

Starost zahteva visoko potrebo po vitaminu B12. Pomanjkanje lahko povzroči povišanje homocisteina. Ta povzroča upad beljakovin in velja kot rizični faktor za obolenje ožilja in degenerativne bolezni možganov. Da bi ta homocisteinski rizični faktor zmanjšali,

potrebujemo veliko vitamina B12, B6 in folno kislino. Folna kislina se v velikih količinah nahaja v zeleni zelenjavi.

Na kaj moramo biti pri prehrani v starosti še pozorni?

Starejši ljudje imajo pogosto manj apetita in niso več toliko žejni. Zadostna količina pitja pa je zelo pomembna, predvsem za prekrvavitev možganov. Ker čutila za okus z leti popuščajo, bi morali uporabljati dobre začimbe. Za dobro prebavo bi morala prehrana vsebovati zadostno količino balastnih snovi. Za preskrbo z beljakovinami so najboljše stročnice, kot sta leča in fižol.

Več informacij:

HG Naturklinik Michelrieth, Loewensteinstraße 12-15,
97828 Michelrieth, tel: 09394/801 0

Fax: 09394/801 310, www.naturklinik.com, info@naturklinik.com

Vir: Vegetarisch geniessen, št. 1/07, prevod: Urška Lindič

Kako lahko jaz pomagam živalim?

Pripravite dedku in babici okusen vegetarijanski obrok.

Nekatera živila, ki so primerna za preprečevanje prezgodnjega staranja

Leča

Leča vsebuje približno 1/4 beljakovin, 55 % ogljikovih hidratov, približno 1,5 % maščobe. Ima visoko vsebnost železa, veliko kalija in magnezija, kar je dobro za srce, ima pa tudi veliko kalcija. Fosfor in baker krepijo kosti. Leča ima visoko vsebnost dragocenih B vitaminov. Ti so pomembni za dobre živce in možganske celice. Pred kratkim so odkrili, da snovi v leči lahko ščitijo tudi pred infekcijami, pred arteriosklerozo in trombozo. Stročnice imajo tudi nizek glikemični indeks, to pomeni, da se ogljikovi hidrati počasi absorbirajo, kar pomaga preprečevati prekomerno težo.

Oreh

Orehi vsebujejo veliko elaginske kisline. To je močan sprejemnik radikalov in pomembna obramba pred rakom. Orehi so znani tudi po visoki vsebnosti omega-3 maščobne kisline, s katero ščitijo ne samo pred apnenjem žil, pač pa tudi pred tlenjem kroničnega vnetja. Vsebujejo veliko arginina, aminokislino, ki je pomembna za uravnavanje krvnega obtoka. Orehi imajo veliko kalcija, ki je pomemben za kosti, B vitamine, vitamine A, D, E, veliko mineralnih snovi in nenavadno dobro uporabno beljakovino. Oreh je po svoji sestavi polnovredno živilo in utrdi psihično ravnovesje.

Pravijo, da oreh spodbuja naravno lepoto. Je tudi naraven vir melatonina, hormona, ki je potreben za dober spanec. V študijah so tudi dokazali, da vsebina oreha lahko zmanjša pogostost raka, preprečuje oz. omili Parkinsonovo in Alzheimerjevo bolezen in lahko ublaži bolezen srca in ožilja.

Jabolko

Jabolko vsebuje približno 300 bio snovi, kot so organske kisline, strojilo, pektin, eterična olja, vitamin C, B, kalij, kalcij, fosfor, železo, natrij, sladkor. 4/5 jabolka predstavlja voda, zaradi česar je dober za žejo. Ima neprekosljivo sestavo hranilnih snovi. Nemška družba za prehranjevanje (DGE) in Nemška družba za boj proti raku sta v preiskavah ugotovili, da sadje, predvsem jabolko, ščiti celice pred nastankom raka. Tudi če imajo druge vrste sadja in zelenjave delno več vitamina C, ima jabolko v kombinaciji z rastlinskim barvilom kvercetinom močan obrambni mehanizem. Kvercetin preprečuje poškodbe celic, ki jih povzročajo prosti radikali. Vitamin C, ki ga vsebuje jabolko, skupaj s kvercetinom, ki ga prav tako najdemo v jabolku, skrbita torej za to, da je ta sadež nepremagljiv v boju s prostimi radikali! To spet ščiti pred apnenjem žil, pred tlenjem v telesu in pred staranjem. Jabolko tudi aktivno ščiti kožo-za to skrbijo spojine s karotinom, ki jih jabolko vsebuje, in ščitijo pred nevarnimi UV žarki. Poleg tega krepi imunski sistem. V jabolku prisotne fenolne spojine pomagajo proti trombozi in boleznim srca in ožilja. Za človeka pomembne so tudi sekundarne rastlinske snovi, kot so flavonoidi in karotenoidi.

Sliva

Vsebuje karotin, B1, B2, bogata z železom, bakrom, cinkom, kalijem, natrijem, fosforjem in kalcijem. Suhe slive so kot antioksidanti skoraj nepremagljive.



60. demonstracije proti lovu v Berlinu

**Svetovni dan varstva živali, oktober 2006 v Berlinu:
Pobuda za odpravo lova je šla že šestdesetič na cesto
z namenom »Narava brez lova«.
Kot vsako prvo soboto v mesecu.**

»Leto za letom ustrelijo lovci v Nemčiji nad 5 milijonov divjih živali,« pravi Kurt Eicher, biolog in govornik Pobude za odpravo lova. »Za vsako posamezno žival je to po večini povezano z grozovitimi mukami, kar je po zakonu o varstvu živali, iz katerega so lovci na značilen način izključeni in jih nobena stvar ne opravičuje.« Kajti lov je iz ekološkega in biološkega vidika nepotreben in ravno nasprotno, v veliki meri škoduje biološkemu ravnotežju.

S potezo federalistične reforme bi bil naposled tudi čas, da se prenese evropska zakonodaja v nemško pravo in tako odpravi prisila do lova. Evropsko sodišče za človeške pravice je že leta 1999 odločilo, da je proti človekovim pravicam, če mora lastnik na svojem posestvu proti svoji volji dovoliti lov-kot je še vedno (primer) v Nemčiji zaradi prisilnega sodelovanja v lovskih združbah.

Iz tega razloga so demonstrirali na svetovni dan varstva živali varuhi živali in okoljevarstveniki iz več kot 25 organizacij za naravo brez lova. Šli so od berlinske stolnice, preko »Pod lipami« do Brandenburških vrat. To je bila že šestdeseta demonstracija po vrsti, prva demonstracija proti lovu je bila oktobra 2001.

Glasbena podpora je prišla s strani skupine za pravice živali AJ-Gang s koncertom v živo pred Brandenburškimi vrati.

»Trnova krona stvarstva«

Sestavlil Ulrich Dittmann, Delovni krog za humano varstvo živali in proti poizkusom na živalih e.V., k 60. demonstracijam proti lovu

Hudo je, kakšne nesrečne napake je naredil Bog pri svojem stvarstvu in poleg zlobnih, tekmovalnih zveri, kot so lisice, poleg klateških psov, mačk in srn, ki jedo zelenje, ustvaril celo rijoče divje svinje in druge moteče živali.

Vsa ta spodletela bitja mora »Trnova krona stvarstva v zelenem mesarskem oblačilu« sedaj trudoma s pastmi, strelnim orožjem in s preko 1000 tonami svinca letno zradirati!?

Ali je to le čista sla po ubijanju, ostanek nepremagane neandertalske mentalitete? Tresoča roka zaradi lovske vročice živali pokosi, s strelji pohabi, živali umrejo v mukah, z raztrganimi okončinami in preluknjanimi prsmi, pogosto šele po več dneh, tednih ali mesecih.

»Orožje v roko, psa ob strani, to daje lovcu občutek moči nad življenjem in smrtjo. Lovci imajo v nasprotju z ljudmi, ki niso lovci, zelo veliko slo po oblasti, agresivnejši so in bolj sadistični. V pomanjkanju drugih potrjevanj najde lovec pri lovu osebni ponos, izpolnitev samopotrjevanja«, kot beremo v dokumentaciji »Kako je z lovstvom« avtorja Horsta Hagna.

Normalni občan, ki je medtem že obvladal svoj instinkt po ubijanju, stoji pred tem, z veliko pompa obdanim slom in veseljem po ubijanju,

absolutno brez razumevanja.

Jeza narašča. Vedno več ljudi je prosvetljenih, vedo za anahronistično, življenje prezirajoče delovanje zeleno uniformiranih oseb. In zato tudi vedno več ljudi protestira, kot je to v Berlinu enkrat mesečno že 5 let zapored, proti temu brezsmiselnemu, grotesknemu razvrednotenju živali tako v gozdu kot na polju.

Hvala Kurtu Eicherju, tako angažiranemu, vztrajnemu pobudniku teh demonstracij! Hvala vsem združenjem za varstvo živali in posameznim bojevnikom za pravice živali, ki se niso ustrašili dolge poti v Berlin. Hvala vsem udeležencem! Živali, najubožnejše med ubogimi, potrebujejo vso našo solidarnost in pomoč!

