



Bonifert Anna Állatvédők Könyve







Bonifert Anna

Állatvédők Könyve





Írta: Bonifert Anna
Borítót tervezte: Óry Krisztián

Címlapfotó: Csíkos István
Korrektúrát végezte: Tátrai Tímea

A könyv terjesztőinek listáját a szerző oldalán találod:

www.veganallatvedelem.blogspot.com
[www.facebook.com/ Vegán Állatvédelem](https://www.facebook.com/VegánÁllatvédelem)





Tartalom

1. Az állatok jogai	12
• Az állatok jogai	12
• Beszélgetés egy jogással	16
• Albert Schweitzer: Az élet tisztelete	18
2. Állatok a családban: Kutya és Cicák	21
• Vásárlás vagy örökbefogadás?	21
• Bobó happy endje	24
• Menhelyek és gyepmesterei telepek	28
• Menhelyi önkéntesség	30
• Ideiglenes befogadás	31
• Pároztatás, avagy szaporítás	32
• Ivartalanítás	34
• Cikatappancs FC	37
• Tanácsok örökbefogadóknak	41
• Teendők a talált kutyával	43
• Teendők, ha állatkínzást fedezünk fel	45
3. Állatok a szórakoztatóiparban	47
• Állatkertek	47
• A medvetánc vége	49
• Úszás a delfinekkal	51
• Cirkuszok	52
• Díszállatok	54
• Lovaglás	56
• Vadászat, halászat, bikaviadal, rodeó...	57
• Halál	58





4. Állatok a kísérletekben 60

- Informált beleegyezés 60
- Egy laborból mentett kutya története 61
- Kutatók, akik szembeszálltak az állatkísérletekkel 64
- Megbízhatóak-e az állatkísérletek? 67
- Állatkísérletek helyett 69

5. Állatvédelem és környezetvédelem 72

- Olajkitermelés 72
- Vízhány és vízszennyezés 73
- Élelmiszertermelés 75
- Éghajlatváltozás 77
- Génmódosított növények 81
- Mindenki felelős vagy senki sem felelős? 83
- Mit tehetek én? 84

6. Állatok a tányéron 86

- Kettős mérce 87
- Madárkám, Matilda 88
- Kecsa megmentése 92
- Fogalmam sem volt... 95
- Halászat 99
- Állatjóléti mozgalmak 102
- Levél egy vegán világból 106
- Vegán 108

7. Változni és változtatni: Egy és ugyanaz! 113

- Változás 113
- Brúnó története 114
- Mi tart vissza? 117
- Egészséges a vegán étrend? 118
- Vegán háztartás: bőr, gyapjú, méz és egyéb állati összetevők 130
- Nem vagy egyedül! 139





- Nyugis válaszok hülye kérdésekre 141
- Szeretettel kommunikálni 144
- Lesz-e valaha vegán a világ? 145

8. Az állatvédelem pszichológiája 148

- Állatkínzók vizsgálata és kezelése 148
- Az elhárítás 152
- Az emberi felsőbbrendűség ideológiája 158
- Az erkölcsi fejlődés 159
- A változás lélektana 161
- Saját kutatásaim 163

9. A jövő hangjai 167

- Vegán gyerkőcök és kamaszok 167
- Így lettem vegán – rövid beszámolók felnőttektől 172
- Így hatott az én változásom másokra 175

Felhasznált anyagok	178
Ajánlott könyvek, videók, weboldalak	180
Köszönet	183







„Minden pillanat lehet fordulópont. A megszokás illúzió, a szabadság valóság.”

Feldmár András







Reménytelen?

Egy nagy bögre forró kakaó mellett kezdem írni ezt a könyvet. Eszembe jut egy hideg január elseje, sok-sok évvel ezelőttről, amikor először határoztam el, hogy állatvédelmi megfontolásból növényi étrendre térek át. Pár hét után feladtam, és az ok véletlenül épp a kakaó volt. Nem bírtam ki nélküle. Akkoriban nem lehetett még minden közértben növényi tejet kapni és nem volt internetünk sem, hogy utánaolvassak az egész témának. Az első próbálkozásom kudarcba fulladt. A második rá egy évre nem kevésbé. Évek teltek el, mire összeállt minden, ami kellett: egy könyv, ami megrázott, felrázott és elindított, emberek, akik segítettek – és persze az internet. Kis semmiség ma már az, ami valaha nehézséget okozott, s ami akkor lehetetlennek tűnt, ma már természetes.

Tény, hogy nem minden jó irányú próbálkozást koronáz siker. De amíg újra és újra próbálkozunk, esélyes, hogy egyszer mégiscsak sikerül. Ugyanígy van ez az állatvédelemmel is. Ma még hatalmas akadályok tornyosulnak előttünk. Lebonthatatlannak tűnő falak. De lesz majd egy nap, amikor ezekre úgy tekintünk vissza, mint én ma a kakaóra.

Egy időben sokat hallottam sokaktól: „*Hiába teszel akármit, nem fogod megváltoztatni a világot*”. S én egymagam valószínűleg tényleg nem. De sokan vagyunk és egyre többen. Soha ilyen ütemben nem változott még a világ, mint napjainkban. Soha ilyen irdatlan tempóban nem terjedt még az információ, mint manapság. Ha van korszak, ami változást hozhat, akkor ez az a korszak.

Meggyőződésem, hogy a világszerte felfoghatatlan méreteket öltő brutális állatkínzást, mely ma még legyőzhetetlennek látszik, meg lehet szüntetni. Egyelőre nem sikerült. Egyelőre képtelenségnek tűnik. De nem az. Próbálkozunk, beleadjuk a legtöbbet, ami tőlünk telik és bárki bármit mond, nem adjuk fel.

2012. október 6.





1. Az állatok jogai

Elképzelem, ahogy belépnek a szülőszobába. Egyikük jobb felől mellém lép és egyetlen gyors mozdulattal az ágyhoz szíjaz. Nem értem, mi történik. A másik balról közelít, s egy kemény, de közönyös mozdulattal kiveszi a kezemből az újszülöttet, megfordul, s a következő pillanatban már csak a háta mögött becsapódó ajtót látom. A legszörnyűbb történet velem, ami csak anyával történhet. Úrrá lesz rajtam a pánik, de tehetetlen vagyok. Senki nem törődik az ordításommal...

Mindez soha nem történhet meg. Soha senki nem veheti el tőlem a gyermekemet. Biztonságban vagyok, törvények védenek, mert ember vagyok. Ám ugyanez a jelenet nagyjából napi szinten lejátszódik a tejiparban. A tehenektől a hozzánk hasonlóan 9 hónapos terhesség után – mind a nagyiparban, mind a kis tehenészetekben – szülés után azonnal elveszik a borjakat. Tehetetlenek és senki nem törődik az ordításukkal. Hogy lehetséges ez?

Számunkra – emberek számára – a jogrendszer garantálja, hogy sem fogva tartani, sem elhurcolni ne lehessen minket. Nem lehet minket belegegyezésünk nélkül dolgoztatni. Nem lehet minket eladni vagy megvenni. Nem lehetünk senki tulajdona. Olyan magától értetődő dolgok ezek, amikre többnyire nem is gondolunk. Akár a napfény vagy az oxigén, de mégsem olyan. A nap és az oxigén tőlünk függetlenül jelen van körülöttnk. A jogrendszert azonban évezredek alatt alakítottuk ki, és korántsem garantált mindig ilyen biztonságot, ahogy ma sem garantálja mindenütt mindenkinek. Arra szeretnék rámutatni, hogy egyformán adottnak, természetesnek vesszünk dolgokat, noha van, amit mi alkottunk, és van, amit nem. Van, ami természetes és van, ami pillanatnyilag itt tart. Van, amin nem áll módunkban változtatni és van, amin tudunk és kell is változtatni.

A jogrendszert azért alakítottuk ki, hogy biztonságot adjon. De kinek? Amióta csak ember az ember, alkot törvényt. Ám ezek a törvények soha nem vonatkoztak mindenkire egyformán. Mióta mi irányítunk, ebben a világban még nem volt egyenlőség. Az ember alkotta törvények mindig a megalkotóikat védték. A hatalmi pozícióban lévőknek több jogot ítéltek meg, mint az alávetett helyzetben élőknek. Hosszú-hosszú





munka és küzdelem eredménye, hogy ma már a mi kultúránk jogilag nem tesz különbséget sem rassz, sem nem, sem társadalmi réteg szerint. Az egyenlő jogokat garantáló szabályrendszer természetesen nem működik tökéletesen, de elvi szinten minden emberi lénynek azonos jogokat ítél meg.

1998 óta léteznek Magyarországon állatvédelmi törvények. Ez azonban nem tévesztendő össze a jogokkal. A törvények értelmében az embereknek kötelesegeik vannak az állattartásban, de az állatoknak jogaik nincsenek. Az állatvédelmi törvények egy amolyan közepkategóriás alapozóhoz hasonlóan takargatnak egy alapjaiban elrontott helyzetet. Ha holnap felteszem a Vaterára a kutyát, akivel kilenc éve élünk együtt...

...és eladom öt 50 ezer forintért, akkor ezzel sem szabálysértést, sem bűncselekményt nem követek el. Ha a kilenc éves fiamat teszem fel ugyanezzel a céllal a Vaterára, annak természetesen súlyos következményei lesznek. Noha számomra mindkét példa egyformán abszurd, a jogrendszer mégis éles különbséget tesz. Az emberek esetében jogilag lehetetlen, ami az állatok esetében elfogadott: a birtoklás és a kereskedelem. Mindez azon alapszik, hogy az ember a jogi személy kategóriába tartozik, míg az állat *ingóság*.

Volt idő, amikor az Afrikából származó emberek a világ egy részén nem számítottak személynek. Ingóságok voltak. Legálisan lehetett őket adni-venni, fogva tartani, megölni vagy elválasztani egymástól, akárcsak ma az állatokat. A bőrszínük miatt? Nem, dehogy. Sokkal inkább azért, mert annak idején az ő kultúrájuk technikai fejlettsége jóval az európai alatt volt. Tehát gyengébbek voltak. A fehér ember kihasználva erőfölényét könnyedén foglyul ejtette és saját érdekei szerint használta őket. Utána természetesen jöttek az érvek: az afrikai őslakosok nem olyan intelligensek, nem is tudnak beszélni, valójában nem is emberek. Hamarosan többeknek feltűnt: ez nem így van. Akkor jött egy másfajta érvelés, miszerint nélkülük összeomlana a gazdaság, sőt, olyan érveket is hangoztattak akkoriban, hogy nekik, mármint a rabszolgáknak, nem is lenne jó szabadnak lenni, sőt, tulajdonképpen a többségnek kifejezetten jó így, csak persze nem kellene őket korbácsolni, természetesen emberségesen kellene bánni velük. Megdöbbenő, de jól dokumentált források bizonyítják,





hogy valóban ilyen érvek hangzottak el rendszeresen az akkori vitában.

Nem olyan intelligensek, nem tudnak beszélni, nélkülük összeomlana a gazdaság, nem is olyan rossz nekik, csak emberségesebben kéne bánni velük... – ugyanezeket az érveket halljuk az állatjogi aktivisták ellenlábasaitól. Akárcsak egykor az afrikai őslakosok, úgy az állatok a mai napig: ingóságok. Valamik és nem valakik. De miért?

Erre a kérdésre tudósok és nagy gondolkodók egész hada kidolgozott már válaszokat. Nos, igen, az állatok intellektusa bizony-bizony alulmúlja az embereket, amennyiben az emberi intelligencia kritériumaival mérjük őket. Az állat nem épít felhőkarcolót, nem ír sem verset, nem gyárt okos-telefont. De biztos, hogy ez az oka? Ezért kezeljük őket ingóságoknak?

Úgy vélem, nem. Az, hogy kit nevezhetünk valakinek és kit valaminek, valójában nem az intelligencián múlik. Ha így lenne, akkor sem az értelmi fogyatékosoknak, sem a kisbabáknak, sem a szenilis öregembereknek nem lennének alapvető emberi jogaik. Az intelligencia foka nem elégséges indok ahhoz, hogy alátámassza azt, amit teszünk: erőfölényünket felhasználva saját céljainkra használjuk az állatokat, arra az önkényesen kialakított alaphelyzetre alapozva, hogy jog szerinti tulajdonosaik vagyunk. Azt mondják, az állatok az emberekért vannak. Leginkább ahhoz a régi világnézethez hasonlít ez, mely szerint a Nap és a többi bolygó a Föld körül kering. Csakis a Föld, a mi saját bolygónk lehet a középpont! Tévképzet – mi más lehetne? Akárcsak az, hogy minden nálunk gyengébb lény értünk van. Olyan ez, mintha egyenlőségjelet tennénk az erő és a fontosság közé. Attól, hogy több az erőnk, több a hatalmunk, miért lennénk felsőbbrendűek?

Minél többet gondolkodom ezen, annál inkább úgy tűnik, hogy ez az egész emberi felsőbbrendűséget hangoztató ideológia végső soron csak azért született, hogy kimagyarázza, amit végtelen mohóságunkban a természettel tettünk. Valamikor réges-régen az emberi történelem hajnalán fokozatosan, de egyre gyorsabban képessé váltunk uralni, kontrollálni, irányítani a többi élőlény életét és halálát, s valahogy menet közben nem jutott eszünkbe feltenni a kérdést, hogy helyes-e.

Ahogy az angol mondás frappánsan kifejezi: „*might is right*”, vagyis ha képes vagy rá, akkor a jogod is megvan hozzá. Az erőfölény feljogosít. Valójában természetesen nem jogosít fel, de úgy teszünk, mintha. Az ovi-





ban a nagyobb gyerek is elveszi a kisebbtől a játékot, pusztán azért, mert megteheti. Jó esetben az óvó néni észreveszi és korigálja a helyzetet. A nagy baj az, hogy emberiségnek nincsen óvó nénije, aki rászóljon, hogy nem szabad. Elszaladt velünk a ló és elszabadult a pokol. Mivel visszafordulni már nem tudtunk, nem maradt más megoldás, mint megalkotni az emberi felsőbbrendűség ideológiáját, ami alapján az embert ma is személynek, az állatot ingóságának kezeljük. Ilyen alapon azt teszünk velük, amit akarunk.

„Elfogadhatjuk-e azt az érvelést, hogy mivel az ember okosabb más fajoknál, jogai és érdekei is mások, mint amazoké? Hiszen a felsőbbrendű értelem éppen hogy nagyobb felelősségre kötelezi: ahogy a felnőtt felelősséget vállal a gyerekért, úgy kell az embernek felelősséget vállalnia az állatokért. Nemigen látunk okot rá, hogy a fajok közötti fizikai különbségek más erkölcsi következményekkel járjanak, mint a fajon belüli különbségek. Kegyetlenül bánni a gyengével és behódolni az erősnek – ez a gyávák és a kíméletlen zsarnokok erkölcsse.”

Richard D. Ryder

Ahogy Ryder is írja: erkölcsi szempontból különbséget teszünk pusztán arra alapozva, hogy különböző fajokhoz tartozunk. Az embert egy erkölcsileg értékesebb, magasabb rendű, felsőbbrendű élőlénynek tekintjük. Hatalmunkban áll és számunkra így kényelmes. Mert gyermekkorunktól fogva megszoktuk, vagyis ezt tanultuk.

A jelenlegi jogrendszer minden ember jogát elismeri arra, hogy szabad legyen, és ne lehessen tulajdona senkinek. Az állatok ezen alapvető, minimális jogát a társadalmunk – ma még – nem ismeri el. Ha csak a rabszolgaság intézményére tekintünk vissza, be kell, hogy lássuk: bizony van az úgy, hogy a jogrendszer nincs rendben. Bizony van az úgy, hogy amiben felnőttünk, amit természetesnek vettünk, az nincs rendben. Van az úgy, hogy mi felismerjük ezt, amit korábbi generációk nem ismertek fel és minden tőlünk telhetőt meg kell tennünk, hogy változtassunk ezen.





Beszélgetés egy jogással



Gary L. Francione jelenleg a newarki Rutgers Egyetem jogi és filozófiai karának professzora. Ő volt az első, aki állatjogot tanított egy amerikai jogi iskolában. Emellett tanít emberi jogokat, büntetőjogot, büntetőeljárásokat és jogi filozófiát. Állatjogi témában több könyve jelent meg,

pl.: *Animals, property and the law* (1995); *Rain without thunder* (1996); *Animals as persons* (2008).

BA: Amikor az állatok jogairól beszélünk, pontosan milyen jogokat szeretnénk nekik kiharcolni?

GLF: A magam részéről ezalatt az arra való jogukat értem, hogy ne kezeljék őket valaki tulajdonaként. Másként fogalmazva: a jogukat arra, hogy non-humán személyekként tekintünk rájuk. Ennek az egyetlen jognak az elismerése maga után vonja az állatok használatának teljes beszüntetését.

BA: Miért olyan fontos, hogy tulajdonként vagy személyként tekintünk az állatokra?

GLF: Amennyiben valakire tulajdonként tekintünk, az azt jelenti, hogy az értékét mi határozzuk meg, s nem ismerjük el annak saját, önmagáért való értékét, ami független a mi megítélésünktől. Amikor egy élőlényre tulajdonként tekintünk, akkor az illetőt úgy fogjuk fel, mint „tárgyat”, mint „valamit”. Pontosan ez az a tényező, ami lehetővé teszi az állatok kizsákmányolását. Továbbá abból fakadóan, hogy az állatok az emberek tulajdonai és hogy az érdekeik védelme pénzbe kerül: az állatjóléti törvénymódosítások és reformok által szolgáltatott védelem mindig nagyon-nagyon alacsony szintű lesz.

BA: Mi lenne a következménye annak, ha az állatok megkapnák azt a jogot, amiért küzdünk?

GLF: Ha felismernénk, hogy az állatok non-humán személyek, akkor fel-





hagynánk a kizsákmányolásukkal. Ennyi. Többé nem fogyasztanak és viselnék őket, s nem használnánk többet tudományos, szórakoztatási vagy egyéb célokra. Gondoskodnunk kellene minden már élő háziállatról, de nem szaporíthatnánk őket többé – ebbe a kutyák, macskák és egyéb házi kedvencek is beletartoznak. Ami pedig a vadonélő állatokat illeti, békén kellene hagynunk őket és az élőhelyeiket.

BA: Milyen akadályok állnak ennek a változásnak az útjában?

GLF: Sok akadály áll az útban: önzés, kapzsiság, hatalmas erőszak-tolerancia és az a vélekedés, mely szerint az ember felsőbbrendű. Ez a négy jut elsőként az eszembe. Szeretjük az állati eredetű élelmiszereket és ruhadarabokat, és azt hisszük, morálisan elfogadható állatok milliárdjainak szenvedését és halálát okozni a mi messze nem létfontosságú igényeink érdekében.

BA: Mi az az abolicionista mozgalom?

GLF: Az abolicionista álláspont az állatok használatának teljes eltörlését támogatja és elutasítja az állatok kizsákmányolásának szabályozását. Azon alapszik, hogy az állatok érző lények és nem tartja mérvadónak, melyik milyen értelmi szinten áll. A vegán életmódot tartja erkölcsi minimumnak. Végül, de nem utolsósorban elutasítja az erőszak minden formáját, tehát az állatjogi aktivizmus terén is kizárólag a kreatív, erőszakmentes vegán ismeretterjesztést támogatja. Akik szeretnék jobban megérteni az abolicionista mozgalmat, látogassák meg a honlapomat! (abolitionistaproach.com)

BA: Mit tanácsolsz azoknak, akik segíteni szeretnének az állatokon?

GLF: Három dolgot tanácsolok:

1. Váljanak vegánná, vagyis hagyjanak fel az állati eredetű élelmiszerek, ruhák stb. fogyasztásával.
2. Vegyenek részt kreatív, erőszakmentes vegán felvilágosító munkában formális (pl.: iskolákban) és nem formális keretek között is (családi és baráti körben).
3. Fogadjanak örökbe egy hontalan állatot (vagy akár állatokat, ha módjukban áll).





Albert Schweitzer: Az élet tisztelete



„Az élet tiszteletének egyetemes erkölcse a minden teremtmény iránti szánalmat, ezt az oly gyakran szentimentálisnak csúfolt magatartást valóságos kötelezettséggé teszi, amely alól egyetlen gondolkodó ember sem vonhatja ki magát. (..) Az igazán erkölcsös ember szemében minden élet szent, még az is, amely emberi szempontok szerint alacsonyabb rendűnek tűnik.”

A. Schweitzer

Schweitzer etikai rendszere abból indul ki, hogy minden élőlényben egyformán ott van az, amit ő úgy hív: egyetemes életakarát. Etikusként lenni azt jelenti, hogy minden életakarát felé ugyanazzal a tisztelettel fordulok, mint a sajátom felé, függetlenül attól, hogy emberi szemmel nézve mennyire fejlett vagy értékes. Az élet tiszteletének egyetemes erkölcse két rendkívül egyszerű premisszát mond ki: életet védeni és segíteni: jó; annak ártani: rossz.

A világ nagy tragédiája – amit Schweitzer az életakarát meghasonlásának hív – az a tény, hogy az élőlények ezen a bolygón egymást elpusztítva maradnak csak életben. A két életakaratként egymással szemben csak akarat van, tudása nincs. Ezért nem sajnálja az oroszlán az antilopot, sem a pandamedve az eukaliptuszt. Fájdalmas rejtélynek nevezi, hogy olyan világban kell élnünk, ahol minden élő menthetetlenül pusztítja a másikat, ha életben akar maradni, ahol minden teremtés egyúttal pusztítás is.

Az embertől azonban elvétel a tudatlanság. Mi, az oroszlánnal elmentésben, látjuk és átérezzük az elpusztított életakarát fájdalmát és személyes, egyedi tragédiáját. (Még ha sokak viselkedését figyelve azt is hihetnénk, hogy ez csak az emberek egy részének képessége, a pszichológiai fejezetben meg fogjuk látni, hogy valójában nem az érzékenységünkben





különbözünk egymástól, hanem abban, hogy mennyire merjük *megélni*, bevallani a bennünk dolgozó hatalmas empátiát.)

Elvétetett tehát a tudatlanság, ami egyúttal azt jelenti: az ember szabaddá vált az életakarat meghasonlásának kényszerűségétől. Mert amikor felismeri, hogy fájdalmat, pusztulást okoz, akkor egyúttal dönthet is úgy, hogy ezt nem teszi meg. Döntési szabadságunk hatalmas felelősségként nehezedik a vállunkra. Mert amíg az állat nem dönthet ölés és nem ölés között, az ember dönthet.

Más etikai rendszerek különböző szabályok meghatározásával próbálnak enyhíteni a fájdalomon, amit az ember a többi élőlénynek okozni képes. Az ilyen fajta etikát Schweitzer a kompromisszumok erkölcsének hívja, s nem tartja elégségesnek. Schweitzer az élet semmilyen indokkal történő pusztítását nem tartja elfogadhatónak, beleértve azt is, amit a közjó oltárán követnek el, külön kiemeli itt az állatkísérleteket az emberi egészség szolgálatában. Semmilyen pusztítás nem helyes – ez egy olyan alapelv, amit annyira kell betartania mindenkinek, amennyire csak lehetséges. Tisztában van vele, hogy talán sosem fogunk tudni 100%-ig megfelelni a nem ártás elvének, ám képességeink határáig igyekeznünk kell és soha nem szabad lankadnia igyekezetünknek, nem szabad eltompulnia empátiánknak. „*A nagy titok úgy járni végig életutunkat, hogy ne kopjunk el.*” – írja.

Schweitzer nem ismerte a vegán mozgalmat, de azt hiszem, hihetetlenül boldoggá tette volna mindaz a tudás, amit a vegánok felhalmoztak arról, milyen könnyen és egészségesen lehet állatok fogva tartása, dolgoztatása, megcsonkítása és leölése nélkül élni. Itt is az jelenik meg, amiről ő írt: a tudás felelősséget ruház ránk. Attól kezdve, hogy eljutott hozzánk az információ, hogy dönthetünk állatokat tárgyiasító és az állatok szabadságát tiszteletben tartó életmód között, már felelősséggel tartozunk mindennapos döntéseinkért. A tudás szabadságot ad, a szabadság felelősséget.

Bár vannak már törvényeink az állatok védelméről, azok a pusztítás jelentős részét még nem tiltják. A törvénykezés az abszolút jó és rossz helyett csupán a nagy többség erkölcsi szintjét mutatja. „*A társadalom erkölcsi fejlődése ezért az egyéni felelősségérzet fejlődésén áll vagy bukik.*” – írja Schweitzer. Mernünk kell fejlődni, még akkor is, ha ezzel kilógunk





a sorból. Elvégre minden igazságnak az a sorsa, hogy elismerése előtt nevetségessé válik. S hozzáteszi, hogy nem szabad félnünk attól, hogy szentimentálisnak és nevetségesnek tartanak majd. Az etika három nagy ellensége voltaképp nem más, mint a meggondolatlanosság, az önző magatartás és a közvélemény.





2. Állatok a családban: kutyák és cicák

Vásárlás vagy örökbefogadás?

Ahogy az előző fejezetben is írtam, ha holnap felteszem a kilenc éves kutyámat a Vaterára és eladom 50 ezer forintért, azzal sem szabálysértést, sem bűncselekményt nem követek el. Mégis a legtöbb jó érzésű ember elítélne érte. Valahogy úgy érezzük, olyan ez, mintha egy rokonunkat adnánk el.

„EU-konform országokban nem szokás családtagot vásárolni”

Winkler Róbert

Mégis bevett, legális, normális dolog kutyát, macskát, nyulat, vadászgörényt venni. Az én első kutyámat is megvásároltuk annak idején 20 ezer forintért. Kicsi voltam ugyan, de tudtam, hogy vannak menhelyek. Minden héten néztem Kudlik Júlia műsorát a tévében, ahol – ha jól emlékszem – heti 10-15 kutyát mutattak be, akik gazdira vártak a Herosz menhelyen. Miért vásároltunk mégis egy fajtatiszta nyolc hetes uszkárt?

Egyrészt, mert **fajtatiszta**, másrészt, mert **kölyök**. Ez a két fő érv, amiért az emberek többsége ma sem menhelyről fogad be kutyát. Bár kölyök-kutyák is várnak gazdára, túlnyomó többségük játszótéri szerelemgyerek. S bár fajtatiszta kutyák is bekerülnek a menhelyekre, többségük nem fiatal. S mindezt tetéztve a menhelyen gazdira váró kutyák 99%-a sem nem kölyök, sem nem fajtatiszta.

No de miért is akartunk mi annak idején fajtatiszta kutyát annak ellenére, hogy a keverék kutyák köztudottan egészségesebbek, tovább élnek és az idegrendszerük is kiegyensúlyozottabb?

Azt hiszem, félelemből. Féltünk attól, hogy a menhelyi keverékből jó ég tudja mi lesz. Nem lehet biztosra tudni, mekkorára nő és milyen lesz a





természete. Nem lehet tudni, milyen viselkedésre ható vagy betegségekre hajlamosító géneket hoz magával. Esetleg nem ismerjük a korai élményeit.

Mielőtt Dodi – az első kutya társam – hozzánk került, kiolvastunk egy egész könyvet az uszkárokról, megismerkedtünk az anyjával és a családdal, ahol született. Hosszas mérlegelés után döntöttünk az uszkár mellett, annak alapján, amiket olvastunk és annak alapján, amilyenek más uszkárokat megismertünk. Mindent tudtunk az uszkárokról, amit csak tudni lehetett. Mégis, így visszagondolva azt mondom: semmit nem tudtunk róla. Semmi olyat, ami számítana. Tizenhét évet éltünk együtt Dodival és nem hiszem, hogy bármit is számított, amit tudtam róla előtte. Ugyanolyan egyedi és beskatulyázhatatlan személyiség volt, mint bármelyik másik kutya vagy ember. Nem volt különösebben okos – noha az uszkárokat rendszerint a legokosabb kutya fajták között tartják számon. Szenvedélyes gödörgyártó volt, sose hozta vissza a labdát, szeretett a kocsiban a kalaptartón utazni, utálta a vizet, szerelmes volt a szomszéd kutyába, és idős korában rémesen idegesítették a macskák. Lehetett volna bármilyen kutya.

Ha az ember fél az ismeretlentől, ha el akarja kerülni azt, hogy „*zsák-bamacskát vegyen*”, azt a leginkább úgy érheti el, hogy felnőtt kutyát fogad örökbe. Ha elmész egy menhelyre és megismerkedsz kutyákkal, sétálni viszed őket, összebarátkozol velük, egészen biztos, hogy sokkal több esélyed lesz olyan karakterű kutyát találni, akivel összeillettek, akivel, hogy úgy mondjam, „*nyerő páros*” lesztek.

Ezzel el is érkeztünk a másik fő ellenérvhez, mely szerint előnyösebb kölyökkutyát venni magunkhoz, mint felnőttet. Ennél nagyobb hülyeséget, azt hiszem, még soha nem hallottam. Mégis, fájdalom, rendkívül elterjedt nézet. Valamiért azt hiszik az emberek, hogy a kölyökkorától velünk élő kutya jobban alkalmazkodik, jobban ragaszkodik a gazdájához és természetesen kevesebb vele a probléma. Ez egészen egyszerűen buta tévhit, amit bárki meg tud cáfolni, aki felnőtt kutyát fogadott örökbe.

Itt van példának okáért zsémbes öreg barátom, Tálti, aki sacra legalább tíz éves volt, mikor elhoztam a menhelyről. Hetedik közös évünket tapossuk. Hozzám kutya még így nem ragaszkodott soha. A szerelem nem korkérdés – szülessen bár emberek, kutyák vagy emberek és kutyák





között. Utóbbi alatt természetesen nem valami perverz vonzalmat és kapcsolatot értek, de azt hiszem, egy igazi kutya-gazda kapcsolat bőven van olyan erős és komoly érzés mindkét fél részéről, mint egy szerelem. Bucknak például (a „*Vadon szavá*”-ban) John Thornton már a sokadik gazdája volt, de az első igazi.

Miért fogadj örökbe felnőtt kutyát?

- A felnőtt kutyán már egyértelműen látszik, milyen karakter. Izgága vagy nyugodt, rámenős vagy megalkuvó, szófogadó vagy öntörvényű, labdás vagy inkább kajás, szeret-e úszni, szeret-e autózni, bújós-puszi vagy amolyan Clint Eastwood-os lelkületű. Ezek mind fontos kérdések lehetnek, amikor társat választunk. Mert a kutya társ. Nem játék, nem hobbi és nem biztonsági őr.
- A felnőtt kutyával lényegesen kevesebb a gond. Ezt nem azért mondom, mintha bárkit is arra biztatnék, hogy igyekezzen minél kevesebb gondot venni a nyakába, amikor kutyát választ. De tény, ami tény: egy kölyökkutyával rengeteget kell foglalkozni, különben hajlamos maga keresni elfoglaltságot, ami nem feltétlenül előnyös a berendezésre, cipőkre, könyvekre és egyéb elérhető magasságban levő tárgyakra nézve.
- A felnőtt kutyák rendszerint maguktól szobatiszták, lévén, hogy egyáltalán nem természetes számukra, hogy a lakásban végezzék el a dolgukat. Előfordul, hogy egyszer megpróbálják, de ha leszidod őket, megértik – ellentétben az ovis korosztállyal. Amennyire csak tudják, inkább visszatartják, amíg valami bokrot, füves részt nem találnak. A kölykök szobatisztaságra nevelése ezzel szemben nem mindig egyszerű ügy. Sok kutya fordult már meg nálam, mint gazdikereső átmeneti vendég, de csak az pisilt be, aki vagy túl fiatal volt, vagy nagyon-nagyon öreg és beteg.
- A felnőtt és menhelyről örökbefogadott kutya számára a biztonságos otthon nem valami természetes, adott dolog, hanem olyan ajándék, amit nagyon-nagyon meg tud becsülni, amiért nap mint nap hálás. Pontos tudja, milyen, mikor nincs otthona és nincs ember társa. Úgy él mellette, hogy tudja, te hiányoztál, téged várt egész életében és ezt nap mint nap ki is mutatja.





Tőlünk nyugatabbra, például a németeknél, teljesen normális dolog Magyarországról, Törökországból, Romániából fogadni örökbe felnőtt kutyákat menhelyekről vagy gyepmesteri telepekről. Miért kell nekik külföldi kutya? Mert náluk már alig van kóbor állat. A lakosság odafigyel arra, hogy ne szaporítsa, hanem ivartalanítsa a kutyákat. Vezetnek ugyan tenyésztőtől kutyát, de sokan inkább segíteni akarnak egy vagy több rászoruló kutyán vagy cicán. Itthon ma még ritkaságszámba megy, ha valaki öt évesnél idősebb kutyát fogad örökbe, de már mi is kezdünk ebben felzárkózni. A magyar emberek is kezdenek rájönni, milyen hatalmas dolog egy felnőtt kutyát megmenteni, otthont és családot adni neki. Ennek bizonyítására egy gyönyörű igaz történetet választottam, ami egy nagyon kedves ismerősömről, Bobóról szól.

Bobó happy endje

Bobóról előjáróban annyit kell tudni, hogy az első években, amíg kijártam arra a menhelyre, ahol ő lakott, azt mondták, ahhoz a kutyához ne menjünk közel, mert „harapós”. Amikor mégis közel mentünk hozzá, kiderült, hogy Bobó egyáltalán nem harap, sőt, egészen érdeklődő és barátságos kutya. Foglalkozni kezdtem vele. Szép fokozatosan megtanultunk nem félni az érintéstől, nem félni a póráztól, kimenni a kennelből. Fotókat csináltunk a mezőn, majd feltettem a gazdikereső hirdetését, ahova csak tudtam, s egy nap csodák csodája: megcsörrent a telefon. De talán jobb lesz, ha átadom a szót a gazdinak...

„Amikor férjemmel több év albérlet után lehetőségünk nyílt saját házat vásárolni, végre eljött a pillanat, hogy lehet kutyánk. Márciusra terveztük a költözést, és én már decemberben lázban égtem, hogy végre újra kutyám lesz! Esténként a neten böngészve kerestem a leendő kutyánkat. Mivel a kert is viszonylag tágas, mindenképp nagyobb testű kutyát szerettem volna. S mi másban gondolkodtam volna, mint az emberek többsége: hát, természetesen kölyökkutyában, akit majd úgy nevelek fel, ahogyan azt én jónak látom... Végignéztem a lehetséges kutyafajtákat, kenneleket, sok időt és ener-





giát áldoztam a tökéletes kutya kiválasztására, míg egy nap rádöbbsentem: tele vannak a menhelyek olyan kutyákkal, akik ugyanúgy tudnak szeretni, mégis sokuk évek óta kis ketrecekben (igen!), esélytelenül, hidegben és szegényes kosztoson él, télen sokuk ketten osztoznak egy kutyaházon és még így is dideregnek...

Innentől kezdve csak menhelyi kutyákat néztem, és nem számított a kor, csak az, hogy valami megszólaljon belül: igen, ő az! Újra gép elé ültem, és ahogy időm engedte, kerestem újra a leendő kutyánkat, és amivel szembe találtam magam, arra nincs jobb kifejezés, mint a bőség zavara. Hiszen minden képnél éreztem: „Engem vigyél!”. Nehéz úgy választani, hogy tudod, a többiek még maradnak, ki szerencsésen rövid, ki akár nagyon hosszú ideig.

Nem hiszek a véletlenekben, így amikor megláttam a Bobó nevű kutya fényképét, tudtam, hogy ő az igazi. Még ott, rácson mögött is áradt belőle valamilyen mély derű, pedig akkor már, mint kiderült majdnem 6 éve volt ott, az egyik legrégebbi menhelylakó volt ő.

Másnap felhívtam a megadott telefonszámot, ahol egy önkéntes lánnyal beszéltem. Megbeszéltük, hogy kijön velünk erre a vidéki menhelyre megismerni személyesen is Bobót. Kihoztuk a menhely melletti rétre, és én csak sírtam, úgy mindenben összességben. A körülmények, a láthatóan orvosi segítséget igénylő kutyák, a zsúfoltság, a szag... és Bobó kutya, aki egy vékony lábú bokszolóra hasonlított, ez a szép, nagy kutya, erős mellkassal, de a 6 év hideg betonon ülés miatti cingár, gyenge hátsó lábaival, és még csak most jött a tél leghidegebb része... A házba csak két hónap múlva tudtunk beköltözni, albérletbe nem vihettük, így még ott kellett hagynunk őt. Tudtuk, hogy visszajövünk érte, ő a mi kutyánk lesz, csak várunk kell kicsit a körülmények miatt. Kértük, hogy ne adják őt oda másnak, és bízunk benne, hogy ha 6 évig nem kellett senkinek Bobó, akkor ez alatt a két hónap alatt csak nem előz meg senki bennünket.

Eljött a várva várt tavasz, beköltöztünk az új házba, még szinte ki sem csomagoltunk, már mentünk Bobóért. Az autóban még soha nem utazott kutya egész jól viselte az autózást, csak néha kellett nyugtatgatni őt a hátsó ülésen. Szállt a szőr mindenfelé, és olyan szaga volt, hogy a kb. 50 km-es utat hazáig végig lehúzott ablakokkal tettük meg. Hazaérve egyből a kádba tettük, és szó nélkül tűrte, hogy megfürdössük.

Kivétel nélkül mindenki le akart beszélni, akinek mondtuk, hogy felnőttkorú, menhelyi kutyát fogadunk be. Sőt, amikor félve elárultuk, hogy 6 évet





volt menhelyen, többen rémisztgettek is, hogy biztosan elvadult ennyi év alatt, és rémálom lesz, és egy ekkora kutya a fél karunkat le fogja harapni... és hogy elment az eszünk, annyi kölyökkutya van menhelyeken, miért nem inkább azt hozunk.

Nekem viszont ő kellett, attól a pillanattól fogva, hogy rám nézett a nagy barna meleg szemével, és éreztem, nem tudnám őt otthagyni. Természetesen tudtuk, hogy már egyáltalán nem fiatal, egészségi problémái is vannak, fogai lekopva, hátsó lábai gyengék, néha elesik, de a szíve annál nagyobb. Ő nem adta még fel, ő bízott, és várta a leendő igazi gazdit, ha már csak a hátralévő pár évre is. Bobó, vagy ahogyan én később hívtam Bobó maci, a legcsodálatosabb kutya volt, akit valaha ismertem. Nagyon nem lett igazuk a bár jóindulattal, de hozzáértés nélkül okoskodóknak.

Első pillanattól kezdve otthon érezte magát nálunk, bejárta a kertet, és mivel évekig alig volt kint a 4x4 méteres kennelből (ahol további négy, olykor öt kutyával élt együtt), az első pár napban újdonságként hatottak rá a növények, nézegette a virágokat, a füvet szagolgatta, és lassan birtokba vette a kertet. Mi is tiszteletben tartottuk őt, hagytuk, hadd szokja az új környezetet, figyeltük a reakcióit, az első pár napban letettem elé az ételt, és hagytam nyugodtan enni, nem közelítettem meg közben, soha nem tudni alapon...