Vir: Freiheit für Tiere št. 1/2007, prevod Blanka Prezelj



**Najnovejša knjiga
avtorja Wilhelma
Pröhla
»Gozdar: Lovec,
tukaj si nezaželen!«
V 40. letih dela kot
gozdar je imel
pogosto vpogled v
lovska grozodejstva.
Zato gre v svoji knjigi
z ostrimi obsodbami
proti morilcem iz sle
pred sodišče.**

**V ZDA smo videli:
Privatna posest. Lov,
ribolov, postavljanje
pasti ali vstop je
strogo prepovedan.
Neupoštevanje bo
imelo sodni epilog.
Barton Thomas Jr.**





**Nenasilje je eno univerzalnih načel joge.
Nenasilje tudi do živali. Več o njihovih
pogledih na naše sostvaritve nam je zaupala
Julija Škarabot Plesničar,
članica društva
Joga v vsakdanjem življenju Ljubljana.**

Živali čustvujejo zelo podobno kot ljudje

Večji del človeštva še vedno sledi tradiciji, da so živali na Zemlji zato, da jih mi zakoljemo in pojemo. Kaj pravite o tem?

Vsak človek ravna v skladu s svojim prepričanjem in na podlagi svojih izkušenj. V svetu poznamo različne tradicije in družbena gibanja. Če pogledamo na primer indijsko kulturo: eno njenih osnovnih načel je nenasilje. Indijci imajo kravo za sveto, ker daje mleko. Nekoga, ki te hrani, ne moreš ubiti, zato so krave svobodne in jih ne jejo. Oče Indije, Mahatma Gandhi, spada med največje državnike in duhovne voditelje prejšnjega stoletja. V svojem osemindvajsetletnem boju za neodvisnost se je ves čas zanesel na moč nenasilnega delovanja in tako premagal eno najmogočnejših držav na svetu.

V vašem društvu je veliko vegetarijancev. Kaj je osnovni motiv članov, da prenehajo jesti živali?

Razlogi, da ljudje ne jejo mesa, so različni: od zdravstvenih, ekoloških do etičnih in moralnih. To je osebna stvar in odločitev vsakega posameznika. Ko se človek ukvarja z duhovnostjo, postane bolj dojemljiv do trpljenja v svetu ter bolj razvija sočutje in ljubezen. Če povem svojo izkušnjo: že kot otrok nisem preveč marala mesa in rib. Ko sem prišla v puberteto in spoznala, da za zdravo življenje mesa nujno ne potrebujem, sem začutila olajšanje. Bila sem vesela, kot bi se rešila slabe navade. Rešila sem se tudi neprijetnega občutka in slabe vesti, da koljejo živali zaradi mene. Moja odpornost in življenjska energija sta se povečali. Sedaj sem srečna in zdrava vegetarijanka že več kot 15 let.

Kako gledate na lov, so lovci res potrebni?

V svetu se vse bolj utrjuje prepričanje, da je bolje, če se človek ne vmešava preveč v naravne procese. Trenutni problemi z medvedi v Sloveniji so na primer v veliki meri posledica napačnega ravnanja z njimi v preteklosti in to lovci vedo. Ekosistemi so kompleksni in se trudijo vzdrževati dinamično ravnotežje. Vzdrževanje nekega stalnega števila divjih živali z odstrelom se mi zdi za današnji čas preživeto. Potrebne so bolj premišljene rešitve in sodelovanje različnih strok. Lovci pravijo, da so prijatelji živali. Bi si želeli prijatelja, ki vas bo krmil zato, da vas ubije in poje? Je možno na ta način sploh govoriti o prijateljstvu?

Lovci se pridružijo "zeleni bratovščini" predvsem zaradi druženja, skupnega preživljanja prostega časa v naravi ali želje, da nekaj prispevajo skupnosti. Mislim pa, da bi bilo dobro, da razmislijo, kako lahko bolj pomagajo živalim in postanejo njihovi zaščitniki. V časnikih lahko zasledimo tudi članke o tem, kako so lovci obesili puško

na klin in postali pravi prijatelji živali.

Zemljo pretresa vedno več katastrof. Menite, da je vzrok za takšno stanje tudi napačen odnos človeka do živali in narave?

Nedvomno. Danes veliko živali zelo trpi in ljudje se tega ne zavedamo. Kljub temu pa to močno vpliva na nas in naš planet. Živali čustvujejo zelo podobno kot ljudje: lahko občutijo bolečino, žalost, jezo, razočaranje ali strah. Stanje svetovnih ekosistemov je po mnenju znanstvenikov zelo zaskrbljujoče, vendar sem jaz optimistična. Vse več ljudi se odloča, da bo živelo bolj odgovorno življenje in ne želijo svojim zanamcem pustiti izčrpanega planeta.

Kako v vašem društvu gledate na peto božjo zapoved »Ne ubijaj!«?

Nenasilje je eno univerzalnih načel joge. Kaže se že pri vadbi, kjer svojega telesa ne naprezamo pretirano, le do prve bolečine. Če želimo živeti harmonično in srečno vsakdanje življenje, pa se moramo truditi, da nismo agresivni do sebe in drugih, saj je moč s prijateljskim odnosom in s tvornim sodelovanjem doseči veliko več. Vse svetovne vere učijo, naj drugim ne storimo nič takega, česar ne želimo, da bi drugi storili nam. To velja tudi za živali. Gibanje za človekove pravice se je že močno razširilo in postalo splošno sprejeta vrednota v svetu. Sedaj imamo nalogo, da pošljemo v svet pozitivno sporočilo in apel še za pravice živali, za naše brate in sestre.

Damjan Likar

Društvo Joga v vsakdanjem življenju Maribor je izdalo knjigo »Bratje živali« avtorja Edgarja Kupferja Koberwita, človeka, ki je preživel ujetništvo v koncentracijskem taborišču Dachau-kot vegetarijanec. Naročila (zadnja naklada je žal pošla, ponatis je v pripravi): cuk.thomas@gmail.com, 031 313 977. Knjigo je moč dobiti tudi v knjižnici Joga centra Ljubljana na Selanovi 16 v Ljubljani in mnogih drugih knjižnicah po Sloveniji. Več informacij o knjigi dobite na naslovu <http://www.veggieinfo.net/si-lang/bratje/default.htm>.



Kmet, ki je prenehal klati živali in postal vegetarijanec

Zvonko Pukšič, 40, iz vasi Jastrebcji blizu Ormoža, se je vrsto let ukvarjal z vzrejo svinj, ki jih je kot priučen vaški mesar na koncu tudi suvereno zaklal. Toda pred leti se je njegovo življenje obrnilo na glavo. Postal je vegetarijanec, opustil svinjerejo in se začel ukvarjati z ekološkim kmetijstvom. Danes je ponosni lastnik biokmetije Zel, kjer prodaja pridelke, prijazne do človeka, narave in živali.

Zvonko Pukšič: »Danes kar težko razumem, da sem včasih klatl živali!«

Kako ste preživeli mladost?

Odraščal sem na kmetiji v vasi Jastrebcji, kjer smo do leta 1989 imeli goveje pitance, naslednje leto pa smo začeli s svinjerejo. V času kolin je k nam prišel stric in zaklal svinje. Nekega dne mi je rekel, če bi mu pomagal klati. Bil sem star 25 let, končal sem srednjo kmetijsko šolo in odločil sem se, da bom na kmetiji prevzel svinjerejo.

Kaj ste razmišljali v tistem trenutku, ko vam je stric ponudil mesarski nož?

Nisem kaj dosti razmišljal. Malo me je bilo sicer strah, da me ne bi žival poškodovala v svoji agoniji. Klanje živali se mi je zdelo nekaj samoumevnega in sploh nisem razmišljal, da je možno ravnati z živalmi tudi drugače. Že kot otrok sem gledal razrezana živalska trupla, kasneje sem opazoval tudi klanje. To je bil vpliv okolja, kjer sem živel. Zaupal sem svojim staršem in čutil sem, da me imajo radi. Ker so oni odobraval klanje, sem mislil, da je to v redu.

Kako ste v tistih časih gledali na vegetarijanstvo?

Takrat sem že vedel, da nekateri ne jedo mesa, vendar smo jih gledali bolj postrani. Ko sem začel klati, je moja sestra postala vegetarijanka in kasneje je dobila psihično bolezen. Starša sta mislila, da je to zaradi spremembe prehrane, zato jih je bilo strah in nista bila naklonjena vegetarijanstvu. Toda danes vem, da njena duševna bolezen nima nobene zveze s prehrano. Dve leti preden sem jaz postal vegetarijanec, je nehala jesti meso še najstarejša sestra Milena. Razlog? Po krajši osebni krizi je spoznala nove resnice o življenju. Danes je vitalna in se počuti zelo v redu.

Kako se spominjate klanja živali?

Dejansko je bila to zame rutina. Klal sem tudi po okoliških vaseh. Nisem opazil in začutil trpljenja živali, ker sem imel zaprte oči in ušesa za njihovo bolečino. To ugotavljam sedaj. Dokler človek živi v mrtvilu, ne opazi potreb in stisk drugih. Danes ne bi mogel odvzeti prašička od matere. To je podobno, kot če bi meni vzeli mojega otroka. Sedaj mi je kar težko razumeti, kako sem lahko to počel. Tedaj sem bil prepričan, da delam dobro, če koljem živali. Tako kot so nekateri lovci prepričani, da bi v naravi zavladata anarhija, če bi prenehali streljati divjad. Vaški mesar sem bil šest let, do leta 1998.

Kaj se je zgodilo, da ste prenehali ubijati živali?