Kivettem pár nap szabadságot, hogy több időt lehessünk együtt a kezdeti szakaszban, egész nap vele voltam. Már a második napon elkezdett követni. Tettem-vettem a kertben, takarítottam a teraszt, de ő fáradhatatlanul huszadjára is felállt, és felcammogott utánam a teraszra, majd vissza le, árnyékként követett mindenhova. Próbáltam neki annyi szeretetet adni, amennyit csak tudtam, így ahányszor baktatott utánam és beért, egy simogatás, dögönyözés volt a jutalma. Később rájött, hogy ez mennyire jó dolog, és öreg mackó kutya léteére szinte futott utánam, macskaként bújt hozzám, és ha nem vettem észre, hogy mellettem van, pusztított a kezemre vagy eldobta magát a fűben, és mellső lábával jelezte, hogy simit akar. Nagyon-nagyon megszerettem, de őt nem is lehetett nem szeretni! A jó tápnak és a sok-sok szeretetnek köszönhetően lényegesen javult a fizikai állapota, a korábban meg-megcsúszó kutya futott, megugatta a járóelőket és a kutyákat, elkezdte őrizni az otthonát. Egyik reggel hempereggni láttam a fűben, háton fekve, nyitott szájjal hempergett, szinte mosolygott, és akkor már biztos voltam benne, hogy boldog nálunk.





A kezdeti óvatosságot pár hét múlva felváltotta a bizalom. Hihetetlenül jó természetű és idegrendszerű kutya volt, nem viselte meg komolyabban a sok év bezártság, a valószínű bántalmazások. Kézből olyan finoman vette el a falatokat, mintha külön tanítottuk volna rá. Még viszonylag az elején egy alkalommal kapott egy nagy csontot, és miután egy ideje már rágta, gondoltam letesztellem a reakcióit, el lehet-e tőle venni, vagy morogni fog. Először csak egyre közelebb mentem, majd a fejét simogattam, ő meg csak rágta a csontot, rám sem nézett, de semmilyen rossz reakciója nem volt, nem féltette tőlem. Majd egyszer csak megfogtam a csont végét, ő rám nézett, és elengedte a másik végét. A csont az enyém lett, elvettem tőle, majd pár perc múlva visszaadtam neki. Innentől kezdve bármit ki mertem venni a szájából. Ugyanígy zokszó nélkül tűrte az orvosi vizsgálatokat, az injekciókat. Soha nem múlt el a féltelme a seprűtől, ásótól, ezért abban alkalmazkodtunk hozzá, hogy ezekkel mi nem lóbálva és nem magasra emelve közlekedtünk, de ez normális. Mint megtudtam, a menhelyen ezek voltak a fenyítésre használt eszközök.



Mindennap kitörő örömmel fogadott, amikor hazaértünk. Valószínűleg az egész utca tudta, mikor jövünk haza, mert Bobó már felismerte az autó hangját, és még csak bekanyarodtunk az utcába, amikor hallottuk ezt a csak rá jellemző csaholás-vonítást, amit akkor hagyott csak abba, ha már beértünk a kapun. Imádta, ha sétálni mentünk, ilyenkor szinte olyan lelkes volt, mint egy kölyök, s korát meghazudtolóan pattogott az örömtől. Ha valakivel a kapunál beszélgettem, nem egy alkalommal megállt mellettem, és szinte hörgött, hogy ne tovább, az én gazdimat nem közelíted meg! A vendégeinkkel vagy nem foglalkozott, vagy nagyon kedves volt velük, főleg a hölgyekre nyomult mindig simogatásért, a férfiakkal tartózkodó volt.

Egy év múlva társa is lett egy kölyökkutya személyében, akit eleinte valamilyen furcsa szerzetnek vélt, tartózkodóan viselkedett vele, de később nagyon jó barátok, szinte elválaszthatatlanok lettek. Előszeretettel tanígtatta például darazsat fogni és házat őrizni.





Rengeteg szeretetet kapott tőlünk Bobó, de mindig úgy éreztem, hogy ezt a duplán visszaadja, mintha tudatában lenne annak, hogy mi onnan megmentettük őt. Továbbra is árnyékként, levakarhatatlanul követett a kertben, fájós csontjai ellenére újra és újra felkelt utánam, ahogy jöttem-mentem. Eleinte csak télre engedték be, mert a kora miatt nagyon fázós volt, de később már nyáron is bent aludt. Soha nem nyúlt semmihez a házban, csak a bejárat és a fekhelye közti részt tette meg.

Imádott minket és mi is őt. Amikor eljött a perc, hogy lejárt az időnk és el kellett engednünk, életem egyik legkegyetlenebb napja volt. Végig mellette voltam, simogattam, úgy aludt el, hogy végig tudta: szeretik és biztonságban van

Több mint fél éve már, hogy nincs velünk. Nagyon hiányzik. Az elején szinte hallottam, mintha még mindig baktatna utánam, pedig ő már valahol az örök vadászmezőkön szaladgál boldogan. Fáj az elvesztése, de hiszek benne, hogy a szeretet energiája nem múlik el, és hiszem azt, hogy egyszer még akár ebben az életben, vagy valahol odaát, de találkozni fogunk.

Ha úgy adódna, gondolkodás nélkül újra megtenném, és felnőtt kutyát hoznék el, a szeretetben nem számít a kor.”

Menhelyek és gyepmesteri telepek

A **gyepmesteri telep** egy vállalkozás. Egy vállalkozó saját vagy bérelt telepre gyűjti össze azon települések gazdátlan állatait, akikkel szerződése van. Törvénybe van foglalva, hogy minden település önkormányzata köteles megbízni valakit azzal a feladattal, hogy a felesleges kutyákat tárolja. A gyepmesternél lehet leadni a megunt állatokat és a gyepmestert lehet kihívni, ha kóbor állatot akar befogadni az ember. Azokat a kutyákat, akikről nem lehet tudni, hogy hiányoznak-e valakinek, 14 napig köteles a gyepmester életben tartani. Ha 14 napig nem jelentkezik érte senki, akkor nyugodtan elaltathatja. A telep kapacitása véges. Ha teltház van és új kutya érkezik, muszáj altatnia. Az altatás pedig a jobbik eset. Sajnos nincs keret annak ellenőrzésére, hogy a kutyák likvidálása valójában hogyan történik az egyes telepeken. Az erre használt anyag is pénzbe kerül. A ku-





tyáktól azonban meg lehet úgy is szabadulni, hogy az ne kerüljön pénzbe, pusztán egy megkérgesedett, sérült lelkű ember és valamilyen ütőszerszám kell hozzá. Jobb helyeken természetesen altatnak, lévén, hogy ez a szabályos eljárás, de nem mindenütt. Az etetés szintén nem feltétlen érdeke a vállalkozónak. Csupán 14 napig köteles kutyákat épségben tartani. Nem állítom, hogy minden gyepmesteri telep rettenetes. Jártam már olyan gyepin, ami jobb volt, mint sok menhely, de ezek az elismerésre méltó kivételek. A gyepmester tehát egy vállalkozó, akit a település azért fizet, hogy a kidobott, eltévedt, gazdátlanul kóborló kutyákat összeszedje, hogy azok ne zavarják a közösséget. Ez az a szolgáltatás, ami közpénzből, vagyis az adófizetők pénzéből történik.

A menhelyek ezzel szemben civil szervezetek, tehát tisztán adományokból tartják fenn magukat. Komoly a verseny köztük az szja-1%-ért. Nagyon sokféle menhely van, az egészen kulturálttól kezdve az olyanig, ahonnan menteni kell a kutyákat. A jobb helyek arról ismerzenek meg, hogy van orvosi ellátás, igyekeznek csak ivartalanított állatot örökbe adni, megnézik, hova és kinek adnak örökbe és ellenőrzik is a már örökbeadott kutyákat, de mindennek az alapja az, hogy van egy létszámlimit, amit nagyjából betartanak. Ha 60 kutyát tudnak ellátni, mert ennyire van hely, pénz, munkaerő, akkor nem fogadnak be ennél több rászoruló. Sokszor haragot érez az ember, amikor felhív egy menhelyet, mert talált egy kutyát, de a menhely nem tud segíteni. Nem azért nem segítenek, mert nem jó állatvédők, hanem mert a menhely kapacitása véges és szinte non-stop teltház van. Ha rendszeresen létszámkereten felül fogad be kutyát, ahogyan azt nagyon sok rosszul működő menhely teszi, azzal látszólag segít, de valójában mindenkivel kiszúr, mert így nem lesz elég pénz, hely, idő, önkéntes arra, hogy minden gondozásába került kutyát rendesen ellásson. Muszáj betartani a létszámkeretet. Ha közönyösnek tűnnek a telefonban ezek az állatvédők, annak csupán az az oka, hogy naponta több tucat ugyanolyan telefont kapnak. Persze hogy szeretnének minden kutyán és cicán segíteni, de az okos és felelősségteljes állatvédő tudja, mennyi a kapacitása és tud nemet mondani, akkor is, ha a telefonáló az állatvédők édes anyukáját emlegeti, vagy netán azzal zsarolja, hogy menten kidobja a kutyát a kocsiból, ha nem fogadják be.

Nem egy olyan menhelyen jártam, ahol nem volt létszámlimit és ezek





azok a helyek, amikre azt mondom, akkor inkább maradjon az utcán, ott még esélye van rá, hogy megtalálja egy jó lelkű ember, aki magához veszi. Ezeken a helyeken 200-400 kutya van, orvosi ellenőrzés, ivartalanítás, elfogadható minőségű táp és törődés nélkül. Sőt, van, ahol takarítás nélkül. Sok-sok kutya van egy helyre összezárva, így a vérre menő verekedések elkerülhetetlenek, különösen párzási időszakban. Mindezt ilyenkor azzal indokolják, hogy nincs pénz. Pedig valójában ott követték el a hibát, hogy több állat megmentését vállalták el, mint amennyire pénzt tudtak előteremteni, s így végül minden bekerült állatra rémes sors vár, s a kikerülés esélye nagyon kicsi.

Menhelyi önkéntesség

A szűkös anyagi keretek miatt ma hazánkban kevés hely van, ahol az ott dolgozók a takarításon és etetésen túl még sétálni is ki tudják vinni a kutyákat, vagy szeretgetni a bent lakó cicákat. Ezért is van szükség rengeteg önkéntesre minden menhelyen. Mind egyedülálló, mind családos embereknek a lehető legjobb hétvégi program a menhelyi önkéntesség. Nem kerül semmibe, nem is tűnik éppen nagy dolognak, de annak a pár állatnak, akikre időt és energiát tudsz szánni, rengeteget jelent az a kis séta, az a kis simogatás, az a pár jó szó, amit adni tudsz. Ha önkénteskedni szeretnél egy menhelyen, de nem tudod, hova menj, az allatmenhely.lap.hu segítségével megnézheted, melyik menhely esik hozzád a legközelebb. Nézegesd meg a honlapukon a lakókat – jó érzés lesz, hogy ismerős arcokra bukkanasz majd a menhelyen. Mielőtt mész, érdeklődj a nyitva tartásról. Amikor gondozó voltam egy pest megyei menhelyen, nagyon nem szerettük, mikor etetés idején állítottak be vendégek, mert evés közben vagy evés után közvetlenül nem éppen előnyös, ha ugrálni kezdenek a kutyák – márpedig a látogatóknak nagyon örülnek. Ha szeretnél vinni nekik valamit, kérdezd meg, milyen ajándékot fogadnak szívesen. Szerintem a legjobb a száraztáp, ám menhelye válogatja, mit tud legjobban felhasználni. Olyan ruhában menj, amiért nem kár. Ha gyerekekkel mész, nagyon figyelj oda, hogy a gyerek betartsa a szabályokat, például ne etessen, ha





nem szabad, és ha eteti őket, akkor úgy tartsa a falatot, hogy ne keverjék össze a kezét a falattal. Mielőtt sétára indultok, ellenőrizd, hogy elég szoros-e a nyakörv, jól zár-e a póráz kapcsa, nehogy elveszítsd a kutyát, akit sétálni viszel. Ha esetleg készítettél fotókat az állatokról, küldd el a menhelynek, hátha tudja őket hasznosítani a gazdikeresésben.

Rengeteg embertől hallottam már, hogy nem megy menhelyre, mert csak elsírná magát és haza akarná hozni mindet. Az utóbbtól nem kell félni, nyilván nem fogsz hazavinni senkit, ha nem olyan az életed, hogy ezt felelősséggel vállalni tudd. Ami a sírást vagy a fájdalmat illeti, az bizony veled jár. Lehet, hogy első alkalommal picit elpityeredsz, ha olyan típus vagy, lehet, hogy előjönnek majd álmodban is ezek a képek és biztos, hogy nagyon fogod sajnálni azt a sok csupaszív kutyát, cicát. De arra gondold, hogy hatalmasban áll segíteni nekik. Sőt, szükségük van rád. Azzal nem segítesz, ha félsz a szomorúságtól. Igaz, nem tudod megmenteni mindet, de örömet tudsz okozni, segíteni tudsz nekik, hogy elviseljék a bezártságot és tartsák magukban a reményt, hogy egyszer kikerülnek. Nem is beszélve arról, ha tudsz jó fotókat készíteni róluk, és később megosztani ismerőseiddel a gazdikereső kutyákat, cicákat. Tudsz segíteni, hogy otthonra találjanak, erre gondold!

Menhelyekről lista: www.allatmenhely.lap.hu

Ideiglenes befogadás

Nem csak úgy tudsz segíteni, ha menhelyre jársz, hanem úgy is, hogy átmeneti otthont biztosítasz egy gazdikereső mentett állatnak. Nem csak kutya és macska lehet a vendéged, de ideiglenes befogadókkal dolgoznak különböző rágcslómentő szervezetek is, így befogadhatsz például tengerimalacot vagy nyuszit is!

Ha ezt a módját választod a segítségnek, keress egy állatmentő szervezetet és írd nekik bátran, örülni fognak neked! Pontosan elmondják majd, hogy milyen feltételei vannak a velük való munkának, milyen terheket ró rád az ideiglenes befogadás, mit várnak el tőled és mit nem. Fontos





tisztázni például, hogy neked kell-e orvoshoz vinned, hogy neked kell-e állnod az etetés költségeit, hogy ki intézi a gazdikereső hirdetést és a gazdikeresővel való kommunikációt. Ami szinte biztosan a te dolgod lesz, az a gazdikereső fotók készítése, hiszen te élsz együtt az állattal. Beszéljete meg mindent, hogy tudd, pontosan mit vállalsz. Ha jó a kommunikáció, akkor az együttműködés is sikeres lesz.

Lesz olyan, hogy nehéz elengedni az állatot, akit már megszerettél. Nem ritka az sem, hogy ez nem is sikerül. Ezt szoktuk úgy hívni, hogy „bebukja” az állatot az ideiglenes befogadó – vagyis megtartja. Legtöbbször családjában van már olyan állat, aki így került be a csapatba, ezért senki nem fog elítélni érte, ha ez történik veled, de igyekezni kell minél több gazdihoz adható állatot elengedni, hogy újak jöhessenek a helyükbe és nálunk csak a tényleg esélytelenek maradjanak. Volt egyszer egy cica, Somci, aki majdnem egy teljes évet lakott nálunk és annyira nem szeretette az embereket, hogy majdnem fél évig tartott, hogy egyáltalán hagyta magát megsimogatni. Bár mesés szép volt, egyetlen jelentkező sem akadt rá. Megszerettem nagyon, és elfogadtam, hogy ő már nálunk marad. Amikor egyszer csak jelentkezett egy fantasztikusan jó gazdikereső, nagyon nehéz szívvel adtam oda. Az első napokban rettenetesen hiányzott és naponta többször hívtam telefonon a gazdit, hogy mi van a cicával – na, ilyesmit például nem illik csinálni! De végül kiderült, hogy nagyon jó döntés volt örökbeadni, mert a gazdinál már pár hét után sokkal bújósabb, dorombosabb cica lett, mint nálunk volt. Amolyan „így kellett lennie” érzés volt. Megtalálta a neki rendeltetett otthont és családot. Ennél nagyobb öröm nem érhet egy állatmentőt.

Pároztatás, avagy szaporítás

Olyan ez, mintha egy nagy teremben több tucat ember azon dolgozna, hogy minden borítékot felbélyegezzon. Nincs elég bélyeg, vagy nem ragadnak elég jól. A helyzet már önmagában reménytelen, de te belépsz és beadsz még öt darab üres borítékot. Igaz, a hatalmas teremben a tengernyi boríték között az az öt új elenyészően kevésnek tűnik, de ha leülsz a sarokba és ki-





csit figyeled, mi történik, azt fogod látni, hogy percről percre újabb emberek nyitnak be és dobnak be még 5-10 felbélyegzésre váró borítékot. Bélyegből alig-alig érkezik több, de boríték egyre csak több lesz. A dolgozó önkéntesek fáradtak, elkeseredettek, de nem hagyják abba. És tudod miért nem? Mert ezek nem borítékok, hanem magányos, nyüszítő kutyák, akik gazdikra (bélyegre) várnak. Olyan kutyák, akik mind szerető otthonra vágnak és egy emberre, akihez tűzön-vízen át ragaszkodnának, csak jönne el végre értük.

A menhelyek és a gyepmesteri telepek tele vannak. Jóval több a kutya és macska, mint amennyinek a jelenlegi társadalom otthont tud adni. Szereted a kutyádat és tudod, hogy az a természetes, ha lehetősége van szaporodni egy fajtársával. Ez természetesen így is van. Vannak viszont ellenérvek, amiket fel kell tennünk a mérleg másik oldalára. Amikor a kutyád világra hoz öt elragadó kis csöppséget, és te lelkiismeretesen gazdit keresel nekik, azzal öt olyan ember „kutyatartó kapacitását” kötöd le, akik menhelyről, utcáról vagy gyepmesteri telepről is befogadhattak volna egy amúgy esetleg halálra ítélt kutyát. Az az öt ember már nem fog elmenni örökbe fogadni, így öttel kevesebb lesz a gazdijelölt annak a sok-sok ezer gazdátlan kutyának, akiket előbb-utóbb utolér az altatás, vagy nevezzük nevén: a halál.

Hát persze hogy jobb lenne, ha minden kutya párosodhatna, és minden család nevelgethetne bájos kis kölyköket. De ha ennek az az ára, hogy milliók élnek és halnak meg úgy, hogy soha nem is volt gazdájuk, otthonuk, családjuk, akkor azt hiszem, újra kell gondolni a helyzetet! Mérlegre kell tenni a dolgokat.

Ahogy sokan mások, én is ezt tettem és arra jutottam: inkább az én kutyámnak legyen egy kicsivel kevésbé tökéletes az élete, mint hogy további öt másiknak elvegyem a lehetőségét attól, hogy egyáltalán élete legyen. Erről szól az állatvédők szlogenje:

„Ivartalaníts, ne szaporíts!”

Állatjogi szempontból felvethető, mennyiben van jogunk megfosztani a kutyákat és macskákat a szaporodás lehetőségétől. Itt is erőfőlényünket felhasználva teszünk velük valamit, amit ők egészen biztosan nem akartak. Azonban itt – szemben a haszonállattartással – nem a saját érdekünk-





ben cselekszünk. Inkább úgy, mint egy okos szülő, aki nem engedi, hogy a gyereke olyasmit csináljon, ami rá vagy másra nézve veszélyes lenne. Átlátjuk a helyzetet – mert felelős állatbarátként ez a dolgunk –, és a kisebb rosszat választjuk: az ivartalanítást.

Ivartalanítás

Emlékszem, gyerekként mélyen elítéltem a barátnőmet és családját, akik ivartalanították a lány kutyájukat. Mert természetellenes, mert csonkítás, mert szegény kutya nem tud védekezni, satöbbi. De nekik volt igazuk.

Ha nem ivartalaníttatod a kutyádat, annak két oldalon lehet következménye: a gazdátlan kutyák hatalmas táborában és a saját kutyád egészségében.

Túl sok a kutya, ezt sajnos minden állatvédő alátámaszthatja. Egyetemista koromban sok szabadidőm volt és ennek egy tetemes részét kutya-menhelyeken töltöttem önkénteskedéssel, főleg egy bizonyos menhelyen. A vezetőjének az volt az elve, hogy minden behozott kutyát befogad, és senkit nem altat el. Első hallásra ez egy valódi állatvédő hozzáállása lenne, ám a valóságban ez borzalmas túlszűfoaltságot és kezelhetetlen túlterheltséget eredményezett. Szerte a környéken születtek a nem kívánt kiskutyák, s nagy részük előbb-utóbb a menhelyre került. Egyszerűen nincs annyi állatbarát ember, hogy mindnek otthont adhasson. Három-négy-száz kutya élt olyan körülmények között, aminél sok utca jobbat kínál. A legjobb megmozdulásunk önkéntesként azt hiszem, az volt, amikor elkezdtünk pénzt gyűjteni ivartalanításra. Több tucat nőstény kutyát vitünk el műtétre. Miért?

Mert a 10-15 fős csoportokban élő kutyák évente kétszer szerelmes hangulatba keveredtek, és a kegyetlen verekedések időszaka után két hónappal mindenütt megszülettek a kiskutyák. Még ha a környéken mindenki vásárlás helyett erről a menhelyről akart volna kiskutyát szerezni, akkor sem lett volna elég ember, hogy mindnek otthont adjon. Halomra születtek és a körülményeknek köszönhetően halomra haltak meg a





bébi. Nem egy kiskutyát láttunk görcsösen vonaglani és visítani a fájdalomtól, majd végül meghalni. Akik nem haltak meg, azok közül egy párat örökbe fogadtak, s attól fogva nem tudtuk, hogy alakult a sorsuk. Nem volt rá idő és ember, hogy tartsa a kapcsolatot az örökbefogadó családokkal, ahogy azt a jól működő menhelyeken szokás. Aki pedig se nem halt meg, se nem került ki a menhelyről, az ott nőtt fel és nagy az esély rá, hogy ott is halt meg.

Ha lenne pár millió ember ebben az országban, aki felnőtt, keverék kutyát fogad örökbe menhelyről, akkor ki lehetne talán üríteni a menhelyeket. **De ha nem ivartalanítjuk a kutyáinkat, akkor a menhelyek néhány éven belül újra megtelnek a szaporulattal és azok utódaival és azok utódaival...**

Ha az ivartalanítást ellenezzük, ám felfogjuk, hogy hiba szaporítani a kutyánkat, az sajnos még elég rosszul is elsülhet. Az első kutyatársamat, Dodit, nem ivartalanítottunk, mert azt – ahogy már írtam – kegyetlen és természetellenes dolognak tartottuk. Felelős gazdiként sokat olvastam a kutyabetegségekről és tisztában voltam vele, hogy a nem ivartalanított és kölyköket nem szült lány kutyáknál nagy a gennyes méhgyulladás nevű betegség kockázata. Ahogy idősödnek, egyre nagyobb. Tudtam, hogy ennek egyik legfeltűnőbb tünete, amikor a kutya elkezd hirtelen nagyon sokat inni. Ennek az információnak köszönhetően többször voltunk állatorvosnál méhgyulladás gyanújával, mert amikor úgy tűnt nekem, hogy picit többet iszik, rögtön rémeket láttam.

Amikor 14 évesen valóban begyulladt a méhe, az orvos az ultrahangon nem vette észre. Egy női budai klinikára vittem, dr. Elismert Szakember vizsgálta, mégis elnézte. Valami mással magyarázta a panaszait, másfajta gyógyszereket adott. A méhgyulladást azonnal műteni kell. Ez nem történt meg. Szombat éjszaka volt, amikor hirtelen felszökött a láza. Lázgörcsei lettek, ami leginkább az epilepsziás rohamokhoz hasonlítható. Rémisztő, sokkoló és bénító volt. Alig tudok visszaemlékezni arra az éjszakára. Berohantam Dodival az állatorvosi ügyeletre, ahol az ügyeletes orvos ultrahanggal azonnal diagnosztizálta a már mondhatni végstádiumú méhgyulladást. Legkorábban hétfőn tudták műteni. Hazamentünk. A vasárnap csak arról szólt, hogy életben maradjon, cseppenként kapta





a vizet, lábra állni sem tudott. Végül hétfő reggel megműtötték. Zokogva engedték be a műtőbe, mert nem volt rá sok esély, hogy túléli. Hajszálon múlt, de túlélte. Még három évet éltünk együtt, de semmiképp nem nevezném sikertörténetnek. Soha nem épült fel teljesen.

Mondhatjuk, hogy ez egy ritka nagy orvosi műhiba volt, de az ilyesmi mindig előfordulhat, a méhgyulladás alattomos betegség. Ahogy ezt mi a saját bőrünkön megtapasztaltuk, egy jó állatorvos is elnézheti, és csak akkor válik egyértelművé, amikor már életveszélyes állapotban van a kutya.

A méhgyulladás egy fiatal korban végzett rutinműtéttel megelőzhető, ami semmilyen formában nem rontja a kutya életszínvonalát. Ez a műtét az ivartalanítás. Biztonságos és humánus. Ma még sok helyen hallani, hogy az ivartalanítás után elhízhatnak az állatok. Ez hülyeség. Nyilván változik a hormonális egyensúly egy ilyen műtét után, ám ez csak egy faktor a sok száz közül, ami befolyásolhatja egy állat testsúlyát. Dodi óta minden velem élő állatot ivartalanítottam és soha egyikük sem küzdött túlsúllyal.

Nem csak a méhgyulladás miatt, de a tüzelés okozta hormonális tűzijáték és az esetleges álvemhesség miatt is ez tűnik a leghumánusabb megoldásnak. Képzeljük el, milyen érzés lenne, ha soha nem élhetnénk nemi életet, de közben a hormonjaink minden évben kétszer úgy tombolnának, mint egy kamasz fiúnak, aki éppen belopózott egy női öltözőbe. Az álvemhességről pedig megint csak hosszan tudnék mesélni. Dodi rettentően komolyan vette anyai kötelességét a játékállataival kapcsolatban minden tüzelés után még két hónapon át. Kívülről nézve bájos volt, de valójában végig stresszben volt, mert a babák nem mozogtak, nem szoptak. Érezte, hogy ez nem normális, de nem tudta, mit csinál rosszul. Teljesen össze volt zavarodva, nem aludt, nyüszögött és ez így ment minden évben kétszer. Így visszagondolva már nem is értem, hogyan gondolhattam, hogy az ivartalanítás egy ennél kegyetlenebb lépés lett volna.

Ez történik női oldalon, de mi történik az urakkal? Ők nem csak évente kétszer szerelmesek, hanem állandóan, amikor épp van kibe. A tüzelési időszakban a kan kutyák megbolondulnak, kerítést másznak, alagutat fúrnak, verekszenek, autóúton és vonatsínen rohannak át, s ha célba érnek, újabb nem tervezett, nem várt kiskutyákat nemzenek. Ha pedig nem, akkor ott hálnak meg az út szélén, mert nem voltak olyan állapotban, hogy eszükbe jusson körülnézni. S akkor még azt nem is említettük, amikor esetleg balesetet okoznak, mert az emberek inkább elkapják a kormányt,





mint hogy elüssenek egy kutyát. Mindezért valójában te vagy a felelős, aki nem műttette meg.

Ha lehetőségünk van egy rutinműtéttel megelőzni a menhelyen élők nyomorúságos halálát, az álvemhességet, a méhgyulladást, a kan kutyák baleseteit, miért ne tennénk?

Cicatappancs FC

Cicatappancsék nem alapítvány vagy egyesület, csupán egy elkötelezett önkéntesekből álló csoport, amelyet bárki csinálhat. Ezért választottam őket, bízva abban, hogy tapasztalataikkal segíteni tudnak a nyomdokaikba lépőknek. A csapat vezetőjével, szervezőjével beszélgettem:

BA: Milyen gyakran kerül hozzátok új árva cica?

CICATAPPANCS: Változó, de a cicamentésben is van „szezón”, például tavasszal, amikor felcseperednek az első almok, hirtelen nagyon sok cica lesz az utcákon, parkokban, üres telkeken, buszmegállóban dobozban kitéve, sőt, kukába kidobva. Télen sokkal kevesebb van, mert a nőstények nem szülnék, illetve az almok elpusztulnak a hidegben. Ilyenkor lehet esetleg más projektekkal foglalkozni, például egész kolóniák csapdázása, orvosi kezelése, ivartalanítása.

BA: Mi a rutin menetrend, amikor új cica kerül a gondozásotokba?

CICATAPPANCS: Komoly belső szabályaink vannak, amikhez igyekszünk a lehető legszigorúbban ragaszkodni. Első a 8-10 napos karantén, és azonnali parazitamentesítés (bolhairtás, féreghajtás). Amennyiben szükséges, irány az állatorvos (ritka, hogy egy mentett cica makkegészségesen kerül a gondozásunkba). Minden önkéntesünk a saját orvosához viszi a cicákat, általában mindenki kap kisebb-nagyobb kedvezményt a mentett cicák kezelésének árából. A cica bekerülését szinte rögtön posztoljuk az oldalunkra. Ezt még akkor is megtesszük, ha a gazdikeresés még nem





kezdődik el, és rendszeresen beszámolunk róluk. Amint a cica készen áll az örökbeadásra, elkezdjük hirdetni. Külön emberünk van a hirdetések megírására, és a képek előkészítésére, szerkesztésére. A stabil feladatok, a munkamegosztás a hatékonyságunk egyik kulcsa. A hirdetések feladása és a jelentkezők szűrése az én dolgom. Amikor egy jelentkező minden szempontból megfelelő gazdijelöltnek bizonyul, akkor továbbítom őt az adott cicus ideiglenes befogadójához. A végső döntést ő fogja meghozni.

BA: Honnan kerülnek elő az új gazdik? Ismerősök, netes vagy újság hirdetés?

CICATAPPANCS: Kizárólag neten hirdetünk az alábbi fórumokon, körülbelül ebben a fontossági sorrendben:

1. Saját Facebook-oldalunk. Ez messze a legsikeresebb fórum. Hosszú ideje építgetjük, aránylag tudatosan. Sokat dolgozunk azon, hogy a cicákat bemutassuk, rendszeresen beszámolunk róluk, megismertetjük, megszerettetjük a támogatóinkkal. Ők bőszen osztják a fotókat, velünk drukkolnak, velünk örülnek a sikereknek, és örökbefogadás után is sokan maradnak, küldik a fotókat, beszámolókat.
2. Külsős hirdetési felületek. Innen is sokan jelentkeznek, de sokkal több az olyan jelentkező, aki nem felel meg a szigorú feltételeknek, amiket megszabunk.
3. Egyéb Facebook-oldalak, csoportok. Ezekből rengeteg van, ki kell tapasztalni, hol mennyire aktívak, mennyire osztják a hirdetéseket. Mi csak úgy 8-10-et használunk rendszeresen.

BA: Mit értesz előszűrés alatt?

CICATAPPANCS: Nagyon komoly szűrésen megy át minden egyes jelentkező, teljesen mindegy, hogy milyen cicára jelentkeznek.

Első az általános szűrés. Vannak kérdések, amiket mindenkinek felteszünk. Mi a véleménye az ivartalanításról, van-e másik cicája, benti vagy kijárós cicát szeretne. Ha valaki ellenzi az ivartalanítást, eleve kizárta magát a lehetséges befogadók közül. Célunk az, hogy csökkentsük a rengeteg megszületett, kidobott, az utcán éhen haló, betegen a többi macskát fertőző szerencsétlen állatok számát. Amíg több ezer cica lesz felelőtlen





emberek, sokszor szadisták, vagy kutyák áldozata, addig az ivartalanítás a leghumánusabb módszer.

Második körben a cicák egyéni jellemzői és igényei alapján is szűrünk, hiszen különböző egyéniségű macskáknak különböző igényeik vannak. Van, akit nem adunk kutya mellé, van, akit csak lakásba, van, akinek kifejezetten nyüzsgős családot keresünk, van, akit csak nyugis helyre adunk, egyedüli állatnak, van, akit nem adunk gyerekek mellé, van, akinek direkt gyerekes családot keresünk, és még sorolhatnám. Ha a gazdijelölt és a cica nem passzolnak, azért még a jelentkező lehet remek gazdijelölt, ajánlunk másik állatot neki.

Harmadik körben már a cicával is találkozhat az illető. A végső döntést, mint már mondtam, az ideiglenes befogadó hozza meg, hiszen a személyes találkozáskor kiderülhetnek kizáró indokok, itt még vissza lehet lépni mindkét félnek. Ha minden rendben, akkor aláírják az örökbefogadási szerződést is.

BA: Mi okozza a legnagyobb nehézséget a cicamentésben?

CICATAPPANCS: Tudom, hogy itt most a pénzt kellene első helyre tennem (és talán ez is a legfontosabb), én mégis valami mást említenék meg, mint legnagyobb nehézséget, vagy talán úgy fogalmaznám, hogy a legnagyobb hátráltató erőt.

Rettenetesen nehéz olyan csapatot szervezni, ahol megvan az egyetértés. Mi egy nagyon régi társaság vagyunk, ismerjük és elfogadjuk egymást. Sokszor gondolkodtunk a bővülésen is, néha meg is próbáltuk, de sajnos sokszor rosszul sült el. Az ideiglenes befogadók néha megbízhatatlanok, az új tagok olykor nem tudnak beilleszkedni, ezért maradtunk meg továbbra is ilyen „kicsinek”. Tehát, ha egy dolgot kiemelhetek, akkor az emberi tényezőt emelném ki. A helyzet még sokkal rosszabb, ha a csoportok, magánemberek közötti kapcsolatokat nézzük. Sokkal több a fúrás, mint az összetartás, több a kritika, mint a segítő szándék, több a vita, mint a türelem. Sok jó embert elveszít az állatvédelem emiatt.





BA: Elmesélnél egy sikersztorit?

CICATAPPANCS: Sok volt, de ez szinte minden szempontból az egyik „leg”. Egy bejelentéssel kezdődött, ahova én mentem ki. Amikor beléptem a lakásba, majdnem elájultam. Összesen 14 cica fogadott, számi babák a szivárvány minden színében. Végül 8 cicát tudtunk elhozni és elhelyezni, az is iszonyat meló volt. A kicsik még szopiztak, velük el kellett hozni egy mamát. A mamát vissza akarták kérni, de nem adtuk. Azonnal elkezdtük a gazdikeresést (természetesen azzal a feltétellel, hogy elválasztásig várni kell rájuk) és ezzel gazdijelöltek soha nem látott áradata szakadt a nyakunkba. Hirtelen azt se tudtuk, hogyan kezeljük, végül mindenféle szigorítást találtam ki, csak lakás, csak Budapest stb., de így is iszonyatosan nehéz volt eldönteni, ki lesz felelősségteljes gazdi, és ki akar csak divatból számit, vagy ne adj’ isten szaporítani. Majd, amikor kezdtek megnyugodni a dolgok, a kicsik nagyon betegek lettek. Majdnem elvesztettük mindet. Az egyik sajnos el is ment, a többiekért hetekig küzdöttünk. Persze örökbeadás leállítva, aggodás ezerrel. Össze-vissza költöztettük őket, aszerint, hogy ki hogy van, ne fertőzze vissza a többit (fertőző bélgyulladásuk volt, ami a mamát is érintette). Ez volt az első és eddig egyetlen eset, amikor pénzt kellett kunyerálnunk, a költségek messze meghaladták azt, amit mi még ki tudtunk volna fizetni. Nagyon sokan segítettek, hatalmas összefogás volt. Végül eljött a nap, amikor végre költözhetek, örültünk, de aggodtunk is, jól lesznek-e, jól döntöttünk-e a gazdikkal. Végül persze az elmaradhatatlan happy end, mára Walter, Szófia hercegnő, Szimba, Szirom, Szigfrid, Shadow és Malvinka is boldog, egészséges, elkényeztetett anyuci szeme fénye, s természetesen mind ivartalanított!

BA: Ha valaki szeretne nektek segíteni, mit tehet?

CICATAPPANCS: A gazdikereső posztok rendszeres osztása Facebookon nem kerül semmibe, mégis nagy segítség. Sokan talán azt gondolják, hogy ez nem jelent sokat, pedig de! Adományokat mindig szívesen fogadunk. A tárgyi adományokat is remekül tudjuk használni. Mégis a legnagyobb segítség az, ha valaki örökbe fogad egy állatot. Mert ezzel segít, hogy a helyére egy újat tudjunk menteni, és segít, mert egy kis védencünket már biztonságban tudhatjuk. Aki valóban támogatni akarja a munkánkat, és megteheti, az fogadjon örökbe árva állatot vásárlás helyett.





Tanácsok örökbefogadóknak

Szerencsés vagy, hogy olyan élethelyzetben vagy, hogy örökbefogadásra gondolkozhatsz. Életed egyik legjobb lépése lesz, azt elhiheted. Ám örökbe fogadni hatalmas felelősség, ezért jól gondold át és okosan dönts! Végletekig elcsépelte mondat, de nem lesz ettől kevésbé igaz: *„Egyszer s mindenkorra felelős lettél azért, amit megszelídítettél”*. Ha a szívébe zárt egy állat, akkor kutyakötelességed élete végéig a gondját viselni, érdekeit védelmezni, családjá, játszótársa és gondviselője lenni. Egy család vagyatok és az élet rázós időszakait is együtt, egy csapatként kell átvészelnetek, legyen az költözés, új férj, új feleség, kisbaba, betegség vagy munkanélküliség. Mindezek miatt rendszeresen megválnak az emberek a kutyáiktól, de te ne tedd!

- Nézz körül az internetes gazdikereső oldalakon, illetve különböző állatvédő szervezetek Facebook-oldalán.
- Ne vedd személyes sértésnek vagy bizalmatlanságnak az állatvédő szervezet kérdéseit. Az a céljuk, hogy megbizonyosodjanak róla, hogy nálad a legjobb helyen van a védencük.
- Ha olyan kutyába szeretsz bele, aki nem menhelyen van, hanem ideiglenes befogadónál, az azért jó, mert jobban be tud számolni a kutya jelleméről, igényeiről, mint a menhelyi gondozók, akik nagyon sok kutyát látnak el naponta, másrészt, ha örökbe fogadod a nála lakó valakit, akkor felszabadul egy hely az ideiglenes befogadónál, és ő már akár másnap befogadhat egy altatásra ítélt vagy utcán éhező ebet vagy macsekot.
- Amennyire csak teheted, ismerd meg választottadat. Ha lehetőség van rá, menj el hozzá többször, sétáljatok, barátkozzatok!
- Amikor választasz, légy nagyon őszinte magadhoz. Ne válassz olyan kutyát, akinek nálad energikusabb, fiatalabb, vagy határozottabb gazdira van szüksége.
- Gondold át precízen, hogyan tudtok majd együtt élni a hétköznapiakban, a hétvégéken, ünnepeken, nyaraláskor, rokonlátogatáskor, próbálj minden eshetőséget figyelembe venni!
- Amikor elmész érte, figyelj, hogy elég szoros legyen a nyakörv, mert a





nagy változás, az utazás, az új hely megijesztheti, s ha elszökik, sokkal rosszabb helyzetben lesz, mint amilyen helyzetből elhoztad.