Sestra Milena mi je tedaj posodila knjigo Kuharica za dušo in telo in mi svetovala, naj jo preberem. Odločilen pri moji preobrazbi je bil dodatek v knjigi z naslovom Esenska poslanica miru. Vsebina se me je tako dotaknila, da sem imel občutek, kot bi se zbujal iz spanja. V poslanici

Jezus med drugim govori, da smo vsi otroci matere Zemlje, da smo ljudje starejši bratje ostalim življenjskim oblikam - živalim in rastlinam. Pravi, da človek, ki ubija in uživa žival, postane otopel, obremenjuje dušo, drobovje pa se mu spremeni v nagnusno močvirje. Spoznal sem, da moram v svojem življenju nekaj spremeniti, da ne smem več uničevati zdravja in bremeniti duše.

Kako so potekale spremembe?

Najprej sem ženi Romani povedal, da odslej ne bom več jedel mesa. V zelo kratkem času me je sprejela drugačnega in danes sem ji zato zelo hvaležen. Tudi ona sedaj vedno manj uživa meso in prepričan sem, da bo nekega dne tudi ona vegetarijanka. Za vsakega človeka na Zemlji bo prišel čas, ko bo spoznal, da jesti živali ni zakonito. Ne smemo pa ga siliti k temu, sicer bo doživel odpor do tega. Večji problem je bil s kmetijo, ker mi je svinjereja prinašala edini vir dohodka. Imel sem družino in čez noč ni bilo mogoče kar pustiti to dejavnost in se začeti ukvarjati z ekološkim kmetijstvom. Rekel sem si, da bom še leto dni gojil prašiče, vendar od tega nisem želel denarja. Najbolj mukotrpno je bilo peljati pujske v klavnico. Tisto jutro, ko je bilo potrebno naložiti živali na prikolico, se mi je trgalo srce. Takrat sem se trdno odločil, da tega ne bom več počel. Vest mi ni dala miru. Spraznil sem hlevske prostore in se začel ukvarjati z ekološko pridelavo. Tako smo dohodek nadomestili s prodajo vložene zelenjave (kislo zelje, repa, kumarice, rdeča pesa), žit, pirinih vzglavnikov in bučnega olja.

Se je bilo težko preusmeriti v drugo dejavnost?

Bile so velike težave, toda zaupanje in trdna vera v to, kar delam, so bili večji od vseh težav. Najpomembnejše je zaupanje. Dokler človek nima dovolj zaupanja vase, je bolje, da se ne odloči za večje življenjske spremembe. Prvo leto smo posadili 40 arov kumaric. Doma so mi rekli, da tako velike površine ne bomo mogli obrati. Toda ko je prišel čas žetve in smo potrebovali pomoč ljudi, so se vsi pozitivno odzvali. Do te spremembe sem bil kot izgubljena duša, brez ciljev. Potem pa sem po tej knjigi začel intenzivno brati še druge knjige o osebni rasti. Spoznal sem, da to kar si mislijo drugi o tebi, sploh ni tako zelo pomembno.

Kako bi primerjali ekološko in konvencionalno kmetijstvo?

Včasih sem uporabljal okoli 30 različnih vrst strupov, ki sem jih trosil po rastlinah. Vsi ti pesticidi so testirani na živalih. To me je najprej odbilo. Pri enem kosilu, ki je sestavljeno iz škropljene ter pognojene zelenjave, človek sprejme vase tudi do deset strupov. Skoraj vsi kmetje, ki se ukvarjajo s konvencionalnim kmetijstvom, imajo za svoje potrebe poseben ekološki vrtiček. Očitno se dobro zavedajo, da tisto, kar pridelajo za trg, ni zdravo za ljudi in uničevalno deluje na naravo in

živali. Gnojenje in strupi zakisajo zemljo, zato morajo kmetje npr. z apnom nevtralizirati kislo stanje tal. Tako imajo po nepotrebnem dvojne stroške. Tudi človeško telo je pogosto zakisano, glavni razlog je uživanje mesa. Osteoporoza nastane zato, ker telo črpa kalcij iz kosti, da razkisa telo in vpostavi kislinsko-bazično ravnotežje.

Kakšne zdravstvene spremembe ste doživeli po prehodu na brezmesno hrano?

Prej sem imel vrsto let težave s kroničnim vnetjem grla. Po dveh letih brez mesa se je stanje uredilo. Sedaj vedno bolj čutim, da tudi mlečni izdelki, predvsem sir, niso dobrodejni za moje telo.

Kako vidite svojo prihodnost in prihodnost Slovenije oz. celega sveta?

Vesel sem, da sem spoznal določene resnice o življenju in spremenil svoje življenje. Zavedam se, da se moram še ogromno naučiti. V prihodnosti želim delati na sebi. Želim postati čimbolj strpen do bližnjih, se naučiti v celoti sprejemati drugačnost in svoje delovanje v celoti usmeriti v svoje dobro in dobro vseh ljudi. To ni lahko, najtežje je spreminjati sebe. Ampak pripravljen sem sprejeti ta izziv. Slovenija kot država in tudi svet kot celota sta sestavljena iz posameznikov, posameznih ljudi, oseb. In življenje vsakega od teh ljudi je odvisno od njegovih prepričanj, njegovega načina razmišljanja. Vesel sem resnice, da se ljudje spreminjamo. Zavedam se, da je iz dneva v dan več ljudi, ki želijo prevzeti odgovornost za svoje življenje, ker so spoznali določene resnice, ker so spregledali, tako kot sem to pred časom storil sam. Čeprav je na prvi pogled videti, da svet neustavljivo drvi v uničenje (za to sliko se lahko zahvalimo medijem, ki poročajo predvsem o negativnih dogodkih), verjamem, da nam bo s skupnimi močmi uspelo naš planet spremeniti v »kroglico« miru, strpnosti, spoštovanja in predvsem prave, resnične ljubezni.



Osnovni pridelek biokmetije Zel je rdeča pesa. Zvonko je zanjo dobil najvišji znak kakovosti.

Damjan Likar

Kako lahko jaz pomagam živalim?

Sporočite nam, če poznate še kakšnega bivšega mesarja, ki je opustil ubijanje zaradi ljubezni do živali.

Vabljeni na ogled Kraljestva miru v Nemčiji

Društvo za osvoboditev živali in njihove pravice tudi letos organizira dvodnevni ogled Kraljestva miru v okolici nemškega mesta Würzburg, kjer se uresničuje biblijska prerokba o sožitju in enosti med človekom, naravo in živalmi.

Obiskali bomo Gabrielin sklad, kjer nudijo čudovito domovino že več sto živalim različnih vrst. Živali imajo na tej miroljubni zemlji varen življenjski prostor in takšne pogoje bivanja, kot so primerni za njihovo vrsto. Ogledali si bomo tudi eno izmed mnogih kmetij, ki se ukvarjajo z miroljubnim kmetijstvom. Osnovna ideja tega kmetijstva je vzpostaviti mir z ljudmi, živalmi, rastlinami in minerali, torej celotnim stvarstvom. Pri njih ni nobenega izkoriščanja, ubijanja in prehranjevanja s trupli živali. Zemlja je za njih živ organizem, zato ne ubijajo živa bitja, mikroorganizme v tleh, z uporabo kemije, gnoja ali gnojnice, s ciljem izvleči iz tal čim večji pridelek. V zemljo torej ne vnašajo nobenih snovi, ki uničujejo življenje in obremenjujejo okolje ter škodujejo tudi zdravju človeka. Dve leti zemljo obdelujejo in pobirajo pridelek, nato jo pustijo eno leto počivati-to imenujejo triletno kolobarjenje.

Vesna Lavtižar iz okolice Jesenic je lani po obisku Kraljestva miru rekla: »Izlet v Nemčijo je bil zame nepozaben. Kar mi je pogrelo srce je bilo to, da sem končno videla živali, ki niso bile zasušnjene. Živali v deželi miru ne živijo zato, da bi koristile ljudem, ampak ljudje koristijo živalim. Živali so s tem sprejele opravičilo za zlo, ki jim ga ljudje prizadevajo dan za dnem. Ne vem, kakšen namen je imela evolucija človeka, vendar mislim, da človek vsekakor tu ni zato, da bi si pokoril celotno naravo in le jemal njene vire, medtem ko bi ostala bitja trpela. Kar ljudje vidijo, ko pridejo na ogled miroljubne dežele, bi morali videti na vsakem koraku, povsod po svetu. Ljubezen, mir, spoštovanje, skrb, srečo, enakopravnost, svobodo in NE mučenja, strahu, manjvrednosti, kričanja, joka, krvi, omejevanja svobode ... Lahko bi rekla, da je bil izlet v Nemčijo kot izlet v Nebesa, saj bi v Nebesih hotela občutiti enake občutke kot na ogledu Kraljestva miru.«

Več informacij o Kraljestvu miru si lahko preberete v osmi številki revije Osvoboditev živali ali na povezavi <http://www.neu-jerusalem.de/cms/sl/oddaje.html>

Prijave za izlet v Nemčijo, ki bo predvidoma konec junija ali v začetku julija, že zbiramo na tel. 041 356 093 ali na info@osvoboditev-zivali.org O vseh podrobnosti in točni ceni (cca 100 €) za prevoz ter prenočišča boste izvedeli naknadno.



Je neprivlačno bel, navidez neškodljiv prah, v resnici nevaren povzročitelj bolezni? Vedno več znamenj/znakov to potrjuje in vedno več zdravnikov na to opozarja.