- Ha kertes házban laksz, még örökbefogadás előtt ellenőrizned kell a kerítés állapotát. Vannak kutyák, akiknek sose jut eszükbe egyedül sétálni indulni, de van, akit nagyon nehéz lebeszélni róla. Legyen a kerítés szökésbiztos, ez alap.
- Vidd el dokihoz akkor is, ha makkegészségesnek látszik. Ártani nem árt, ha megnézik.
- Dokinál regisztráltasd a mikrocsipet a kutyában, mert hiába van benne, ha az adatbázisban nem a te neved és elérhetőségeid szerepelnek a száma mellett. Ez a rendszer azért van, hogy titeket védjen. Ha elveszne és valaki megtalálná, a mikrocsip és az adatbázis segít, hogy téged megtaláljanak. Biztosabb, mint egy biléta.
- Csináltass bilétát is a telefonszámoddal ellátva, mert ma még nem mindenki tud a mikrocsip létezéséről. Lehet, hogy a biléta fogja egyszer megmenteni a helyzetet.
- Amikor megérkeztek haza, hagyd őt nyugodtan ismerkedni a hellyel, hagyj neki időt egyedül is lenni, megnyugodni.
- A szabályokat jó, ha az elejétől betartod, például, ha az első nap még bejöhet az ágyba, de máskor nem, azzal csak összezavarod.
- Vigyázz, nehogy túl sok kajával próbáld kifejezni a szereteted, mert a túlsúly komoly egészségi problémákhoz vezet náluk is.
- Akármilyen jól megismerkedtetek örökbefogadás előtt, a viselkedése, habitusa még mindig változhat, amikor végre biztonságba kerül. Előfordul, hogy visszafogott, félős kutyák hamar akaratos kis anyuci kedvenceivé válnak egy stabil otthonban, de ez már mind kettőtök kapcsolatán múlik. Ha bármi gondod van, ne szégyellj hozzáértő segítségét kérni! Vannak nagyon szuper kutyasulik (félre ne értsd: a jobbak főleg a gazdit tanítják), honlapok, könyvek, tv-sorozatok, fórumok, sőt, akár házhoz jövő terapeutát is hívhatsz.





Teendők a talált kutyával, cicával:

- Első utad az állatorvoshoz vezessen, aki megnézi, van-e benne mikrocsip, amivel a gazdi egy országos adatbázisban megtalálható, amennyiben a mikrocsip regisztrálva van. Elvileg már kötelező, de persze ez semmire nem garancia. Az állatorvos megsaccolja, mennyi idős lehet és felületesen megvizsgálja, ad féregajtót, bolhairtót és alapoltásokat, ha kéred.
- A legnagyobb gondot a kutya ideiglenes elhelyezése szokta okozni. Legjobb természetesen, ha az ember a saját otthonában szállásolja el a kutyát, amíg nem lesz meg a régi vagy az új gazdi, de van, hogy ez nem kivitelezhető. Ilyenkor ismerősöknél, rokonoknál vagy kutyapanziókban lehet átmeneti szállást találni. Semmiképp ne vigyük olyan helyre, ahonnan ki tud szökni, mert úgy előfordulhat, hogy többet ártunk, mint segítünk. Panzióba csak úgy veszik be, ha tiszta, oltott, kívül-belül parazitamentes és nincs fertőző betegsége. Természetesen próbálhatunk menhelyekre is telefonálni, de az állandó teltház miatt számítsunk rá, hogy várólistára kerülünk.

Kutyapanziók: kutyapanzio.lap.hu

- Gondoskodni kell a következőkről: nyakörv/hám, póráz, etető- és itatótál, fekhely, pokróc vagy kutyaház, féregajtó tableta, bolha és kullancs elleni csepp, alapoltások, kutyaeledel.
- Ha megoldott az ideiglenes szállás és kipipáltuk az állatorvost is, elkezdődik a gazdi keresése. Első körben az eredetit próbáljuk megtalálni, ha az nem jár sikerrel, akkor az újat.
- Készítünk egy-két igazán jó fotót a kutyáról, majd szövegszerkesztővel egy plakátot kreálunk, melyet 10-20 példányban kinyomtatva a megtalálás helye környékén kiragasztgatunk, rajta telefonos elérhetőségünkkel.
- Ahogy a megtalálás helyét teleplakátoltuk azzal, hogy kutyát találunk, úgy az interneten is minél több helyen meg kell hirdetni, hátha keresi valaki – ez a ritkább eset, de mindig meg kell próbálni megtalálni az eredeti gazdit.





(Találtunk egyszer egy öreg kutyát, aki a vonatsínen feküdt ajultan. Azt hittük, direkt tették oda és nem is kerestük az eredeti gazdit. Később kiderült, hogy elkóborolt és egy betegség miatt esett össze pont a legrosszabb helyen. A gazdik égen-földön keresték és csak a vakszerencse segítette, hogy megtalálták nálunk, s végül minden rendeződött.)

- Ha reménykedünk is az eredeti gazdi jelentkezésében, jobb minél előbb elkezdni hirdetni az alábbi oldalakon, illetve Facebook-csoportokban, mert bizony hónapokba is telhet, míg jelentkezik egy alkalmas gazdijelölt. Kell pár jó fotó, szívhez szóló bemutatkozó, elérhetőségek. A hirdetésből az alábbi infókat ne hagyjuk ki, ha tudjuk: nem, kor, méret, szobatisztaság, jól kijön-e más kutyákkal, macskákkal, gyerekekkel, mennyire energikus, domináns, akaratos, tud-e autóban utazni, inkább otthonülő vagy inkább sportos gazdihoz passzolna, határozott gazdit igényel vagy nagyon alkalmazkodó természet. Sose hazudjunk a kutyáról, de ha saccoljuk az életkorát, igyekezzünk inkább kevesebbet saccolni, mert általában annál könnyebb gazdit találni, minél fiatalabb egy kutya.

Gazdikereső oldalak például:

www.allatok.info
www.kiskutya.hu
www.kiscica.hu
www.gazditkeresek.hu
www.gazditkeres.hu
www.gazdikereso.hu
www.kutyakell.hu
www.gazdikereso.com
www.kisherceg.net
www.haziallat.hu
www.kutyakereso.zug.hu

- Érdeemes külön fotóalbumot nyitnunk védencünknek, melynek linkjét beletesszük a hirdetésbe, így nem kell minden oldalra külön feltenni sok képet és videót, elég csak az albumába. Erre nagyon jó például a gallery.site.hu oldal, de lehet az egy Facebook-album is, ha úgy állítjuk be, hogy publikus legyen, tehát mindenki számára hozzáférhető.





- Örökbeadás előtt a felnőtt kutyákat ivartalanítsuk! (Egyszer régen adtam örökbe egy jókora keverék kan kutyát ivartalanítás nélkül, majd pár évvel később hívott a gazdi, hogy szeretné elkérni tőlem pár menhely elérhetőségét, mert a kutya teherbe ejtette a szomszéd kutyáját, és most ott állnak nyolc kölyökkel, és persze a babák nem kellenek senkinek.)
- Az örökbeadásánál mindig nézzük meg a helyet, ahova adjuk, és javasoljunk 1-2 hetes próbaidőt, ami után mind a gazdi, mind mi, az örökbeadók visszavonhatjuk az örökbeadást, ha megoldhatatlan probléma merül fel. Nem árt az ilyesmit örökbefogadási szerződésben rögzíteni, melyről mintát az interneten találunk, és még ezek után is 2-4-8 hét után újra felhívni a gazdit, hogy minden rendben van-e. Kérjük meg, küldjön fotókat, videókat a kutyáról. Ha minden jól alakul, életünk legszebb emlékei lesznek ezek a mentések.
- Ha egy év alatt van a kis védencünk, és nem ivartalanítva adjuk örökbe, nagyon fontos, hogy elmagyarázzuk a gazdinak az ivartalanítás jelentőségét.

Teendők, ha állatkínzást fedezünk fel

Két eset van: vagy állatkínzás történik, ami bűncselekmény, vagy pedig az állatvédelmi törvény megszegése, ami szabálysértés.

Állatkínzásnak számít, amikor valaki gerinces állatot bántalmaz, illetve úgy bánik vele, hogy az annak maradandó egészségkárosodást okoz. Ha ilyet észlelünk, akkor bűncselekménynek vagyunk szemtanúi. Az esetet a rendőrkapitányságon kell jelentenünk telefonon (061-427-46-00) vagy a kapitányság honlapján: police.hu/bejelentések/. Kérhetjük személyazonosságunk bizalmasan kezelését, így az elkövető nem tudhatja meg, hogy ki jelentette fel. Érdemes a bejelentést írásban és szóban is megtenni.

Az állatvédelmi törvény megszegéséről van szó, amikor egy gazda nem biztosít az állatának az alábbiak közül akár csak egyet is: mozgásteret, az időjárás viszontagságai elől menedéket, megfelelő ételmet, állatorvosi ellátást. Továbbá, ha engedély nélküli beavatkozást hajt végre az állaton





vagy az állatnak indokolatlanul fájdalmat, szenvedést, sérülést okoz. Ha ilyen esetnek vagyunk szemtanúi, a jegyzőnél kell bejelentést tennünk. Szintén érdemes szóban és írásban egyaránt, és itt is kérhetjük személyazonosságunk bizalmasan kezelését.

Természetesen kérhetjük állatvédő szervezetek segítségét, de mivel a legtöbb szervezet folyamatos túlterheltséggel küzd, ne azt várjuk, hogy helyettünk oldják meg a dolgot, inkább a tanácsukat vagy segítségüket kérjük.





3. Állatok a szórakoztató- iparban

Ha minden olyan témáról írnék, ami ide kapcsolódik, az maga megtöltene egy teljes könyvet. Igyekeztem azokat beválogatni, amikről reméltem, talán új megvilágításba tudom helyezni.

Állatkertek

Múlt hónapban betörték hozzánk. Fegyverük volt, sokan voltak, esélyünk sem volt védekezni vagy elmenekülni. Láttam, ahogy az apámat megölték, és az anyámat elvitték. Engem és a testvéreimet elhoztak ide, ahol más idegenekkel együtt bezárva tartanak. Enni adnak minden nap, de foglyok vagyunk, nem mehetünk ki. Nem értem, miért történt ez...

Ahogy a könyv elején leírtaknál, itt is ugyanaz az a helyzet: ilyesmi velünk, emberekkel nem történhet meg. Még akkor sem, ha történetesen egy kihalóban lévő embercsoportról lenne szó, teszem azt dzsungelben vadászó-gyűjtögető bennszülöttekről. Nem lehet az embert anélkül rácsok mögé zárni, hogy egy objektív bírói testület alapos vizsgálat után arra a következtetésre ne jutott volna, hogy az illető súlyosan vétett a fennálló normák ellen és veszélyes a társadalomra nézve. Az állatok esetében ilyen feltétel nincs. Bármikor, bármilyen állatot lehet rácsok mögött tartani, nem kell rá külön indoklás.

Mi van, ha mi, állatvédők mégis feltesszük a kérdést: miért van bezárva az a bizonyos elefánt egy belvárosi épületbe a pályaudvar mellett, Európa közepén? Nem ez a természetes élőhelye, itt egészen biztosan nem jó neki. Mégis itt van. Miért?

1. A válaszadók egy része azt fogja mondani, hogy másképp hogyan ismerhetnék meg az európai gyerekek a vadállatokat?





2. A válaszadók egy másik része azzal fog érvelni, hogy a saját élőhelyén az elefántot esetleg kihalás fenyegeti és így tudjuk csak garantálni, hogy fennmarad ez a faj. Tehát a saját fennmaradásának érdekében van a világ másik részén, egy város közepén egy rendkívül kicsi épületbe és kifutóba bezárva.

Amiért ezek az érvelések nem állják meg a helyüket:

1. Szuper dolog, ha a gyerekek meg szeretnék ismerni a világ más részein élő vadállatokat. A magam részéről imádom az állatbarát gyerekeket és fontosnak tartom, hogy segítsük őket és minden lehetőt megadjunk nekik, hogy kibontakoztathassák ezt az adottságot. Minden lehetőt. Ártatlan állatok rács mögé dugása, nem tartozik a „lehető”, a megengedhető dolgok közé.

Ezzel szemben szuperebbnél szuperebb természetfilmek állnak rendelkezésünkre, amik a természetes élőhelyükön teljes életet élő állatokat mutatják be. Megmutatják, milyen okosak, izgalmasak, bájosak és szórakoztatóak valójában ezek az állatok, szemben az állatkertekben élőkkal, akik lelkiileg gyakran súlyosan sérültek, s akikre egy érzékeny gyereknek ránézni is fáj – és neki van igaza.

Még ha nem létezne ma már olyan elképesztő technika, mely lehetővé teszi a vadállatok megfigyelését természetes élőhelyükön, még ha úgy is kellene leélnünk az életünket, hogy sosem láttunk elefántot: akkor sem lehet az egyik élőlény szórakozása vagy tudásszomja fontosabb, mint egy másik élőlény szabadsága.

2. Nézzük a második érvelést. Tegyük fel, hogy az illető elefánt valóban komoly veszélyben van abban az afrikai vagy éppen indiai térségben, ahol megszületett. Amennyiben valóban segíteni akarunk neki, hogy életét békésen, biztonságban, elefánthoz méltó színvonalon élhesse, két dolgot tehetünk és kell tennünk: megakadályozni a vadászatát és nem tenni tönkre az életfeltételeit (utóbbira a környezetvédelmi fejezetben visszatérünk). Magától értetődő, hogy a vadászatot törvényileg tiltani kell, s ennek a tilalomnak érvényt is kell szerezni. A vadászat azonban nem csupán egy rossz szokás, hanem egy igen jól jövedelmező üzlet. S mint minden üzleti vállalkozás, ez is a felvevő piacra épül. Amennyiben mi, a gazdag országok lakói nem tartunk igényt például elefántcsont holmikra és más vadászat-





ból származó árucikkre, akkor az üzleti vadászat a szabadpiac törvényeinek megfelelően meg fog szűnni. Ehhez kapcsolódik, hogy a vadászokat más megélhetéshez kell segíteni. Erről szól egy remek példa a távol-keleti medvetáncoltatás megszüntetéséről, amit mindjárt elmesélek.

Az állatkertek javítása, bővítése nem segít az állatokon, csupán azoknak hoz több profitot és kevesebb támadást, akik ebből az üzletből élnek. Az állatkertek bezárásáért kell küzdenünk, nem a fenntartásukért. Nem annak kell örülnünk, amikor egy állat kicsinyét az állatkertben hozza világra, hanem annak, amikor visszakerül eredeti életterébe – azon belül is egy olyan létesítménybe, ami arra szakosodott, hogy a fogságban élő vagy ott felnőtt állatokat szoktatja vissza az önálló életmódra, hogy képesek legyenek a vadonban élni, szabadon.

A medvetánc vége

Az EU-ban ma már természetesen tilos a medvetáncoltatás. 2007-ben az utolsó három mackót is menhelyre szállították Bulgáriából. Misó, Mima és Szvetla egyaránt hosszú állatorvosi kezelésre szorult, míg végül fokozatosan be tudták őket szoktatni a nekik fenntartott rezervátumba. A szemészeti, bőrgyógyászati, fogászati problémáik talán meg sem közelítik azt, amilyen sebeket a lelkükön hordoznak. A három megmentett medve láncait az orrukon fűzték át, mert minél nagyobb fájdalmat okoznak neki, annál könnyebben lehet ezeket a hatalmas állatokat megfélemlítve tartani. Misónak, a fiúmedvének a fogait is kihúzták, így tulajdonosa a mutatvány során szájába tehette a kezét. Az állatokat korábbi fogvatartóik zeneszó közben tűzforró vasra állították, hogy kapkodják a lábukat, így szoktatva őket arra, hogy később ugyanarra a zenére mindig „táncoljanak”.

A medvetánc nem egy olyan dolog, ami ellen mi itt, Magyarországon tenni tudunk. Azért került mégis be ebbe a válogatásba, mert nagyon jó példája annak, hogy igenis lehet valódi sikereket elérni az állatvédelemben. Ha ésszel tesszük. Ha nem szabályozni, hanem megszüntetni akar-





juk. Ha akkor is emberszámba vesszük az állatkínzás elkövetőit, ha azok borzalmas dolgokat követtek el. Erre szeretnék egy nagyon különleges példát hozni Indiából:

„A medvéket egészen kicsi korukban fogják be a hegyekben. – meséli Kartick Satyanarayan, az indiai mackómentő csapat vezetője. – Az anyamedvét megölik. A kölyköket kiképezik. Az orrukon tüzes vassal lukat csinálnak a láncnak, ami egész életükben ott lesz. A fogaikat kiverik. S utána kezdenek táncolni tanulni.”

1995-ben kezdtük. Elmentünk egy családhoz, mintha vevők lennénk. Rejtett kamerával rögzítettük, amit a medvéekkel tettek. Iszonyatos volt. Ha feljelentjük őket, akár hét év börtönre is ítéltetik a családfőt, mivel a medvetáncoltatás 1972 óta tilos Indiában. Amikor családfőt mondok, egy 18 éves fiút kell elképzelni, akinek a felesége sem idősebb. Négy gyermekük van és egyedül a medvékből élnek. Ezért ahelyett, hogy feljelentettük vagy bántottuk volna őket, segítettünk nekik változtatni az életükön. A célunk nem az volt, hogy megbüntessük ezeket az embereket, hanem az, hogy más megélhetéshez segítsük – azzal a feltétellel, hogy átadják nekünk a medvéket. Közben védett medveparkokat hoztunk létre, hogy legyen hol elhelyezni és rehabilitálni szegény mackókat. Aki leadta a medvéjét, az segítségre számíthatott. Van, aki azóta riksával fuvarozik, van, aki italokat árul, van, aki gabonával kereskedik. Jövő hónapban az utolsó táncoló medvét is menhelyre szállítjuk, ahol állatorvosi kezelés után újra a vadonban élhet majd.”

(az idézet 2011-ből származik)

Szerbiában, Ukrajnában és Oroszországban még mindig akadnak olyanok, akik medvetáncoltatással keresik kenyerüket. Pakisztánban az állatvédők tévéreklámmal próbálkoztak, ám a hirdetést, amelyben egy megégetett, az orrába fűzött karikánál fogva kikötött, üvöltő ember szerepel, kitiltották az állami tévé műsorából, mert túlságosan sokkolónak találták.





Úszás a delfinekkel

A medvetáncoltatáshoz hasonlóan brutális, de még ma is virágkorát élő iparág: a delfinárium. Állatbarát gyerekek és felnőttek milliói tartják fenn ezeket a létesítményeket azzal, hogy elmennek és kifizetik a belépőt. Ezek a parkok is állatkertek, s mint olyanok, az emberek szórakoztatásáról és a profitszerzésről szólnak. Az ott szolgáló delfinek nem fogságban születtek, hanem valahol a szabad vizeken. Volt családjuk is, akiket az orruk előtt végeztek ki. Erről a témáról készült egy elképesztően színvonalas, hiteles és megrázó film: Az öböl (The Cove). Könnyűszerrel megtalálható az interneten is magyar felirattal. Nem véletlen, hogy 2012-ben Oscar-díjra jelölték dokumentumfilm kategóriában. Honlapja:

www.thecovemovie.com

Ric O' Barry, a film készítője, valaha maga is delfintrénerként dolgozott. Világhírű filmek delfinszereplőit képezte ki és saját bevallása szerint hülyére kereste magát. Mígnem egy nap a karjaiban lett öngyilkos egyik szeretett delfinje. A delfinek köztudottan képesek erre, szimplán azzal, hogy szándékosan nem vesznek levegőt. Ritka, de ismert jelenség. Aznap Ric megfogadta, hogy élete végéig küzdeni fog a delfinek szabadságáért.

Évente körülbelül 20 000 delfint ölnek meg főként a szórakoztatóipar és kisebb részben az élelmiszeripar kedvéért. A filmben bemutatott japán halászok a vadon élő delfineket szonár használatával összezavarják és becsalogatják egy rejtett kis öbölbe, ahol fogságba ejtik őket. A filmben jól látható, ahogyan az apa delfinek köröznék az anyák és a gyerekek körül. Védeni próbálják őket, de nincs esélyük. Az öböl vizét a nap végére a szó szoros értelmében pirosra festi a delfinek vére. A gyerek delfineket nem ölik meg, őket eladják delfináriumoknak, hogy ott kiképezve mulattassák a közönséget. A többit leölik, húsukat eladják.

A delfinbefogást a show business tartja fenn, a delfinhús-kereskedelem a kisebb hajtóerő. Amíg pénz van belőle, mindig is lesznek ilyen parkok és ilyen mézszárlások. A delfinprodukciók milliárdos üzleteket hoznak a tulajdonosoknak. Egy delfin ára elérheti a 150 ezer dollárt is.

Hajlamosak vagyunk azt hinni, hogy a filmekben és show-műsorok-





ban szereplő delfinek arckifejezése, vagy „mosolya” boldogságot fejez ki, de valójában hatalmas bánatot és fájdalmat takar. Soha nem fogják elfelejteni, ami velük történt és azt, ahogyan azelőtt éltek.

„Ezek az állatok az emberhez hasonlóan intelligens és érzékeny lények – meséli Ric egy interjúban. – Szabadnak születtek.”

Cirkuszok

A delfináriumok példája szépen átvezet minket a cirkuszok témaköréhez. Nem fogok erre sok szót vesztegetni, hiszen egy magát állatvédőnek tartó embernek ezt nem kell magyarázni. A cirkuszokban látható aberrált állatszámok mögött fájdalmas, kíméletlen idomítás van, a kulisszák mögött pedig iszonyatos körülmények. Lánccok, szűk ketrecek, bántalmazás és életfogytig tartó szenvedés. A jövő az állatokat nem használó cirkuszoské. Még ha a hazai cirkuszokat nézve nem is találunk sok okot a bizakodásra, a változás már jó ideje megindult a világban. Külföldön az élvonalbeli cirkuszok egy része már beszüntette az állatszámokat.

Néhány példa az állatokat nem használó cirkuszok közül:

- Bindlestiff Family Cirkus www.bindlestiff.org
- Circus Garden www.circusgarden.com
- Circus Italiano www.circusitaliano.com
- Circus Millennia www.circusmillennia.com
- Circus Oz www.circusoz.com
- Circus Smirkus www.circusmirkus.org
- Cirque du Soleil www.cirquedusoleil.com
- Cirque Eloize www.cirque-eloize.com
- Cloud Seeding Circus www.cloudseedingcircus.com
- Earth Circus www.earthcircus.com
- Fern Street Circus www.fernstreetcircus.org
- Lazer Vaudeville www.lazervaudeville.com
- Les Productions Cirque Éos inc. www.cirqueeos.com





- Mexican International Circus www.mexicancircus.com
- Moscow State Circus www.moscowcircusstars.com
- Neil Goldberg's Cirque www.cirqueproductions.com
- The New Pickle Circus www.circuscenter.org
- New Shanghai Circus www.acrobatsofchina.com
- Russian American Kids Circus www.rakidscircus.org
- Gamma Phi Circus www3.ftss.ilstu.edu/gpcircus
- The Great All-American Youth Circus www.ycircus.org
- Gregangelo & Velocity Circus Troupe www.gregangelo.com
- Hiccup Circus www.hiccupcircus.com
- The Flying High Circus circus@www.fsu.edu
- Circus Ethiopia www.lefourneau.com/artistes/circus/index.htm
- Circus Zapparelli www.zappme.com
- Cirque Lili www.jerome-thomas.com
- No Fit State Circus www.nofitstatecircus.co.uk
- Swamp Circusn www.swampcircus.com

„A szórakoztatóiparból kiszállt állatoknak egyre több menhelyet létesítenek. A Tennessee-beli Hohenwaldban elefántmenhely kínál otthont a durva bánásmódban részesült elefántoknak.

Amikor Shirley ötvenkét éves korában a menhelyre került, a harmincéves Jenny melletti bokszaiba került. Mikor találkoztak, rendkívüli örömet mutatnak. A gyomruk mélyéről jövő hangos, morajló bögéssel cirógatták egymást az ormányukkal, és szorosan egymás mellett maradtak, ellenállva minden szétválasztási kísérletnek. Jenny megpróbált bejutni Shirley bokszába. A szokatlan jelenség miatt a gondozók utánanéztek az elefántok múltjának. A feljegyzések átnézésekor kiderült, hogy a két állat ugyanabban a cirkuszban élt 22 évvel ezelőtt, amikor Jenny még csak nyolc éves volt.”

Jane Goodall & Marc Bekoff: Az utolsó pillanat (46. oldal)

Csodás dolog, hogy emberek létrehoztak ilyen menhelyeket. Rengeteg energiát és pénzt fordítottak rá, amit, ha nem lennének a szórakoztatóiparban állatok, akár arra is fordíthattak volna, hogy a vadon élő állatok élőhelyét és nyugalmaikat védjék. Szomorú, hogy itt is, mint oly sok más





területén az állatvédelemnek, a tűzoltás felemésztí az aktivisták erejét, s alig marad kapacitás az oly rettentő fontos megelőzésre. Jelenleg csupán abban reménykedhetünk, hogy a kiöregedett állatok egy picurka százaléka talán eljut egy ilyen menhelyre.

Amikor és ahol csak tehetjük, szólaljunk fel a cirkuszi állatszámok ellen, hogy egyre kevesebb ember menjen be olyan cirkuszba, ahol állatokat használnak, s idővel a megszűnő kereslet nyomán eltűnjenek ezek a rémségek.

Díszállatok és hobbiállatok

Egy pár színes hal egy szépen berendezett akváriumban ugyanúgy éke egy szobának, mint egy jó festmény vagy egy szép szőnyeg. Dekoráció. Ha elpusztul – mert megesik az ilyesmi –, veszünk másikat. Egy állatvédő szemében ez felháborító. Ebből kiindulva hajlamosak lennénk azt hinni, hogy csupán a haltartás okával s módjával van a probléma, s nem magával a haltartással. Dísznek venni és hozzáértés nélkül kialakítani az akváriumot vagy terráriumot: helytelen. Eddig egyetértünk, semmi kétség. De mi van azokkal, akik értenek a halakhoz, kígyókhoz, tengerimalacokhoz és törpenyulakhoz? Nem dísznek veszik őket, s nem is karácsonyi ajándékkul gyerekeknek, hanem állatszeretetből. Szeretik őket, törődnek velük és nem érzik őket lecserélhető, pótolható lényeknek. Ők vajon helytelenül cselekszenek?

Nem szeretnék megbántani vagy megharagítani senkit, de ami engem illet, ma már szégyellem, hogy gyerekkoromban halakat és tengerimalacokat tartottam. Bármennyire szerettem őket, bármennyire igyekeztem jól bánni velük, két fontos tényen esélyem sem volt változtatni. Egyrészt a vásárlásukkal egy olyan vállalkozást támogattam, ami az állatokat éppen úgy a profitszerzés eszközánek tekinti, mint egy marhatelep vagy egy cirkusz, másrészt bezárva tartottam őket egy számukra természetellenesen kicsi helyen.

Hosszan lehetne ecsetelni, milyen rosszul bánnak az állattenyésztésben az állatokkal, és milyen sok állat meghal, még mielőtt eladhatták volna. A





nagy rabszolgaszállító hajók fenekén is sok afrikai ember meghalt a szállítás során, de ez a veszteség bele volt kalkulálva a bizniszbe. Erről sokat lehetne írni. Ám ha jobban belegondolunk, nem is lehet ezt úgy csinálni, hogy az helyes legyen. Nem lehet állatokat ketrecekben és akváriumokban tartani úgy, hogy az nekik jó legyen. Lehet úgy csinálni, hogy kevésbé legyen rossz. Nagyobb helyen, jobb táplálékkal, fajtársakkal együtt, vagy például olyan elrendezéssel, hogy el tudjanak bújni, ha akarnak. De mindenképp fogva tartjuk őket anélkül, hogy bármit is vétettek volna. A pókoknak, a kígyóknak, madaraknak az erdőkben van a helyük, ott jó nekik. A halaknak a vizekben. A nyulaknak, rágcsálóknek erdőn-mezőn. Szabadon.

“30 db tengerimalac eladó! Egyben 300 Ft/db. Az utolsó vevőnek 10 db aranyhalat ajándékozok!”

(aprod.hu)

Ha megoldást keresünk, nem találjuk meg ott, ahol a nagyobb akváriumot árulják, de ott sem, ahol azt hirdetik, vásároljuk fel vagy lopjuk el az összes állatot és engedjük el a szabadban. Többségük elpusztulna, hiszen nem tanult meg szabadon élni. A megoldás: fogyasztói bojkottal tiltakozni a dísz- és hobbiállat-kereskedelem ellen, hogy az egy nap végleg megszűnhessen. Utópiának tűnik, mint annyi más a történelem során, de nem lehetetlen. S ha igazán belegondolunk: az egyetlen megoldás.

Addig pedig, aki mégis úgy érzi, nem élet az élet egy bájos kis vadállat nélkül, nézzen körül a gazdikereső állatok között! Vannak menhelyek és állatmentő szervezetek, ahol megunt, kidobott nyuszik, tengerimalacok, teknőcök és hasonló kis szerencsétlenek is otthonra várnak. Nekik már nem lenne sok esélyük a vadonban, de ha már itt vannak, ha már mi, emberek kitenyésztettük és szaporítottuk őket, kötelességünk gondoskodni róluk, amilyen jól csak lehetséges. Senkit nem biztatok arra, hogy engedje szabadon akváriumlakó, terráriumlakó vagy kalitkalakó állatait, hiszen legtermészetesebb kötelességünk gondoskodni róluk, s minden tőlünk telhetőt megtenni értük. Csak új vásárlással ne támogassuk ezt az iparágat.

Minden üzletet a fogyasztói igény tart fenn. A legnagyobb hiba azt hinni, hogy mindennapos fogyasztói döntéseink nem számítanak. Ha mi, a fogyasztók, nem mondunk nemet, akkor ki? Vagy a probléma részei vagyunk, vagy a megoldás részei.





Lovaglás

Nem véletlen, hogy az Állatvédők könyve első kiadásában nem szerepelt egy sor sem a lovaglásról. Noha ez teljesen egyértelműen állathasználat, amit állatvédőként ellenzünk, mégis félttem a témától. A lovaglás az állathasználat azon formája, amit szinte 100%-ban állatszerető emberek művelnek, akik számára teljes képtelenség az, hogy ők bántsanak egy állatot. Egész egyszerűen azért hagytam ki az előző kiadásból ezt a témát, hogy az ő szimpátiájukat ne veszítsem el. De ez nem szabad, hogy indok legyen. Talán itt érdemes közbeszúrnom, hogy teljesen meg tudom érteni azokat, akik lovagolnak, mert én magam is lovagoltam kislányként több éven át aktívan. Imádtam a lovakat, tele volt velük plakátolva a szobám fala. Nem merült fel bennem, hogy ez olyasmi, amit a lovak maguktól akarnak.

A lovak békés, félnék állatok, akik a természetben élve naphosszat legelnek vagy vándorolnak. Sem a patkolás, sem a zabla, sem a nyereg, sem a rájuk erősített szekér nem természetes számukra és kétlem, hogy kellemes lenne. Elviselik, mert kénytelenek. Ha nem viselnék el, nem élték volna túl az ember mellett. Végtelen önámításnak látom, ahogyan a lovasok meggyőzik magukat arról, hogy a lovaglás ember és állat összhangja, barátsága, kapcsolata. A lónak szabadságra és békére van szüksége, pontosan úgy, ahogyan bármilyen más állatnak.

Akik számára ez nem elég, azoktól azt szoktam kérdezni, láttak-e már temetőt, ahol lovak aludták örök álmukat? Még eddig senki nem mondott igent. A lovak, amikor kiöregednek és már nem lehet őket használni, a vágóhídra kerülnek. Megkérdeztem egyszer egy ismerősömet, egy kedves fiatal lányt, akinek két saját lova volt (talán van is), hogy mi történik az öreg lovakkal. Azt a választ kaptam, hogy eladják őket, például kocsit húzni vagy gyerekeket szórakoztatni. Amikor azt kérdeztem, hogy az új tulajdonos vágóhídra viszi-e őket, amikor már végképp nem tudja hasznukat venni, nem tudott válaszolni. Nem tudják. De józan ésszel belegondolva: mi más történne?

Emlékszem egy öreg, lassú lóra, akire akkor ültettek, amikor még nagyon kicsi voltam. Fregatt volt a neve. Egyik nap még ott volt, másik nap már nem. Elvitték vágóhídra, ahogyan minden lovat, amikor már túl öreg





lesz. Emlékszem egy másik lóra, Vandára, aki várandós volt, amikor ültem rajta. Másnap szülte meg a csikóját. Ugyan csak hat éves voltam, nem lehettem túl nehéz, de ezzel együtt nem hiszem, hogy egy utolsó napos várandós lónak jólesik, ha dolgoztatják, rugdossák, vagy csapkodják az oldalát. Emlékszem egy harmadik lóra is, Gombócra, aki egy belvárosi lovardában élt, ahová heti kétszer is jártam egy-egy órát gyakorolni. Gombóc egy óra alatt nem kevesebb, mint háromszor dobott le a hátáról. Minden alkalommal vissza kellett ülnöm, ami nagyon jó tanítás volt az életre nézve arról, hogy semmit nem szabad feladni, mindig vissza kell ülni és újra próbálkozni. De vajon ő erről mit gondolt? Nem hiszem, hogy viccből dobott le. Azt hiszem, ha valaki háromszor vadul meg egy óra leforgása alatt, akkor az illető nem érzi túl jól magát abban a helyzetben.

Mondhatnám, hogy szégyellem, hogy évekig lovagoltam, de ez ugyanolyan hasztalan, felesleges dolog lenne, mintha azt mondanám, szégyellem, hogy szaporítótól származott az első kutyám. Egy olyan kultúrában élünk, ahol mindez még normálisnak számít. Ugyanígy elítélni sem érdemes azokat, akik ma is lovagolnak vagy kutyát vesznek. Bízom benne, hogy ahogyan én is, ők is belátják, hogy az állatok birtoklása, használata ellenkezik azzal, hogy tiszteletben tartjuk mindenki jogát az életéhez és szabadságához. Azt tanácsolom azoknak, akik imádják a lovakat és eddig talán lovaglással fejezték ki ezt az érzést, hogy látogassanak el egy lómenhelyre, segítsenek, sőt, akár kövessék példájukat és nyissanak maguk is hasonlót!

Vadászat, horgászat, bikaviadal, rodeó...

A vadász, a horgász, a torreádor, a megvadult állatot megülő ember – mintha a természeti erővel dacoló, a természetet újra és újra legyőző ember tradicionális színjátéka lenne. Visszatérés a gyökerekhez, amikor még az életben maradásért és az élelemért kellett küzdenünk. Leteríteni a nagy vadat, dacolni az elemekkel, része lenni a kíméletlen természetnek. A természet hatalmassága és végtelen békéje újra a miénk. Settenkedni és fülelni, várni és gyorsnak lenni, pusztá kezünkben egy késsel ölni meg a





vergődő halat. Újra azzá a lényé válni, aki még inkább állat, mint ember, de már erősebb... Csak próbálom megérteni őket. Megérteni, mit keresnek. Valami romantikus vadon-mítoszt, békét és izgalmat, elemi vadságot és győzelmet?

Talán ha ők maguk is megpróbálnák megérteni, valójában miért teszik, belátnák, mennyire *becsapják magukat*. A technika, a tudás, a stratégia, a kontroll: mind az ő kezükben van. Az állatnak maradt, amiye mindig is volt: a szaglása, a hallása, az izomereje, a látása. Így amikor az ember visszatér az erdőbe, nem válik újra a természet részévé. Csupán gyilkol.

Műanyag dobozban, előre csomagolva, félkészben is kapható a halál. Afrika egyes elkerített részein a vadonnak (a valaha-vadonnak) arra tenyésztene és tartanak állatokat, hogy azokat emberek jó pénzért leteríthessék és trófeát csinálhassanak belőlük. Milyen borzalmas dolog – gondoljuk mi itt, Európában. A városunk szélén van egy tavacska, ahogyan nyilván más városok szélén is akad itt-ott. A helyi horgászklub bérlő és használja (mellesleg: Kutyáknak belépni tilos!) . Nemrég mesélte a gondnok bácsi, hogy minden évben új adag halat hozatnak a tóba. Haltenyészetekből rendelik és valami nagy járművel ideszállítatják. „*Há' hogy legyen mit kifogni*” – teszi hozzá és értetlenül nézi az én értetlenkedésem...

Halál

Néha elképzelem, milyen lehet kifogni egy halat. A száját átlukasztó horognál fogva kiemelni a vízből, ahol lélegezni tud. Vergődik. Fuldoklik. Ugyanúgy a haláltusáját vívja, ahogyan a szereteteink, amikor a karjainkban hálnak meg. Ugyanúgy halál. Miért tragédia az egyik és miért közböcs a másik? Az ember halála tragikus veszteség, az állat halála: „*már csak így megy ez*”. Amikor a saját kutyánk, vagy macskánk hal meg, ez a kategóriarendszer felborul. Olyankor tragikus, pótolhatatlan veszteség az állat halála is, akárcsak bármely más családtag halála. Pillanatok az életben, amikor büszke férfiak is sírnak, s nyíltan példázzák: a halál az halál, mindegy, milyen fajt ért utol.

Hogy milyennek látjuk a halált, sokkal inkább attól függ, hogyan lát-





tuk azt, aki élt. Ha ismertük őt, mint egyetlen, megismételhetetlen lényt, akkor a halála sosem lesz közömbös. Legfeljebb természetes, de sosem közömbös. Ha viszont nem ismertük őt, akkor az alapján dől el, sajnáljuk-e, hogy mit tanultunk róla. A vergődő halat nem ismeri a horgász, aki megöli. S azt tanulta, hogy ez a halál nem olyan halál, mint amikor egy családtagunk hal meg. Nem ismerte őt, tehát csak azt tudja róla, amit másoktól hallott. Történetesen azt, hogy a hal „*arra való*”, hogy nem érez, hogy ez a természet rendje, hogy ez egy jó szabadidős elfoglaltság, esetleg egy családi hagyomány, s hogy mégiscsak jobb volt ennek a halnak, mint annak, akit a boltban venne meg. Végső soron: ez a halál nem olyan halál – gondolja. Nem olyan, mint az a félelmetes, titokzatos pillanat, amikor az élőlény megszűnik küzdeni a következő levegővételért és nem mozdul többé.

De a különbség csak a fejünkben létezik. A halál igazából mindig ugyanaz.





4. Állatok a kísérletekben

Informált beleegyezés

Sokak szemében szélsőséges álláspontnak tűnhet mindennemű állatkísérlet ellenzése. Mégis arra kérlek, hallgass meg. Noha a kísérletek töredéke szól csak új gyógymódról, vagy egyáltalán egészségügyről, ez az a kérdés, ami a leginkább érdekli az embereket: *„És ha a saját gyermeked feküdné gyógyíthatatlan betegséggel? Vagy a saját édesanyád? Egy betegséggel, amire nincs gyógymód. Fájdalmakkal, amiket nem tudunk még csillapítani. Akkor is fontosabbak lennének neked az állatok?”*

Vajon körülbelül hány csimpánz életen át tartó testi-lelki szenvedése és halála nem túl sok ahhoz, hogy a mi rokonaink élhessenek? Vagy az, hogy nekünk ne kelljen szembenéznünk a halállal és a szenvedéssel, minden áldozatot megér?

Áldozat. Milyen szép szó, ha magunk hozzuk meg. *Éveket áldoztam az életemből, hogy téged ápoljalak. Feláldoztam a karrieremet, hogy melletted legyek. Feláldoztam a szabadságomat, hogy neked segítsek. Önfeláldozó vagyok. Áldozatkész vagyok. Önzetlen vagyok.* Mindez nagyon szép. De mennyiben nevezhetjük nemes áldozatnak, amikor mások szenvedését és mások életét áldozzuk fel saját céljaink oltárán?

Olvastam valahol, hogy legyünk hálásak az állatvilágnak, mert sok-sok millió állat halt meg azért, hogy nekünk gyógymódunk legyen erre vagy arra a betegségre. Jelentem: tévedés. Nem azért haltak meg, hogy nekünk gyógymódunk legyen. Azért haltak meg, mert nem tudtak védekezni. Akaratuk ellenére voltak épületekbe zárva, szélsőségesen abnormális körülmények között tartva, kínozva és végül likvidálva. Nem akartak ők segíteni senkinek. Élni akartak. Menekülni. Csak nem tudtak.