Kaj je glutamat?

Prav glutaminska kislina (aminokislina, sestavni del beljakovine) daje aromatični mesni okus, ki ga Japonci imenujejo »umami« (okusen). Za Japonce je to vrsta okusa, kot sta npr. sladko ali kislo. Za prehranjevalno industrijo je izoliranje te snovi zanimivo, saj lahko z njo prihranijo drage surovine in prikrijejo manjkajočo polnost okusa.

Znan strokovnjak za prehrano pravi: »Glutamat je dodatek, ki ima daljnosežne učinke na življenja ljudi, njihove možgane in kondicijo telesa. In to na zahrbtn način, ne da bi se tega zavedali.« (Grimm, Ernährungsluege, str. 57/58)

Glutamat je v hrani za dojenčke prepovedan!

Glutamat je pri poskusih na živalih pokazal zastrašujoče rezultate. Najbolj znan poskus na živalih je z glutamatom opravil John Olney, renomiran nevrolog in psihopatolog v ZDA, profesor za nevropsihofarmakologijo na Washingtonski univerzi v St. Louisu, v ameriški državi Missouri. Odkril je, da glutamat mišjim mladičem povzroča votlinice oz. poškodbe (ti. lezije) v možganih.

(prim. http://de.wikipedia.org/wiki/John_W._Olney)

Prof. Beyreuther iz Ruprecht-Karls univerze v Heidelbergu je 13. februarja 2005 za oddajo Planetopia o Olneyevih poskusih povedal: »Poskusi so se odvijali na komaj rojenih miših in podganah, več kot pet dni so jim podkožno injicirali glutamat, potem so ugotovili, da so jim v možganih odmrle točno določene živčne celice. Ko so živali odrasle, so bile debele in rejene, v starosti pa so zbolele za diabetesom. Imele so torej sladkorno bolezen in srčne okvare.«

Zaradi teh raziskav se je ameriška industrija prehrane za dojenčke prostovoljno odpovedala ojačevalcu okusa, v Nemčiji in mnogih drugih državah pa je uporaba v prehrani za dojenčke prepovedana. Zakaj naj bi bilo to za »starejše otroke« zdravo, pa najbrž ve samo zakonodajalec.

Od šestega meseca dalje se dojenčkom dodaja gosta hrana. Kaj storiti takrat? Potem naj bi bili bolj kot kdaj koli pozorni na sestavine, v začimbnih mešanica, juhah iz vrečk, čorbah in omakah se pogosto v velikih količinah skrivajo ojačevalci okusa.

Nenavadno: prepovedan v hrani za dojenčke, nosečnice pa ga lahko uživajo

Glutamat-ivganje za nosečnice?

Novjši poskusi na živalih kažejo tudi nevarnost glutamata za še nerojene otroke. Severnonemški pediater in raziskovalec, prof. Hermanussen, je brejim podganam redno dodajal glutamat in pri tem ugotovil, da je ojačevalec okusa zmanjšal porodno težo podmladka, motil razvoj ravnega hormona, povečal požrešnost in vodil k prekomerni teži in manjši rasti. Tudi ljudje z veliko prekomerno težo so manjše rasti.

(prim. Hermanussen M et al.: Obesity, voracity and short stature: the impact of glutamate on the regulation of appetite. European Journal of Clinical Nutrition. 2006; 60:2531)

Je glutamat strup za možgane? Specialisti za Alzheimerjevo bolezen odgovarjajo: Da!

Glutamat predstavlja nevarnost, saj v telesu posega v sistem prenašalcev. Tam lahko zmede telesne funkcije, s tem povzroči prekomerno težo in druge bolezni. Najnevarnejše pri tem pa je: preplavljenje sinapse z glutamatom ima uničujoč vpliv na možganske celice, ker ubija nevrone (živčne celice). Zato renomirani heidelberški znanstvenik za živčne celice in specialist za Alzheimerjevo bolezen, Konrad Beyreuther, profesor na Centru za molekularno biologijo na Ruprecht-Karlovi univerzi v Heidelbergu, kot tudi Državni svet za varovanje zdravja in življenja, član Baden-Wuertlebergskega kabineta, poudarjata: »Glutamat je strup za živčne celice,« in menita, da je to skrb vzbujajoče. Substanca je »danes pri vseh nevrogenativnih boleznih obravnavana kot kritična točka«, ker bi lahko pospeševala nastanek bolezni, pri katerih možgani počasi odmirajo: predvsem Alzheimerjeva bolezen, Parkinsonova bolezen in multipla skleroza.

Ojačevalec okusa glutamat - povzročitelj bolezni?

Požrešnost - debeli zaradi glutamata?

Rezultati nešteto mednarodnih preiskav potrjujejo, da glutamat pri ljudeh in živalih povzroča prekomeren vnos hrane. Raziskovalci govorijo o t.i. učinku pitanja. Raziskovalka za prehrano France Bellisle iz Nacionalnega centra za raziskovalno znanost v Parizu je opazovala npr. »povečano slo« po uživanju hrane. Ko so vmešali glutamat, so bili poskusni jedci nagnjeni k hitrejšemu goltanju, manj so žvečili in pred naslednjim grizljajem delali manjše premore.

(prim. Bellisle F: Glutamate and the UMAMI taste: sensory, metabolic, nutritional and behavioural. Considerations A review of the literature published in the last 10 years. Neuroscience and Biobehavioural, Reviews 1999/23/str. 423438)

Je glutamat soodgovoren za svetovni problem prekomerne teže?

Profesor Michael Hermanussen, pediater iz severnonemškega mesta Altenhof, na podlagi najnovejših rezultatov raziskav (glej zgoraj) meni, da je kronični vnos večjih količin glutamata, kot je običajno pri industrijski prehrani, bistven vzrok problema prekomerne teže.

Kot vzrok navaja ojačevalec okusa, ki naj bi imel škodljiv učinek za živce. Ker apetit uravnavajo živčne celice v možganih, ki jih glutamat lahko poškoduje, vidi v tem odločilno povezavo. Tudi ameriški kritik glutamata, nevrokirurg Russel L. Blaylock, meni: »Vprašati se moramo, ali je prekomerna teža pri velikem številu Američanov, povezana z ekscitotoksini (dražeči strupi, kot je prav glutamat), ki se nahajajo v živilskih dodatkih. Ta prekomerna teža je konec koncev ena od logičnih posledic glutamatnega sindroma.«

(citati po: Grimm, Ernährungsluege str. 74)

Ste neprestano lačni? Vzrok tega je lahko glutamat!

Beljakovine in glutamat so za Michaela Hermanussena (profesor za pediatrijo v nemškem Kielu) bistven vzrok, zakaj so debeli otroci in odrasli neprestano lačni. Da bi svojo domnevo dokazal, je zdravim, ampak občutno pretežkim ženskam dodajal zdravilo, ki ima sposobnost, da prepreči škodljivo delovanje glutamata v možganih. Uporablja se pri zdravljenju Alzheimerjeve demence. Ženske naj se ne bi ravnale po nobeni posebni dieti, pač pa naj bi jedle po apetitu. V nekaj urah so opazili, da se je njihovo poželenje po hrani umirilo, prav tako so se prenehali moteči nočni napadi hranjenja. V nekaj dneh jim je upadla tudi teža, skoraj mimogrede.

(prim. Ulrike Gonder, Saarbruecker Zeitung št. 27, december 2005. Tudi oddaja NANO z dne 24.08.2006)

Ali glutamat škodi očem?

Po spoznanju raziskovalne ekipe dr. Hiroshih Ohgure iz univerze Hirosaki na Japonskem lahko ojačevalec okusa natrijev glutamat vodi k nepopravljivi okvari vida in povzroči celo slepoto. V poskusu na podganah, ki so bile podvržene posebni dieti z glutamatom, so znanstveniki opazovali učinkovanje te snovi. Vid živali, ki so šest mesecev redno dobivale hrano z visoko vsebnostjo glutamata, se je občutno slabšal. Hkrati pa so živali razvile bistveno tanjšo mrežnico kot tiste, ki so jo prehranjevali normalno. Dr. Ohguro verjame, da je s temi spoznanji našel razlago za široko razširjeno bolezen zelene mreže v predelih vzhodne Azije. Znanstvenik pripisuje vzrok visoki vsebnosti natrijevega glutamata, ki je dodan večini azijskih jedi. Vendar pa je še nepojasnjeno, katera količina koncentrata ojačevalca okusa je škodljiva očem.

(prim. New Scientist, št. 176, 26. oktober 2002. prim. tudi Bielenberg, Jens v: Oesterreichische Apotheker-Zeitschrift (16/2006), Neue Aspekte der Glaukomtherapie, Neuroprotektion)

Po celem svetu je od leta 1976 prodaja natrijevega glutamata več kot šestkrat večja, od približno 262 milijonov kg je do leta 2005 narasla na 1,7 milijard kg!

Nevarne dolgoročne okvare

Zdravstvene razprave o glutamatu so se do sedaj vrtele predvsem okrog poznanega sindroma kitajske restavracije, torej o neposrednih alergijskih reakcijah na glutamat, kot so glavobol, slabost, otrdelost tilnika, znojenje itd. Če vendarle obravnavamo skrb vzbujajoče rezultate različnih poskusov na miših in podganah, se zdi, da so očitno kasnejše možne posledice glutamata daleč pomembnejše kot kratkoročne alergene reakcije. Vprašanja o dolgoročnih okvarah zdravja zaradi dodajanja glutamata se nam dobesedno vsiljujejo. Po statističnih podatkih nenehno napredujejo prekomerna teža (že pri otrocih in mladostnikih) z vsemi svojimi posledicami, adipositas (tolščica) ter zahrbtna zelena mrena (glavkom). Alzheimerjeva demenca celo grozi, da bo postala novi bič človeštvu.

Količina natrijevega glutamata, ki se po celem svetu uporablja v prehranjevalni industriji, se je v zadnjih desetih letih več kot podvojila. Zraven spadajo tudi dodatki glutamata v obliki hidrolizatov, kot so izvlečki kvasa, začimbe, sipne jušne začimbe..., o katerih se komajda govori. Niso te povezave več kot očitne? Otroci se ne morejo braniti, jedo pač tisto, kar jim postrežete in vam zvesto zaupajo. Kakšno odgovornost imamo kot mati, oče, vzgojitelj, kot odrasli, kot proizvajalec!

Poskusi na živalih še bolj vprašljivi, če se iz njih nič ne naučimo!

Poskusi na živalih so brutalni in etično jih ni moč zagovarjati. Če pa se jih že izvaja, potem bi se morali iz izsledkov vsaj kaj naučiti! Znanstveniki, ki se ukvarjajo z raziskavami glutamata, poudarjajo, da rezultati poskusov na živalih niso prenosljivi na človeka. Če to drži, zakaj se jih potem še izvaja? Glutamat je tudi naravna sestavina mnogih živil, saj se nahaja v vezani in prosti obliki v mnogih rastlinah, v živalskem in človeškem tkivu. Ni torej zmotno verjeti, da uživanje glutamata slabša zdravje?

Skrivnost je v količini

Kdo lahko v enem obroku zaužije 400 kokošjih jajc ali 12 kg špinače ali 25 kg čebule ali 14 kg korenja ali 5 kg krompirja ali 14 kg govedine? Toliko bi namreč morali pojesti, da bi zadovoljili količino glutamata »enega ne preveč okusnega obroka z dodatkom glutamata, kot priporoča industrija«. (cit.: Wikipedia = <http://de.wikipedia.org/wiki/Glutamat>)

Pozor: glutamat se skriva pod mnogo imeni!

glutaminska kislina (E620)
kalijev glutamat (E622)
magnezijev glutamat (E624)
natrijev glutamat (E621)
kalcijev glutamat (E623)
amonijev glutamat (E625)
aroma, (mešana) začimba, sojina začimba

Čistim glutaminskim kislinam in sestavinam, ki se vežejo nanje z natrijem (natrijev glutamat), ali mineralu, kot sta npr. kalij (kalijev glutamat) ali magnezij (magnezijev glutamat), se po živilskem zakonu pripiše črka E s številko (E620, 625). V tako imenovanih »aromah« ali »izvlečkih kvasa« je prosta glutaminska kislina glavni nosilec okusa. Sicer ne obstaja v strogo prečiščeni obliki, zato tem snovem ni treba dodati oznake E. Navsezadnje pa so prav tako ojačevalci okusa, ki pa jih po zakonu kot takšnih ni treba navajati.

Potem pa kar dober tek: proizvodnja glutamata

Pri proizvajanju arom se rastlinska ali živalska beljakovina »bodisi vkuha s solno kislino in se takoj nato nevtralizira z natrijevim karbonatom ali natrijevim lugom, pri čemer nastane tudi kuhinjska sol, ali raztopi z novo metodo z encimi iz plesni in svinjske drobovine. Raztopina se filtrira in skladišči kot izboljševalec okusa. Začimba, ki se ne uporablja direktno v konzervah in gotovih jedeh, prispe na trg kot rjavo obarvana začimba, v rjavi barvi posušena kot sipna jušna začimba ali z dodatno maščobo zlepljena kot jušna kocka.

Čiste glutaminske kisline in njihove povezave (npr. z natrijem = natrijev glutamat) se že od 80. leta skoraj ne pridobiva več po prej opisani kislinski hidrolizi, sedaj uporabljajo predvsem fermentacijo.

... pa še nekaj malega o genski manipulaciji

Zaradi boljše gospodarnosti spremenijo jedro bakterij, ki naj bi proizvajale glutamat, s pomočjo genske tehnike spremenili. Poznan strokovnjak za prehrano, Udo Pollmer, o tem pravi: »Že leta 1980 je vodilni na trgu, Ajinomoto dobil japonski patent za gensko-tehnično izdelovanje ojačevalcev okusa. V podjetju so povedali, da imajo potrebo po novih mikroorganizmih, ki omogočajo proizvodnjo L-glutaminske kisline v velikih količinah.«

Za ta namen se bacilom »vneso hibridni plazmid, v katerega je bil predhodno vnešen del DNK z genetsko informacijo za gradnjo L-glutaminske kisline.« (Udo Pollmer gegneuber Deutschland Radio Berlin; 20.9.2003)

Glutamat-sporna snov pro in kontra

PRO

Glutamat je naravni sestavni del vseh živil, saj se v vezani ali prosti obliki nahaja v vseh rastlinskih in živalskih tkivih.

Glutamat je naraven izdelek, pridobivajo ga iz melase.

Glutamat ni odgovoren za tako imenovani sindrom kitajske restavracije. Dvojno slepe študije kažejo, da so težave testirancev pretežno psihosomatske narave.

Glutamat pomeni kvaliteto okusa. Japonci jo imenujejo »umami«, kar pomeni »okusen«, »začinjen«. Za Japonce je to posebna kvaliteta okusa, kot je sladko ali kislo.

Ta kvaliteta okusa je resnična in človek naj se je ne brani, pač pa naj bi jo užival. Brez strahu pred dobrim okusom!

KONTRA

Skrivnost je v količini!

Kdo v enem obroku zaužije 400 kokošjih jajc ali 12 kg špinače ali 25 kg čebule ali 14 kg korenja ali 5 kg krompirja ali 14 kg govedine itd.?

Toliko bi moral človek pojesti, da bi zadovoljil količino glutamata »enega-ne preveč okusnega-obroka z dodatkom glutamata kot priporoča industrija«.

Po izkušnjah sodeč, povzročajo umetno izolirane snovi (ki se poleg tega proizvajajo z gensko tehniko) več problemov kot naravne!

Resnica se glasi: Bel, soli podoben prašek, natrijev glutamat, prihaja iz laboratorija in bakterije, ki so potrebne za fermentacijo, npr. od glavnega proizvajalca Ajimota, so gensko manipulirane! Substrat, ki se cepi z gensko manipuliranimi bakterijami, je med drugim sestavljen iz izvora ogljikovega hidrata (npr. iz melase ali glukoze) in izvora dušika (npr. sečnina) ter ostalega. Pri tem je potrebno t.i. proces fermentacije neprestano uravnavati s pomočjo baz in kislin (npr. amonijev hidroksid in solna kislina) in tako pridobljeno glutaminsko kislino pripraviti in očistiti s pomočjo različnih kemijskih in mehanskih procesov. (prim. Pollmer, Udo Deutschland Radio Berlin; 20.9.2003)

Pri dvojno slepi študiji, na katero se ta argument nanaša, so kot placebo vzeli še bolj sporen aspartam, ki je pokazal podobne, a bolj dramatične reakcije kot glutamat (ki ga prav tako proizvaja Ajimotov koncern). Nič čudnega, da so imeli zato mnogi testiranci reakcijo na placebo! Zagovarjati se s tem, da je vse skupaj izmišljeno, ni prav nič znanstveno.

Dejansko pa po tej študiji zaradi domnevnega pomanjkanja dokazov glutamat velja kot neoporečen! Vsi številni poskusi na živalih, ki so dali dramatične rezultate, so označeni kot neprenosljivi na človeka! Zakaj potem izvajajo poskuse na živalih?

(prim. Grimm. Ernährungsluege str. 69/prim. www.biologie.de/biowiki/Glutamat)

Gurmani, ki ne želijo jesti dodanega glutamata, se s tem ne branijo dobrega okusa. Nočejo pač okušati ponareдка okusa, ki ga daje dodani glutamat, zavračajo zavajanje potrošnika (prim. Saarbruecker Zeitung, št. 297, 22.12.2005), zavračajo »doping za jezik«! (prim. Frankfurter Allgemeine Sonntagszeitung, 22. 8. 2004)

Dobra, naravna živila so okusna že sama po sebi ali zaradi arome, ki je naravno prisotna, ali zaradi glutamata, ki je naravno prisoten. Prisegajo na naravo, ki je tudi najbolj zdrav proizvajalec hrane in ne kemijski in genski laboratorij!

Vir: Vegetarisch geniessen, št. 1/07, prevod Urška Lindič

Recept je iz knjige **Živalim prijazna kuharica - K naravi, ki jo je izdalo Univerzalno življenje.**

Široki rezanci z gobami

Za 4-6 oseb

500 g širokih rezancev brez jajc
300 g suhih parčkov ali krah
ali
40 g suhih parčkov
2 srednje veliki sesekljani čebuli
1/8 l beliga vina
40 g maslana
jajna zmečka
4 žlice sesekljanega peteršilja
sol
suha mlina poper

Čas priprave:

približno 45 minut

Druga možnost: gobovi omaki dodajte malo olja ali par ali štiri žlice - razredčite z malo vode in na koncu zavrite.