Amikor az orvosok vagy a pszichológusok emberek bevonásával végeznek kutatást, az első lépés mindig az, hogy tájékoztatják a kutatási alanyokat arról, milyen esetleges kellemetlen következménye lehet a kutatásnak. Például felkavaró lehet, amikor a gyerekkori traumáiról kérdezzük, vagy ez az új tabletta fejfájást okozhat. Minden olyan kutatásnál, ahol felmerül, hogy bármiféle minimális kellemetlenség érheti a résztvevőket, az emberekkel informált beleegyezési nyomtatványt íratnak alá. Ez egy alapdolog. Törvénybe van foglalva. Tanítják mindenkinek az egyetemen. Tehát csak akkor szabad valakit kutatásra felhasználni, ha az illető tudja, milyen kockázata van a részvételnek és azt önként vállalja. Ezt nevezik úgy, hogy informált beleegyezés.

Az állatok nem mennek önként a laborba. Nem fogják fel, mi fog velük történni. S egyáltalán nem egyeztek bele. Akaratuk ellenére áldozzák fel őket olyan célokért, amikhez semmi közük.

Hogy fontosabb-e a saját gyerekem élete, mint mondjuk 500.000 csimpánz élete? Igen. Nekem egyértelműen fontosabb. De a csimpánzok élete nem az enyém, hogy döntsek felette. Nem az enyém, hogy feláldozzam.

Egy laborból mentett kutya története

Sok évvel ezelőtt találkoztam egy kutyával, Ottóval, aki egészen más volt, mint bármely más kutya, akit ismertem. Mint később kiderült, egyáltalán nem volt egyedi jellem. Pont olyan volt, mint sok-sok ezer más kutya, akiket sosem látunk. Ottót egy laborból hozta el egy elkötelezett állatvédő, és sok-sok szeretettel elérte, hogy be tudjon illeszkedni egy ismeretlen világba, a mi világunkba, a laborokon kívüli világba, ahol szeretjük a kutyákat és nem eszközként, hanem barátként tekintünk rájuk. Ottó történetét nagyon szépen írta le a gazdája, Hercsuth Éva. Szó szerint idézem a beszámolóját, melyet néhány évvel ezelőtt a Négy Mancs honlapjáról töltöttem le:

„2004 novemberében végre elérkezett a nagy nap, beléphettünk a fertőtlenítőszagú épületbe és megszabadíthattunk egy kísérleti kutyát hosszú évek óta





tartó fogságból.

Épp amikor a „kezelő” orvosnővel beszélgettünk, egy csapat beagle-t vezettek be, néhányuk a földre vetette magát, szemmel láthatóan rettegtek attól, hogy ismét be kelljen lépniük a folyosóra, mely a ketrecekhez vezetett. Pontosán tudták, hogy ott semmi jó nem vár rájuk.

A kiszolgált kutya, akit elhozhattunk, kövé dermedve állt, ahogy közeledtünk felé. Reményvesztetten fénylő barna szemei nem is néztek ránk, látszott rajta, hogy teljesen feladta és nem vár már semmi jót. A laborban eltöltött 6 év után ez nem meglepő.

Nemsokára egy rettegő kutyát emeltünk be az autóba. Senki nem kérdezte, hogy hova visszük az állatot, mi lesz a további sorsa. A laborban dolgozók nem foglalkoztak vele, mi lesz az általuk kidobott állattal, hova kerül, ki viseli majd gondját. Ennél jobban már csak akkor ásta el magát előttem a doktornő, amikor azt mondta, ha nem felel meg a kutya, nyugodtan hozzuk vissza a laborba, hiszen ott mégiscsak jobb helyen van, mint egy menhelyen.

Első sétánk a parkban hosszúra nyúlt, de nem a méterben megtett út miatt, hanem mert Ottó gyakran néhány percig csak állt és nézett, ismerkedett egy számára új világgal. Nézte a fákat és a patakat. Ijedtében összerezzent a madaraktól és a vadkacsáktól. Kíváncsisága néha felülkerekedett a félelmén. Mindentől félt, amit nem ismert és nagyon gyakran megijedt. Még egy fáról lehulló falevéltől is pánikszerűen menekült. A fehér ruházat, például a fürdőköpeny látványától még ma is lemerevedik a félelemtől. Akkor is, ha az azt viselő személy az előző percben még simogatta őt. Sötét ruhába öltözött férfiakat és idősebb hölgyeket azóta is nagy ívben el kell kerülnünk az utcán.

Ottó elejétől fogva nagyon rendes és alkalmazkodó kutya volt, hálás minden jó szóért és simogatásért. De az a dolog, amit bizalomnak hívnak, nagyon sokáig váratott magára – sok esetben még a mai napig sem működik igazán. Szívszorító volt nézni, ahogy harcolt magával, hogy bízson-e bennünk vagy inkább emlékezzen a sok éves rossz tapasztalatára. Amikor először egy picit megemelte a lábát és óvatosan mutatta a pocakját, hogy simogassuk, ami az állatoknál a bizalom jele, nem tudtuk visszatartani a könnyeinket.

Később aztán, amikor egy picit csóválta a farkát vagy először vakkantott, tudtuk, hogy ismét sikerült egy nagy lépést tenni a normális élet fele. Az első ugatásának azért is nagyon örültünk, hiszen így tudhattuk meg, hogy legalább a hangszálait nem vágták el, mint azt a kísérleti állatoknál szokás.





Szomorú gyerekkorában sosem tanult meg játszani, de remélem, ezt a felszabadult érzést nem mulasztotta el egy életre.

Az evés hónapokig komoly gondot jelentett, gyakran éreztünk tehetetlen dühöt, hiszen el sem tudtuk képzelni, mi mindent csinálhattak a kutyával, hogy még az evéstől is ennyire fél. A legkisebb mozdulatra elugrott és éhsége ellenére otthagya a tálkáját.

Sajnos már az állatorvoshoz is el kellett látogatnunk, Ottó ugyanis nagyon vakarta a füleit. Az orvosnál terjengő fertőtlenítő szaga felidézte benne az emlékeket és szemében csalódott fény csillogott. Az állatorvos sokáig tisztogatta az elhanyagolt testrészeket, ezután féreghajtó tablettát adott, amire, mint kiderült, nagy szükség is volt. Az állatorvos egyre csak csóválta a fejét és azt dörmögte maga elé: „milyen megbízható és használható eredményt várnak el a laborban olyan állatoktól, amelyek tele vannak élősködőkkel?” Az állatorvos sajnos idegi alapú asztmát is megállapított a kutyánál. Ez a laborban átélt lelki és idegi megterhelésre vezethető vissza – mondta. Reméljük, az idő ezeket a sebeket is talán begyógyítja, és nem kell majd élete végéig gyógyszert szednie.

Ottó a laborból való megmenekülése óta sok új élménnyel gazdagodott, sok új barátot talált, látott erdőt és kacsákat, mancsaival már belemerészkedett egy patak vizébe és életében először úgy igazán gyorsan futott is egy nagyot. Kíváncsisága egyre gyakrabban győzi le a mélyen ülő félelmeket.

A kísérletek nyomai és a testét beborító sebek már gyógyulásnak indultak. Lassan a borotvált helyeken is új bunda nő, a fertőtlenítőszerektől, nedves betontól és vasrácsoktól sebes mancsaira az erdei séták igazi gyógyírként hatnak. Mellső mancsain éktelenkedő nagy sebek valószínűleg még sokáig láthatóak lesznek, a pocakján lévő heg már mindig megmarad – éppúgy, mint a füleibe tetovált vastag kódszámok, amivel az állatot mint egy munkaeszközt megjelölték. De remélem, hogy egyszer, sok idő elteltével a lelki sebei is gyógyulásnak indulnak majd – mi mindent megteszünk ennek érdekében. Tegyük meg együtt mindent azért, hogy a jövőben egy állatnak se kelljen ilyen borzalmas lelki és testi kínokat kiállnia.

Egy sors most jóra fordult – csupán egy csepp víz a forró kövön. De sose felejtsük el, hogy állatok ezrei várnak még egy méltó, boldog és fájdalommentes nélküli életre a laboroktrecek rácsain túl...”

Ottónak és Évának hét év jutott, amit együtt tölthettek

Ottó 2011. április 15-én halt meg.





Kutatók, akik szembeszálltak az állatkísérletekkel



Richard D. Ryder volt az egyik első modernkori tudós, aki nyilvánosan szembeszállt az állatkísérletekkel. A *tudomány áldozatai* (1996) című könyve alpmű, s bár számadatai ma már elavultak, gondolatai ma is forradalminak számítanak, s azon kevés kivételek egyike, mely magyarul is megjelent. Ez a fejezet most az ő gondolatain alapszik.

Beszámolója szerint a kutatók egy kísérlet jogosságát az alábbi két tényező alapján ítélik meg: mekkora fájdalmat okoz, és mekkora haszonnal jár. Logikusan hangzik, hogy a kettő arányán múljék a dolog. Csakhogy a fájdalom és a haszon elszenvedője, illetve nyertese történetesen nem ugyanaz a személy vagy csoport.

Bevett metódus ugyebár, hogy aki egészségesebb akar lenni, több friss zöldséget és gyümölcsöt igyekszik fogyasztani. Nem szokásunk viszont megkérni a szomszédot, hogy egyen sok zöldséget helyettünk. A befektetés ugyanott kell, hogy történjék, mint a nyereség: bennünk, általunk. Felbérelhetünk egy személyi tréneret, aki önfegyelmünket helyettesíti és előírja nekünk az egészséges étkezést, testmozgást és egyebeket. Nem eszik vagy sportol helyettünk, de valamennyire mégiscsak helyettünk dolgozik. Ez esetben a tréneret megállapodás szerint megfizetjük, valamint természetes, hogy önszántából áll szolgálatunkba. Amikor az állatokat állítjuk saját céljaink szolgálatába, azok sem fizetést nem kapnak, sem nem teszik ezt önszántukból. Foglyok, akiken mérhetetlenül fájdalmas és rémisztően kegyetlen kísérleteket hajtanak végre. Állítólag a tudomány vagy az emberiség érdekében. Akárcsak egy bizonyos világháborúban egy bizonyos orvosi gárda tette ezt az alacsonyabb rendűnek kikiáltott emberekkel. Az állatok ugyanúgy rabok és ártatlanok és kiszolgáltatottak, és úgy szállítják





őket vagonokban és egyéb teherjárművekben összezsúfolva, hogy fogalmuk sincs, mi vár rájuk az út végén.

Egy normálisan működő világban jogunk sem lenne őket fogva tartani, nemhogy bántani. Valójában nincs is ezen mit gondolkozni. Mi köze a laborban élő macskának ahhoz, hogy én beteg vagyok? Mi köze a beagle-nek az én fogfájásomhoz? Semmi. Mégis neki okoznak fájdalmat, őt kötözik le, őt mérgezik meg, hogy megtalálják a megoldást az én problémámra. Nincs ezen mit gondolkozni, semmi jogunk nincs őket bántani a saját érdekeinkben. De mivel olyan régóta bevett eljárás, ma már az emberi faj normálisnak vélt működéséhez tartozik.

Visszatérve Ryder írásához, szigorúan a gyógyítási céllal történő kísérletekről beszélve elmondhatjuk, hogy szenvedést okozunk valakinek a *jelenben*, hogy majd a *jövőben* valaki más szenvedését csökkenthessünk. A jelenbeli szenvedés teljesen biztos, a jövőbeli szenvedés csökkentése bizonytalan, mert hát vagy hasznos lesz a kutatás, vagy nem. A jelenbeli szenvedést mesterségesen és szándékosan okozzuk, a jövőbeli, amit enyhíteni szeretnénk, természetes következménye összetett biológiai folyamatoknak. A jelenbeli szenvedés elszenvedői ártatlan, rémült, kiszolgáltatott lények, akiket nem szeretett soha senki és egészen irtózatossá váló körülmények között születnek, élnek és halnak meg. A jövőbeli szenvedők olyan beteg emberek, akiket többnyire család, de minimum ápolószemélyzet vesz körül, ágyban alszanak, szabadon döntenek a sorsukról, fájdalomcsillapítást kapnak, és az esetek egy nem elhanyagolható részében saját viselkedésükkel, saját döntéseikkel aktívan okozták betegségüket (pl.: dohányzás, alkoholizmus, egészségtelen étkezési szokások). Természetesen eszemben sincs általánosítani, hiszen rengetegen betegek úgy, hogy se felelősségük, se támogató környezetük, viszont szenvednek és segítségre várnak. Mégis biztos vagyok benne, hogy még nekik is százszor jobb, mint bármely állatnak bármely laborban.

Az egész végtelenül tudathasadásos helyzet. A mérleg egyik oldalán ott vannak a beteg emberek, akiket sajnálunk, akiken segíteni szeretnénk. A másik oldalán állatok, akiket valamiért nem vagyunk képesek sajnálni. Akiktől elfordulunk és győzködjük magunkat, hogy az ő fájdalmuk nem olyan, mint egy ember fájdalma, hogy az ő életük nem ér annyit, és hogy állatvédelmi törvények védik őket a laborokban is. Ne áltassuk magunkat, a törvények a laborokat védik. A valóságban a mérleg mindkét





oldalán szenvedés van, és miután elolvastam, átszenvedtem, átsírtam néhány részletekbe menő könyvet az állatkísérletekről, biztosan állíthatom: nincs az a súlyos betegség, ami akárcsak megközelítené szenvedésének fokával az állatkísérletek rutinját. Nem tudok választani, melyik szörnyűséget hozzam fel példaként, így inkább magát a könyvet ajánlom azoknak, akik nem hiszik el a fenti állítást. Max Keller, aki tagja volt az Állatkísérletek Ellenőrzőbizottságnak Zürichben, lefénymásolta a kísérletek titkos jegyzőkönyveit és átadta őket az 1999-ben megjelent Holokauszt című könyv szerzőjének, Milly Schar-Manzolinak. A könyv 300 jelentést tartalmaz, melyek hihetetlenül kegyetlen kísérletek részleteibe engednek betekintést. Megjelent magyarul is, az irodalomjegyzékben megtalálható. Mikor menhelyen dolgoztam, egyszer nekem kellett kimennem egy fához kikötött és halálra kínzott kutya holttestét lefotózni (a feljelentéshez kellett) és egyszer egy rettenetes helyen egy pár hetes kutya holttestét kellett egy szemétdombra dobnom, mert nem volt mód eltemetni. Mindaz, amit ezeken a helyeken átéltem, meg sem közelíti azt, amit a Holokauszt című könyv olvasása közben éreztem. Ennél szörnyűbbet, mint ami azokban a laborokban folyt és valószínűleg folyik is, el sem lehet képzelni.

Milyen célból folynak állatkísérletek? Az emberek első gondolata az orvoslás. Rögtön elképzelnek egy halálos betegen szenvedő gyermeket, akin az ember nem tud segíteni, s innen nézve pár névtelen állat szenvedése olyan áldozatnak tűnik, amit *meg kell* hozni. Nos, az esetek elsősorú többségében nem ártatlan, szenvedő kisgyerekek megmentéséről szól a dolog. A tesztek tárgyai az orvosi kutatások mellett az élelmiszeripari adalékanyagok, dohányipari cikkek, kozmetikumok, mezőgazdasági vegyszerek, iparban és saját háztartásunkban használt vegyszerek, új fogászati módszerek, új fájdalomcsillapítási módszerek, hadiipar, csomagoló anyagok, valamint oktatás.

Milyen állatokat használnak? Sok ember, hogy magát megnyugtassa, hajlamos lelki szemei előtt egerekkel és patkányokkal teli laborokat elképzelni. A valóságban használt állatok: majmok, nyulak, kutya, macskák, delfinek, egerek, patkányok, békák és még hosszan lehet sorolni. Csak néhány példa: „*A Journal of Surgical Research* című sebészeti szaklap 1967 júniusi száma az amerikai laboratóriumok évi forgalmát kb. 250 000 ma-





jomra, 100 000 macskára és 250 000 kutyára becsülte.” (Ryder-könyv, 45. oldal) További statisztikák ebből a könyvből: Svédország 1974-ben 2925 majmot, 2400 kutyát és 4900 macskát használt fel. Ausztrália 1971-ben összesen 850 000 állatot, Kanada 2 768 000-et és még sorolhatnánk.

A híres LD 50. Kötelező rutineljárás megállapítani, hogy egy adott anyagból mekkora az a mennyiség, ami már halált okoz. Az LD a letális dózis, vagyis a halálos adag rövidítése. Az 50 pedig az állatok 50%-ára utal. Egy anyag LD 50-e azt a mennyiséget jelöli, amely a kísérleti állatok 50%-át megöli a kényszeretéstől számított 14 napon belül. Egyetlen vegyi anyag engedélyeztetése 5000 állat feláldozását igényli, rovarirtók esetében 12 000.

Megbízhatóak-e az állatkísérletek?

Józan paraszti ésszel az ember azt gondolja, megbízhatónak kell lenniük, különben nem ezekre alapoznánk a gyógyszerek és egyéb anyagok hatékonyságát és biztonságosságát. A valóságban azonban nem feltétlenül történnek a dolgok józan paraszti ész szerint.

Számos példát találunk arra, hogy az állatkísérletek nem működnek. A laborokat ellátó cégek, vagyis állatgyárak, állattenyészetek erőltetik ennek az elavult hagyománynak a fennmaradását. Nem olcsó, nem korszerű és nem is gyors. „Egy hatóanyag rákkeltő mivoltát tesztelő kísérletsorozat hozzávetőleg 400 patkánnyal számol, a vizsgálat akár 5 évet is igénybe vehet, s a kutatás becsült költségei mintegy 800 000 amerikai dollárra rúgnak – írja Thomas Hartung, az Alternatív Eljárások Jóváhagyásának Európai Központja (ECVAM) vezetője – Az ilyen ellenőrzések során általában rákkeltőnek találják a készítmények csaknem felét, noha emberekben a karcinogenitás leggyakrabban nem bizonyítható. Ennek az az oka, hogy a kísérleti állatok szervezete, felépítése, immunrendszere eltér az emberétől. Gyakran előfordul tehát, hogy az alkalmazott szer az ember esetében ártal-





matlannak tűnik, ám egy állat szervezetébe juttatva annak életébe kerülhet. Fordítva is fennáll a veszély: a klinikai vizsgálatok során – amikor tehát már túljutottak az állatokkal folytatott kötelező protokollokon – a leendő gyógyszerek harminc százalékát kizárják a kutatásból, mert a bevetésükkor fellépő súlyos mellékhatások tovább rontják a betegek állapotát.”

Meglehet, az állatkísérletekkel biztonságosnak nyilvánított szerek csak „egy igen kicsi hányada” okoz nem várt problémákat az emberekben, de azt hiszem, az éppen elég. Egy nagyon közismert példát szeretnék felidézni. Németország nyugati felében a '60-as években nem kevesebb, mint 5000 anya szült torzszülött kisbabát, akik a Contergan márkanevű tablettát szedték, mely 1957-62 között volt kapható. Egy sima kis altató volt, amit a gyártó szerint kismamák is nyugodtan szedhettek, mivel vemhes állatokban és utódaikban semmiféle problémát nem okozott. Hatóanyagát, a thalidomidot, annak rendje s módja szerint szépen kipróbálták a szokásos állatokon: kutya, macska, patkány, hörcsög, csirke, sőt, közeli rokonainkon, a majmokon is, s egyetlen állatban sem okozott torzszüléseket. Miután nyilvánvalóvá vált az emberekre gyakorolt tragikus hatása, nagy nehezen találtak egy nyúlajtát (az Új-Zélandon élő fehér nyulat), amiben ugyanolyan torzulást okozott, mint az emberben.

Nem ez az egyetlen közismert példa arra, hogy az ember és a kísérleti állatok másként reagálnak. Az inzulin vagy a kortizon, melyeket az emberek gond nélkül szednek, deformitást okoz számos állatban, míg a practolol például megint csak emberben fejti ki hatását.

Lehetnek ezek elenyészően ritka esetek. Történhet ez a szerek kevesebb mint egy ezrelékével. De mondd ezt annak a 2800 ma is élő thalidomid-áldozatnak, akik születésüktől élnek súlyos testi fogyatékossgal és már nem lehet rajtuk segíteni.



A thalomid egyik szerencsésebb áldozata.





Állatkísérletek helyett

Az állatkísérletek alternatíváiról már Ryder is egész fejezetet töltött meg könyve végén, amit a '60-as években írt: szövettényeszetek, matematikai modellek, radioaktív izotóp technikák, gázkromatográfia. Menynyt fejlődhetett azóta a tudomány! – gondoljuk naivan. A dolgok állása azonban nem ennyire rózsás. Az alternatívák kutatása mögött máig nincs meg a kellő anyagi hajtóerő. Ott vannak ugyanis az események színterén – vagy inkább azok háttérében – az üzletemberek, akik óriásvállalataikkal laborokat látnak el, azaz állatokat tenyésztenek hihetetlen mennyiségben. Hangsúlyozom, nem sarki kisvállalkozókról beszélünk, hanem nagyon nagy, tőkeerős cégekről, melyek összeköttetései a gyógyszeriparral, hadiiparral, vegyiparral kibogozhatatlanok. Nem különösebben meglepő, ha oda is beteszik a lábukat, ahol a törvények születnek. Az előírások rendszerét tehát pénzügyi szempontok befolyásolhatják. Nem feltétlenül azért előírás az állatokon való tesztelés, mert valóban biztonságosabbá teszi az életet számunkra, hanem mert hatalmas érdekek fűződnek hozzájuk.

A tiltakozás már a '60-as évek óta tart. Egyre több és több orvos fordul ellene ennek a borzalmas megszokásnak. Szerencsés egybeesés, hogy az alternatív módszerek nem csupán állatvédelmi szempontból jobbak, de olcsóbbak, gyorsabbak és megbízhatóbbak is. Ilyen módszerek például az in vitro technikák, önkéntesek bevonása, számítógépes modellezés, genomika, emberi populációk tanulmányozása. A legígéretesebb az in vitro technika, melynek lényege, hogy emberi szöveteket, sejtszöveteket tesznek kémcsőbe, s megnézik, azok hogyan reagálnak a különböző szerekre. Ez nem csak feleslegesé teszi az állatokon való tesztelést, de pontosabb, megbízhatóbb, olcsóbb és sokkal gyorsabb is.

Az állatkísérletek alternatívája lehet a szintetikus bőrrel és a számítógépes szimulációkkal levezényelt teszt is. Az ECVAM 2008 áprilisában az emberi bőr két olyan mesterséges modelljét hagyta jóvá, amelyek együtt tökéletesen helyettesítik az élő állatokon végrehajtott bőrirritációs tesztek jelentős részét. Az egyik a francia fejlesztésű Episkin, a másik az amerikai Epiderm, melyek az emberi bőr mesterséges, háromdimenziós rekonstrukciói. Mindkettőt emberi sejtek felhasználásával készítik.

Mivel 2013-tól az Európai Unió országaiban semmilyen kozmetikum





biztonságos volta nem ellenőrizhető élő állatokon, az alternatívák iránti kereslet egyre nő, s a befektetett összegek is évről évre nagyobbak – kivéve azoknál a cégeknél, akik a „problémát” úgy oldják meg, hogy uniós kívüli országokba költöztetik a laborokat. Ez az uniós tilalom természetesen optimizmusra adhat okot, ám valójában sajnos korlátozódik az anyagok állatokon való tesztelésére. Egy 2009-es adat szerint az Európában laborállatnak használt évi 10,7 millió állatnak csupán 10%-a használtatik mérregtani ellenőrzésre, 16% új gyógyszerek tesztelésére áldoztatik fel, 35% az alapkutatások során, 28% pedig gyógyszerfejlesztésben vesztí életét. Örülünk, hogy betiltották a kozmetikai célú állatkísérleteket az uniós belül, ám nem szabad, hogy ezzel elaltassák a tiltakozásunkat. A kísérletek többsége folytatódik, és további tiltakozást kíván.

Állatkísérleteknek beillő kegyetlen eljárásokat használnak világszerte a felsőoktatásban is. Élő állatokat preparálnak, boncolnak, noha nem éppen létfontosságú a dolog. A cél az ismeretek közvetítése, s megvan a technika szolgáltatva megoldás, hogy állatok feláldozása nélkül folyhasson az oktatás. Az InterNICHE egy olyan nemzetközi hálózat, mely összefogja az eddig kialakított állatokat helyettesítő oktatási eljárásokat, s az érintett diákokkal együttműködve nyújt támogatást azoknak, akik nem hajlandóak részt venni az állatok feláldozásában, a tanárok számára pedig segíti az alternatív módszerek bevezetését. Sokan és sokféle emberek az InterNICHE tagjai, akik különböző szemszögből közelítenek ugyanahhoz a kérdéshez. A tagok közül sokan maguk is diákok, akik szembehelyezkednek az állatkísérletekkel, tanárok, akik alternatív módszereket fejlesztettek ki, és a legkülönbözőbb területről jövő érdeklődők, akik az állatok felhasználását kiváltó alternatívákat szeretnék megismerni. Az InterNICHE megjelentetett egy gyűjteményes kiadványt is „A tengerimalactól a számítógépes egérig” címmel, amely 400 alternatív módszert mutat be. Lényeg, hogy mind diákként, mind tanárként merjünk kiállni a meggyőződésünkért, vagyis nemet mondani az állatok használatára az oktatásban és kiharcolni az alternatív megoldásokat. Ki, ha nem mi? Mikor, ha nem most?

Végül pedig, mint fogyasztók, mint tudatos vásárlók, vásárlásunkkal szavazhatunk az állatokat nem használó gyógyhatású készítményekre, tisztítószerre és kozmetikumokra. Kozmetikumokról és tisztítószeréről a 7. fejezetben lesz szó!





Amikor van választási lehetőségünk, igyekezzünk a szokásos gyógyszerek és fájdalomcsillapítók helyett azokat venni, amiket nem állatkísérletekkel fejlesztettek ki. Sok termék ilyen, például a homeopátiás készítmények egy része, a Bach virágterápiás cseppek, a gyógyteák, a gyógyhatású illóolajok és még egy sor termék, amiket gyógynövény szaküzletekben, bioboltokban, vagy az alternatív orvoslás különböző területein megtalálhatunk. Egy pár példa a személyes kedvenceim közül: a Shakti balzsam (Ahimsa termék) megfázás és fejfájás ellen nagyon hatékony; a Szent Lukács gyógyolaj enyhíti a bőrgyulladás, égési sérülés, reumatikus panaszok által megkínzott testrészek fájdalmát, pattanásos, felfekvéses és korpás bőrproblémákat; a grépfrútmagcsepp pedig szuper fertőtlenítő hatása miatt kismillió problémára jó (pl.: megfázás, ajakherpesz) és minden DM-ben és patikában kapható.

Ezek ma még mind az alternatív gyógyászat címkéje alá tartoznak, s mint olyanok, sokak fejében kételyeket ébresztenek. Magam is olyan családban nőttem fel, ahol minden kuruzslásnak számított, amit a tudomány főárama nem ismer el (még). Sokan vagyunk szkeptikusok, de meg kell tanulnunk: nem minden kamu, ami új.

A legjobb azonban az, ha igyekszünk mindent megtenni, hogy ne rongáljuk egészségünket. Ha betegek vagyunk és orvosi kezelésre szorulunk, az nemcsak a mi problémánk, nemcsak a családuknak vagy a munkahelyünk problémája, hanem mindazon millióké, akiket ma még azért tartanak, bántanak és mérsárolnak le világszerte, hogy a mi problémáinkra gyógyírt találjanak. Sajnos ma még sok olyan élelmiszert tartanak egészségesnek, ami hosszútávon súlyos betegségekhez és kényszerű gyógyszerfogyasztáshoz vezet, például a húsokat és tejtermékeket. Ne higgyünk el mindent, amit gyerekkorunkban mondtak nekünk. De minderről majd még lesz szó...





5. Állatvédelem és környezetvédelem

Állatvédelem és környezetvédelem nem két egymástól elválasztható téma. Egy bolygón élünk mindannyian, az állatok, a növények, a tengerek, a hegyek, a légkör: mind egy nagy rendszer. Az élővilág megőrzése, a föld békéje, a harmonikus, kiegyensúlyozott együttélés: közös cél. Ahogyan a célok, úgy a problémák is közősek.

Olajkitermelés

Az emberiség függése a kőolajtól sokat emlegetett téma, de nem csak számunkra jelent problémát. Csak két nagyon jellemző példát említve:

- 2010-ben a Mexikói-öbölben felrobbant egy fúrótorony és összesen 750 tonna nyersolaj ömlött a tengerbe. Emiatt hatalmas területen betiltották a halászatot, hogy védjék az embereket az olajszennyezett halárutól. A tilalom komoly anyagi kárt okozott. Az olajtársaság térítette a kárt, és ezzel el is volt intézve. Kártalanítani lehet a befektetőket és más üzletembereket. De hogyan kártalanítasz olajba ragadt, éhen halt, megfulladt vagy súlyosan sérült és mérgezett állatokat?
- 2012-ben több mint 200 tonna olaj ömlött ki az Északi-tengerbe Skócia mellett. Az olajszivárgás nemcsak halakat és egyéb tengeri lényeket, hanem azon madarak (lunda, lumma, alka) populációit is veszélyezteti, akiknek a kicsinyei még nem tudnak repülni, így elhagyni a tenger felületét sem. A DECC brit energiaügynökség egyik képviselője azt nyilatkozta, hogy más katasztrófákhoz képest jelentéktelen esetrel van dolgunk. Nos, igen, nem az ő gyermekei haltak meg a vizeken.





Vízhiány és vízszennyezés

Mind a világszerte egyre súlyosbodó vízhiány, mind a háztartási, az ipar és a mezőgazdasági vízszennyezés olyan problémák, amikre nekünk, fogyasztóknak módunkban áll hatni jó vagy rossz irányba.

Nemcsak arról a vízszennyezésről beszélünk most, ami a háztartások lefolyóin keresztül éri számtalan víziállat élőhelyét, hanem arról is, ami az emberi ipari tevékenység egyik mellékhatása. Hatalmas gyárak termelnek megannyi tárgyat és anyagot, amikre úgy véljük, szükségünk van.

„Az ipari szennyezés mértéke olyan magas a Szent Lőrinc-öbölben, hogy Québec hatóságai az összes belugát (fehér delfint) mérgezőnek minősítették, így amikor elpusztulnak és a partra sodródnak, veszélyes hulladékként kell kezelni a tetemüket. Ez azoknak a nehézfémeknek, PCB-knek (poliklórozott bifenileknek) és más szennyező anyagoknak köszönhető, melyeket évtizedek óta a Szent Lőrinc folyóba engednek a General Motors, a Reynolds Metal és az ALCOA által üzemeltetett gyárak. A PCB-k húgyhólyagrakot, herpesz-szerű bőrgyulladást, gyomorfekélyt és tumorokat okoznak a belugákban. Borjaik 50 százaléka elpusztul a tejben lévő mérgek miatt. Ezek a csodálatos anyák méreggel táplálják hőn szeretett borjaikat. Bánatukban pedig addig hordozzák a kis holttesteket, amíg azok el nem rothadnak.”

Jane Goodall és Marc Bekoff: Az utolsó pillanat (123. oldal)

A káros anyagok kibocsátását ugyan törvények szabályozzák a modern nyugati társadalmakban, ám ezek a környezetvédelmi szabályozások többnyire csak borsot törnek az üzletemberek orra alá, egy kis akadályt gördítenek eléjük, amit így vagy úgy, de általában kikerülnek. Hiszen meg is éri nekik. Egészen addig, amíg termékeik felvevőpiaca ilyen jelentős, meg fogják oldani, hogy űzhessék „áldásos” tevékenységüket. Mi, a fogyasztók, nem vagyunk kevésbé felelősek, mint bárki, aki ott áll a vegyi üzemben és megnyitja a csapot.

A korallzátonyok a Föld legváltozatosabb és legtöbb állatfajnak ott-hont adó élőhelyei közé tartoznak, összesen a tengeri fajok 25%-a él itt. Emellett ők azok, akik megvédik a tengerpartot a hullámok és a viharok





pusztító erejétől is. A közel száz országra kiterjedő Global Coral Reef Monitoring Network jelentése szerint a korallzátonyok 20%-a már eltűnt és az elkövetkező 10-20 évben további 15% juthat erre a sorsra. „*A kutatók a jelenlegi fajkihalás mértékét a holocén kori tömeges kihaláshoz hasonlítják* – nyilatkozta Prof. Peter Sale, a Sydney Egyetem professzora, aki 20 éve kutatja a Nagy Korallzátonyt és jelenleg az ENSZ Egyetem Vízügyi, Környezetvédelmi és Egészségügyi Intézetének egy kutatócsoportját vezeti. Magyarán szólva állatok milliói halnak meg. Az okok pedig: az éghajlatváltozás, a nagymértékű szén-dioxid-kibocsátás, a destruktív halászati módszerek, a szennyezőanyagok és a partvidéki erdőirtások. Mi vagyunk az ok.

Felmérések szerint a vízhasználat durván 70%-áért a mezőgazdaság felelős, s ennek a 70%-nak a két harmadát fordítjuk állatok tenyésztésére, tartására, etetésére, leölésére. Egy adag marhahús előállításához 4664 liter víz szükséges, míg egy vegán étkezéshez átlagosan 371 liter. Ezek alapján okos tudósok kiszámolták, hogy azzal, ha csupán fél kiló marhahúsról lemondunk, ami kb. négy db hamburgernek felel meg, máris több vizet megtakarítunk, mintha legalább hat hónapig nem zuhanyoznánk. Ilyen mértékben vízpazarló iparág az állattenyésztés. Emellé pedig érdemes odatennünk azt az adatot, mely szerint a világon naponta 30 000 gyermek hal meg vízhiányhoz köthető betegségekben.

Ehhez járul még hozzá, az az elképesztő mértékű vízszennyezés, amit az állattenyésztésnek, állattartásnak és vágóhidaknak köszönhetünk – vagy inkább önmagunknak, ha fogyasztói vagyunk ezeknek az ágazatoknak. Többek között például az ammónia-kibocsátás több mint fele az állattartó telepekről származik. Egyetlen nagyüzemi állatgyár több szennyet enged a vizekbe, mint Houston városa – állítják a kutatók.





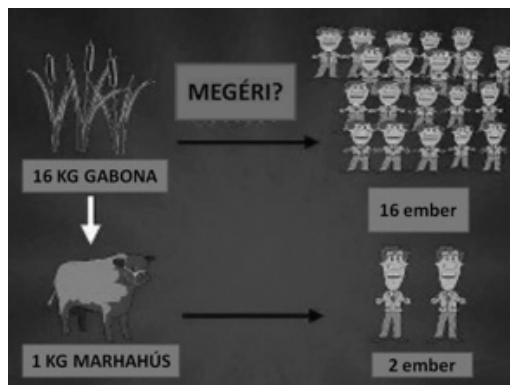
Élelmiszertermelés

A nyugati világ éttrendje egyszerűen nem fenntartható. Előrejelzések szerint a világ népessége 2050-re eléri a 9 milliárd főt. Ha mindenki a gazdag országokban megszokott állati fehérjén alapuló étrenden élne, már a jelenlegi népességgel is három ugyanakkora bolygóra lenne szüksége a mezőgazdaságnak.

Az ENSZ Környezetvédelmi Program (UNEP) 2010-es jelentése szerint a mezőgazdasági állattartás a második legnagyobb környezetterheléssel jellemezhető ágazat. Ezért javasolják az állati eredetű termékek csökkentését. Miért?

„A vegán étrend lényegesen kevésbé terheli a környezetet, mint a vegyes étrend – nyilatkozta Kerry McCarthy, brit politikus –, mert az állatok jóval több fehérjét elfogyasztanak, mint amennyit általuk megtermelünk. Az elfogyasztott fehérje nagy részét a szervezetük arra hasznosítja, hogy életben maradjon, fenntartsa a hőmérsékletét, begyógyítsa a sérüléseket, nem pedig arra, hogy húst, tojást, tejet állítson elő. Rengeteg termőföld kell az állatok takarmányának előállításához. Ez erdőirtáshoz, vízhiányhoz és talajerózióhoz vezet, hogy a rettentő mennyiségű növényvédő szerről már ne is beszéljünk. Az állattartás termőföld-és vízigénye sokszorosa a növénytermesztésének.”

Ahogy az alábbi kép összefoglalja, 16 kg gabona felhasználásával még csak 1 kg marhahúst tudunk előállítani. Ez az adag hús 2 embernek elegendő fehérjeforrás egy adott időtartamra. Ha viszont azt a 16 kg gabonát nem egy állattal etetjük meg, hanem rögtön odaadjuk az embereknek, akkor 20 ember számára biztosítunk elegendő fehérjét ugyanakkora időintervallumra.





A világon megművelhető földterület 70%-át állattartásra használjuk. Ha összevetjük ezt mindazzal, amit Kerry McCarthy mondott, akkor arra a következtetésre jutunk, hogy ennek a bizonyos 70%-nak valójában csak töredékére lenne szükségünk, és úgy is meg tudnánk termelni ugyanazt a mennyiséget, amit most.

Ez az érvelés megbukni látszik azon, hogy az állati eredetű fehérje teljes értékű, míg a növényi nem az. Ez egy olyan hatalmas és végzetes tévhit, amire szintén ki fogok térni a 7. fejezetben. A közhiedelemmel ellentétben nincs szükségünk állati eredetű fehérjére.

A növényi étrend nem csupán állatvédelmi, környezetvédelmi vagy egészségügyi kérdés, hanem legalább annyira „*embervédelmi*” is. 1984-ben például, amikor hetente több ezer etiópai felnőtt és gyermek halt éhen a hazájában, az országuk továbbra is sok millió dollár értékben exportálta a gabonát az USA haszonállatai számára. A helyzet azóta sem változott. A szegény országokban megtermelt és emberi fogyasztásra is tökéletes fehérjedús gabonával a gazdagabb országok állatait táplálják. Erről bővebben lesz szó a 6. fejezet legvégén.

De lehet-e élelmiszert termelni állattartás nélkül? Az állatokat nem használó gazdálkodás rendkívül egészséges az élővilág számára, értve ez alatt a növényeket, a vadon élő állatokat, az ott dolgozó embereket egyaránt. A Vegan Organic Network egyik munkatársa, Graham Cole fontosnak tartja, hogy a haszonállatoktól mentes („*stockfree*” az angol neve, ha esetleg szeretnél rákeresni) gazdálkodás nem csupán azért jó, mert elutasítja az állatok tárgyiasított használatát, hanem mert igyekszik harmóniában működni a környező természettel. Graham szerint egész Nagy-Britannia táplálékszükségletét nagy részét el lehetne látni pusztán ilyen vegán farmokkal. Nem volna szükség annyi importra. A szokványos nagy monokultúrákkal ellentétben ezeken a farmokon sokféle gabonát, zöldséget, gyümölcsöt, dióféléket termelnek fűtött üvegházak vagy éppen műtrágya nélkül. Nézzünk meg egy ilyen vegán farmot közelebbről!