1 Suha goba razrežemo v majhne kocke, malo vode in jih 20 minut čaka na gobe vodo. Potem jih na drobno sesekljamo. Dodamo jim čebulo, zmečkano jajco in maslo. Gobe zavremo na 20 g masla in.



2 Dodamo gobe (razrežemo jih na majhne kocke) in zavremo. Dodamo jim čebulo, zmečkano jajco in maslo. Gobe zavremo na 20 g masla in.



3 Široke rezance vredno zavremo v vreli vodi. Potem jih na drobno sesekljamo. Dodamo jim čebulo, zmečkano jajco in maslo. Gobe zavremo na 20 g masla in.



4 Umestimo 20 g maslana. Potem zavremo in zavremo. Potem zavremo in zavremo. Potem zavremo in zavremo.

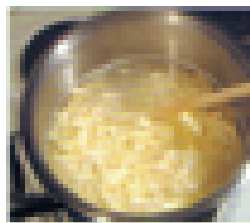
Rezanci z žajbljem

Za 4-6 oseb

500 g rezancev brez jajc
suhi žajbljev list
3 žlice oljčnega olja
sol

Čas priprave:

približno 20 minut



1 Rezance zavremo v vreli vodi. Potem jih na drobno sesekljamo. Dodamo jim čebulo, zmečkano jajco in maslo. Gobe zavremo na 20 g masla in.



2 Dodamo kuhano, soljeno in maslo. Potem zavremo in zavremo. Potem zavremo in zavremo.



Informacije in naročila knjige na tel.: 01/ 568-41-48, ali na naslovu: www.univerzalno-zivljenje.si info@univerzalno-zivljenje.si

Prvi vegansko - vegetarijanski lokal na Gorenjskem

V začetku julija so v Kranju na Sejmišču 1 odprli prvi vegansko - vegetarijanski lokal na Gorenjskem v kombinaciji s prodajo iBI izdelkov, krušnih namazov iz miroljubnega kmetijstva. Lokal Papala je na mirni lokaciji, na začetku starega dela mesta oz. na Mohorjevem klancu. Več o lokalu nam je zaupala direktorica Janja Škrjanc, ki je tudi članica Društva za osvoboditev živali in njihove pravice.

Kakšne jedi so na voljo v lokalu Papala?

V prvem vegansko-vegetarijanskem lokalu na Gorenjskem je možno dobiti vse vrste testenin, raviolov, lazanje, pice vseh vrst, vegetarijanski žar, pestro izbiro solat in solatnih prelivov iz bogate ponudbe Lebe Gesund, pod kakovostno znamko "IBI". Sestavine so iz miroljubnega kmetijstva, pice in peciva so iz ekološke polnovredne moke podjetja Lebe Gesund prav tako iz miroljubnega kmetijstva. Vsa peciva so popolnoma brez jajc, po naročilu se dobijo tudi vse te dobrote tudi brez mleka. V ponudbi so tudi napitki popolnoma ekološkega porekla, ki prihajajo iz miroljubnega kmetijstva. Naši gostje imajo v lokalu možnost tudi nakupa izdelkov Lebe Gesund, predvsem pa "IBI", krušnih namazov. Trgovina ponuja zelo pestro izbiro različnih vegansko - vegetarijanskih proizvodov. Proizvodi so brez emulgatorov, glutena, holesterola in konzervansov, so popolnoma naravni. Nedavno smo v ponudbo dodali tudi filtrirano vodo in čaje iz miroljubnega kmetijstva, nad katerimi so stranke navdušene.

Kako ste zadovoljni z odzivom v prvih mesecih odprtja vašega lokala?

Z veseljem ugotavljam, da k nam prihajajo stalne stranke praktično iz vseh koncev Slovenije. Najavljajo se tudi že zaključene družbe za različne priložnosti kot so poroke, obletnice, pogrebščine. Najbolj pa me veseli, da gostje skoraj vedno pustijo prazne krožnike, kar je dokaz

Omenjate, da je vaša hrana iz miroljubnega kmetijstva.

Kako se to kmetijstvo razlikuje od ekološkega?

Mnogi me sprašujejo zakaj je ta hrana tako okusna, polna in daje človeku dovolj energije za delo skozi cel dan. Mislim, da zato, kar se ljudje, ki nudijo to hrano, trudijo v svojem življenju ravnati po principu življenja: »Kar ne želiš, da ti drugi storijo, ne stori ti njim« in po desetih Božjih zapovedih. To je podlaga miroljubnega kmetijstva, ki se je odreklo ubijanju. Gre za miroljubno kmetijstvo, ki se zaveda, da zapoved Ne ubijaj velja tudi do narave in živali. V miroljubnem kmetijstvu se kmetje trudijo skrbno ravnati s polji, kulturami in materjo Zemljo. Njihova deviza je: Življenje ohranjati in podpirati, ne ubijati. Kmetje vedo, da pomenijo zdrava tla in zdrave rastline zdrave sadeže, samo zdrave rastline pa lahko dajo zdrava živila. Miroljubno kmetijstvo, ki sicer obstaja v okolici Würzburga, je revolucionaren način pridelovanja, kjer je v ospredju spoštovanje vsega, kar živi. Zato se polja in rastline ter najmanjša živa

za kvalitetno hrano. V prvih mesecih smo izvedli tudi anonimno anketo in skoraj vsi so izredno pohvalili hrano. Všeč jim je tudi ambient z mirno glasbo, svečkami, eteričnim oljem. Drobne stvari zelo vplivajo na počutje ljudi in mnogo naših strank pravi, da se v Papali zelo dobro počutijo, da jih naš prostor pomirja.

Za katere vegansko - vegetarijanske specialitete se gostje najrajši odločajo?

Zelo imajo radi vegetarijanske popečene klobasice iz Nemčije, zraven katerih dodamo prilogo s solato, popečenim tofujem, praženimi jurčki, zelenjavo, vse skupaj prelijemo z IBI omako. Ena od bolj popularnih specialitet je tudi solata Papala, ki vsebuje kuhano piro, zeleno solato, radič, pražene malancane, čebulo, papriko, jurčke, popečen tofu in IBI preliv. Pogosto naročajo tudi testenine z okusnim prelivom, juho iz hokaido bučk, čemaževo juho, čemaževe štruklje in vse vrste lazanj.

Kako pa je s picami?

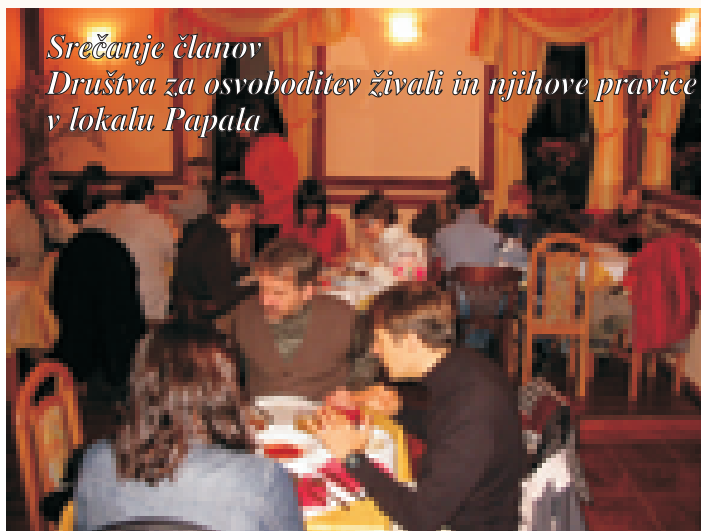
Zanimivo, prodamo največ veganskih pic, ki jih posujemo z različnimi vrstami semen (sezam, bučke, sončnice) in mandeljni. Opažam, da se ljudje vedno bolj izogibajo mlečnim izdelkom in se zanimajo za vegansko prehrano, torej za hrano, ki je brez sestavin živalskega izvora.

Ali lokal Papalo obiskujejo samo vegetarijanci in veganci?

Ne. Imamo tudi veliko gostov, ki sicer še vedno uživajo meso, vendar jim je naša hrana zelo všeč. Najbolj so navdušeni nad vegetarijanskimi burgerji, saj pravijo, da ni boljših v mestu. Lahko povem, da je nekaj ljudi pri nas sprejelo odločitev, da bodo postali vegetarijanci. Enostavno jih je prepričala okusna in polna hrana, po kateri so se zelo dobro počutili.



Janja Škrjanc (levo) - vodja vegansko-vegetarijanskega lokala Papala



Srečanje članov Društva za osvoboditev živali in njihove pravice v lokalu Papala

bitja ne obdelujejo niti s strupi niti z gnojem in gnojnico ali kemičnimi preparati. Vsako tretje leto polja mirujejo, da se lahko življenje v njih regenerira. Kmetje živali ne ubijajo, pri njih živeče živali živijo do naravne smrti, saj ne poznajo živinoreje za pridelovanje mesa ali mleka. Miroljubno kmetijstvo ni alternativa konvencionalnemu oz. ekološkemu kmetijstvu, je edina pot, ki prinese zdravo hrano ljudem in živalim, vsem pa mir. Miroljubno kmetijstvo trenutno nima alternative in je edina zaščita za živali. V ekološkem kmetijstvu še vedno ubijajo živali in na poljih uporabljajo gnojnico, s katerim pomorijo mikroorganizme v zemlji, ki so ključni za nastanek zdravih pridelkov.

Tel.: 04/236 09 69, GSM: 041 214 233
Delovni čas: od torika do nedelje
od 10. do 22. ure, ponedeljek zaprto

IZVIR ZDRAVJA - ZA DUŠO, TELO ... PLANET

Hotel Izvir Manzato Rogaška Slatina, prvi slovenski vegetarijanski hotel

V hotelu nudimo:

- vegetarijansko hrano
- široko ponudbo storitev komplementarnega in naravnega zdravljenja
- duhovne in druge delavnice
- drugo podobno ponudbo



Informacije, prijave:

Izvir d.o.o., 03/713-31-00, GSM 041/769-686 (Janko), e-mail: info@izvir.com, www.izvir.com

Pridite na naša srečanja in delavnice ali pa si privoščite vsaj vegetarijansko kosilo (5 €) ali večerjo (4 €).



Smo v
21. stoletju.
Ali še
vedno jeste
živali?

www.vsevedaizvir-zivali.org
info@izvir.com



Dr. Hauschka

Kozmetika

Naravna nega las

Sijajne možnosti za vitalen videz vaših las – v znamenju narave

- 🌿 Aromatičen vonj po sadju, zdravilna zelišča iz kontrolirane biološke predelave so osnova za zdravo lasišče, naraven lesk in krepke lase.
- 🌿 Proizvodi ne vsebujejo kemično-sintetičnih dišav, barvil, konzervansov in niso preizkušeni na živalih.



DERMATOLOŠKO
TESTIRANO



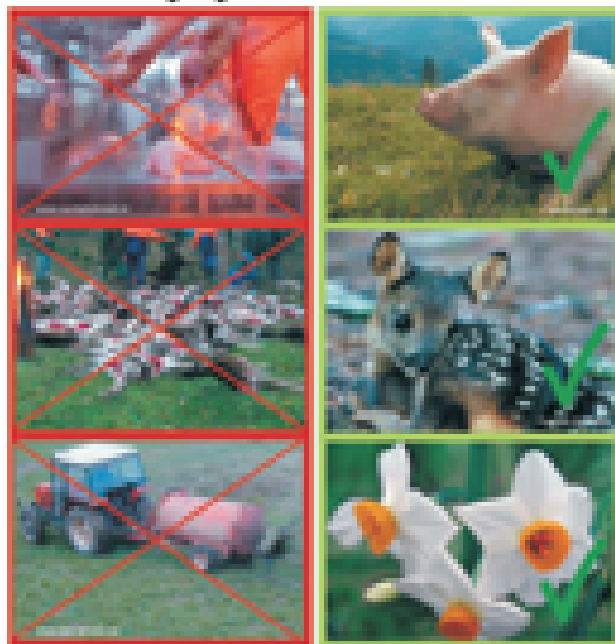
Iz narave za vas

Prodajna mesta: lekarnе, Sanolabor, specializirane prodajalne in kozmetični saloni

Nutex
d.o.o.

Pooblaščen zastopnik za Slovenijo: NUTEX, d. o. o.,
PE Slamnikarska 14, 1230 Domžale
telefon: 01/72 194 71 e-mail: info@nutex.si www.nutex.si

Želimo živeti v Evropi, ki ne dovoljuje ubijanja živali in narave



www.vsevedaizvir-zivali.org info@izvir.com
izvir.com

Pomladite svojo kožo s klamatskimi algami

Ohranite elastično kožo s kozmetiko iz klamatskih alg

Podjetje Nutrigea, proizvajalec vodilne blagovne znamke na področju naravnega obnavljanja kože, predstavlja novo revolucionarno linijo naravne kozmetike. Nutrigeini izdelki vsebujejo najmočnejše in ekskluzivne hranljive, povsem naravne sestavine, brez umetnih dodatkov. Osnovna prednost Nutrigeine kozmetike je v izredni hranilni in terapevtski moči divjih mikroalg iz jezera Klamath, katerih lastnost je, da hranijo kožo in lasišče ter ohranjajo njuno naravno ravnovesje. Naravno kozmetiko Nutrigea lahko dobite ali naročite v podjetju VIDA Studio iz Ljubljane.

Klamatske mikroalge so edine alge, ki uspevajo v divjini, v neokrnjenem jezeru vulkanskega izvora. Vsebujejo 30 oligo elementov, 14 vitaminov, 15 karotenov, 20 aminokislin in maščobne kisline Omega-3 in Omega-6. Vsebujejo pa še vrsto drugih hranljivih molekul (klorofil, fikocianin, polisaharide), ki učinkujejo antioksidativno in zagotavljajo odlično odpornost tudi proti kožnim vnetjem. Da so klamatske alge močno kozmetično sredstvo je pripisati izredni vsebnosti antioksidantov in protivnetnih snovi, ki jih koža zlahka absorbira. Zaradi svoje celične zgradbe lahko mikroalga hitro in povsem prodre skozi vrhno plast kože. Poleg klamatskih mikroalg vsebuje Nutrigeina

kozmetika še veliko drugih pomembnih snovi iz naravnih virov, katerih odlično delovanje in učinkovitost potrjuje njihova dolgoletna uporaba. Poudariti moramo tudi, da izdelki NE vsebujejo konzervansov, barvil in parfumov kemijskega izvora, prav tako ne konzervansov, sečnine, živalskega glicerina in ne natrijevih lavril sulfatov kemijskega izvora. Proces embalaranja, zgoščanja in penjenja poteka s pomočjo nadomestnih sestavin, ki pa so tako blizu naravnim, da jih lahko uporabljamo brez vsakršne škode. Nutrigeina kozmetika predstavlja povsem novo kozmetično linijo.

Nutrigea za nego obraza - hranilna krema s klamatskimi algami

Nutrigea krema za obraz je obogatena z naravnimi sestavinami, ki kožo ščitijo, obnavljajo in hranijo ter s svojimi sestavinami izboljšujejo njeno čvrstost in elastičnost ter ji zagotavljajo obstojno vlažnost. Krema pomaga odpravljati in preprečevati znake staranja kože, saj vsebuje antioksidantne in protivnetne sestavine (klorofil, fikocianine, več kot 15 karotenov), minerale in druge dragocene antioksidacijske vitamine. Izvlečki agrumov (grenivka, mandarina) imajo enake značilnosti. Zahvaljujoč tem sestavinam deluje krema antioksidantno in protivnetno (preprečuje pordečitev kože in preobčutljivost na zunanje dejavnike, kot so veter, smog, stres ipd.). Krema pomaga pri razdraženi koži, pokanju kapilar, površinskih opeklinah, ekcemih, aknah in raznih infekcijah. Bogata

hranilna vrednost klamatskih alg z vsemi 14-imi naravnimi vitamini, 30-imi oligoelementi, maščobnimi kislinami in žlahtnimi beljakovinami zagotavlja, da je koža popolnoma prehranjena, da se hitro prilagodi in postane čvrsta. Po nanosu postane koža mehka, gladka in elastična. Dodatni pomembni sestavini, palmino in karitejevo maslo, sta zlasti primerni za suho in občutljivo kožo, saj jo hranita in ohranjata tonus. Naravne sestavine kreme zelo osvežujejo kožo in ohranjajo njeno ravnovesje in vlažnost. Nutrigea krema za obraz je dragocen naravni kozmetični izdelek, ki upočasnjuje staranje kože in odpravlja gube. Namenjena je negi obraza, okolice oči in dekolteja. Primerna je tudi za nego telesa, za vse tipe kože in vse starosti.

Nutrigea dental za nego zob, dlesni in ustne votline - zobna pasta s klamatskimi algami

Čiščenje zob z Nutrigea zobno pasto s klamatskimi algami vzdržuje higieno ustne votline in ne poškoduje sklenine. Protibakterijsko in protivnetno učinkujejo sestavine klamatskih alg (zlasti fikocianini), izvlečki limone, grenivke, sladke pomaranče in mandarine pa usta osvežujejo in odpravljajo težave z dlesnimi. Priporočljiva tudi za kadilce. Zaradi vsebnosti vlažilnih in mehčalnih sestavin (sorbitol,

semena rastline guar, rastlinski glicerol), visokega deleža mineralov (klamatske alge, kalcijev karbonat), silicijevega hidrata in melalevke, pripomore k celjenju ran in zaustavljanju krvavitve iz dlesni. Timijan in janež dodatno razkužujeta in osvežujeta ustno votlino. Zobna pasta je primerna tako za otroke kot tudi za ljudi, ki se zdravijo homeopatsko.

Nutrigea šampon - šampon s klamatskimi algami, ki hrani vaše lasišče

Šampon Nutrigea je namenjen predvsem pranju lasišča s prhljajem, ki ga absorpcijsko delovanje zelene gline zelo hitro odpravi. Zelena glina in mikroalge omogočajo idealno nego lasišča, poškodovanega in izčrpanega zaradi starosti in barvanja. Zaradi bogate vsebnosti antioksidantov (karoten, fikocianini, klorofil) zelo dobro ščitijo lasišče pred zunanjimi oksidanti. Zahvaljujoč protibakterijskemu učinku, ki vsebuje rastlinski glicerol, izvlečke mandarine, sladke pomaranče in grenivke, klamatsko mikroalga in zinzelen, (hranilne in

čvrstilne snovi), je uporaba šampona Nutrigea idealna pri luščenju kože in/ali srbežu, ki sta posledici spremembe lasišča (vnetje lojnic, luskavica, suh prhljaj, prehitro mastenje las ipd.). Poprova meta in majaron delujeta razkuževalno in osvežilno. Zaradi vseh teh nežnih sestavin je šampon idealen tudi za vsakodnevno nego las.