A Tohlhurst Stockfree Farm 16 éve működik Angliában. Iain Tolhurst, a farm vezetője, azzal kezdi beszámolóját, hogy ez nem csupán egy másfajta gazdálkodási mód, hanem egy alapvetően más viszonyulás a természethez. Több teret engednek a vadvilágnak, a faji sokféleségnek. Fontos szerepük van például az ott élő méheknek, akik a méztermelő mé-





heknél jóval korábban kezdik a beporzást, valamint a darazsaknak, akik a káposztaféléket tönkretévő hernyók szaporodását tartják féken. Nem csupán állatokat nem tartanak, hanem állati trágyát sem használnak. Helyette úgy nevezett zöldtrágyával tartják fenn a talaj termőképességét. Ez négyféle növényt jelent, amelyek mind picit másképp működnek, de egyaránt a talaj tápanyagtartalmát növelik. Az eredmény: laza talaj sok gilisztával, amit nagyon szeretnek a növények. Ez egyben azt is jelenti, hogy nem mások földjén megtermelt trágyával táplálják a földjüket, tehát nem függenek másoktól. Több mint 70 féle növényt termesztenek. A lehető leghatékonyabban használják a területet. Ugyanezt a termelési módszert használni lehetne a fejlődő országokban is. Kevesebb földterületet és vizet igényel, nem károsítja a környezetet és hosszútávon fenntartható. Az emberek szeretnek itt dolgozni, boldogok, hogy a földeken lehetnek. A vevők is elégedettek, hiszen ezek természetesen mind vegyszermentes, tápanyagban dús növények.

Éghajlatváltozás

A klímaváltozás nem pusztán az emberiséget fenyegeti, de rengeteg állat életterét, életmódját is, például a jegesmedvét. A jegesmedvék Alaszkában, Kanadában, Grönlandon, Norvégia és Oroszország jeges részein élnek. Nem alszanak téli álmot, vagyis egész évben létkérdés számukra, hogy tudjanak vadászni. Azokban a térségekben, ahol a jég nyáron elolvad, a jegesmedvéknek hónapokat kell vándorolniuk a szárazföldön és a tartalékokból élniük, a jég újbóli kialakulására várva. Ahogy telik az idő, a globális felmelegedés miatt a jégtakaró egyre nagyobb területen olvad el nyaranta. A jegesmedvéknek egyre nagyobb távot kell megtenniük, míg élelmet találnak maguknak és kölykeiknek. Egyre többen vannak, akik szó szerint éhen halnak. Egyre több jegesmedve nem tud élelmet szerezni a gyermekeinek. Ez a folyamat menthetetlenül a jegesmedvék kihalásához vezet.

Az ENSZ Élelmezésügyi és Mezőgazdasági Szervezete (FAO) 2006-os jelentése szerint az állattartás az üvegházhatású gázok 18%-áért felelős, szemben például a légi közlekedés szerény kis 2%-ával. Ez a szám, külö-





nösen a sokat szidott légi közlekedéssel egybevetve, meglehetősen meggyőző. Ám a helyzet az, hogy ez a 18% valójában jelentős alulbecslés. A World Watch Institute 2009-es tanulmánya szerint az állattartás az üvegházhatású gázok minimum 51%-áért felelős.

A FAO **7 516 millió** tonna üvegházhatású gázzal számolt, amire az alábbi tényezők összeadásával jutott:

- az állatállomány legeltetése
- a takarmánytermesztéshez szükséges erdőirtás
- az állatállomány életben tartása
- a végtermékek feldolgozása és szállítása

A Word Watch szerint a valós érték: minimum **32 564 millió** tonna, ami az emberi tevékenységhez köthető üvegházhatású gázok minimum **51%-a**. Ezt azzal támasztják alá, hogy felsorolják és kifejtik mindazon hibákat, amelyeket a FAO becslése során elkövetett:

- figyelmen kívül hagyja az állatállomány légzését
- figyelmen kívül hagyja a földhasználatot
- alulbecsüli a metánkibocsátás értékét
- nem veszi figyelembe az állattartó ágazat jelentős (12%) növekedését, ebből fakadóan alábecsüli az állatállomány méretét
- az elemzés 1999-es és 2001-es adatokra hivatkozik
- a jelentés számos helyen Minnesota adataival dolgozik, és azokat általánosítja, noha ott jóval hatékonyabban működik az állattartás, mint a fejlődő országokban

A teljes tanulmány a pontos számításokkal www.worldwatch.org honlapon megtekinthető. Magyarul pedig a www.globalisfelmelegedes.info oldalon olvasható (pontos hivatkozás a fejezet végén).

„Az állatokról ma már tudjuk, hogy nagyjából az üvegházhatású gázok felével járulnak hozzá a globális felmelegedéshez.”

Peter Gregory, a Skóciai Gabonakutató Intézet igazgatója
Üvegházhatású gázok között léteznek rövid és hosszú életidejűek. A szén-dioxid körülbelül 1000 évig van jelen a légkörben, míg a metán





körülbelül 8 évig. Tehát ha most csökkentjük mindkettőt, akkor a metánkibocsátás csökkentése már egy évtizeden belül észlelhető eredményt mutat, a szén-dioxid pedig hosszú távon jelent komoly eredményt. A szén-dioxid- kibocsátást csökkentő módszerek mai tudásunk szerint drágák és nehezen kivitelezhetőek, míg a metán kibocsátása az állati eredetű élelmiszerek csökkentésével gyorsan és hatalmas mértékben javítja a globális krízishelyzetet.

„Az ember okozta metánkibocsátás legnagyobb forrása az állattartás.”

Dr. Kirk Smith, Kaliforniai Egyetem

A szén-dioxid és a metán után a harmadik legerősebb melegítő hatású ember által kibocsátott üvegházhatású gáz az ózon. Az ózon és a metán együttesen komolyabb faktorai a globális felmelegedésnek, mint a szén-dioxid. Összegezve kiteszik az üvegházhatású gázok 37%-át. Emellett az állattenyésztés felelős a dinitrogén-oxid kibocsátás 67%-áért, melynek 296-szor akkora a melegítő képessége, mint a szén-dioxidnak.

A pernye (vagy feketeszén) hatása a globális felmelegedésre sokkal nagyobb, mint korábban gondolták. Az állattartás ebbe ott lép be, hogy egyre több és több földterületet igényel a legeltetés és a takarmányterjesztés miatt. Az 1996-2006 között felégetett Amazonas menti esőerdő **80%-át** marhalegelőnek használták fel. Az égés során a légkörbe jutott irtatlan mennyiségű pernye hosszú utat tesz meg és különböző helyeken rakódik le. Amikor például a sarki területeken még megmaradt hóra rakódik le, sötét színe miatt az olvadást fokozza, s mivel hosszan ott marad a felszínen, rendkívül erősen befolyásolja az olvadást. A kutatók kapcsolatot találtak Dél-Amerika állattartó ágazata és az Antarktisz olvadása között. A pernye jelentős része az erdőégetésből fakad. A felégetett erdők pedig nemcsak égetésükkel járulnak hozzá a klímaváltozáshoz, hanem azzal is, hogy pusztulásukkal kiesik hatalmas mennyiségű szén-dioxid-elnyelő-kapacitás.





„Az Antarktisz félszigeten talált pernye 60%-a a braziliai erdőégetésből származik.”

Dr. Heitor Evangelista, tanszékvezető helyettes a Rio de Janeiro-i Egyetemen

Ha egy hurrikán letarol egy falut vagy várost, az tragédia. Nem annyira az anyagi kár miatt, mint inkább a sérültek, a halálos áldozatok és az otthon nélkül maradt tömegek miatt. Amikor egy erdőt kivágnak vagy felégetnek, pontosan ugyanez történik. Az esőerdők felégetésének több mint fele azért történik, hogy újabb marhalegelőket létesítsenek vagy termőföldet a vágóállatok takarmányának. Az esőerdők felégetésének egyik legfőbb hajtóereje az emberek hús és tej iránti vágya. Gyakorlatilag „felzaboljuk” a millióknak otthont adó varázslatos dzsungleket.

A vegán életmód hatását az éghajlatra a német FoodWatch 2008-ban kiadott becslései szerint lehet talán a legszemléletesebben bemutatni. Egy vegyes táplálkozású ember egy év alatt étkezésével annyi szén jutott a légkörbe, mint egy közepkategóriájú autó vezetése 4758 km-en keresztül. A vegán étrend szénkibocsátása ezzel szemben ugyanannak az autónak csupán 629 km-en való vezetésével egyenlő. Eszerint a vegán étrendre való áttérés 87%-kal csökkenti a szénkibocsátást. Ezzel jóval nagyobb megtakarítást érhetünk el, mintha csak helyi élelmiszereket vásárolnánk. Az utóbbi állításhoz már Christopher L. Weber számításai vezetnek el minket, aki azt találta, hogy az élelmiszeripar által kibocsátott szén 80%-a az előállításból származik, tehát nem a szállításból. Weber professzor szerint egy átlagos amerikai háztartás táplálkozásával évente 8 tonna üvegházhatású gázt termel. Ha teljesen helyi élelmiszerekre állnak át, akkor 4-5%-kal csökkentik ezt a mennyiséget. Ha teljesen növényi étrendre térnek át, azzal kb. 60%-kal csökkentik. S mindehhez tegyük hozzá, hogy ezeket még a FAO becslések alapján számították ki, ahol 18%-ra becsülték az állattartó ágazat hozzájárulását az éghajlatváltozáshoz, ám a World Watch jelentése óta tudjuk, hogy ez a 18% valójában legalább 51%.

Mi történne, ha mindenki vegánná válna? Joop Oude Lohuis, a Hollandiai Környezetvizsgáló Hivatal osztályvezetője szerint ebben az esetben az éghajlatváltozással kapcsolatos céljaink 80%-ban megvalósulnának.





nak 2050-re. Nem mellékes az sem, hogy az eddig állattartásra használt területek egy jelentős részén újra erdők fejlődhetnek ki, újra teret engedve a természetes élővilágnak, újra jelentős szénelnyelőként működve, visszafogva a talajeróziót és szebbé téve ezt a bolygót.

Klímaváltozás, vízhiány, vízszennyezés, fajok tömeges eltűnése, talajerózió, levegőszennyezés – mindezek tagadhatatlanul és szorosan kapcsolódnak az állattartáshoz.

„A húsfogyasztásunk csökkentése talán a leghatékonyabb dolog, amit az egyén megtehet a globális felmelegedés ellen.”

Dale Jamiesen PhD, a New Yorki Egyetem környezettani tanszék igazgatója

Génmódosított növények

Génmódosítás segítségével hoztak létre olyan növényeket például, amik rovarölő szert termelnek vagy ellenállnak egy minden növényt kikapusztító gyomirtónak. Az érv, amivel meggyőzik az embereket, hogy erre szükség van: az élelmiszerválság. Vagyis azt mondják, hogy azzal, ha GM vetőmagokat használunk, sokkal hatékonyabban tudunk alapvető élelmiszereket termelni, tehát több embert tudunk etetni, tehát ezzel küzdünk az éhínség ellen. Meggyőző érvelés, csak épp nem így van.

„A Világbank, az ENSZ Élelmezési és Mezőgazdasági Szervezete (FAO), Nevelésiügyi Tudományos és Kulturális Szervezete (UNESCO), és Egészségügyi Világszervezete (WHO) létrehozott egy tudományos testületet, s ez a több mint 400 szakértőből álló csoport arra az eredményre jutott, hogy a mezőgazdasági célú génmódosítás nem csökkenti az éhezést és a szegénységet, nem segíti elő a társadalmi és környezeti fenntarthatóságot. A táplálkozás, egészség és vidéki megélhetés javításában sem jelent valódi megoldást. Ellenkezőleg: ehhez több kis, helyi tájffajta, minőségi élelmiszert termelő gazdaságra, családi gazdaságra van szükség.”

(Greenpeace 2012-es GMO kiadványa)





A GM növények 54%-át az USA termeli. Az EU korlátozottan engedélyezi ezeket a vetőmagokat, de elég nagy baj, hogy egyáltalán engedélyezi. A környezetre nézve sok szempontból káros a GM vetőmag használata. Az emberre nézve pedig káros lehet a GM kaja fogyasztása. Na, de mi köze ehhez az állatoknak? Meglehetősen sok.

1. Először is az, hogy káros vagy sem, első körben rajtuk tesztelik. Pl.: egy bizonyos génmódosított burgonya a kísérletek során vastagbéldaganatot, allergiás reakciókat, máj- és veseproblémákat okozott a kísérleti állatoknak. 2012 őszén pedig egy újabb tanulmány látott napvilágot: a francia Séralini professzor több mint két éven át tartó kutatása kimutatta, hogy egy, az EU-ban élelmiszerként és takarmányként is engedélyezett génmódosított kukorica fogyasztása, valamint a vele együtt is alkalmazott RoundUp totális gyomirtó szer megrövidítette a patkányok élettartamát és tumort, illetve máj- és vesekárosodást okozott. Séralini professzor kísérletei ma is vitatottak, ám ez a lényegen nem változtat: mi közük a patkányoknak a mi élelmiszereinkhez?
2. A GM szóját és kukoricát ugyanolyan lazán megetetik a húsukért, bőrükért tartott állatokkal, ahogy bármi mást, ami képes azokat életben tartani arra a pár évre, vagy hónapra, amíg meg kell nőniük vagy tejet, tojást kell termelniük. A GM takarmányok káros hatása talán kihat a következő láncszemre, az állati terméket elfogyasztó emberre is, de az egészen biztos, hogy kihat az állatokra.
3. S végül, de nem utolsósorban, amikor egy GM vetőmagból kikelt növény súlyosan károsítja a környezetet, olyankor számtalan ismeretlen kis állat élőhelyét, életkörülményeit teszi tönkre. A módosított géneket hordozó magok nem maradnak meg a szántóföldeken, a szél és a rovarok elszállítják őket a környező erdőkbe, mezőkbe. Felborítják a kényes egyensúlyt, s beláthatatlan következményekhez vezetnek. Egy picit olyan ez, mint a Jurassic Park ötlete. Tudományos szempontból hatalmas áttörés, csak mérhetetlenül veszélyes, és végső soron nem kézben tartható. Ahogy máshol, itt is azt látjuk: az ember kontrollálni próbálja a természetet, de a maximum, amit elér, az, hogy belerondít, elrontja a természetes egyensúlyt és a következmények katasztrofálisak lehetnek.





Mindenki felelős vagy senki sem felelős?

Mindaz, amit itt leírtam, közvetlenül összefügg az emberi tevékenységgel. A mi hétköznapi életünkkel. Azzal nyugtatjuk magunkat, hogy a mi kis egyéni hozzájárulásunk elenyésző a nagy gyárakhoz képest. A nagy gyárakhoz képest, melyek egyébként nekünk termelnek, pusztán abból az okból kifolyólag, hogy megvesszük és fogyasztjuk termékeiket. Egyszerűen nem érzékeljük, hogy pusztítjuk a természetet, másrészt semmi ségnek érezzük a saját felelősségünket. Ha magában a károkozásban elenyésző mértékben veszek részt, akkor logikus, hogy a megoldáshoz is elenyésző mértékben tudok csak hozzájárulni – így gondolkodik a legtöbb ember. Ez egy nagy csapdahelyzet. Senki nem tesz semmit, mert keveset ér, ugyanakkor, ha mindenki tenne, az rengeteget számítana.

Erről szól egy régi-új tanmese, A közlegelők tragédiája, mely eredetileg W. F. Lloydtól származik, bár ma inkább Garrett Hardin nevéhez kapcsoljuk, aki híres cikkében 1968-ban felelevenítette azt. Az eredeti történet tejtermelés és húsfogyasztás céljából tartott tehének példáján mutatja be a jelenséget. Takács-Sánta András cikke szerint azonban nyugodtan átültethető a sztori például erdőhasználatra vagy valamilyen szennyező anyag kibocsátására.

Vegyünk, mondjuk, egy erdőt:

Van egy kis falucska úgy 100 családdal, s a falunak van egy kis erdője, ahonnan télire a tüzelőt viszi. Minden család egy tél alatt egy maghatározott mennyiségű fát vághat ki. Amíg ezt betartják, az erdőhasználat fenntartható. Mígnem egy nap az egyik ember gondol egyet és kétszer annyi fát vág ki, hogy eladhassa a felesleget és ezzel plusz bevételre tegyen szert. A többiek megirigylik az okos ötletet, s másnap kimennek és mindannyian kívágnak kétszer annyi fát. Lesz majd az emberek között, aki egy nap háromszor annyi fát vág ki. Észreveszik a többiek, s ők is háromszor annyi fát vágják ki. Ha ez így megy tovább, az erdő előbb-utóbb eltűnik.

Kinek a hibája ez? Attól még nem ment volna tönkre az erdő, ha az a bizonyos első ember kétszer annyi fát vág ki. Akkor talán az a hibás, aki leutánozta? Még két ember túlkapasát is kibírta volna az erdő. Akkor a hibás





a harmadik? Nem lehet eldönteni. Mindenki hibás egy picit, de senki nem annyira, hogy egyedüli felelőssé tegyük. Ugyanilyen a környezetpusztítás is a való világban. Teljesen mindegy már, hogy ki kezdte. A nagy kérdés az: ki fogja abbahagyni? Ki fogja azt mondani, hogy nekem elég feleannyi fa, mint a többieknek? Elméletileg megoldás lehetne a törvényi szabályozás, de féltő, hogy egy demokratikus közösségben nem sokáig maradna a posztján az olyan vezető, aki korlátozza a fahasználatot. Úgy gondolom, a legjobb útja a változásnak: terjesztetni a tisztánlátást. Megértetni az emberekkel az életmódjuk következményeit és más értékrendet mutatni nekik. Megmutatni, hogy igenis számít, hogyan élnek, mert mind részt veszünk a világ pusztításában, s ugyanígy mind tudunk tenni ellene. S amikor mi így teszünk, nem pusztán a saját negatív hozzájárulásunkat fordítjuk pozitívba, de hatunk másokra. A környezetszennyezés rajtunk múlik.

Mit tehetek én?

Rengeteg dolgot tehetünk, hogy megkíméljük a környezetünket – sok milliárd állat életterét. Jóval többet annál, hogy nem szemetelünk, és hogy szelektíven gyűjtjük a hulladékot!

- Személygépkocsi helyett közlekedhetünk kerékpárral vagy tömegközlekedéssel, illetve rövidtávon természetesen gyalog.
- Használhatunk környezetbarát mosószereket és tisztítószereket, melyek megkímélik vizeinket, ilyen például a mosószóda, a szóda bika-bóna.
- Igyekezhetünk megjavíttatni a gépeinket ahelyett, hogy újat vásárolnánk.
- Vásárolhatunk új helyett használt bútort, gépet, ruhát, könyvet.
- Nyomtathatunk újrafelhasznált papírra.
- Választhatunk olyan élelmiszereket, amiket nem génmódosítást is használó cégek termeltek – erről a Greenpeace oldalán található friss összefoglaló.
- Választhatjuk a boltokban a helyi termékeket.





- Választhatjuk a kevesebb csomagolóanyaggal ellátott termékeket.
- Használhatunk újratölthető elemeket.
- Eldobható műanyag szatyor helyett indulhatunk bevásárolni textilszatyorral vagy hátizsákkal.
- Takarékoskodhatunk az energiával, pl. vehetünk energiatakarékos izzókat.
- Javíthatunk lakásunk/házunk szigetelésén, hogy kevesebb energia menjen veszendőbe.
- Elkezdhetünk komposztálni.

...és még hosszán lehetne sorolni, de inkább ajánlok honlapokat és könyveket, ahol további részletes információkat és tanácsokat találsz:

- www.okoszolgalat.hu
- www.humusz.hu
- www.tudatosvasarlarlo.hu
- Könczey Réka – S. Nagy Andrea: Zöldköznapi kalauz (Föld Napja Alapítvány, 1997)
- Nyíri Zsuzsanna: Háztartásunk kémiája – környezetbarát módszerek, tippek és trükkök (Axigen, 2010)
- Zöld nagyokos (Ökoszolgalat Alapítvány, 2003)
- Zöld krjacár (az Ökoszolgalat kiadványa)

Források:

2006-os FAO jelentés:

www.fao.org/newsroom/en/news/2006/1000448/index.html

Magyarul:

www.globalisfelmelegedes.info/haszonallattartas-hosszu-arnyeka

2009-es World Watch jelentés:

www.worldwatch.org/ww/livestock

Magyarul:

www.globalisfelmelegedes.info/vilagbankjelentes

2010-es ENSZ (UNEP) jelentés magyarul:

www.globalisfelmelegedes.info/ensz-javaslat-husmentes-etrend

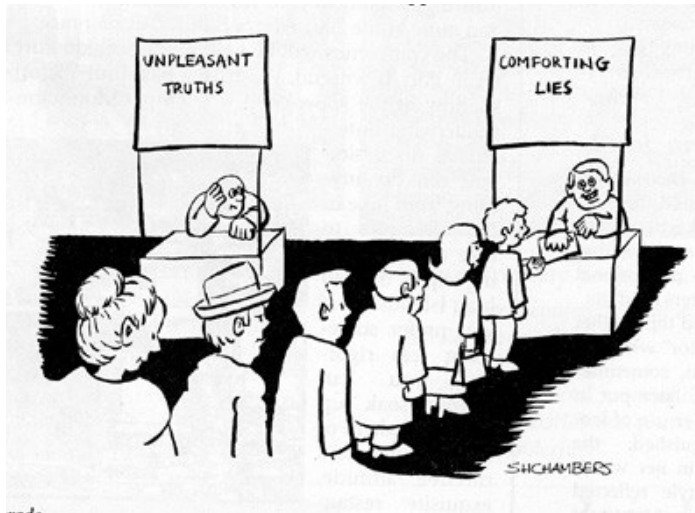




6. Állatok a tányéron

„Kellemetlen igazság”

„Vigasztaló hazugság”



Ha elolvasod ezt a fejezetet, az olyan, mintha beállnál a bal oldali sorba. Igyekezni fogok úgy írni, hogy az a lehető legkevesebb fájdalommal járjon, de vannak dolgok, amikről tudnod kell, mert közöd van hozzá, és mert hatalmadban áll tenni ellene.

...és a következő pillanatban Neo már nyúlt is a Morfeus másik kezében várakozó piros piruláért.





A kettős mérce

Képzeld magad elé egy fekete-fehér foltos pár hetes bocit. Mellé pedig képzeld el egy fekete-fehér foltos pár hetes kutyust! Megvan?

Egyiküket a jelenlegi jogrendszer szerint el szabad venni az anyukája mellől születésének napján, a másikat csak hat vagy nyolc hetesen. Az egyiket szabad akkora helyen tartani, hogy egy lépést se tudjon tenni, a másikat nem. Az egyiket meg szabad ölni akár kölyökként is, a másikat nem. Mi lehet olyan hatalmas különbség közöttük, ami indokolja ezt a jelentős morális különbségtételt?

Erre a legrövidebb válasz az szokott lenni, hogy az ott a bal oldalon *arra való*, vagy *azért van*. Ennél kicsivel kifinomultabb válasz szokott lenni az, hogy az egyik egy *haszonállat*, a másik egy *társállat*. Haszonállat és társállat. Egy kategóriarendszer, amit jó eséllyel mindannyian az általános iskolában hallottunk először. Mert ezt a gyerekeknek meg kell tanítani! Mert maguktól nem tudják. Mert ezt a különbséget mi alkottuk meg. Ez egy kitalált dolog. Holnaptól lehetne akár fordítva is. Szokták ugyan mondani, hogy az ember többnyire növényevőt fogyaszt és ragadozót tart társállatnak, de ez nem igazán állja meg a helyét. Bobek, egy barátom törpenyula, legalábbis határozottan tiltakozna az ellen, hogy őt ragadozónak tituláljuk. A kutya és a macska is tartható növényi kosztos és a növényevő állatok is nagyon népszerű társállatok. Egyszóval ezek kitalált dolgok. Ennek a morális megkülönböztetésnek egyetlen valódi oka van, és az az erőfőlény: emberek vagyunk, tehát megtehetjük. De megtehetjük az ellenkezőjét is. Megtehetjük, hogy azt mondjuk: amit nem kívánnék a kutyámnak, azt nem teszem meg egy szarvasmarhával, hallal, tyúkkal vagy bármilyen más állattal sem.

„Sokan osztjuk meg életünket kutyákkal és macskákkal, akiket családtagként kezelünk. A vacsoraasztalon pedig olyan állatok testrészei illatoznak, akik valójában nem különböznek a családtagként kezelt állatoktól. Ha belegondolsz, ez elég különös. Többségünk egyetért abban, hogy helytelen szükségtelen szenvedést okozni. Tehát helytelen szórakozásból, élvezetből vagy kényelemből szenvedést okozni másoknak. Elég bután hangzana, hogy ha ez a szabály úgy szólna: helytelen szenvedést okozni az állatoknak, kivéve, ha az élvezetes vagy szórakoztató számunkra. Mégis, az állatok használ-





latának 99%-ára egyetlen indokunk: az élvezet. Ma, a 21. század hajnalán, már senki nem állíthatja, hogy húsrá szükségünk van. Valójában egyre több egészségügyi szakember állítja az ellenkezőjét. A hús- és tejtermékek fogyasztása káros az egészségre. Az állattenyésztés környezeti hatását tekintve egyszerűen egy ökológiai katasztrófa. Az igazi okunk a húsfogyasztásra az, hogy szeretjük. Az igazi okunk az állatkeretekre, vadászatra, cirkuszi állatszámokra, rodeókra az, hogy élvezzük. Mindannyian azt állítjuk, hogy komolyan veszi az állatok védelmét, s hogy nem okozunk nekik szükségtelen szenvedést. Mégis napi szinten okozunk szenvedést az állatoknak csupa olyan szituációban, ahol erre semmi szükségünk nem lenne. Ezt nevezem én morális skizofréniának.”

Gary L. Francione

Madárkám, Matilda

Mindenki, aki becsöppen az életünkbe, tanít minket. Matilda története számomra – és remélem, még sokak számára – megmutatta, hogy semmi sem reménytelen. A fejlődés, a változás mindig lehetséges, még akkor is, amikor nagyon-nagyon valószínűtlennek tűnik. No, de kezdjük az elején...

Matildát, azaz pontosabban egy akkor még névtelen tyúkanyót a 2014-es év legeslegvégén találták kutyasétáltatók. Félig megfagyva feküdt egy mező szélén, nem tudott mozogni. Hála az Állatmentő Seregnek, azonnal orvoshoz került és pár nap után ideiglenes befogadóhoz, vagyis hozzánk. Január elsején érkezett.

Az első három hónapban nem tudott lábra állni. Több állatorvos is látta, de csak találgatni tudtak, mi lehet a problémája. A röntgen nem mutatott törést, de lehetett vírus, öregség, idegi eredetű bénulás. Egy madárspecialista altatást javasolt, mert menthetetlennek tartotta. Alapvetően nem vagyok eutanázia-ellenes, de szerettem volna mindent megpróbálni, mielőtt így döntünk. Egy megfelelő helyeken kilukasztott textilzacskóban





lógatva próbáltam arra bírni, hogy ráálljon a lábaira, vagy legalább ki-nyújtsa őket. Az első két hónapban mindennap egy pár órát töltött a textil tartókájában lógva, mint kisgyerek a hintán. A lábait hamar tudta újra mozgatni, de terhelni őket nem. Próbáltam lavórban is hidroterápiázni, ami nem tetszett neki, viszont nagy lépésként értékeltem, amikor pár nap után fogta magát és szárnyaival bőszen csapkodva kiugrott, vagy inkább kiröppent a lavórból.

A második hónap vége felé úgy tűnt, még romlott is az állapota. Mint-ha az egyik oldala napról napra bénulna. Próbálkoztunk gyógyszerekkel, vitaminokkal, még Bach virágterápiás cseppeket is kapott egy vegán természetgyógyász barátnőnkől, Dóritól. De mivel semmi nem használt, végül elfogadtuk, hogy ő ilyen. Elfogadtuk, hogy kosárcában ülve éli nap-jait, pihenget és eszik mindenfélét, amihez kedve van, és napi pár órát a textilzacsiban lógva nyújtóztatja lábacskaít. Van ennél rosszabb élet is, gondoltuk, hát neki ez jutott.

Részlet egy akkori beszámolómból:

„Ha mellette vagyok, érdeklődve fordul felém, egyre többet kotyog, csipog – beszél a maga nyelvén. Éjszakára a kosárcáját az ágy mellé a fejemhez teszem, hogy ha a cicám piszkálná, azonnal felébredjek rá, bár ez még nem fordult elő. Reggel mindig megvárja, míg felébredek, és csak akkor kezd csipogni. Ha 8-9 körül kelek csak fel, akkor türelmesen vár és addig nem kér reggelit – ellentétben a macskákkal :)

Az étvágya jó, de az ízlése napról napra változik. Az első időkben élt-halt a rukkoláért. Már a műanyag zacskó csörgésére teljesen lázba jött, februárban sajnos csak ilyen formában tudtam rukkolához jutni. Aztán egyik napról a másikra nem kért többet. Eleinte szerette a kukoricadarát, de amint egyszer kapott kendermagot, többet nem kért mást. Legalábbis egy darabig. Aztán megunta a kendermagot és csak napraforgómagot volt hajlandó enni. Valamint paradicsomot. Paradicsomot minden mennyiségben. Nekem nagyon tetszik az, ahogyan válogat. Biztos vagyok benne, hogy pontosan érzi, mire van szüksége a testének. Nem elkényeztetés, ha azt adjuk, amit ő szeretne. Csodálom az öntudatlan bölcsességét és segíték neki, hogy úgy étkezzen, ahogyan azt ő maga a legjobbnak tartja.”





Amikor ölbe veszem és csendben együtt pihenünk, elmondhatatlan nyugalom száll meg. Van valami nagyon szelíd, békés, megnyugtató az ő kisugárzásában. Érdekes bizonyíték erre, hogy a macskák szeretnek mellé fekve pihenni. Egészen döbbenetes belegondolni, milyen barbár dolog az embertől, hogy orkok módjára leölik és megeszik ezeket az állatokat ahelyett, hogy megismernék őket. Olyan, mintha gyönyörű verseskötetet szétszaggatva gyűjtanánk be a kandallóba (olyankor, amikor ráadásul nincs is szükségünk fűtésre). Az emberek nagy része az ételt látja benne, holott ha már feltétlen használni akarná valaki, inkább meditációs gyakorlatokban vehetne részt. Szeret ölben ülni és dorombol – ahogy nagy meglepetésemre minden tyúk tud. Kattogó, vagy talán inkább berregő hangot ad, mintha sóhajtana, becsukja a szemét. Mikor először hallottam, nem is tudtam, mi ez.

Március elején, ahogy kezdett egyre többet sütni a nap és melegedni az idő, elkezdtem egy-két órára kitenni őt a kertbe. Mindig igyekeztem úgy, hogy valaminek nekidöntve, egy fának vagy egy nagyobb kőnek, s mindig a napra. Az ablakból figyeltem félszemmel, hogy ha eldől, szaladtam ki hozzá újra egyenesbe állítani. Március közepén figyeltem fel rá, hogy már nem dől el, amikor kint van. Hihetetlen volt, de órákat tudott guggolva egyenesben maradni segítség nélkül. S így, minden nap egy icike-picikét fejlődve majd három hónap stagnálás után Matilda elkezdett valahogy mozogni. Ha kicsit besegítettem, felállt és lépett egy párat előre. Aztán pár nappal később már magától emelkedett fel imbolyogva, nagyon küzdve, és elindult. Április második hetében már olyan videót tudtam róla megosztani, ahol magától lép 4-5 lépést hősiesen, nagy erőfeszítéssel. Sőt, hamarosan már bent a lakásban a szőnyegen is kiegyenesedett és elindult! Reggelente pedig ahelyett, hogy megvárta volna, hogy felébredjek, kiröppent a kosárcájából és megpróbált útnak indulni.

Április végén vettem egy ölebek hordozására készült narancssárga válltáskát és ebben vittem be magammal a munkahelyemre minden nap. Ahhoz ugyanis már túl jól mozgott, hogy otthon üljön a kosarában egész nap, de még nem elég jól ahhoz, hogy egyedül maradjon és elboldoguljon. Így Matilda előtt kinyílt a világ és a Matilda is kinyílt a világ előtt. Volt, akinek nem tetszett, de az emberek többsége odavolt érte. Gügyögtek neki, mint-





ha kutyakölyök lenne. Mentünk így vásárolni ide-oda, utaztunk vonaton, mentünk rendezvényekre, magammal vittem, amikor előadást tartottam és amikor szervezési találkozóra mentem.

Májusban már egész napokat kint tudott tölteni a kertben. Magától meg tudott állni a lábán és járni. Fel-alá mászkált, hol itt bukkan fel, hol ott, élvezte a szabadságot. Este, ahogy kezdett sötétedni, csendesen, türelmesen várta a házhoz vezető hét darab lépcsőfok alján, hogy ölbé vegyem és bevigyem a házba. Mígnem egyik este azt vettem észre, hogy egy lépcsőfokkal feljebb van, teljesen magától (hacsak a kutyák nem segítettek neki...). Mikor ott ültem a kamerával, hogy megörökítsem, sosem csinálta. De amint elfordultam, már megint feljebb volt egy lépcsőfokkal, s csak a hatalmas szárnycsapkodásokat lehetett hallani, ahogy küzdött és sikerrel járt. Alig egy hétbe telt csupán, hogy már magától fel tudott jönni a lépcső aljától egészen a tetejéig, és ha nyitva volt az ajtó, lassan, de eltökélten besétált. Ilyenkor vagy egyből a sarokban elhelyezett kosárkájához tipegett és nagy rákészüléssel, bösz szárnycsapkodással beugrott aludni, vagy ha épp jó volt a hangulat, odajött a kanapéhoz és nyújtogatta a nyakát, mint aki fel akar jönni. Szerette, ha felvesszük magunkhoz és az ölkébe vagy a vállunkra telepedhetett.

Rettenetesen hiányzik.

Június első napjaiban halt meg váratlanul. Hashártyagyulladását kapott, miután egy tojás a hasába jutott a megrepedt tojócsövön (petevezetéken) keresztül.

Több mint három éves volt, ahogy ez a boncolásból kiderült. A tojásiparban „használatos” tyúkok többsége nem éri meg ezt a kort. Nem arra vannak „kifejlesztve”, hogy sokáig éljenek, hanem arra, hogy abnormálisan sokat tojjanak rövidke életük során. A napi tojás pedig három év alatt bőven tönkretesz a tojócsatornát. Azóta megtudtam, hogy külföldön a mentett tyúkoknál már kialakítottak orvosi eljárást arra, hogy megállítsák a mindennapos tojástermelést, s így megelőzhető a tyúkok korai halála.





Kecsita megmentése

Kecsita egy 15 éves kecskeasszony, aki a Noé menhelyen tengeti nyugdíjas napjait békében, szeretetben, így a történet mindenképp happy end lesz. De szeretném elmesélni nektek, honnan s hogyan került ő ide. Szerencsétlen áldozata és végül szerencsés túlélője nem csak a tejiparnak, de a házi tej mítoszának is. A történet 2012 márciusában kezdődött, amikor egy vidéki lapban a következő hirdetés jelent meg:

„3 éves anyakecske vágásra eladó. Lába törött. Ára 10.000 Ft.”

Kata és Gergő jó ideje vegetáriánusok voltak már akkor. Ahogy a végén mozgalom hazánkban is ébredezni kezdett 3-4 évvel ezelőtt, hozzájuk is egyre több információ jutott el a tejiparban és tojásiparban történő borzalmakról. Ezért szerettek volna házi tejet venni, sőt, arra gondoltak, szereznek egy saját kecskét. Így akadtak rá a szívszorító hirdetésre, ami akkor már egy hónapja szerepelt az újságban. Abban a pillanatban a sztori kecskevásárlásból kecskementéssé változott. Telefont ragadtak és a Noé Állatotthonnal való egyeztetés után másnap reggel már ott voltak a kecskéért. Legrosszabb álmaikban sem számítottak arra, ami ott fogadta őket.

Kecsitát egy ólnak is aligha nevezhető ablaktalan beton építményben tartották, ami méretét tekintve arra volt elegendő, hogy az állat feküdni vagy állni tudjon egyhelyben. Félméteres láncon élt ott bent, s már jó ideje nem tudott lábra állni. Fektében fejték, amíg tudták, s amikor végleg elapadt a teje, feladták a hirdetést. Tulajdonosai a szarvánál fogva rángatták ki szerencsétlent, akin már akkor látszott, hogy nem három éves. Kukoricával etették, hogy sok tejet adjon. Ettől és a totális mozgáshiánytól vérszesen el volt hívva, körmei elképesztő mértékben lenőve, törött csontja rosszul összeforrva.

Kecsita utolsó gidáját 2011 telén hozta világra és veszttette el azonnal, ugyanúgy, ahogy korábban már legalább tíz másik gyermekét.

Egy kis háttérinformáció, mert sokunknak nem tanították az iskolai bioszórakon: sem a tehén, sem a kecske nem ad „alapból” tejet. Teherbe kell esnie, szülnie kell, s utána indul be a tejtermelése. Mindkét állatfajt





évente egyszer teherbe kell ejteni kan állat vagy művi inszemináció segítségével, ezek után a kicsinyét születése után elvenni, majd pedig rendszeres időközönként fejni és közben folyamatosan magas fehérjetartalmú táppal etetni. Így működik ez szerte a világon.

Akkor úgy tűnt, már csak hónapjai vannak hátra. Folyamatos felügyeletre és nagyon sok orvosi segísége szorult, így megmentői előzetes megbeszélés után a Noé menhelyre vitték, ahol így írtak róla:

„A hátsó lába eltörött még decemberben, sajnos nem kezelték. Kecsita gyakorlatilag hónapok óta nem tudott lábra állni. Problémáját az is fokozta, hogy nem kezelték a körmét és ezért azok annyira túlnőttek, hogy mára gyakorlatilag ez gátolta a mozgásban. Még aznap egy hozzáértő juhász megkörmölte és megvizsgáltattuk. Kiderült, hogy Kecsita nem három éves, sokkal inkább 13. A fülei gyulladtak és a hallójáratái összenőttek, a szemei szintén gyulladtak, a fogsora enyhén szólva is hiányos. Az izmai lesorvadtak, viszont túlsúlyos.”

Amikor Kecsitát betámogatták a menhely egyik kis faistállójába, a többi kecske mind odajött és lassan, finoman egyenként odaérintették a szarvukat az ő szarvához. Így üdvözölték őt.

Innentől kezdődött Kecsita felépülése és egyre boldogabb élete. Kata és Gergő naponta látogatták, lábra segítették, s így tettek a menhely dolgozói is, amikor csak módjukban állt, hogy megtehessen eleinte 1-2, később egyre több lépést. Egy hónapig tartott, míg már magától is lábra tudott állni.

„Hatalmas dolog volt, hogy egyszer, amikor jöttünk hozzá, messziről meglátott minket és felállt! – mesélik megmentői. – Szerettük volna hazavinni, de igazából neki jobb itt. A többi kecske nélkül nem épült volna így fel. Jó neki itt ennyi állat között. Korábban valószínűleg csak akkor látott másik kecskét, amikor bakkecskét hoztak hozzá, vagy amikor szült.”





Ami a hallójárait illeti, a korábbi kezeletlen fülgyulladásnak köszönhetően nagy valószínűséggel süket, de ez cseppet sem zavarja. Nagyon jól kijön a többi kecskével, disznóval, tyúkkal. Ami a disznókat illeti, még a kajáját is határozottan megvédi tőlük, nem kell őt félteni.