Izdelke Nutrigea lahko naročite na:

Naravna kozmetika Nutrigea vsebuje izredno hranilne klamatske alge, ki jih pridobivajo iz neokrnjenega Klamatskega jezera

VI-DA Studio d.o.o.
Tržaška 132, Ljubljana

Tel.: 01/256 74 74, tel., fax: 01/256 40 99

www.vidastudio.si
info@vidastudio.si

KRZNO:



**LEŽI ODRTA KOŽA
NA VAŠIH RAMENIH?**

PETA

**razmisli
preden ješ**



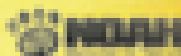
**Video posnetki
mučenja in
trpljenja živali**

Trpljenje povzročamo živalim namerno ali nenamerno. Video posnetki na spletni strani Društva za osvoboditev živali in njihove pravice <http://www.osvoboditev-zivali.org/?arhv=14053> so namenjeni temu, da se seznanimo, kakšne grozljive posledice imajo lahko nekatera

naša dejanja, nakupi določenih artiklov. Vsi smo vzrok manjšemu ali večjemu trpljenju živali, in na nas je, ali bomo pri tem trpinčenju kot potrošnik sodelovali ali pa si bomo prizadeli za njegovo zmanjšanje oz. odpravo. Nasprotno pa smo lahko do trpljenja živali ravnodušni, se vdamo v usodo, ga upravičimo kot "nekaj naravnega", nekaj kar človek počne že od pamtiveka ali pa izberemo nek drug izgovor, ki nas pomiri. Na nas je torej, ali bomo ob gledanju posnetkov, razmislili kaj lahko naredimo, da to trpljenje zmanjšamo oz. odpravimo, ali pa bomo ob gledanju iskali opravičila zanj. Pomagajte odpraviti trpljenje živali in pošljite povezavo do kratkih filmov tudi svojim prijateljem in znancem!

**Kako se človek počuti
tik preden je umorjen?
Vprašajte svoj zrezek!**

Svinje so zelo inteligentna in občutljiva bitja. Ko morajo v klavnici gledati, kako ubijajo njihove sovrstnike, se jih poloti smrtni strah. Pri tem izločajo velike količine stresnih hormonov, ki nazadnje končajo na naših krožnikih. Zmajevanje z glavo ne pomaga. Dokler bodo ljudje mislili, da živali nič ne občutijo, bodo morale živali občutiti, da ljudje nič ne mislijo.



Adijo meso:

Živeti bolj zdravo in dovoliti živalim živeti

Število vegetarijancev izredno hitro narašča - moralni razlogi so odločilni

Vedno več ljudi se v svoji prehrani odpoveduje mesu. Od leta 1983 se je dvignilo število vegetarijancev od 0,6 odstotkov prebivalstva na 8 odstotkov, poročajo Lekarniški razgledi. O motivih je bilo doslej malo znanega. Ena od študij Inštituta za psihologijo Univerze Friedricha Schillerja v Jeni je pokazala, da se večina vegetarijancev iz moralnih razlogov odpoveduje »šniclom« in mesni hrani nasploh: ker morajo zato biti umorjene živali, ker je reja živali povezana s trpljenjem ali s kršitvijo njihovih pravic. (Vir: Lekarniški razgledi, 9/2006)



Pečeni piščanci pokvarili želodce šolarjev

Velik alarm za zdravstvene urade v avstrijskem Burgenlandu: do 150 šolarjev je po zaužitju pečenih piščancev kazalo simptome zastrupitve s hrano. Že kmalu po kosilu so šolarji tožili nad siljenjem na bruhanje, nad težavami s krvnim obtokom in nad močno drisko. Pet urgentnih zdravnikov in 25 reševalnih avtomobilov Rdečega križa je bilo na delu, da so več kot 90 obolelih šolarjev prepeljali v bolnišnico. (Vir: SPIEGEL ONLINE, 21.9.2006)



Kdaj bo zdravstveno zavarovanje za vegetarijance cenejše tudi v Sloveniji?

Nizozemska: Za vegetarijance bo zavarovanje cenejše

Nizozemska daje vzgled: S 1. januarjem 2006 je pričela veljati obsežna zdravstvena reforma, vegetarijancem bo odslej ponujena »Vegepolica«. Premije so do deset odstotkov nižje kot za običajno zdravstveno zavarovanje. Tudi za nekadilce in antialkoholike bodo posebna zdravstvena zavarovanja. »Vse to je utemeljeno s statistikami, ki dokazujejo, da vegetarijanci, nekadilci in nealkoholiki živijo bolj zdravstveno ozaveščeno, manjkrat obolevajo in zato tudi manj pogosto obiskujejo zdravnika.« piše Stuttgarter Zeitung (19.9.2006). Če bi se s časom pokazalo, da se mesojedci in kadilci protizakonito poslužujejo ugodnejših tarif zdravstvenega zavarovanja na ta način, da dajejo napačne podatke o svojem resničnem načinu prehranjevanja, načrtujejo zavarovalnice protiukrepe: pred potekom zavarovalne police bodo testirali kri.



Sevanje mesa divjadi

Tudi 20 let po eksploziji v jedrski elektrarni Černobil je obremenitev mesa divjadi s sevanjem daleč nad dovoljeno mejno vrednostjo 600 bekerelov. Deloma so bile izmerjene vrednosti celo od 12.000 do 14.000 bekerelov. (Vir: Mittelbayerische Zeitung, 20.9.2006)

Praznovanje zahvale za žetev pridelkov brez genske tehnike na Marijinem trgu v Münchnu

»Manipulacija z gensko tehniko je zločin nad stvarstvom!« S tem motom je na Marijinem trgu v Münchnu sklicala organizacija »David proti Goljatu« prvo praznovanje zahvale za žetev brez genske tehnike. To je bila tudi velika protestna akcija proti ministru za potrošništvo, Horstu »Genhoferju«, ki je bil pobudnik noveliranja zakona o genski tehniki. S tem noveliranjem naj bi se proizvajalcem genetsko spremenjene hrane odslej ne bilo več treba držati obsežnih predpisov o odgovornosti. »S to prireditvijo želimo prepričljivo spomniti na to, da naša hrana, naša živila ne prihajajo iz zamrzovalne skrinje supermarketov, ampak nastanejo iz blagoslovljene povezave med soncem, zrakom, vodo in zemljo kot božanski dar. Zelo jasno pa želimo opomniti, da odločno odklanjamo vsako obliko genetske manipulacije, ker je za nas poseg v božji red stvarstva,« kot pravi Bernhard Fricke, predsednik društva »David proti Goljatu«. Med pridelovanjem z gensko manipulacijo in naravnim pridelovanjem ne more biti nobenega kompromisa.

Vir: Freiheit für Tiere št. 4/2006, prevod Blanka Prezeli



Foto: Vegetarisch genießen, št. 3/04



ostanite vitki

iBi

„Sem več kot krušni namaz!“

„Sem svež kremast namaz iz sonèniènih semen, sem rahel kot sveži sir, toda popolnoma rastlinski in seveda brez holesterola. Poskusite me lahko v 13 okusnih variantah.

Toda nisem samo to: razredèen z nekaj vode ali belim vinom in segret, sem v 5 minutah odlièna omaka za testenine, riž, krompir ali zelenjavo.

Èe mi umešate vodo ali kis in olje, sem èudovit kremast solatni preliv.

Tudi pri peki vam kot „iBi pur“ nadomestim mleko in jajca...
in, in, in...!

Odkrijte me, sem vsestranski in tudi zdrav, saj vam prinašam veliko veèkratno nenasièenih mašèobnih kislin.“

Prodajna mesta:

Trgovina "K NARAVI", Celovška cesta 87, Ljubljana
- tel. 031-681426, 01/5055799

Tržnica Ljubljana, Pogaèarjev trg 1 - vsako soboto -
tel. 031-681 426

Ekološka tržnica Novo mesto -
vsak prvi petek v mesecu - tel. 031-681 426
Kranj, Sejmišèe 1, Lokal „PAPALA“, K NARAVI
DOBRO ZA ŽIVLJENJE, Janja Škrjanc s.p.,
Sejmišèe 1, Kranj - tel. 041-214 233

Ekološka tržnica Posestvo Strahinj, Strahinj 99,
K NARAVI-DOBRO ZA ŽIVLJENJE,
Janja Škrjanc s.p., Sejmišèe 1, Kranj
(ob torkih popoldan) - tel. 041-214 233

Tržnica Celje, Linhartova ulica 5: ŽIVETI Z NARAVO
TRGOVINA, Stanka Valpatìe s.p., Ostrožno pri
Ponikvi 26, Ponikva - tel. 031-281 868
Maribor, Titova cesta 56, ŽIVETI Z NARAVO
TRGOVINA, Stanka Valpatìe s.p., Ostrožno pri
Ponikvi 26, Ponikva - tel. 031-281 868

www.ibi-vegan.si



brez holesterola

Zdrav in dober tek

prema

100%
vegetarijansko,
seveda!

U. Mavrič, Ljubljana, 01 510 11 19 www.prema.si

Zdrav in dober tek

prema

100%
rastlinsko,
seveda!

Vitaquon
m'oliva B10

U. Mavrič, Ljubljana, 01 510 11 19 www.prema.si