Egykor törött lábát, ha bénán is, de használja. Remekül megtanult újra járni. Hogy joggal szépnak nevezhető életkorát méltóképp méltassam, megpróbáltam kideríteni a Wikipédián, hány évet élnek hivatalosan a kecskék. Nem derül ki róla, hogy meddig élnek, azonban mai találkozásunk után különösen sokkoló, ahogyan tárgyalja a témát a netes lexikon. Húsa, elletése, gazdaságos tartása, vágása... „*EU 15 hústermelése: 72.361 tonna*”. Pont ahogyan a haszonállatok témáját megközelítik az emberek. Miközben mai találkozásunk után még biztosabban érzem: a „*haszonállatok*” és a „*társállatok*” között az égvilágon semmi különbség nincs. Pont ugyanolyan szeretni valóak, kedvesek, egyediek, okosak és szépek ők is, akiket olyan sokan bántanak!



Ha most azt hiszed, Kecsa története egyedi sztori, akkor félig igazad van, félig tévedsz. Valóban különleges, mert megmenekült és jó helyre került. A tartási körülményeit tekintve viszont messze nem nevezhető egyedinek. Tele van „háztáji” állattartással az ország. Meglehet, hogy vannak állatok, akiket kivisznek legelőre, de ettől még minden anyától elvették a kicsinyét röviddel szülés után, és mind a kés alatt végzi, amint úgy van magasabb értéke. Az állat a háztájinak becézett kis gazdaságokban is eszköz a pénzkereséshez. Az számít csupán, hogy megtermeljék, ami eladható. Úgy tartják őket, ahogyan az gazdaságos. Úgy etetik, hogy ne kerüljön sokba. S akkor vágják le őket, amikor az a leginkább megéri.

Kecsa elbűvölően szelíd és kedves személy. Csak ajánlani tudom mindenkinek, hogy menjen el és ismerkedjen meg vele! Nem csak azért, hogy ő örüljön, de azért is, amit ő ad! S ha már arra jártok, vigyetek neki káposztát vagy zabpelyhet, mert ezeket nagyon szereti!





Fogalmam sem volt...

Az ember kijárja az iskolákat, olvas könyvet, újságot, beszélget másokkal, s leélheti egész életét anélkül, hogy valaha is hallott volna arról, mi történik valójában a mezőgazdasági termelésben az állatokkal. Az összes háborúnak és népiirtásnak az emberiség írott történelmében eddig körülbelül 619 millió ember esett áldozatul. Jelenlegi életformánk mellett öt nap alatt ölünk meg ennyi állatot. Azt mindenki tudja, hogy a húshoz meg kell ölni az állatot. Azt nagyon kevesen tudják, hogy a tejhez és tojáshoz sem tapad kevesebb vér és szenvedés, mint a húshoz.

Számomra meglepetés volt értesülni arról, hogy a tehenekből nem dől csak úgy magától a tej. Nekik is, ahogy minden emlősnek, szülniük kell, attól indul be a tejtermelésük. Minden évben újra és újra szülniük kell, hogy „működjenek”. Mesterségesen termékenyítik meg őket. A bikával sosem találkoztak. A bikától is mesterségesen veszik el a hímivarsejteket és a tehenekbe is mesterségesen juttatják bele – nem feltétlenül fájdalommentes eljárással. Az is meglepetés volt, hogy a tehenek ugyanúgy kilenc hónapig terhesek, ahogy mi, emberek. De a legmeggrázóbb mégis az volt, amikor megtudtam, hogy a kilenc hónap terhesség után megszülető borjakat azonnal elveszik a mamájuktól. Nem csak a nagyüzemi tejgyárakban, ugyanígy a kicsi háztáji tejfarmokon is. Azonnal, amint megszületik. Hogyan történik ez? Kétféleképpen történhet. Az egyik, hogy kicibálják a tehenet a karából és távollétében elviszik a borját, majd visszavezetik a tehenet, aki aztán bőghet, ahogy bőg is, keresheti, ahogy keresi is, de tenni már nem tud semmit. A másik, hogy bemennek, valahogy elkerítik vagy lefogják, vagy lekötözik az anyatehenet és a szeme láttára kicibálják a borját. A borjak többsége a vágóhídra kerül és belőlük lesz a borjúhús (vagyis a gyros, a bécsi szelet, a borjús kutyatáp, és még sorolhatnám). A lány bocik egy részéből pedig természetesen tehenet nevelnek, de az anyjukat ők sem látják soha többé.

Mit szólna egy nő, ha elvinnék tőle a kisbabáját? Mit szólnánk mi, ha elvinnék tőlünk a kisbabánkat? Lehet erre azt mondani, hogy a tehenek nem emberek. Nem is azok. Egy ember és egy tehen sokban különbözik. A tehenek például nem beszélnek, nem írnak verseket, nem szereznek zenét, tévét sem néznek. Fel sem lehet sorolni, mennyi mindenben kü-





lönbözünk. De pont ezek az érzések, ezek a legalapvetőbb, legegyszerűbb érzések, amiket itt a képen látsz, ezek azok, amiket mindannyian ismerünk. Ők is és mi is. Vagy legalábbis minden anya. Ehhez nem kell tudni beszélni vagy verset írni. Emlősöknél az anya a gyerekével akar lenni, a gyerek az anyjával. Ennek nem sok köze van az intelligenciához.

Az állatok jogát az élethez, szabadsághoz vagy az együttléthez a jelenlegi társadalom nem ismeri el. De ez nem jelenti azt, hogy nincs is.

Részlet Kath Clements: *Why vegan* című könyvéből:

„A tejipar valójában a marhahúsipar szerves része, lévén, hogy a húsukért levágott marhák 80%-a a tejtermelő farmok mellékterméke. Az évi egy borjút, amit a tehének világra hoznak, többféleképpen is felhasználhatják. Nagyon fiatalon levághatják, s borjúhús lesz belőle, vagy felnevelhetik egy marhatelepen, hogy később marhahúsként vágják le, illetve a nőstény borjak egy részéből tejelő tehen, majd végül ugyancsak marhahús lesz.

A természetellenes táplálás és a szelektív tenyésztés eredményeképpen egy tehen éves tejhozama 1983-ban átlagosan 5 000 liter volt, szemben a 1950-ben jegyzett 1 500 literrel. A későbbi adat, tehát az 5 000 liter több mint tízszerese annak a mennyiségnek, amire egy borjúnak szüksége lenne. Azzal, ha csupán békésen legelésznének a mezőn, nem lenne elérhető ilyen mértékű tejhozam, ráadásul a tehének az általuk elfogyasztott fehérjének csupán egy tizedét alakítják tejjé. A teheneket éppen ezért szójából készült koncentrált fehérje száraztápon tartják a számukra természetes fűfélék helyett. Ez komoly anyagcserezavarokhoz vezet. A tehének rendszerint állandó hasmenéstől és komoly fájdalmakkal járó savtúltengéstől szenvednek egész életük során.

A teheneket minden évben művi úton (inszeminációval) termékenyítik meg, illetve a módosabb gazdák embrió-transzplantációval. A vemhesség 9 hónapig tart, s ebből 7 hónapon át a tehenet fejik is. Ez irdatlan fizikai megterhelést jelent a tehének szervezetének.

Amikor borját a világra hozza, pár órán belül elveszik tőle. Az elszakítás után a tehének napokig gyászolják a borjaikat. Az elkeseredett tehénbögés megszokott hang a tejüzemek környékén élőknek. Miután a borjakat elviszik, fejőgépeket csatlakoztatnak a tehénekre, hogy serkentsék és fenntartsák a tejtermelést. A gépre naponta kétszer kapcsolják rá őket. Egy borjú en-





nél nyilván sokkal gyakrabban szopna. Ilyen körülmények között a tőgyek begyulladása elkerülhetetlen.

Az, hogy minderről a közvélemény látványosan nem vesz tudomást, nagyrészt a modern reklámiparnak köszönhető, ugyanakkor annak is, hogy hajlamosak vagyunk a dolgokat olyannak látni, amilyenek szeretnénk őket. Sokkalta kényelmesebb hinni egy boldog farmban, ahol az elégedett tehénkék másra sem vágnak, mint hogy nekünk adják a tejuket.”

A könyv a kilencvenes évek elején született, ezért bárki felvethetné, hogy azóta sok minden változott. Az alábbi idézet forrása viszont egy alig egy éve kiadott amerikai könyv, ami a tejiparról szóló fejezetében az összes fent összegzett információt megerősíti.

Részlet Melanie Joy: *Why we love dogs, eat pigs and wear cows* című könyvéből:

„A tehének természetükből fakadóan szorosan kötődnek az utódaikhoz, féltve őrzik őket a születéstől kezdve egy teljes éven át, ha lehetőségük van rá. A tejüzemekben azonban a borjakat pár órán belül elveszik az anyjuktól, hogy a tej emberi felhasználásra kerülhessen. Bevett gyakorlat, hogy a frissen született borjakat elrángatják anyjuk mellől a tehének hisztérikus bömbölése közepette. Más helyeken a tehének kitöréseit megelőzendő szülés után elszállítják az anyaállatot, hogy zavartalanul vehessék ki a borjat az elletőből. Ahogy az ember anya, a szarvasmarha is őrzőgő, kétségbeesett és mindenre elszánt, ha nem találja a kicsinyét. Napokig bögnek, tombolva keresik a borjaikat. Ilyenkor nem ritkán nekimennek a tejüzemek dolgozóinak, rúgnak és harapnak. Sőt, olykor az is megtörténik, hogy egy-egy tehén kitör a boxából és borja keresésére indul.”

A szerző kutatásai során számos állatokkal dolgozó mezőgazdasági dolgozóval készített interjút, ezért azt hiszem, beszámolóját nem egy állatvédő szentimentális képzeatinek kell tekintetnünk, hanem reális, hiteles leírásnak.





S ekkor még mindig mondhatná bárki, hogy ez itthon nem így megy. Pontosán ezért látogattam el néhány magyar tejgazdaságba, melyek termékeiket háztáji címkével árulják a hűtőkocsikból, melyek oldalán édes rajzolt bocik mosolyognak. Fotókat nem engedtek készíteni, és ezt az állatgondozóval készített párbeszédet is csak azzal a feltétellel idézhetem, hogy nem nevezem meg a céget:

BA: Maguknál mennyi ideig élnek a tehenek?

XY: 9-10 évig.

BA: Utána vágóhídra kerülnek?

XY: Igen, persze, hát hova máshova?

BA: Milyen gyakran kell megtermékenyíteni őket?

XY: Minden évben.

BA: Múvileg?

XY: Inszeminációval.

BA: Igaz, hogy vemhesen is fejik őket?

XY: Hát, különben nem nagyon érné meg.

BA: Hány nap után veszik el a borjat az anya mellől?

XY: Hogy hogy hány nap? Azonnal.

BA: És nem ellenkeznek?

XY: Kik?

BA: Hát a tehenek.

XY: Ja, azok? Bőgnek, persze. Egy pár napig. Aztán elhallgatnak.

BA: ---

„Sok vágóhídon jártam, de a legszörnyűbb hang, amit valaha hallottam, egy tehén üvöltése volt, akitől elvették a borját.”

Gary Yourofsky, aktivista

Nem csak a tejtermékekkel van gond. A tojásgyárakban a tojók hihetetlen zsúfoltságban élnek, gyakorlatilag mozdulni sem tudnak. A csőrüket sok helyen már növendék korukban levágják vagy leégetik, hogy ne tudják egymást halálra csipkedni. A csőrccsonkolás nem olyan, mintha





valakinek a körmét vágnák le. Sokkal inkább ahhoz hasonlítható, mintha valakinek egy ujjpercét vágnák vagy égetnék le, hiszen a csőrük telis-tele van idegvégződésekkel.

A kicsibék – akiből a tojók lesznek majd – még annyit sem látnak az anyjukból, mint a bocik. Keltetőgépekben születnek meg. Ám a legrosszabb még csak most következik. Ahhoz, hogy a tojásipar működjön, csak tojókra van szükség. Hiába veszi az ember a drága bio vagy a háztáji tojást, a fiúcsirkék a tojótartás módjától teljesen függetlenül: feleslegesek. Ahogy a természetben mindig, a madaraknál is az utódok nagyjából fele fiú, fele lány. A lányokból tojó lesz vagy csirkehús, ez egyértelmű. De mi történik a fiú csibékkel?

A fiú csibék túlnyomó többségére nincs szükség. Felesleges lenne őket életben tartani. Ezért megölik őket, amint lehet. Vagy élve kerülnek a futószalagról a darálóba, vagy gázzal ölik meg, vagy egyszerűen csak bedobálják őket egy nagy zsákba, vagy dobozba és megvárják, míg agyony-nyomják egymást, vagy megfulladnak.

Halászat

A halászatot külön elő kell vennünk két okból is. Egyrészt, mivel a halak egy részét élővizekben ejtik foglyul, ellenlábasaink nem mulasztják el felvetni: a halak teljes életet éltek és a vadonban teljesen elfogadott halál-nemnek tekinthető, ha egy nagyobb állat megeszi Mr. vagy Mrs. Halat. Másrészt pedig azért kell külön beszélnünk a halakról, mert nem olyan magától értetődő sajnálni olyan állatokat, akik többnyire egyáltalán nem kommunikálnak velünk, még csak szépen sem néznek, és a francnak van kedve simogatni őket. Azonban függetlenül attól, hogy mi aranyosnak látjuk-e őket vagy sem: a halak ugyanúgy érző, vagyis szenvedni képes állatok, mint egy macska vagy egy malac. Semmilyen élőlény vízbefojtását nem tartanánk szelíd cselekedetnek, márpedig a halakkal pontosan ugyanez történik, amikor hatalmas hálókka tömegestül kiemelik őket a vízből. Dacára annak, hogy nem dorombol, és nem dörgölőzik, fájdalmat ugyanúgy érez, mint te vagy én. Szenved, csak mondani nem tudja. Ful-





lad, mikor kiveszik a vízből, mintha minket nyomna valaki a víz alá, csak ordítani nem tud.

Számos izgalmas és értékes kutatás látott napvilágot a halak emlékező, tájékozódási és kommunikációs képességéről. Egyáltalán nem etikus, de jelen esetben említést érdemlő kutatásokban azt találták, hogy akárcsak az ember, fájdalom hatására a halak is endorfin nevű neurotranszmittereket termelnek, melyek a belső fájdalomcsillapítást intézik a szervezetben (az egyik legmagasabb értéke ezeknek például akkor mérhető, amikor egy nő szül). Ezen kívül napvilágra kerültek olyan kutatási adatok is, hogy a halak – az emberhez hasonlóan – poszt-traumatikus stressz reakciót adnak korábbi fájdalomingere hatására. Mindez azt bizonyítja, hogy a fájdalom halak esetében ugyanúgy fájdalom, mint egy emlősállat, mint egy ember esetében.

Az óceánok és tengerek túlhalászása az egyik legdurvább dolog, amit az emberiség az ökológiai egyensúly ellen elkövet. A nagy merítőhálók szó szerint kisöprik az óceánok fenekét, a hihetetlenül gazdag élővilágot, a sok ezer egymásra épülő életformát. Olyan ez, mintha a Louvre teljes gyűjteményét dobnánk ki az ablakon. A halászat felelős a halfajták 70%-ának kipusztulásáért. Kincseket pusztítottunk el és a teljes ökológiai egyensúlyt felborítottuk. Emellett a halászat rendkívül kőolajigényes iparág. Számítása válogatja, de a tengerekből zsákmányolt élelmiszer kőolajigénye akár 100-szorosa is lehet a növénytermesztésnek.

A halak a szupermarketekben két helyről származhatnak: halfarmokról vagy élővizekből. Az élővízből kifogott halakkal már csak nincs baj, nem? – kérdezik gyakran. Mert az mégiscsak szabadon élt, ameddig tudott, és hát lássuk be, az élet rendje mégis csak az, hogy a nagyobb hal megeszi a kisebbet, és az már igazán mindegy, hogy most egy nagy hal vagy egy ember eszi meg... Nem, egészen biztos vagyok benne, hogy nem ugyanaz a halálnem egy másik ragadozó által ott a helyszínen elfogyasztva lenni és egy halászhálóba akadni, vergődni, majd amikor kiemelik a hálót, szép lassan, összenyomódva fulladni meg. Képzeld el, hogy néz ki, amikor egy természetben élő ragadozó elkap egy halat és hogy néz ki, amikor az ember halászik.

A vontatóhálós halászok évente több alkalommal gyakorlatilag legyalulják az óceánok fenekét, a teljes flórát és faunát kipusztítva hatalmas területeken. A fix hálós halászok egy hatalmas, de alig látható hálót eresz-





tenek le, majd húznak fel, s miután kiválogatták az értékesebb halakat, visszadobják a hálót a benne maradt halakkal együtt, sorsukra hagyva őket. Egy harmadik módszer, hogy 100 km-es távon 3000 horoggal nyársalják fel a halakat, s lassan emelik ki a vízből, így az állatok haláltusája órákon át tart. A halászháló a halak mellett rengeteg vízimadarat ejtenek foglyul és ölnek meg, olyan fajokat is beleértve, mint az albatroszok, alkák, búvármadarak és vadkacsák.

“Ha jelen helyzetben a partra vinnénk az összes halászhajót, a halászat akkor sem állna le. Az Európai Unió által készített felmérés szerint évente átlag mintegy 25 ezer (!) halászhálót hagynak el a halászok. A legnagyobb károkat a mélyebb vizekre engedett eresztőhálók okozzák, mivel a mély vizekben gyengébb már a hullámozás, és így éveken keresztül ott ölheti meg a halakat ez a csapda. És sajnos ezeknek a hálóknak nem csak a halak esnek áldozatául. Vízimadarak, tengeri emlősök ugyanolyan könnyen eshetnek csapdába. A hálóba gabalyodott döglődő, vagy akár már elpusztult hal odacsalja a ragadozó halakat, madarakat, melyek aztán szintén csapdába esnek.”

(halaszat.blog.hu)

A halfarmok ezzel szemben látszólag kímélik a környezetet, hiszen ott nem a tengerből fogják ki a halat, hanem maguk nevelik. Valójában viszont ahhoz, hogy ezeket a halakat etessük, megint a tengerek irtózatos méreteket öltő kifosztása vezethet csak el. A nagyobb halak kisebb halakat esznek és ezeket is ki kell fogni valakinek. Úgy becsülik, hogy egy kiló halfarmon „termelt” halhúshoz öt kiló tengeri élővilágot kellett elpusztítani. Tonhal esetében ez a szám a 25 kg-t is elérheti.

Peter Stevenson (a CWIF állatvédelmi szervezet tanácsadója) nyilatkozta:

„Az európai tenyésztett halak nagy része durván intenzíven van tartva. Ez a fajta haltenyésztés jelentősen hozzájárul az állatok szenvedéséhez. Elég sok esetben a halak túlzásfolt tartályokban vagy elkerített hálók között vannak tartva. A túlzásfoltosság könnyen okoz a halaknál különböző testi eldeformálódást, gerincferdülést, eltorzuló fejformát, és az uszonyuk is gyakran szenved sérülést. Továbbá a lazacok ketrecekben történő tartása jelentősen korlátozza a természetben megszokott hosszú távú úszásaikat.” Egy 2011. év





végi felmérés szerint jelenleg 137 tonhalfarm üzemel Japán szerte. A fiatal tonhalak az utóbbi időben jelentősen túl lettek halászva, hogy később farmokon hizlalják fel őket.”

(halaszat.blog.hu)

Egy évi 300 tonnát eladó halfarm ugyanannyi szennyvizet termel, mint egy 100 000 fős település, s ebben a szennyvízben nagy arányban vannak jelen olyan vegyi anyagok, melyekkel a túlzásúlt farmokon a tömeges megbetegedést előzik meg. A halfarmok vegyszerhasználata jelentős: antibiotikumok, növekedési hormonok, génmanipulált táp – a szokásos kockétél. Akárcsak a húsiparban, tejiparban, tojásiparban. A kereskedelmi halászatban kifogott halak 40%-át pedig nagyüzemi állatok hizlalására használják fel.

A „tengerek réme”:

“Évente mintegy 100 millió cápa esik az ember áldozatául. Túléltek 400 millió évet, és most lehet, hogy az emberiség 50 év alatt kiirtja őket. Nyugat-Ausztrália évente mintegy 30 tonna cápauszonyt exportál évente Ázsiába, kilóját nagyjából 10-20 dolláros áron.” Mielőtt azt gondolnánk, az ilyesmi csak a távol-keletiek bűne: “Az Európai Unió a világ legnagyobb cápauszony-exportőre. A világ teljes cápauszony-forgalmazásának 17%-ért felelős.”

(halaszat.blog.hu)

Állatjóléti mozgalmak

A legtöbb ember, amikor ipari állatkínzásról hall, azt válaszolja: „Hát igen, ez tényleg szörnyű. Humánusabban kellene ezt csinálni, úgy, hogy az állatok a lehető legkevesebbet szenvedjenek.” Nem akarnak változtatni a szokásaikon. „Oldják meg a farmerek! Csinálják ezt az egészet úgy, hogy az ne fájjon az állatoknak!” Bármit, csak nekik ne kelljen változtatniuk az életformájukon. Ezt az emberi gyengeséget vagy lustaságot lovagolják





meg a bio, háztáji és szabad tartású termékek gyártói és forgalmazói. Az ottani napi rutin is olyasmi, amit azonnal feljelentենek, ha egy kutyával vagy egy macskával történne. Meglehet, hogy itt-ott kevésbé rossz, de éppen csak valamivel kevésbé. Ezekben az alternatív gazdaságokban az állatokat ugyanúgy tárgyként kezelik, mint a nagyüzemekben. A cél a profit, az eszköz az állat. Úgy tartják őket, ahogy az gazdaságos, azzal etetik, amivel a legolcsóbb, és akkor ölik meg őket, amikor a legjobban megéri. A bio, háztáji és szabad tartású címke csak az embert szolgálja. A termelőnek is jó, mert többet kérhet érte, nekünk is jó, mert abban az illúzióban ringathatjuk magunkat, hogy ezek az állatok boldogan éltek, míg meg nem haltak. Csak éppen az állatoknak nem lett igazából jobb.

Sok éven át voltam önkéntes egy haszonállatokkal való emberséges bánásmódot küzdő egyesületben. Sok értékes ismeretséget köszönhetek ezeknek az éveknél, és jó adag tapasztalatot. Aláírásokat gyűjtöttünk, birkaajelmezbe bújva demonstráltunk, cikkeket fordítottunk a magazinnak és a honlapra, adatokat gyűjtöttünk, standoltunk a különböző nyári fesztiválokra. Állatjóléti önkéntes csapatban dolgozni jó érzés. De hogy ezekben az években ténylegesen segítettünk-e bármit is az állatok helyzetén, arról nincs adat.

Van viszont egy rendkívül alapos tanulmány Gary L. Francione *Animals as persons* című könyvében, ami három állatjóléti kampányt vesz közelebről szemügyre, és nagyon tisztán levezeti, miért és mennyire nem működtek a látszólagos sikerek ellenére. Szabályozások változtak. Megállapodások kerültek aláírásra. Politikusok tűntek fel jobb színben. Összegek cseréltek gazdát. Állatvédők ünnepeltek. Látszólag előbbre léptünk. Ám valójában csak még több állat esik áldozatul az emberi önzésnek.

Utópisztikus álmok: olyan tej- és tojásfarmok, ahol az állatok szabadon és vígan tesznek-vesznek a napfényes mezőkön és udvarokban, örömmel és hálásan adják az embereknek a tojást és tejet, majd mikor eljött az idő, szépen szelíden meghalnak maguktól, hogy az asztalokra hús kerülhessen. Nem azért küzdenek ezért a kétes értékű álmokért az állatjóléti aktivisták, mert ők maguk helyesnek tartják az állatok elfogyasztását. Többségükben az állatjóléti aktivisták maguk vegetáriánusok, sőt, sokan közülük vegánok. Azért néz ki így a célként megfestett utópia, mert nem hisznek benne, hogy az emberiség le tudna mondani az állati eredetű termékekről. Ha pedig már úgyszólván rabszolgaságban kell az állatokat tarta-





ni, akkor legalább próbáljuk minél kevésbé szörnyű körülmények között. Logikus. Például nagyobb ketrecekben. Például rövidebb távú kamionos és tengeri szállításokkal (a vágóhidra). Nem tudok haragudni az állatjóléti aktivistákra, mert tudom, hogy jót akarnak. De sajnos tény, ami tény: az állatok használatát humánusabbá tévő törvényekkel végső soron csak fenntartani segítenek egy erkölcsileg tarthatatlan helyzetet. Mert ezek a nehezen kiharcolt törvények az állatok életét nem teszik lényegesen könnyebbé, viszont remek pajzsot jelentenek a gazdáknak az állatvédők támadásaival szemben, és remek pajzsot a mindennapi vásárlóknak a saját lelkiismeretükkel szemben.

Az állatjogi megközelítés – szemben az állatjóléti megközelítéssel – sokkal jobban bíz az emberekben, hisz a változásban. Állatjogi aktivistaként megtanultam, hogy bízni kell a jövőben, és hogy erősnek kell lenni, mert rajtunk is múlik a változás. Te és a sok-sok többi végén felelősek vagytok azért, hogy egyre több és több embert ráébresszetek arra, hogy mi történik körülöttük és általuk, és főleg arra, hogy ennek egyáltalán nem szükségszerű így lennie. Mindenki képes változni. Sokan ilyenkor a szüleikre gondolnak, vagy a szomszédra, akik húst hússal esznek és tökéletesen közömbösek az állatok szenvedése iránt. De számtalan történetet mesélhetnék emberekről, akik valódi pálfordulásokat éltek meg. Elvégre mind vegyes táplálkozású családokba születtünk, mind vakok voltunk arra, amit ma már látunk és értünk. Miért ne változna meg ugyanígy bárki más? Miért lennénk mi jobbak, mint bárki más? Minden emberben ott él az empátia és a következetes gondolkodás képessége. Mindenki fel tud ébredni. Csak addig tartod lehetetlennek, amíg magad nem tapasztaltad meg.

A Temple Grandin nevével összekapcsolódó humánus vágóhidak azért születtek, hogy megnyugtassák az embereket, elaltassák ébredező tiltakozásukat a szükségtelen gyilkolás ellen. A humánus vágóhid ugyanolyan fából vaskarika, mint a humánus nemi erőszak, a humánus rabszolgatartás, a humánus gyilkosság. Az olyan fogalmak, melyeknek elválaszthatatlan, inherens része az erőszak: soha nem lesznek humánusak, vagy, ahogy az állatjóléti szervezetek címkézik sokszor: cruelty-free, azaz kegyetlenségtől mentesek. Az is egy komoly problémánk ezzel kapcsolatban, hogy amíg a közvéleményt és az erőforrásokat az állatok kihasználásának humánus módozatai kötik le, addig elég furcsán néz ki, hogy mások az ál-





latok használata ellen kampányolnak. A szemlélő nyugodtan felteheti a kérdést: miért ne használjunk állatokat, ha van rá humánus megoldás? A valódi nagy kérdés viszont ez: miért is használjunk állatokat, ha nincs is rá szükségünk?

Az, hogy maguk az állatvédők is a humánus állathasználattal vannak elfoglalva, azt az érzetet kelti, hogy állati eredetű élelmiszerre, ruhákra és hasonlókra igenis szükségünk van. Hiszen még maguk az állatvédők sem mondják, hogy nem. Tehát ezek a kampányok nem csak hamis illúziókba ringatják a közvéleményt, de kifejezetten ártanak is az állatoknak sajnos.

„Az állatjóléti reformok nem működnek, és a gazdasági tényezők miatt nem is tudnának működni. Történelmi bizonyítékaink vannak arra, hogy a korábbi állatjóléti reformok pusztán annyit érnek el, hogy kényelembe helyezi a nyilvánosságát az állatok kizsákmányolásával kapcsolatban.”

Gary L. Francione

Nem azért folytatnak embertársaink borzalmas tevékenységeket a laborokban, farmokon, cirkuszokban, mert ez a hobbijuk. Pénzért csinálják. Pontosan addig fogják csinálni, amíg elegendő fizetnek érte. Ahol van vásárlói igény, ott mindig lesz, aki pénzért megadja az embereknek, amire vágynak. Likvidálhatunk akár minden létező bérgyilkost, nem fog csökkenni a gyilkosságok száma. Lesznek, akik átveszik a helyüket, amíg van, aki fizet érte. A valódi bűnös – aki fizet érte – az átlagember, az utcai járókelő, a szomszédod, a barátod, a rokonod, te magad. Amíg igény van rá, addig az állathasználat folytatódni fog. Társadalmunkban az orránál fogva vezetett hétköznapi vásárlóról gondolnánk legutoljára, hogy hatalma van, de valójában ő irányítja a rendszert. Ő a probléma oka, de ő a megoldás kulcsa is.





Levél egy vegán világból

„Kedves barátok és aktivista társak!

Manapság az állatvédő szervezetek többsége aktívan propagálja, támogatja, sőt, díjazza az úgynevezett humánus állati termékeket és humánus állattartást. Három olyan valakiről írok most, akiken ezek az állatjóléti reformok „segítettek”. Az ipar így nevezi őket: 6-os, 35-ös és 67595-ös termelési egység. Az állatbarát vásárlók úgy ismerik őket, mint biotej, rózsaszín borjúhús, szabadtartásos tojás. Egymás számára ők: anya, gyermek, testvér, barát. Önmaguk számára egyszerűen csak azok, amik mi is vagyunk: öntudattal rendelkező, érzelmekkel, félelmekkel, emlékekkel teli valakik, akik minden kétségen felül: élni akarnak.

6-os számú termelési egység. Most lett először anya. Magánkívül van a kétségbeesésétől. A borja eltűnt. Fel-alá járkál a kifutóban, fújtat és bömböl, hívja a kölykét, a legrosszabttól fél – és az be is következik.

Egyike ő annak a több ezer nőténynek, akik egy bio tejfarmon születtek. Egész életében egyik gyermekét veszti el a másik után és gyászolja meg bőgve. Terhesség és veszteség váltja egymást az életében, miközben őt fejik szakadatlanul. Az anyaságból csak egyetlen érzést ismerhet: a veszteséget.

Még egészen fiatal, amikor a tejtermelése csökkenni kezd, teste-lelke megtörik, s egy iszonytató mézárszékre viszik a többi „elhasznált”, megtört, gyászoló anyával együtt. Ő az arc a biotej mögött.

35-ös számú termelési egység. Két napos borjú. A köldökzsinór még ott lóg rajta, a szőre nyálkás a szüléstől, látása még homályos, lábai reszketegek. Szánalmasan sír az anyja után, de senki nem felel. Rövid kis életét árva-ként éli le, az anyai szeretet helyett csak a reménytelen sóvárgást, az érzelmi kötelék helyett csak annak hiányát ismerheti. Az emlék az anyjáról, annak hangjáról, szagáról hamar elhalványul, s ami megmarad, az csak a csillapíthatatlan vágódás a melege után.

Négy hónaposan őt és az összes többi borjút felpakolják egy teherautóra és a vágóhídra szállítják. Miközben berángatják a mézárszékre, még mindig az





anyját hívja. Különösen ott, azokban a percekben, amikor rettenetes képek, szagok és hangok közepette, amikor megérzi maga körül a halált. A vigasz és védelem iránti elkeseredett vágyódásában ő is, ahogy a legtöbb kisborjú, szopni próbál annak az ujjából, aki őt a következő pillanatban megöli. Ő az arc a rózsaszín borjúhús mögött.

67595-ös termelési egység. Egyike annak a 80 000 madárnak, akik egy családi vállalkozásként működtetett szabadtartásos tojásfarmon élnek. Soha nem látta a napot, soha nem érezte a füvet a lába alatt és soha nem ismerte az anyját. Szemeit égeti az ammónia bűze, csupasz bőre tele horzsolásokkal, csontjai törékenyek a folyamatos tojástermeléstől, csonkolt csőre lüktet a fájdalomtól. Kimerült, legyengült és megtört. Egész nap idegesen csipked egy képzeletbeli ellenfelet, köszönhetően az egész életen át tartó bezártságnak. Két éves és élete a végéhez közelít. Tojáshozama lecsökkent és hamarosan a lehető legolcsóbb módon ölik le: elgázosítják 79 999 társával együtt. Három teljes munkanapon keresztül tart, míg végeznek velük. Két hosszú napon át hallani fogja a hangját és érezni a szagát annak, ahogyan a többiekét ölik a gázdobokban az ő csűrje mellett. A harmadik napon sorra kerül ő is. Lába-inál fogva életében először kiviszik a levegőre.

Ahogy mind a 80 000 „elhasznált” tyúk, ahogy étvágyunk évi 55 milliárd áldozata, ő is küzdeni fog száználmas kis életéért – az egyetlenért, ami volt neki. Ő az arc a szabadtartásos tojás mögött.

Őket segítettük mi, állatvédők a humánus állattartási gyakorlatok kifejlesztésével és propagálásával. Arra biztattuk a fogyasztókat, hogy vásárolják ezeket a termékeket. Emberséges bánásmódnak neveztük el, noha egészen biztos, hogy egyikünk sem nevezné emberségesnek, ha történetesen vele tennék ezt. Együttérző és etikus haszonállattartás nem létezik. Az egyetlen etikus és emberséges alternatíva a vegán életmód.

Miért vagyunk olyan kevesen, akik kimondjuk az igazat? Sokan erre azzal válaszolnak, hogy az emberiség még nem áll készen a változásra, vagy, hogy a világ sohasem lesz vegán. De ez nem egy tény, pusztán egy vélemény, ami félelemből fakad. Félelem a cselekvéstől, az akarat kudarca, önpusztító attitűd és végső soron: önbeteljesítő jóslat.

Az igazság az, hogy a világ képes változni, ahogyan számtalanszor változtak már meg olyan dolgok, melyekről ez korábban elképzelhetetlen volt. Az igazság az, hogy a világ meg fog változni, ha azért dolgozunk, hogy előse-





gítsük ezt a változást. Nem fog változni, ha arra buzdítjuk, hogy maradjon ugyanolyan. Meg fog változni, ha mindannyian kimondjuk az igazat: hogy nem létezik emberséges haszonállattartás, hogy a haszonállattartás egy ökológiai katasztrófa, hogy az állatok ugyanúgy személyek, mint te vagy én, s ugyanúgy elidegeníthetetlen joguk van az élethez és a szabadsághoz, mint bármelyikünknek, s hogy vegánnak lenni nem csupán egy választható életforma, hanem a minimum, amit meg kell tennünk értük. Többre vagyunk képesek. Sőt, kötelességünk többet tenni.

Gyere el hozzánk és nézd meg a saját szemeddel, mi minden elérhető, ha egy kis csapat vegán aktivista összefog és minden idejét a vegán oktatásnak szenteli.”

Joanna Lucas,
a Peaceful Praire Sanctuary alapítója és vezetője

Vegán

Többször használtam már ezt a szót a könyvben, de még egyszer sem tisztáztam, mit jelent. Jobb későn, mint soha! A legelső – és máig érvényes – definíció Donald Watsontól származik, aki 1944-ben megalapította az első hivatalos vegán társaságot Nagy-Britanniában:

„A vegán szó egy olyan életmódot jelöl, mely kizárja az állatvilág mindenemű kizsákmányolását, kizárja a kegyetlenséget velük szemben és az élet tiszteletét hirdeti. Az állati eredetű termékek kizárását jelenti és azok növényi eredetű termékekkel való helyettesítését.”

Szinte biztos, hogy téged is, ahogyan engem is, vegyes táplálkozásúnak neveltek. Azt tanultuk, hogy ez így normális. Nem túl jó érzés rájönni, hogy amit a szüleink és tanáraink etettek velünk – konkrét és átvitt értelemben egyaránt –, az nem volt éppen a legjobb. De ha ezen a sokkon túltesszük magunkat, akkor rájövünk, hogy felelősek vagyunk a tetteinkért és azok következményeiért. Mivel szüksége valójában nincs rá, az ember maga dönthet arról, fogyaszt-e állati eredetű élelmiszert és egyéb termé-





keket vagy sem.

„Az állathasználat 99%-a csupán kényelemből, megszokásból vagy élvezetből történik.”

Gary L. Francione

Vegánnak lenni azt jelenti, hogy az ember elutasítja az állatok saját céljainkra való használatát. Ez pedig azon az egyszerű tényen alapszik, hogy az állatok nem az emberekért léteznek. Ebből kifolyólag a vegán ember nem fogyaszt vagy használ olyan holmit vagy szolgáltatást, amihez állatokat használtak. Tehát nem eszik húst, tejterméket, tojást, mézet, vagy bármi mást, amit állatoktól vettek el. Nem használ vagy visel bőrt, gyapjút, selymet, toll és szőrme holmit. Nem jár állatkertbe, állatokat szerepeltető cirkuszba, vadászatra, horgászatra és hasonló helyekre. Nem használ olyan kozmetikumokat és tisztítószerket, amelyek állati eredetű összetevőket tartalmaznak és olyanokat sem, melyeket állatokon teszteltek. Végül, de nem utolsósorban, amikor van választási lehetősége, kerüli az olyan gyógyszerek és egészségügyi eljárások igénybevételét, amit állatok használatával fejlesztettek ki.

Mindez első hallásra nehéznek vagy kivitelezhetetlennek tűnik. A vegán elvek betartására senki nem kényszeríti az embereket, mindenki a maga tempójában valósítja meg. A kulcsszó nem a lemondás, hanem a változtatás. A vegánok nem aszkéták, nem kenyéren és vízen élő szentek. Teljesen hétköznapi emberek, akik vették a fáradságot, hogy újragondolják régi szokásaikat és új szokásokra cserélik azokat. Nekem például a tej- és tojásmentes palacsintarecept megtalálása jelentett a maga idejében egy komoly előrelépést. Palacsinta nélkül nehéz lett volna elképzelnem a hátralévő életemet. S mit ad isten, a vegán palacsinta olcsóbb, könnyebb, a tészta tovább eláll és az íze szimplán tökéletes. Mindennek, amiről azt hiszed, le kell mondanod, megtalálod a vegán alternatíváját és a végén kiderül, hogy még jobb is.

Sajnos azt az egyet nem lehet kijelenteni, hogy minden esetben olcsóbb is. Sok esetben az, de nem mindig. Itt vannak például a növényi tejek. Isteni ízük van és százszor egészségesebbek, de ha készen veszed meg őket, nem olcsók. A helyzet azonban folyamatosan javul, hiszen a nagyobb áruházláncok ma már rendszeresen akciózzák ezeket, s egyre





több közönséges kis sarki élelmiszerboltban is ott figyelnek a polcon. 2012 őszén, a fővárosban 500 forinttól kezdődik a növényi tejek literára, és 200 forint körül mozog a növényi tejporok ára literre kiszámolva. Utóbbi már igazán nem olyan vészes, pláne ha hozzávesszük, hogy a vegán receptek jórésze növényi tej nélkül oldja meg a dolgokat, tehát messze nem kell annyi tejet vennünk, mint amikor még nem vegán receptekből főztünk.

Ha drágábbak a növényi tejek, mint a tehéntej, az nem azért van, mert drágább előállítani. Az előállításuk olcsóbb, s jóval kevesebb környezet-szennyezéssel jár, mint a tehéntejé. Sőt, ha hozzávesszük azt a pontosan fel nem mérhető költséget, amit a tehéntej fogyasztásának egészségre káros következményei jelentenek... hát, enyhén szólva „kész dili”, hogy ma még mindig tehéntejet iszik a nagy többség. Szóval nem azért drágább, mert valóban drágább. Azért drágább, mert a tehéntejen óriási állami támogatás van. Ennyi. A te adódból, az én adómból, a szüleink adójából támogatja az állam a tejipart és a húsipart is, mint alapvető étkezési cikket. Még abból az áfából is, amit ennek a könyvnek a megvásárlásával kifizettél. Ezt nem lehet kikerülni. Bízunk benne, hogy a gyermekeink adójából már nem fogja. Bízunk benne és tegyünk róla! Visszatérve a tej árára: ha leteszed a feneked a gép elé és rákeresel a növényitej-receptekre, rengeteget fogsz találni. Nem egyet ismerek, amik használatával kevesebb, mint 50 forintért elkészíthetsz otthon egy liter tejet. A receptek egyszerűek.

A vegán életmód nem csupán az állatokról szól, hanem az emberekről is. Azokról, akiket nem ismersz, akikről csak a hírekben hallasz, akikről olyan dolgokat mondanak, amiket fel sem tudsz fogni, amiket nem lehet elhinni, mert egész egyszerűen képtelenség, hogy igaz legyen. Biztosan csak túloznak...



Sajnos nem.





„Nap mint nap gyermekek ezrei halnak meg a világban, mert nincs elég élelmük. Mi, akik itt nyugaton túl sokat eszünk, akik a gabonát az állatokkal etetjük meg, hogy húst ehessünk, valójában ezeknek a gyerekeknek a húsát esszük.”

Tich Nhat Hanh (zen szerzetes, békeharcos, számos könyv szerzője, a Princeton Egyetemen végzett, most Dél-Franciaországban él és tanít)

Évente 10,4 millió gyerek hal éhen. A világ népességének egy jelentős része, megközelítőleg 1,4 milliárd ember élhetne annyi gabonából, amennyit az USA szarvasmarhái elfogyasztanak. Olyan gabonát etetünk meg az állatokkal, amiket emberek is elfogyaszthatnának. Sőt mi több, a gabonát olyan országokból vásároljuk, ahol éhínség van. Logikus, hiszen náluk a legolcsóbb a munkaerő és a termőföld. Erre a hihetetlen igazságtalanságra és tragédiára a vegán életmód egy hatékony megoldás. Ahhoz, hogy 1 kiló marhahúst termeljünk, 16 kiló gabona kell. Ha vegán étrenden élnénk, a rendelkezésünkre álló termőföldet takarmánytermesztés helyett emberi fogyasztásra alkalmas gabonák, zöldségek, gyümölcsök, hüvelyesek megtermelésére tudnánk fordítani. A jelenleg használatban lévő földterületeknek durván fele elegendő lenne ahhoz, hogy minden ember számára megtermeljük az élelmiszert.

„A világ erőforrásai elegendőek ahhoz, hogy kielégítsék mindenki szükségleteit, de nem elegendőek ahhoz, hogy kielégítsék mindenki mohóságát.”

Mahatma Gandhi

A The Thinking Vegan című angol nyelvű vegán blog pár éve közzétette jó pár ember egymondatos válaszát arra a kérdésre: miért lett vegán? Ebből igyekeztem összeválogatni egy kellően színes csokrot zárásképpen:

„Mert nem akarok hozzájárulni sem állatok kínzásához, sem környezetkárosításhoz, sem az emberi éhezéshez.”

„Mert bőven elég fehérjét fogyasztok gabonából, hüvelyesekből, tehát nincs szükségem állati eredetű fehérjére.”

„Mert ha átállna az emberiség a növényi alapú étrendre, akkor nem csak a gazdag országokban lenne elegendő élelem.”





„Mert így senkinek sem kell szenvedni azért, hogy én élhessek.”
„Mert az állatokat senki nem kérdezte meg arról, elvehetjük-e a kölykeiket, a testüket, a szabadságukat.”
„Mert sok mindent tudok arról, milyen károsak az állati termékek az egészségre. Hormonok, mérgek, antibiotikumok és még sorolhatnám...”
„Mert nem hiszem, hogy jogunk volna használni más érző lényeket a saját élvezeti igényeink kielégítésére.”
„Mert az állatok éppen olyanok, mint mi: élni akarnak, fájdalmat, félelmet, örömet éreznek. Sokkal több a közös bennünk, mint a különböző.”
„Mert nekünk, embereknek, van választási lehetőségünk. Nem vagyunk már ősemberek. Ideje felnőni.”
„Miért ne lennék?”





7. Változni és változtatni: egy és ugyanaz!

Változás

A változás minden emberrel elkezdődik és folytatódik. Megállíthatatlanul terjed és növekszik. „*Te magad légy a változás, amit a világban látni kívánsz.*” – mondta Gandhi és milyen igaza volt!

Nincs varázspálca, mellyel egy csapásra megszüntethetjük az állatkínzást. S a törvényektől sem remélhetünk sokat, hiszen azok a többségi társadalom igényei és elképzelései szerint alakulnak. Amíg az emberek többsége nem akar változtatni az életmódján, a szemléletén, addig marad, ami van, mindegy, mennyit tüntetünk és hány petíciót írunk alá. Nincs más reményünk tehát, mint az emberek változása. Kevésnek tűnhet, hogy ez minden, amiben bízhatunk. Sok ember azzal utasítja el ezt a változást, hogy úgysem ér semmit az a kicsike, amit ő tehet. Hétmilliárd emberhez mérten TE, egymagad, valóban nem tűnsz éppen nagynak. De ezzel az élettel TE rendelkezel. Ez az az élet, ez az a szavazat, amivel TE hozzá tudsz járulni a változáshoz.

„Nincs annál nagyobb hiba, mint semmit nem tenni, pusztán azért, mert csak keveset tehetünk.”

Edmund Burke

Ha soha senkinek nem kezdesz kiselőadást tartani a nézeteidről, csupán éled az életed vegánként, ahogy helyesnek érzed, őszintén önmagadhoz, már maga az élet, amit élsz, hatni fog másokra. Talán nem is fogsz róla tudni, de lesz, akit elgondolkoztat. Lesz, akit meggyőz, hogy egészségesnek lát téged – szemben a tévhitekkel. Nem hiszem, hogy győzködnünk kéne bárkit is. Maga fog megtalálni, akinek segítségre van szüksége. A változás mindenkinél máshogy kezdődik és máshogy alakul. Itt van például egy állatvédő vegetáriánus lány megható beszámolója arról, ő hogyan élte át.





Brúnó története

„A bostoni irodában ülve kibámultam a zúzmarás ablakon és Olaszországról álmodoztam. Egy kis farmról tele állatokkal, akik zöld legelőkön bók-lásznak, vagy a lábamnál kotyognak, mohón várják a nekik dobott szénát és gabonát. Még egy hónap és ott leszek. Önkéntes leszek egy igazi kis vidéki biotehenészetben, Olaszországban. Akkoriban már öt éve vegetáriánus voltam, imádtam a sajtot és tetszett a gondolat, hogy olyan közel lehetek a forráshoz, amennyire csak szeretnék. Szerettem volna tudni, honnan származik az ételem és részt venni a megtermelésében. Mi lehetne idillibb, mint a templom harangjátéka és a türelmetlenkedő tehenek hívószava szerint élni az életem?

Mikor megérkeztem, úgy tűnt, a farm mindaz volt, amit elképzeltem. Minden reggel a megálmodott harangzúgásra ébredtem. Igazi európai reggelivel kezdtem a napot, frissen fejt tejjel, természetesen. Utána felbaktattam a dombra, kitakarítottam a tehenek és kecskék istállóját, megettettem a csirkéket, és ha szép volt az idő, sétára indultam a kecskékkal az erdőbe vagy a tehenekkel a legelőre. Nagyon meghitt volt az egész.

A történet, amit igazából meg szeretnék osztani veletek, egy szarvasmarháról szól, Brúnóról, akinek sokat köszönhetek. Első találkozásunkkor ijedten félreugrottam, mikor ez a mókás állat megpróbálta megnyalogatni a kabátomat. Egyszer, mikor nem figyeltem, a nyelve elérte a karomat. Így visszagondolva leginkább egy nedves súrolószivacs érintéséhez tudnám hasonlítani az érzést. Brúnó sosem tartott velünk a legelőre, mert mint bikát, túl kiszámíthatatlannak tartották. De minden reggel türelmetlenül várta a maga adagját a tejből, akárcsak a mellette lakó nőstény, aki első borját várta, és Max, egy kisebb fajta bika.

Nagyon élveztem, hogy tejet adhatok nekik. Egyszer sem tűnődtem el azon, milyen furcsa dolog, hogy elveszük a tejet Max anyjától és két másik tehéntől, majd odasétálunk és adunk belőle egy kicsit Maxnak és a vályúból Brúnónak is.





Csak az imádnivaló állatokat láttam, akiket boldogan etetek. Így ment ez jó másfél hónapon keresztül. Aztán egy nap egy „Brúnó” feliratú cetli kezdett keringeni a házban:

- 50 kg Paul,
- 125 kg Nichole,
- 25 kg Lupo

Felosztották egymás között Brúnó testét.

Vendéglátóm, aki maga is vegetáriánus volt, azt mondta, ez a munka legrosszabb része. Már megérkezésem előtt figyelmeztetett, hogy néhány állatot el kell adnia, hogy el tudja látni a többi. De egészen addig nem fogtam fel, hogy ez mit jelent. Akkoriban imádkoztam a lelkükért és örültem, hogy jó életük volt, hogy boldogan éltek. Egy hétre rá a lista készen volt. Jövő szombatra vártunk egy ismerőst, aki segít Brúnót átvinni egy másik istállóba, ahol átmenetileg lesz, mielőtt beteszik a mészáros teherautójába. Ahogy egyre közeledett a szombat reggel, a többi önkéntessel együtt feszülten vártuk, hogy vajon Brúnó ellenkezik-e majd. Még megvoltak a szarvai és bizony hatalmasra nőtt kezeink alatt.

Amikor vendéglátóm és az ismerőse elindultak a dombra, a leheletük még látszott a levegőben. A traktor lassan dőcögött fölfelé. Mi, akik a házban maradtunk, némán hallgattuk a traktor távolodó hangját, majd türelmetlenül vártuk, hogy visszatérjen. Végül hallottuk, hogy a traktor lassan leereszkedik a dombról. Ahogy feltűnt a kanyarban, láthattuk azt is, hogy Brúnó nem harcolt, nem ellenkezett. A traktorhoz kötve békésen poroszkált. Olyan vezette, akiben megbízott. Rajtunk kívül nem ismert más anyát. Miért ellenkezett volna? Miért ne bízott volna a kézben, ami etette és az állát vakargatta?





A következő reggel Brúnó már nem volt ott. Másnap a teste darabokban érkezett vissza. Lévén hogy vegetáriánus voltam akkoriban, vendéglátóm nem kérdezte meg, szeretném-e megkóstolni a húst, amit segítettem “felnevelni”, de a többi önkéntest megkérdezték, kérnek-e majd a hamburgerből. Hezitáltak. Ez egyike azon kevés dolognak, amitől felfordult a gyomrom. Ha általában ettek húst, miért nem ettek annak az állatnak a húsból, akit segítettek felnevelni? Végül engedtek és ettek Brúnóból aznap éjjel.

Eljöttem a házból aznap este, de a hamburger szagát még így is éreztem a ruhámon. Majdnem elbotlottam egy nagy fehér tárgyban, ami az úton hevert. Brúnó gerince volt. A kutyáknak dobták ki. A csigolyákhoz tapadva még itt-ott látszott a rózsaszín hús. Képtelen voltam összekapcsolni ezt a darab csontot és az állatot, akit szerettem. Ehelyett hátat fordítottam, be mentem a szobámba és elaludtam.

Másnap felébredve azt írtam a családomnak és barátaimnak, hogy nem bánt Brúnó halála. Hazugság volt, noha akkor még nem ismertem be. Azt írtam: “Vega maradok, amíg csak élek, de ez a farm megtanított elfogadni a halált, mint az élet természetes részét.” Hónapokba telt, míg beismertem, hogy hazudtam magamnak. Azzal, hogy elfordultam annak az állatnak a csontjaitól, akit szerettem és gondoztam, saját magamat tagadtam meg. Hajlandó voltam elfogadni a leölését, mint “az élet természetes részét”, s ezzel megint csak hátat fordítottam annak az alapvető igazságnak, amit tudtam, amit mind tudunk, még mielőtt az ellenkezőjét megtanítanak: minden élet értékes és nincs jogunk elvenni. Ez pedig annyira magától értetődő, hogy ma már nevetségesnek tűnik, hogy más nézőpontot védjek. De gyakran pont az olyan dolgokat védjük a legvehemensebben, amikről a lelkünk mélyén tudjuk, hogy nem igazak. Ahogy újraolvasom a leveleimet és blogbejegyzéseimet abból az időből, sírni tudnék a dühtől és szégyentől. Most már látom, milyen indokolatlan derűvel tekintettem ezeknek az állatoknak a sorsára. Helyénvalónak tartottam, hogy használjuk őket, mert mi, emberek, húsrá és tejre vágunk.

Ez a történet nem egy nagyüzemben játszódott. Ez egy gyönyörű, szabad tartású farmról szól, és olyan állatokról, akik boldognak tűntek. Boldognak címkézték őket, mert valaki törődött velük annyira, hogy a lehető legkevesebb testi fájdalmat okozza nekik, mielőtt megölik őket.





Ma már vegánként, ébren élem az életem, és mindig magam előtt látom ezeket az állatokat. Brúnót, Ortensiát, az első tehenet, akit örömeiben ugrabugrálni láttam, Mariolanát, a kedvenc kecskémét, aki épp az utolsó gidáját hordta ki, és Maxot, a legkisebb bikát, a következőt, akit majd eladnak a húsáért.

Magam előtt látom a tekintetüket, ahogy mohón várják a reggeli tejadagjukat, és reménykednek egy kis zöld szénában vagy egy kis állvakarásban. Tudom, hogy ezeknek az állatoknak hosszú és boldog életük is lehetett volna, de ezt a lehetőséget elvették tőlük.”

A fordításom alapjául szolgáló eredeti szöveg itt olvasható:
www.gentleworld.org/bruno-a-new-perspective-on-happy-cows

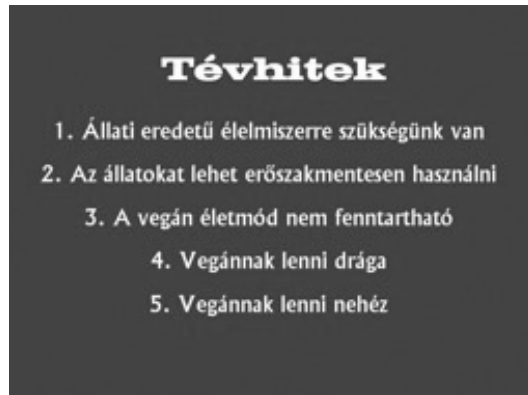
Mi tart vissza?

A legtöbb vegán, akivel beszélgettem, a tejtermékekről állt le a legnehezebben, s annak idején én is. Miért? Mert a tehéntej kazeint tartalmaz. A kazein egy olyan anyag, ami az emésztés során kazomorfinná alakul. Ez a morfiumnak egy nem is éppen távoli rokona. Nyugtató hatású és egyfajta függőséget okoz. Ez a természetnek egy frappáns megoldása arra, hogy a boci a legelőn mindig visszatérjen a mamájához, mindig akarjon még-még tejet inni. Ez teljesen természetes, így van rendjén. Bennünk azonban – az egyetlen fajban ezen a bolygón, ami más faj anyatejét fogyasztja, ráadásul felnőtt korban is – függőséget okoz a kazomorfin. No, azért ez nem egy olyan függőség, mint egy komolyabb drog- vagy alkoholprobléma. Ha az ember néhány hétig nem fogyaszt tejterméket, szépen elmúlik a hiányérzet. Ez nem egy olyan dolog, amivel takarózni lehet: „*Jaj, én olyan gyenge ember vagyok, nem tudok leszokni a tejről, ahogy a cigiről se tudok.*” – vagy ilyesmi.





Nem, valójában nem ez tartja vissza az emberek többségét a vegán életmódtól, hanem a tévhitek. Beszéljünk most az első számú, a legnagyobb támogatást élvező tévhitről, miszerint állati eredetű élelmiszerre szükségünk van.



Egészséges a vegán étrend?

A válasz röviden: Igen. Sőt!

Ha nem így lenne, akkor mivel magyaráznánk, hogy több ezer vegán felnőtt és gyermek él szerte a világon teljesen jó egészségi állapotban? Az alábbi képen mosolygó gyerekek nem fotómodellek, hanem vegán szülők csemetéi, akik fogantatásuktól kezdve vegánként éltek, fejlődtek. Gyerekek ezrei nőnek fel így világszerte bárminemű hiánybetegség nélkül.





Ha nem így lenne, akkor hogyan érhetnének el kimagasló teljesítményeket a vegán sportolók? Hogy csak a kedvenceimet említsem a The Great Vegan Athletes oldal gazdag gyűjteményéből: Carl Lewis (rövidtávfutó), Patric Baboumian (erőember, Németország legerősebb embere), Catra Corbett (ultramaronista), Ruth Heidrich (triathlonista és ironwoman), Fiona Oakes (hosszútávfutó), Venus Williams (teniszező), Mac Danzing (MMA-harcos), Keith Holmes (középsúlyú boxoló), Scott Jurek (ultramaronista), Jim Morris (testépítő), Dalila Eshe (kosaras), Cathrine Johnson (kerékpározó), Kara Lang (focista). Mind fantasztikus fizikai teljesítményt nyújtanak, és csupán növényi eredetű élelmiszert fogyasztanak. Többségük lelkes aktivista is, aki kiáll az állatok jogaiért.

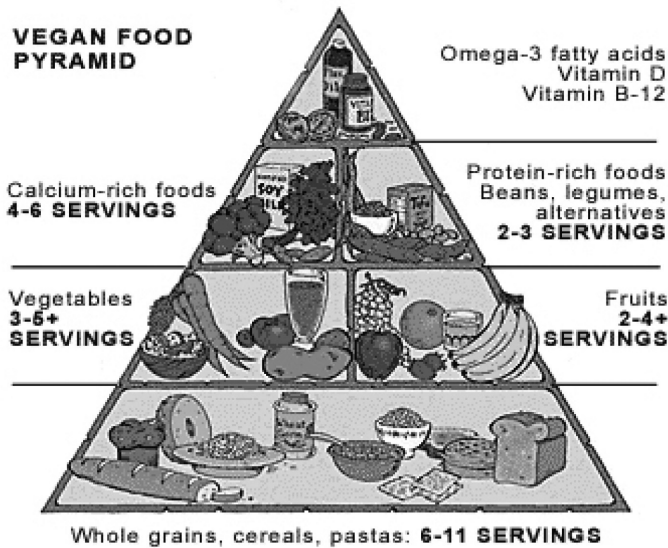


Patric Baboumian





Ha nem így lenne, hogy léteznének vegán orvosok és dietetikusok? Interneten megtalálhatóak olyan vegán táplálékpiramisok, amit dietetikusok állítottak össze. A táplálékpiramis azt mutatja meg, hogyan építs fel egy egészséges étrendet. Ami alul van, abból kell sokat enni, amiből felül, abból kevesebbet. A legjobbat a 2000-es évek elején Brenda Davis és Vesanto Melina – jól képzett, elismert vegán dietetikusok – állították össze: több könyvük is megjelent a témában.



Néhány vegán orvos, dietetikus, táplálkozási szakember:

- Don Bennett, www.health101.org
- Dr Douglas Graham, www.foodnsport.com
- Dr. Aryan Tavakkoli, www.vegsense.net
- Dr. Hans Diehl, www.chiphealth.com
- John McDougall, www.drmcDougall.com
- Dr. Connie Sanchez, N.D., www.vegannd.com
- Mark Berman, www.veganmd.blogspot.hu
- Michael Greger, M.D., www.nutritionfacts.org
- Dr. Jon Repole, www.drrepole.com
- Dr. Michael Klaper & Alan Goldhamer D.C , www.healthpromoting.com
- Brenda Davis R.D., www.brendadavisrd.com
- Ginny Messina R. D., www.TheVeganRD.com
- Ryan Andrews, R.D. www.precisenutrition.org





Vegánnak lenni valójában egészségesebb, mint vegyes táplálkozásának vagy vegetáriánusnak lenni. Nézzünk meg közelebbről pár kérdést!

Mi az ember természetes tápláléka?

Érdekes azon is elgondolkozni, mi is volna természetes az emberi szervezetnek. Sokan azzal érvelnek a húsevés mellett, hogy összehasonlítják fűevő emlősök fogzatát az emberével, és megállapítják, hogy igencsak különböző. Ez tény és való, ugyanis az ember nem fűevő. Nem lehet egyszerűen azzal elintézni a kategorizálást, hogy vannak a húsevő és vannak a növényevő állatok. A valóságban négy nagy csoportba sorolhatóak az állatok:

1. ragadozó
2. mindenevő
3. fűevő
4. gyümölcssevő

Fogazat

A ragadozók tépőfogai nagyok és élesek, metszőfogaik rövidek és hegyesek, zápfogaik lapátformák. A gyümölcssevők – ahova mi is tartozunk – tépőfogai éles szemfogakká alakultak át, metszőfogaik kicsik és laposak, zápfogaik pedig nagyok és laposak.

Állkapocs

A ragadozók állkapcsa tépésre specializálódott. Harapnak és nyelnek, rágás nélkül. A gyümölcssevők állkapcsa oldalirányban is mozgatható, nyáluk lúgos kémhatású és ptiálint tartalmaz, tehát alkalmas a szájüregben való aprításra és előemésztésre.

Bélcsatorna

A ragadozók bélcsatornája törzsük hosszának mindössze 2-4-szerese. Rövid és erősen savas emésztőcsatornájuk az elbomló hús gyors kiválasz-





tására tökéletesen alkalmas. A káros anyagok rövid időt töltenek a testükben, így a lehető legkevesebb kárt okozzák, köszönhetően gyomruk savasságának is. A gyümölcsevők bélcsatornája a törzsnek 9-12-szerese, kémhatása jóval lúgosabb, és a táplálék is jóval hosszabb időt tölt el bennük – így nem igazán alkalmas arra, hogy bomló és mérgező anyagokat maga után hagyó húst, tojást, tejterméket biztonságosan feldolgozzon. A toxinok a véráramba jutva az egész testet szennyezik. A ragadozók teste hatalmas mennyiségű koleszterint képes felhasználni anélkül, hogy ebből problémája lenne, ellentétben a gyümölcsevőkkel, akik már nagyon minimális vérkoleszterinszint-növekedésre is érzékenyen reagálnak. S ezek csak a legkiugróbb eltérések.

Ha türelemmel végigfutjuk az alábbi táblázatot, teljesen egyértelművé válik, hogy az emberi szervezet nem ragadozó.

					
	RAGADOZÓ	MINDENEVŐ	FÜEVŐ	GYÜMÖLCSEVŐ	EMBER
BÉLCSATORNA HOSSZ	1,5-3x testhossz	3x testhossz	20x testhossz	9x testhossz	9x testhossz
EMÉSZTÉS IDEJE	2-4 óra	6-10 óra	24-48 óra	12-18 óra	12-18 óra
VASTAGBÉL	rövid, lúgos	rövid, lúgos	hosszú, savas	hosszú, savas	hosszú, savas
NYÁL	savas	savas	lúgos	lúgos	lúgos
PTIALIN	nincs	nincs	van	van	van
TÉPŐFOG	nagy, éles	nagy, éles	csőkevényes	szemfog védekezésre	szemfog
METSZŐFOG	rövid, hegyes	rövid, hegyes	nagy, lapos	nagy, lapos	nagy, lapos
ZÁPFOG	lapátforma	lapátforma	lapos, erős	lapos	lapos
VIZELET	savas	savas	lúgos	lúgos	lúgos
NYÁLMI RIGYEK	kicsik	kicsik	nagyok	nagyok	nagyok
VEREJTÉKMIRIGY	mancsokban	egésztesten	egésztesten	egésztesten	egésztesten
KOLESZTERIN	sokat képes feldolgozni	sokat képes feldolgozni	keveset tud feldolgozni	keveset tud feldolgozni	keveset tud feldolgozni
ALSÓ ÁLLKAPOCS	nem tud oldalt mozogni	nem tud oldalt mozogni	tud oldalt mozogni	oldalra is mozog	oldalra is mozog
TÉP VAGY RÁG	tép és nyel, nem rág	tép és nyel, nem rág	nem tép, sokat rág	nem tép, csak rág	nem tép, csak rág
SZÁJNYITÁS	nagyra tudja nyitni	nagyra tudja nyitni	kicsire tudja nyitni	kicsi vagy közepes	kicsi
LÁBAK	4 mancs és karmok	4 mancs és karmok	4 mancs és paták	fogó, kapaszkodó kezek	fogó, kapaszkodó kezek
TESTTARTÁS	4 lábon jár	4 lábon jár	4 lábon jár	2 vagy 4 lábon jár	2 lábon jár

A fehérjemítosz

Az egyik legelterjedtebb és legnagyobb támogatást élvező tévhit: a fehérje mítosza. Vagy találébb kifejezéssel élve: a fehérjét övező lila köd. Az emberek egy része azt hiszi, hogy fehérje csak a húsban van. Mások azt hiszik, hogy fehérje csak az állati eredetű élelmiszerben van, vagyis a





húsokon kívül a tejben és tojásban. Ez utóbbi nézetnek köszönhető, hogy ma már az ovo-lakto vegetáriánus étrend relatíve elfogadottnak számít. Waldorf-sulikban például már lehet vegetáriánus ebédet választani.

A helyzet azonban a fehérjékkel kapcsolatosan ennél sokkal vidámabb: fehérje mindenben van. Nem tudsz úgy enni, hogy ne legyen benne. A fehérjék minden élő szervezet alkotóelemei, amolyan legókockák, amik felépítik a növényeket és az állatokat.

Fehérje tehát mindenben van, de milyen? Még mindig igencsak elterjedt szokás azt a sok évtizede meghaladott tévhitet hangoztatni, hogy az állati fehérje teljes értékű, míg a növényi nem az. Mivel nagy az esélye, hogy beleszaladsz majd te is egy-két ilyen okoskodó butaságba, jobb, ha tudod, mi a helyzet. Az állati eredetű fehérjét azért nevezik teljes értékűnek, mert megvan benne mind a nyolc esszenciális aminosav egyszerre. Esszenciálisnak akkor nevezzük, ha az emberi szervezet nem tudja maga előállítani, így mindenképpen kívülről kell bevinni. Ezek az aminosavak: fenilalanin, izoleucin, leucin, lizin, metionin, treonin, triptofán és valin. Mindez a nyolc benne van a húsban, tejben, tojásban, ezt jelenti a teljes értékű fehérje fogalma. Nagy tévedés azonban, hogy a növényekben nincs meg minden esszenciális aminosav.

Aki nem hiszi, járjon utána, meg is mondom, hogyan, nem túl bonyolult. Az egyik legprofibb amerikai dietetikai oldal a www.cronometer.com. Itt játszani könnyedséggel nyithat bárki magának profilt, ahol naplószerűen be tudja írni, milyen ételmiszert fogyasztott aznap, s az okos cronometer azonnal megmondja, hogy a vitaminokból, zsírsavakból, ásványi anyagokból és aminosavakból a napi ajánlott bevitel hány százalékát fogyasztotta. Kutatómunkám során eljátszogatam vele, hogy beírok kisebb-nagyobb adagokat különböző gyümölcsökből, gabonákból, magvakból, és azt figyeltem meg, hogy jelentős mennyiségeket ír ki minden esszenciális aminosavból akármelyik beírt gyümölcsre, gabonára. Tehát röviden: minden esszenciális aminosav megtalálható jelentékeny mennyiségben például a banánban, paradicsomban, kesudióban, krumpliban, rizsben, kukoricában, lencsében, káposztában, mákban és még hosszan sorolhatnám. Meglepően kis mennyiségű fehérjét írt az almára és az eperre például, de minden esszenciális aminosavból van ezekben is. Nem találtam olyan gyümölcsöt, zöldséget, amiből bármelyik esszenciális aminosav is hiányzott volna.





Az Amerikai Dietetikus Társaság hivatalos állásfoglalása:

”A megfelelően összeállított növényi étrend tökéletesen megfelelő az élet minden szakaszában, beleértve a terhességet, a szoptatást, a gyermekkort és az időskort is. A gabonákból, zöldségekből, hüvelyesekből, magvakból és mogyorófélékből származó fehérjék a nap folyamán kiegészítik egymás aminosav-profilját anélkül, hogy precíz tervezésre vagy fehérjepótlásra lenne szükség.”

Egy ember fehérjeszükséglete mennyiségét tekintve meglepően alacsony az átlagos nyugati étrendhez viszonyítva. A gazdagabb országok lakóinak ma nem azon kell aggódniuk, hogy túl kevés fehérjét esznek, hanem azon, hogy túl sokat. Az átlagember körülbelül kétszer annyi fehérjét eszik, mint kellene. Ennek káros következményeiről szól a Kína-tanulmány című fantasztikus könyv (megtalálod hátul az ajánlottak között is), illetve most egy picit én is mesélek.

Egészséges-e a vegyes étrend?

Noha sok vegyes táplálkozású rokonunk és ismerősünk aggódva tekint ránk, valójában nekünk van jó okunk aggódni az ő egészségükért. Csak néhány példa azon súlyos betegségek közül, melyeket a kutatók egyértelműen összefüggésbe hoznak a túlzott fehérjefogyasztással, vagyis amelyeknek a vegyes táplálkozás komoly rizikófaktora:

- csontritkulás
- érlemeszesedés
- mellrák
- prosztatatarák
- végbélrák
- cukorbetegség
- allergia
- köszvény
- epekő
- vesekő





A tapasztalatok azt mutatják, hogy míg a vegyes táplálkozásúak egyre gyakrabban kerülnek kórházba súlyosabbnál súlyosabb diagnózisokkal, addig a növényeken „tengődő” vegánok kicsattannak az egészségtől, ha elkapnak valamit, gyorsabban gyógyulnak, energikusabbak, nem idegeskednek annyit. Összességében: jobban vannak.

A kalciummítosz

A tej élet, erő, egészség. S mint olyan, elengedhetetlen például az egészséges csontfejlődéshez – tartja a közvélekedés. Ha ez így van, akkor miért a legtöbb tejet fogyasztó nyugati országokban a legmagasabb a csontritkulás aránya?

Egy főre jutó tejfogyasztás	Csontritkulás aránya a lakosságban
USA	USA
ANGLIA	ANGLIA
SVÉDORSZÁG	SVÉDORSZÁG
FINNORSZÁG	FINNORSZÁG

(Forrás: 101 Reasons to go vegan előadás, Animal Rights Foundation Florida)

Véletlen egybeesés? Nem valószínű. Talán egy elmaszkolt harmadik változó hatása? Nem valószínű. Az átlag nyugati ember jellemzően túl sok fehérjét fogyaszt tejtermékek, tojás és hús formájában. A túlzott fehérjebevitel kibillenteli a testünk pH-egyensúlyát, még hozzá a savas irányba – írja többek között Tóth Gábor a *Ne veszítsd el a csontjaidat* című könyvében. A savas kémhatást a testünk azzal tudja leghatékonyabban semlegesíteni, hogy kalciumot von el a csontokból. Így hát ezt teszi. Ezért olyan gyakori a csontritkulás azokon a vidékeken, ahol sok húst, tejet, tojást fogyasztanak. Ez a magyarázat arra is, ha ovo-lakto vegetáriánus ismerőseink kalciumhiányban szenvednek. Annyira igyekeznek, hogy pótolják a hús kiesésével „vesztett” fehérjét, hogy rendszerint túl sok tejterméket és tojást fogyasztanak.

Kiváló kalciumforrás ezzel szemben a brokkoli, a leveles zöldek (pl.: spenót, sóska), a fehérbab, a tofu, a mák, a diófélék és magvak, az aszalt füge, a tengeri hínár (utóbbiból készül például a karácsonykor sok család-





nál hagyományos halászlé vegán változata). Míg a tehéntej kalciumtartalmának átlagosan 32%-a szívódik fel, a brokkolinak például 61%-a – írja Davis és *Melina a Becoming vegan* című könyvben.

Amire viszont oda kell figyelni

Hogy milyen rizikókkal jár egy vegán étrend, arra is bőven vannak kutatások. Különösen a vegán kisbabákat vizsgálgatják előszeretettel és nagy aggodalommal. Reisinger Orsolya tollából született egy hihetetlenül jó könyv e témában *Mérlegen a vegetarizmus* címmel. Kutatása szerint sem az ovo-lakto, sem a vegán kisbabák nem voltak semmilyen szempontból rosszabb egészségi és fejlettségi állapotban, mint a vegyes táplálkozásúak, sőt, már ebben a korban megmutatkoztak a táplálkozási mód előnyei, például kevesebb allergia, kevesebb elhízás. S a vegán szülők voltak a legtájékozottabbak a helyes táplálást illetően.

Ezzel együtt fontos, hogy minden vegán odafigyeljen a B12-vitamin bevitelére. Ez egy olyan vitamin, ami a növényi étrendből hiányozhat, ha nem figyelünk oda. B12-vitamint termelő baktériumok a termőtalajban vannak jelen, illetve a mi emésztőrendszerünkben, emellett gumós növények és gyümölcsök felületén – írja Joan van Roojen *Napeledel* című könyvében. Ha a természetben élénk és mosatlanul fogyasztanánk a kezeletlen zöldségeket, gyümölcsöket, úgy ez a vitamin szépen be is jutna a szervezetünkbe a maga természetes útján. Ettől azonban távol állunk. Még az állati takarmány B12 szintje is olyan alacsony, hogy az állati eredetű termékekbe is művileg juttatják be ezt az anyagot.

Mi hát a megoldás? Több lehetőségünk is van, ízlés dolga, ki miben bízik jobban. Vannak olyan, vegánoknak készült termékek, amik B12-vel dúsítottak, például egyes növényi tejek, élesztőkivonatok, tofuk, melyeken feltüntetik a B12-tartalmat. Emellett jó B12 forrásnak mondja sok szakértő a búzacsírát is. A legbiztosabbnak a magam részéről azt találom, ha profi vitaminkészítményekre bízunk magunkat. Több cég is forgalmaz bioboltokban kapható, nyelv alatt oldódó tablettát, én ezt tudom tiszta lelkiismerettel ajánlani, miután Sandra Hood – angol vegán dietetikus –, aki kismamáknak írt szakkönyvében (*Feeding your vegan infant with confidence*) szintén ezt javasolja. A felnőtt ember napi B12





igénye: 2,4 mikrogramm (2,6 terhesség és 2,8 szoptatás idején).

Szokás még aggódni a D2-vitamin miatt is, de felesleges. Napi húsz perc napfény megtermeli a szükséges adagot, ha rövid ujjú felsőben talál meg minket. Télen persze nem annyira egyszerű, de igyekezni kell kimeni a napra, amikor csak lehet. A testünk elraktározza a D2-vitamint, lévén zsírban oldódó, tehát a nyáron begyűjtött tartalékokra is számíthatunk, de ezzel együtt is jelmondhatunk: minden nap legalább 15 percet találkozni a Nappal. A hangulatunknak is jót tesz.

Sarah Taylor Hogyan legyen vegán? című magyarul is kapható könyvében kiemeli az omega-zsírsavak fontosságát, s ennek érdekében javasolja, hogy napi egy kanál darált lenmagot adjunk az ételünkhöz. Mehet főzelékbe, müzlihez, palacsintába, lényegében bármibe – szerintem szendvicsben a legjobb.

Aki nem ért hozzá (még), gyakran aggódik a vas és egyéb ásványi anyagok bevitele miatt, ám ezek a vegán étrendben simán benne vannak. A fentiekén kívül semmire nem kell külön odafigyelni, egyszerűen csak változatosan kell étkezni, sok friss zöldséggel, gyümölcssel, olajos magvakkal, teljes értékű gabonával, hüvellyessel. Ha az ember huzamosabb ideig tápanyagszegény műkáján él, akkor jó eséllyel beteg lesz, ez teljesen független attól, hogy az vegyes vagy vegán gyorskaja.

Még ha nem a saját egészségünk, hanem az állatok miatt választottuk is ezt az életformát, akkor is nagyon fontos, hogy vigyázzunk az egészségünkre, mert meg kell mutatnunk a körülöttünk élő szkeptikusoknak, hogy vegánnak lenni nem veszélyes, sőt!

Ha igazán egészséges szeretnél lenni

Sokan élnek abban a tévhitben, hogy a vegán életmód az egészséges étrend egyik formája, irányzata. Ebből annyi igaz, hogy jobb a testünknek, ha nem eszünk állati eredetű élelmiszert, mint ha igen. De a vegán életmód az állatok felszabadításáról szól, nem az egészségről. Már csak ezért sem várhatjuk el, hogy szuper fizikai állapotba hozzon pusztán az, hogy elhagyjuk étrendünkben a húst, tejet, tojást, mézet. A vegán étrendbe be-





lefér sokféle junk food, félkész étel, zsíros étel, adalékanyagok, tartósítószeres, színezékek (nem mindegyik, csak a növényi eredetűek). Rengeteg vegán étel van, ami kényeztetni az agyat, de nem a testet – vagyis rettentő finom, de távolról sem nevezhető egészségesnek.

Ha az érdekel, mitől lesz a tested igazán jól, mitől maradsz (vagy leszel) fiatalos, és kicsattanóan egészséges, akkor azt javaslom, töltsd le vagy vedd meg Douglas Graham 80/10/10 című könyvét, mert ez az, amit keresel. Graham abból indul ki, hogy az ember a gyümölcssevő főemlősök közé tartozik, ahogyan azt már korábban ebben a könyvben is olvashatad. Testünk kevésbé szőrös, beszélőkénk és agyunk fejlettebb, de ami alapvető működésünket illeti, tökéletesen megegyezünk a természetben élő és ösztönösen jól táplálkozó rokonainkkal: a gorillával, az orángutánal, a csimpánzzal és a bonobóval. Graham hosszas kutatómunka eredményeképp azt szűrte le, hogy az ember számára az a természetes és optimális étkezési forma, amit majom rokonaink folytatnak. Nevezetesen: gyümölcsön, zöldségeken és magvakon élve a bevitt kalória 80%-át egyszerű szénhidrátból, 10-10%-át pedig fehérjéből és zsírból viszik be. A csimpánzok húsfogyasztása nem a természetes életmódjuk része, ezt Jane Goodall könyveiben olvastam – ha valakinek, neki elhiszem (erre most nem vesztegetünk több szót, Jane könyveit ajánlom a kétkedőknek). A 80/10/10 arány a megszokott nyugati étrendhez képest jóval alacsonyabb fehérje- és zsírbevitelt jelent. Fő üzemyanyagunk ugyanis a szénhidrát, ebből nyerjük az energiát a mindennapi élethez. Zsírból és fehérjéből jóval kevesebb kell, mint azt ma az iskolákban tanítják, a felesleg feldolgozása és eltárolása viszont hatalmas teher a szervezetnek. A 80/10/10 arányt kalóriabevitelünkben akkor kapjuk legkönnyebben, ha főként gyümölcsöket fogyasztunk, kiegészítve leveles zöldekkel és magvakkal. Az étrend nagy előnye a mérgegyanyagok alacsony szintje, ami tisztán tartja, vagy inkább hagyja természetesen tisztulni a szervezetet. Tehát röviden: testünk akkor működik optimálisan, ha a neki megfelelő üzemyanyagot kapja, azaz gyümölcsöket, zöldleveleket és magvakat.

Talán most túl tömören írtam le és kevésbé érthető annak, aki most olvas erről először. Szívből ajánlom a fent említett könyvet, ahol hosszú, de lényegre törő fejezeteken át fejti ki érthetően és hitelesen ugyanezt.





Itt most ennyit az elméletről a 80/10/10, vagyis a gyümölcssevés mögött. Nézzük, mit mutat a gyakorlat! Először is azt, hogy nehéz... Míg a vegánságra való áttérés csupán annyit jelentett, hogy megtanuljuk a régi alapanyagokat újakkal helyettesíteni, és kis ügyességgel megkapjuk ugyanazt az élményt, mint vegyes táplálkozásúként vagy vegetáriánusként, addig a gyümölcssevésre áttérve valóban el kell engednünk régi szokásokat. Mint például az erős fűszereket, a magas zsírtartalmat, az összetett ízeket, kulináris élvezeteket. Egyszerű, letisztult étrend ez, ahol 1-2 összetevőből állnak a tökéletes ételek. Egy nyári napra ajánlott étrend a Graham-könyv függelékéből idézve: reggelire 1,8 kg görögdinnye, ebédre őszibarack- és banánturmix fél-fél kiló gyümölcsből, vacsorára sárgabarackos-áfonyás saláta, második fogásként mangóleves, végül sárgabarackos-zelleres saláta. Bármilyen jól hangzik és jólesik is, többségünknek hamar elkezd hiányozni a megszokott intenzív ízvilág, a főtt ételek, gabonák, hüvelyesek, növényi zsírok, fűszerek. Érdeemes sokat olvasni a témában és tudatosítani magunkban, hogy ezek tulajdonképpen bizonyos értelemben drogok, amikhez karonülő korunktól fogva hozzászoktattak. Sőt, tulajdonképpen már az anyaméhben töltött hónapoktól kezdve. Megrázó belegondolni, milyen távol kerültünk mára a természetes étrendünktől. Az emberi szervezet azonban csodásan erős gépezet és rossz üzemanyaggal is eldöcög évtizedekig, s ahogy csak tud, alkalmazkodik. Amikor viszont megadjuk neki azt, amire az optimális működéshez szüksége van, valódi életre kel, amit kellemetlen tisztulási tünetek előzhetnek meg. Ahogyan a drogelvonóba sem élvezkedni járnak az emberek, az eleje az útnak rázós lehet, de megéri. Számos ember gyógyult már ki rákból, cukorbetegségből, allergiából ezzel az étrenddel, s mégsem mondhatjuk, hogy az étrend gyógyította meg őket. A test maga gyógyul meg. Graham szerint valójában egyetlen betegségféle létezik: a mérgezés. Minden, amit betegségként élünk meg, a testünk reakciója a felhalmozódott mérgeanyagokra. Sose késő elindulni a tisztulás útján. Szeretettel ajánlom mindenkinek Ruth Heindrich történetét, érdemes rákeresni az interneten!





Vegán háztartás

Ha komolyan gondoljuk, hogy nem akarjuk többé támogatni az állatok rabszolgasorsát, akkor ez nem csupán az étkezési szokásainkon fog megváltoztatni, hanem még nagyon sok minden másban is körülöttünk. Ezeket a változtatásokat mindannyian a magunk tempójában valósítjuk meg. Senki nem kéri rajtunk számon és hiszem, hogy nincs is rá szükség. Belülről hajt minket a vágy, hogy megszüntessük a szörnyűségeket, hogy részei legyünk ennek a változásnak, ennek a forradalomnak. Eleinte talán lényegtelen apróságnak tűnik a méz, a bőr, a gyapjú vagy a tisztítószerekben és kozmetikumokban található állati eredetű összetevők kérdése, de nem az. Ha kész vagy rá, hogy ezekkel a tényekkel is szembesülj, olvass tovább!

Gyapjú



A gyapjú olyan, mint a tej vagy a tojás: nem kell hozzá közvetlenül megölni az állatot. Ennek ellenére még a legszolidabb gyapjúfarm mindennapi rutinját is állatkínzásnak minősítenénk, ha látnánk. Vagy másképp fogalmazva: ha az a kutyánkkal/macskánkkal történne. Az állatokat itt is a profitszerzés eszközeinek tekintik. A birkák szőrét elvileg lehet úgy vágni, hogy az ne fájjon nekik, és emiatt a többség abban a hitben ringatja magát, hogy ezzel nincs is semmi gond. Azonban ami a valóságban történik, azt leírni is fáj. Olvasni is fájni fog, De mindez össze sem hasonlítható azzal, amennyire nekik fájhat. A dolog ott kezdődik, hogy a kicsinyeket elválasztják az anyjuktól.

A birkanyírókat nem óránként fizetik, hanem birkánként. Tehát jól felfogott anyagi érdekük, hogy minél több birkát nyírjanak meg minél rövidebb idő alatt, magyarul: minél gyorsabban dolgozzanak. Az ebből fakadó sérülések az egyszerű karcolásoktól egészen a csonkolásokig terjednek. A





gyors munkának a birkák tőgye, pénisze, füle mind áldozatul eshet, és esik is nap mint nap. Végül akárcsak a tehenek, a juhok is hamar kiöregednek az iparból, ilyenkor természetesen eladják őket egy vágóhídnak. A gyapjúiparáról híres Ausztráliából a kiöregedett birkákat hosszú hajúutakon szállítják a világ különböző távoli pontjaira, ahol levágják és elfogyasztják őket.

A gyapjúholmi nem létszükséglet, könnyedén helyettesíthető. Miért bántanánk másokat, ha meg tudjuk oldani a pulcsi-kabát-takaró kérdését másképpen is? Aki pedig kételkedik a birkák lelki érzékenységében, annak szeretettel ajánlom az alább következő beszámolót egy amerikai vegán állatmenhely egyik lakójáról, Marcyról.

Marcy története

“Amikor Marcy megérkezett hozzánk a Peaceful Sanctuary állatmenhelyre, elveszített már mindent, amit lehetett. Sok-sok éven át volt rabja egy kicsi családi gyapjúfarmnak, ahol újra és újra szült és végignézte, ahogy a gyermekeit újra és újra elveszik tőle (értsd: elviszik megölni). Mire megérkezett a farmra, már nem maradt benne semmi remény. Az első ott töltött évében, amíg még látott, menekült mindenki elől, aki hasonlított a fogvatartóira: az emberek elől. Megértettük és tiszteletben tartottuk ezt, s nem erőltettük rá a közelségünket

Marcy többnyire magányos és szomorú volt. Sokszor barangolt egyedül a mezőn és volt, hogy nem talált magától haza. Főképp azokban az időkben történt ez meg gyakran, amikor a szomszédos farmokon kisbirkák születtek, akiket elszakítottak az anyjuktól. Elárvult kicsinyek és meglopott anyák hangját és szagát fújta felénk a szél. Távolról néztük őt, ahogy ki tudja, mikre gondolva állt a semmibe meredve. Az emberektől rettegett, de a többi állatot kihajtva a mezőre, haza tudtuk hozni

Talán sosem fogjuk megérteni, miért kezdett lassan mégis közelebb engedni minket magához. Minden nap egy icipicit közelebb. Egészen addig, amíg már nem volt köztünk egyetlen centi sem. Amíg az orrát végül a mi orrunkhoz érintette. Semmi megfoghatót nem nyert a közelségünkéből. Kapott bőven ételmezt, kényelmes fekhelyet, szabadságot, társakat – mindent megkapott anélkül, hogy a közelünkbe kellett volna jönnie. Miért döntött mégis úgy, hogy megbízik bennünk, annak ellenére, hogy az emberek elképzelhetetlenül kegyetlen dolgokat tettek vele egész életében?

Nem tudjuk. De a helyzet az, hogy idővel nem csak elfogadott, de keresett





minket. Ha bármelyikünk szerinte túl hosszú ideig volt benn a házban, a lábával kopogtatott az ajtón. Szokásává vált, hogy naponta többször ellenőrizze, megvagyunk-e. Utolsó évében még éjszakánként is őrséget állt a verandán. Amíg Chris haza nem jött este, vagy akár másnap reggel, addig ott várt. Csak akkor ment el aludni a saját vackába, amikor Chris hazaérkezett, és Marcy meggyőződhetett róla, hogy mind a ketten épségben vagyunk. Mindig csak várt, anélkül, hogy finom falatokat vagy odafigyelést kért volna. Csak lekövekelte egy sarokban és semmi nem mozdíthatta el őrhelyéről, még a vihar, a hóesés, vagy Plútó, a kutya ugatása sem. Olyan volt, mint egy anya, aki a gyermekére vigyáz. Nem tágított, amíg meg nem bizonyosodott arról, hogy Chris és én jól vagyunk. Azt akarta, hogy éljünk. Féltett minket. Soha nem múltó félelemmel félt, hogy minket is elveszít, ahogy korábbi életében mindenkit, akit szeretett. Minden gyermekét, minden családtagját elveszítette. Eltökélt volt, hogy ez egyszer, életében először: nem hagyja. Őrizte hát a verandát minden éjjel, hogy tudja, mindkét embere él és jól van.

Ez egy egyszerű dolog. Többségünk érti, mit jelent a szeretet. Amit nem értünk, az csak az, hogy hogyan volt Marcy képes megbocsátani a bántalmazóinak annyira, hogy szeretni tudjon hozzájuk hasonló embereket.”

A szöveg nem szó szerinti fordítás, némileg lerövidítettem. Az eredeti angol szöveg itt olvasható: www.peacefulprairie.org/residentMarcie.swf



Amikor ránéztem a karácsonyra kapott gyapjúpulcsira, mindezt ott láttam a minták között. Hiába meleg és egészségesebb, mint a műszál, és nem utolsósorban olyasvalaki adta, akit szeretek – de mindez semmi ahhoz képest, amilyen utat megjárt ez az anyag. Eljön az idő, amikor nem bírod tovább elviselni magad körül ezeket a tárgyakat. Előbb-utóbb minden végén elajándékozta, kidobja, vagy hajléktalanoknak adja a bőr- vagy gyapjúholmikat.

Volt idő, amikor azt gondoltam, annak az állatnak már úgyis mindegy. Akkor legalább hordjuk, hogy ne legyen a szenvedése és halála mégsem hiábavaló. Vajon ugyanezt mondaná-e bárki akkor, ha a cipője kutyabőrből készült volna? S miért esne egy kutya élete és szenvedése nagyobb súllyal latba, mint egy birkáé?





Bőr

Olyan természetes része a mindennapjainknak, hogy fel sem ismerjük: ez egy holttest része. Amikor bőrholmit veszünk, ugyanazon emberek zsebébe tesszük a pénzünket, akik a húst, tejet, tojást gyártották. Minden megvett cipővel az ő tevékenységük válik nyereségesebbé. A pénzünk szavazat és támogatás annak az iparágaknak, ami az állatokat, mint rabszolgákat tartja, használja és öli meg. Ha külföldi honlapokat böngészünk, rengeteg vegán cipős céget vagy divattervezőt találunk. Itthon kissé le vagyunk maradva, úgyhogy hajrá, mutassuk meg, hogy van rá igény.

Erről jut eszembe egy nagyon tanulságos kis történet. Ismerek egy lányt, aki nem csak a bőrholmik viselését, de a bőrbútorokra való leülést is bojkottálja már sok éve. Mikor elsőéves korában az egyetemen egy tekintélyes oktató az irodájában a vizsgán hellyel kínálta a bőrkanapén, kijelentette, hogy nem ül bőrre. Nem tudom, nekem vajon lett volna-e bátorságom erre. Nem valószínű. Hangozhat az ő bojkottja nevetségesnek, vagy éppen túlzásnak, de gondoljunk csak bele: leülnénk egy kutyabőr kanapéra? S vajon kevésbé fáj egy szarvasmarhának a halál?

Azzal, ha vesszük a bátorságot és kiállunk a meggyőződéseink mellett, megadjuk a lehetőséget másoknak, hogy elgondolkodjanak a kérdésen. Talán hülyének néznek majd, de az is lehet, hogy lesz, aki nem. Lehet, hogy lesz, akinek a te helytállásod lesz az első kis „ébredtőcsengő”, amit majd újabbak követnek.

Méz

Bármit is tesz a méhész a termelékenység elősegítése érdekében, azt a profit érdekében, önmaga és családja érdekében teszi. Saját érdekei szerint szaporít és pusztít, s végül: elveszi a mézet. Oké, de miért baj, ha az ember elveszi a mézet?

A méz a természetben a méhek téli tápláléka. Ahogy a mesebeli hangya, ők is egész nyáron gyűjtögetnek, hogy legyen mit enni a télen. A méhészek minden ősszel kiveszik a kaptárból az egész nyár alatt összegyűlt mézet (vagy annak nagy részét) és cukorral helyettesítik. Mivel a méz rengeteg fehérjét, zsírt, ásványi anyagot és vitamint tartalmaz, nehéz elhinni,





hogy a cukor tökéletesen pótolja azt.

Az egyébként öt évet megélő királynőt lecserélik kétévenként. Az új királynőt külön királynő-ellátótól veszik, ahol sok száz más növendék királynővel együtt nevelték művileg. A királynők szállítása rendkívül megterhelő számukra, kíméletlenségében a hosszú távú vágóállat-szállításra hasonlít. A méhkolóniák rutinszerűen kerülnek kettéválasztásra a méhész érdekeinek megfelelően. A gyengébb kolóniák egyesítésénél pedig a gyengébb királynőt megölik. A méheknek természetes szokásuk, hogy halottaikat eltávolítják a kaptárból, amit telente a méhész művi zárja miatt nem tudnak megtenni, ajánlják is a méhész szakirodalmak, hogy telente egy-két alkalommal nyissuk ki a kaptárt, hogy kikotorjuk a felhalmozódott méhtetemetek. A füst, amivel a méhész önvédelmi céllal „nyugtatózza” a méheket, amikor a közvetlen közelükbe kell mennie, kifejezetten káros a méhekre nézve. A kolóniák 10-20%-a elpusztul télen, vagy ha nem, hát elpusztítják, mert termelékenység szempontból így előnyös. A méhkaptárok mérete és főleg formája igen távol áll attól, ami a méhek számára természetes és jó.

Ha megkérdezik, miért nem eszem mézet, ezt szoktam válaszolni: „Ugyanazért, amiért a koldus papírpoharából sem veszem ki az aprót, noha néha jól jönne. Mert nem nekem gyűjtötte.” Mások ugyanerre a kérdésre azt felelik, a méz nem vegán. Mire jön a kérdés: miért nem? A vegánok válasza pedig egy kérdés: miért ne lenne az? Netán mert a méhek nem olyan intelligensek?

James Gould, a Princeton Egyetem ökológiai és evolúciós biológiai szakáról azt írja, hogy a méhek a maguk evolúciós ágának pontosan ugyanúgy a csúcsán vannak, ahogy az ember a magáénak. Az etológusok nagyon érdekes kísérletekkel bizonyították a méhek intellektuális képességeit. Csak egy példa: egy méhkolónia felét egy tóparti etetőhöz, másik felét pedig egy tó közepén levő etetőhöz szoktatták. Volt tehát két csoport a kolónián belül, az egyik ide, a másik oda járt gyűjtögetni. Amikor a táplálék mennyisége az etetőkben nőtt, a méhek táncukkal jelezték a másik csoportnak, hogy jöjjenek oda enni, ahova ők járnak. A tóparti etetőhöz el is ment a másik csapat, de azokra, akik a tó közepébe invitálták a többieket, nem hallgatott senki. A méhek hülyeségnek tartották, hogy virágok nőjenek a tó közepén. Lehet, hogy csak a víz átrepülése zavarta őket? A





kutatók erre megismételték a kísérletet úgy, hogy nem a tó közepére, hanem a tónak a szemközti partjára telepítették a második etetőt. Amikor a fele kolónia táncával azt adta elő, hogy „gyertek, gyertek, a tó másik oldalán van egy csomó kaja”, akkor a csapat másik fele lelkesen repülte át a tavat és ment enni az elmesélt helyre. Magyarán nem csupán felfogják, amit a társaik kommunikálnak, hanem döntést is hoznak magukban arról, hogy hallgassanak-e rá, vagy sem.

Jól szervezett társadalomban élnek a saját szabályaik szerint, és bámulatos módon kommunikálnak egymással. Nem pont úgy, mint mi, de a maguk módján rendkívül intelligens lények.

Vagy inkább az lenne az oka, hogy nem éreznek fájdalmat? Nos, ellentétben a növényekkel, a méheknek fejlett idegrendszerük van, mely az egész testüket behálózza, s ez a rendszer tökéletesen alkalmas a fájdalomingerek továbbítására és feldolgozására. Ellentétben a növényekkel, evolúció során kialakult képességük, hogy el tudnak menekülni a fájdalom elől.

Ahogy Alice Walker megfogalmazta: az állatok saját céljaikért léteznek ezen a földön, nem pedig az emberek céljainak és igényeinek kielégítésére. Ugyanúgy, ahogy a feketék sem a fehérek szolgálatára, és a nők sem a férfiak szolgálatára vannak.

Tisztítószeres és kozmetikumok

A sampon, a szappan, a sminkkészlet, a körömlakk, a mosószer, a mosogatószer, az ablaktisztító stb. mind olyan termék lehet, amit állatok használatával alkottak meg. Gyakran hallunk ma már a sok felesleges állatkísérletről, ami ellen egyre szélesebb körben terjed a tiltakozás. Egyre több állatbaráthoz eljutnak petíciók és az olyan honlapok, ahol az állatkísérlet-mentes márkák listáját találjuk meg. Ebből is látszik, az emberek egyre jobban figyelnek ezekre a dolgokra. Az EU-ban papírforma szerint már tilos kozmetikai célú állatkísérletet végezni. Nem tilos azonban állatokon tesztelt terméket forgalmazni. Így a tesztelni akaró cégek tesztelnek az EU határain kívül fekvő laborokban és minden megye tovább a régiben. Ha valóban olyan termékeket akarsz használni, amihez nem használtak állatokat, akkor azokat a termékeket kell keresned, amiken rajta van a „vegan” címke, ami sokszor egy nagy V betű, néha egy virág és a V betű.





Egyik nap elkísértem egy gyerekkori barátnőmet a drogériába vásárolni. Levett egy sampont a polcról, mire én azt mondtam: „*Ne azt vedd! Vedd inkább ezt! Ezt nem tesztelték állatokon.*” Erre ő elgondolkodott, majd azt mondta: „*Akkor az nem is olyan biztonságos, ugye?*” Ez egy súlyos tévhit. A vegán termékek semmivel nem veszélyesebbek, sőt, általában természetesebb alapanyagokból készültek. Sok közöttük a biokategóriás. Kozmetikumok piacán hatalmas a választék a DM-ekben, Lush üzletekben, bioboltokban. Tisztítószer tekintetében bioboltokban, zöld webshopokban nagyon sok vegán alternatívát találunk. Nem feltétlenül drágábbak, viszont egészen biztos, hogy a vizeinket, vagyis a környezetünket is kevésbé mérgezik. Olcsó és környezetbarát alternatíva például a mosószóda és a szóda bikarbóna.

Társállataink

A minap a kutyámmal betértünk a kedvenc állateledel-üzletünkbe cicakaját venni. A sorban előttünk álló srác három darab egeret kért. Meg se akarta nézni, melyiket kapja. Úgy kérte, ahogy a pékségben kérünk három darab kiflit. Külön erre a célra tartott papírdobozba csomagolták neki. Az eladó úgy adta és ő úgy vette át, mint a csak egy doboz halkaja lett volna. Majdnem. Egy doboz kígyókaja volt.

Elborzasztó volt látni, ahogy kimegy a boltból kezében a dobozzal. Érző, gondolkodó állatokat visz, akiknek a biokémiája és agyi folyamatai rettenetesen hasonlítanak az emberekére, ezért is használják őket olyan gyakran a kutatók. Lehet nem szeretni az egereket, lehet félni tőlük – attól nem lesz rosszabb állatvédő. De úgy kezelni, mintha csak valami erőforrás, valami fogyóeszköz lenne, ez elborzasztó. S ezeknek az egereknek egy olyan kígyó életéért kell meghalnia, aki egész életét valami rettenetesen kicsi üvegalickában tölti, esetleg még elbújni sincs helye, esélye sincs egy normális életre. Ő egy hobbi. A vadonban élve maga vadászná le azt az egeret, aki a legidősebb, legügyetlenebb, esetleg beteg. A vadonban az egér egérhez méltó életet élt volna, mielőtt vacsora válik belőle.

De figyeljünk csak oda! Milyen álszent is vagyok én! Mekkora gerenda lóg ki a szememből, amivel a szálkát méregetem egy másik vevő szemében. Mi vajon mit mentünk venni? Egy jó nagy tál brokkolit? Nem. Macskaeledelt. Csirkéset. Az is élő csirkéből készült, akiket kegyetlenül





öltek meg – jóval kegyetlenebbül, mint ahogy az a kígyó fog végezni azzal a három egérrel.

A társállataink egy része ugyanúgy részt vesz az állatok tárgyiasított használatában, mint húsevő rokonaink vagy barátaink. Számukra sem természetes és egészséges hormonokkal és antibiotikumokkal telenyomott állatgyárakból származó húst enni. De nekik nincs választásuk, azt eszik, amit leteszünk eléjük.

Jó ideje vegán voltam már, mikor hallottam róla, hogy a kutyák is tökéletesen egészségesen élédegélnek a növényi tápon. Ott van rögtön Bramble (Szeder), a border collie, aki a maga 27 évével 2002-ben a Guinness Rekordok Könyve szerint a világ legidősebb kutyája volt. Ez nem volt véletlen, ő is vegán kutya volt, főként lencsét, rizst, és zöldségeket evett – akárcsak az én három kutyám. Mikor elkezdtem utánajárni, kiderült, hogy világszerte sok ezer vegán kutya él. Külön fórumok szólnak a vegán gazdiknak, akik erre is odafigyelnek. Félve, aggódva, de elkezdtem én is először a Yarra cégétől rendelt, aztán otthon főzött vegán vacsorával kínálni három szeretett kutyatársamat. Az első meglepetés az volt, hogy nagyon ízlett nekik. A második a bundájuk, ami egy hónapon belül sokkal fényesebb lett, mint annak előtte volt. S a harmadik – a nagy megnyugvás – a tökéletes vérkép volt mindhármuknál jó egy éves vegán táplálás után. Mostanra megnyugodtam, s magabiztosan etetem őket vegán táppal, ahogy sok ismerősöm is. Azt viszont a mai napig nem sikerült teljesen feldolgozni, amit más állatvédőktől kaptam ezért. Állatkínzónak minősítettek és feljelentéssel fenyegetőztek. Vannak, akik szerint csak az az állat, aki ugat vagy nyávog, és ez nagyon szomorú. Mivel társállataink valóban vérszomjas ragadozókból váltak a mi okos, kedves barátainkká, valóban támadhatatlan az az érvelés, hogy nekik a hús a természetes táplálék. De ha mind élvezeti, mind egészségi szempontból meg tudjuk nekik adni, amire szükségük van pusztán növényi alapanyagokból, akkor miért ne tennék?

Ők a társaink. Miért ne kísérenének el minket evolúciós utunk ezen nemes lépcsőfokán? Annyi mindenben velünk tartottak, noha számukra nem volt természetes, miért pont ebben ne tennék?

Vegán kutyaeledelt lehet venni, nem drágább, mint más jó minőségű tápok. A kutyáknak semmi baja nem lesz a vegán étrendtől, sőt. Allergiás kutyáknak az állatorvosok már jó ideje ajánlják. Főzni sem nehéz





vagy drága. Mind a bevásárlás, mind a főzés, mind a felszolgálás jóval kellemesebb, gusztusosabb számomra is, mint amikor még húst főztem nekik. Csont és bőr ropi helyett szuper növényi fogtisztító rágcsák lepik el mostanában az állateledelesek pultjait.

Vegán macskatáp legjobb tudomásom szerint még nem kapható Magyarországon (írom ezt 2015 júliusában). Külföldről lehet rendelni, barátokkal összefogva mi is rendeltünk. Tíz cicából nyolc örömmel fogyasztja.

Mondhatja bárki, hogy ez nem természetes. A szokványos tápok sem azok. A természetes az lenne, ha vadásznának maguknak az erdőben. Ez nyilvánvalóan nem opció. Amit a kutya- és cicatartók többsége ad az állatainak, az a vágóhídon leselejtezett, legolcsóbb, legsilányabb minőségű holttest. Beteg, sérült állatok, s azoknak is a legkevésbé keresett testrészeik. Antibiotikumokkal és hormonokkal telenyomva. Nem meglepő ezek után, hogy a különböző allergiás és daganatos megbetegedések, a vese-, csont- és szívproblémák a kutyáknál és cicáknál éppen úgy összefüggenek a hús fogyasztással, ahogy az embereknél is, s ezt komoly kutatások bizonyítják.

James Peden: *Vegetarian cats & dogs* című könyvében részletesen kifejti a témát, s arról is rengeteget ír, hogyan kell úgy összeállítani egy vegán étrendet, hogy az egészséges legyen. Kutyáknál például különösen oda kell figyelni a kalciumra, taurinra és L-karnitinra, cicáknál az A-vitaminra és szintén a taurinra. Szándékosan nem írok részletesebben, mert nem szeretném, ha bárki, elolvassván ezt a fejezetet, máris felkészültnek érezné magát arra, hogy otthon összeállított vegán étrendre állítsa át barátait. Ez az a része a vegán életmódnak, amiben kutyakötelességünk előtte alaposan tájékozódni! James Peden könyve megrendelhető interneten, az Amazon oldalán már a 3. kiadást reklámozzák. S íme, néhány honlap, ami kezdetnek jó:

- www.veganvet.net (Armaiti May vegán állatorvos oldala)
- www.vegetariandogs.com
- www.vegepet.com
- www.veggiepets.com
- www.veganpet.co.nz
- www.petfoodshop.com
- ww.v-dog.com
- www.thevegantruth.blogspot.hu
- facebook: „Vegan Dog Nutrition” csoport és „A vegetáriánus kutya” csoport





Nem vagy egyedül!

Egy kicsi királyságban van egy kút, mindenki onnan viszi haza az ivóvizet minden nap. Ám egyik éjjel egy gonosz varázsló mérget önt a kútba. Nem halálos mérget, csak olyat, amitől megbolondulnak az emberek. Viszont mivel a kis királyság minden lakója nagyjából egy időben viszi haza a vizet reggel, nem tűnik fel senkinek, hogy megbolondultak. Mindenki egyformán bolond. Halandzsa nyelvet beszélnek, irracionálisan viselkednek. Azonban egyvalaki nem volt épp otthon, amikor mindez történt, s mikor hosszú útrjáról hazaér, döbbenet veszi észre, hogy mindenki megbolondult. S ami még sokkal rosszabb: mindenki azt hiszi, hogy ő a bolond. Hiszen másképp beszél, másképp viselkedik, mint a többiek. Vagyis másképp, mint ami normális. Mert mit is jelent az, hogy normális? Azt, amit a többség annak tart. Ha halandzsa nyelven beszél a többség és irracionálisan viselkedik, akkor az a normális. Itt áll tehát ez a szegény szerencsétlen utazó az otthonában, a családjá és a barátai között, látja, hogy azok bolondok, s közben őt nézi mindenki bolondnak.

Valami ilyesmire számíthat mindenki, aki vegán életmódra adja a fejét. A bátorságot, hogy mertél szembenézni a valósággal és szembemenni a megszokással, nem jutalmazza elismeréssel a társadalom. Mégis van két nagy előnyünk a mesebeli utazóval szemben. Az egyik, hogy ebből az örületségből fel lehet gyógyulni. Te magad vagy rá a legközelebbi példa. Ha neked sikerült és neked is sikerült, akkor másoknak miért ne sikerülne? A másik nagy előnyünk pedig, hogy nem vagyunk egyedül! Az interneten ma már szerencsére könnyen találsz vegán közösségeket. Ha beszélsz angolul, könnyebb dolgod van, de ha nem, ma már magyarul is van több vegán csoport például a Facebookon is. Budapesten pedig már több mint egy éve rendszeresen rendezünk vegán filmklubokat és piknikeket, amiken találkozunk, segítjük, meghallgatjuk, támogatjuk egymást.

Vegánnak lenni nem nagy vicc. De a világ szemében még többnyire az: csak egy vicc. Úgyhogy jó néha, ha összejössz olyanokkal, akik közül nem lógsz ki, és akik átélik ugyanazt, amit te. Könnyebb úgy úszni az árral szemben, ha mások is vannak melletted.





Talán igazam van, talán nem, de azt hiszem, sokan már régen vegánok lennének, ha ez nem számítana különtségnek, ha nem indítana el gúnyos kérdéseket, ha nem igényelne az egész árral szemben úszás egy jó adag elszántságot és magabiztosságot. Nem mindenki szeret külön lenni. Nem mindenki tud vitatkozni a hangosabb emberekkel. Ezért is jó, hogy segítünk egymásnak! Néha nem csak kötözködő és okoskodó embertársainkkal kell szembenéznünk, hanem kifejezetten agresszív, lenéző verbális támadásokkal. Gondolod, hogy a növények nem éreznek? Gondolod, hogy a salátaföldön egy bogár sem halt meg? Gondolod, hogy az úton egy hangyát sem taposol el? Támadnak, mert védekeznek. Vitába szállni talán érdemes, talán nem, a magam részéről inkább kerülöm. Ha úgy érezzük, mondanunk kell valamit, nyugodtan emlékeztessük őket arra, hogy vegánként nem azt állítjuk, hogy minden szenvedéstől függetleníteni tudjuk magunkat. Nem is ringatjuk magunkat ilyen illúziókban. Pusztán van egy nagyon komoly elvünk, a nem ártás, amit annyira valószínűsítek meg, amennyire csak képesek vagyunk rá. Erőnk és lehetőségeink határáig igyekszünk a lehető legkevesebb szenvedést és pusztulást okozni.

Egyszóval sokan nem értenek minket, és néhányan kötözködnek is. Erről hosszan lehetne panaszkodni, ahogy néha szoktunk is, mert jó érzés, hogy van, akinek elmondhatod és megért. De igazából nagyon jó helyzetben vagyunk. Sokkal jobb helyzetben, mint elődeink. Manapság például senkit nem szokás máglyára küldeni azért, mert kimondja az igazságot. Giordano Bruno, aki váltig állította, hogy a Föld márpedig a Nap körül kering, bizony máglyán végezte. Ő is olyan, mint az utazó, aki nem ivott a vízből: rájött, hogy amit mindenki más mond, az hülyeség. Nem tartotta magában és az életével fizetett érte. Ma milliárdok fizetnek az életükkel az emberek hülyeségeért. Több mint 54 milliárdan évente. Állatok. De nem mi. Minket nem ölnek vagy vernek meg, ha kimondjuk az igazságot, legfeljebb egy kicsit kinevetnek, megaláznak, lehülyéznak, de valójában ez semmi. Minden igazság elismerése előtt nevetség tárgya és mi ez a kis kellemetlenség ahhoz képest, ami ellen küzdünk?





Nyugis válaszok hülye kérdésekre

Amikor még „újszülött vegán” voltam, sokszor felkaptam a vizet egy-egy kérdésnél, amiket néha piszkálódásnak szántak, néha nem. Később azt figyeltem meg magamon, hogy minél jobban átlátom a dolgokat és meg tudom fogalmazni az egyszerű, érthető választ a kérdésekre, annál kevésbé leszek ideges. Akár piszkálódás, akár őszinte érdeklődés (sokszor nehéz eldönteni, melyik), igyekszem röviden válaszolni és közölni a kérdezővel, hogy ha tényleg érdekli a téma, akkor utána tud olvasni az adott kérdésnek itt és itt. Igyekszem, hogy ne bántsam meg a kérdezőt, akkor sem, ha tényleg nagyon nagy butaságokat mond vagy ír. Ma már azt sem szégyellem többször hangsúlyozni, hogy „nem azért írom/mondom, hogy bántsalak” vagy hogy „nem tartom lenézendőnek azt, hogy te...”. Ezek maguktól értetődőek számomra, de aki csak egy Facebook-profillal beszélget egy nyilvános oldalon, vagy egy idegennel az utcán, annak egyáltalán nem alap. Nagyon jó érzés, mikor az ember nyugodtan, magabiztosan tud reagálni, azt sugallva, hogy „oké, értelek, nem először hallom a kérdést, van rá őszinte és átgondolt válaszom, tessék, itt van, egyszerű”, és így a társalgás folytatható. Szerintem nem feladatunk egy-két mondattal vagy akár egy-két beszélgetéssel meggyőzni embereket. „Csak” elindítjuk vagy tovább segítjük a maga útján a vegán életmód felé.

A kérdéseket szándékosan kijelentő formában írom most, mert sajnos legtöbbször így találkozunk velük (mindenki nagyon ért ezekhez a dolgokhoz mostanában...). Megpróbálom összeszedni a leggyakoribb gyöngyszemeket és megírni hozzá azt a választ, amit egy jó pillanatomban adnék.

„De hát a hús/tej/tojás az kell!”

Igen, megértem, hogy ezt gondolod, mert korábban én is így tudtam, mivel a tanárok, a legtöbb orvos és a családom is ezt mondta. De ez nem így van. Nagyon sok megbízható forrással alá tudom támasztani (pl.: Kína-tanulmány). A helyzet az, hogy nincs olyan nekünk kellő tápanyag az állati eredetű termékekben, ami a növényi étrendben ne lenne benne. A szükséges fehérjék, ásványi anyagok, vitaminok, zsírsavak mind benne





vannak a növényekben is. Ha ez nem így lenne, akkor nem lenne a világon sok százezer egészséges vegán, sőt, egészséges vegán kisbabák, kisgyerekek és egyre több vegán élsportoló. Valójában nagyon sokan éppen azért térnek át a növényi étrendre, mert egészségesebb.

„Na de az oroszlán is megeszi a gazellát. Magyarázd el neki, hogy holnaptól egyen füvet!”

Egyrészt az oroszlán és az ember nem ugyanaz a kategória. Mi nem vagyunk ragadozó állatok. Nekünk nem létszükségletünk állatok elfogyasztása, sőt, számunkra ez egészségtelen, mert nem erre lett kitalálva a szervezetünk (tudom, hogy ez ellenkezik azzal, amit az iskolában tanultál, vagy amit az orvosaid mondanak, de hitelt érdemlően alá tudom támasztani). Az oroszlánnak nincs szabad választása, muszáj vadásznia. Nekünk megvan a lehetőségünk, hogy eldöntsük, akarunk-e életvitelünkkel hozzájárulni állatok megöléséhez vagy sem.

Másrészt a vadászat és az állattartás sem ugyanaz a kategória. Az oroszlán vadászata a természet része és összehasonlíthatatlanul humánusabb, mint az emberek állattartása, ami ott kezdődik, hogy megfosztjuk a szabadságuktól az állatokat; brutális módon csonkítjuk őket (herélés, csőrconkolás, szarvvágás érzéstelenítés nélkül) és elképesztő kegyetlenséggel öljük meg őket – mindezt irtatlan mennyiségben.

„De hát az állat azért van!”

Úgy gondolom, hogy mindannyian önmagunkért vagyunk, vagy esetleg saját döntésünk alapján a szeretteinkért, céljainkért. De senki nem azért van, hogy mások őt használják. Tény, hogy az állatok emberi mércével mérve nem olyan intelligensek, de ettől még nincs jogunk őket fogságban tartani, elvenni az életüket. Az, hogy a jelenlegi jogrendszer mindezeket lehetővé teszi, pont olyan hiba, mint ahogy hiba volt színes bőrű embereket rabszolgasorban tartani, vagy nem adni szavazati jogot nőknek.





„De a tejhez nem kell megölni az állatokat.”

Valójában de. A tehenek borjait például, akik évente születnek, különben nem lenne folyamatos tejtermelése a tehennek, többnyire vágóhídra küldik, kivéve azt a pár lány borjút, akiből tejelő tehenet csinálnak. Valamint az amúgy 20 évet is megélő tehénkéket még a legjobb esetben is 10 évesen küldik vágóhídra, de nagyüzemekben inkább 4-5 évesen, amikor már nem profitábilisak. De az igazi válaszom erre a kérdésre az, hogy végként nemcsak az állatok megölését ellenzem, hanem a fogva tartásukat is, a csonkításukat, és egyáltalán: a használatukat. A tej nem értünk van, hanem a tehenek utódaiért. Az állatok nem értünk vannak.

„De a növények is éreznek.”

Hogy mit és mennyit éreznek a növények, nem tudom biztosan. Személy szerint imádom a növényeket, főleg a fákat. Azt viszont tudom, hogy ha állati termékeket eszem, azzal jóval több növényt és emellett természetesen állatot ölök meg. Míg ha csak magát a növényt esszük meg, kevesebb növény halálát okozzuk. Emellett vegán mezőgazdasági termeléssel jóval kevesebb termőföldre van szükség, így az emberiség vissza tud adni területeket a természetnek, ahol növények és állatok szabadon élhetnek.

„Jó, lehet, hogy igazad van, de én sosem tudnék lemondani a húsról, a tejről stb.”

Megértelek. Nemrég találkoztam egy egyetemi évfolyamtársammal, akivel sok éve nem beszélünk. Azt kérdezte: „Hogy állsz a hússal?” Mert emlékezett rá, hogy vege akartam lenni és próbálkoztam, de sehogy se ment. Jó volt ezt hallani, mert én már el is felejtettem, hogy ez valaha nehez volt. Nehéznek tűnt, de idővel sikerült és mára el is felejtettem, hogy nehezen ment. Erről ennyit. Ha akarsz valamit, ha jó okod van rá, akkor meg tudod csinálni. Pláne most, hogy egyre több vegán étterem van és a boltokban is egyre több vegán termék. Régen nekem fogalmam sem volt róla, hogy mit ehetnék, ha nem a szokott ételeket. Pedig mennyi minden van! Barátaimmal kéthetente csinálunk kezdő vegán klubot, ahova minden érdeklődőt szeretettel látunk és az a célunk, hogy segítsünk annak,





akinek az átállás nehézségeket okoz. Van már sok főzőtanfolyam is és egy kezdő vegánok segítésére szakosodott szuper oldal is:

www.veganinja.com

„Lehet, hogy mindebben igazad van. De semmi értelme. A világ sosem lesz vegán.”

Hát, azt majd meglátjuk. Maradjunk abban, hogy te sem tudod biztosra, meg én sem. Mindenesetre én megteszem, ami csak tőlem telik és egyre többen gondolkoznak hozzám hasonlóan. Az hogy a világ milyen irányba változik, az embereken múlik, többek között rajtad és rajtam. Meglepődnél, ha tudnád, milyen iramban terjed a vegán életmód!

*„Számталanszor valósultak már meg olyan dolgok,
amikről az korábban elképzelhetetlen volt.”*

Joanna Lucas, a Peaceful Prairie vegán állatmenhely egyik alapítója

Szeretettel kommunikálni

Semmi értelmét nem látom annak, amikor vegánok más embereket verbálisan támadnak azért, mert azok (még) nem vegánok. A támadás védekezést szül. A védekezés pedig egy nagyon zárt tudatállapot – ha lehet így nevezni. Nekünk pedig pont nyitottságra van szükségünk, hogy az érveink meghallgatásra találjanak. Támadással téríteni olyan, mintha jól pofon vágnánk valakit, mielőtt össze akarunk vele ölelkezni. Nem ésszerű. Elítélhetünk cselekedeteket, de a cselekedet nem egyenlő az emberrel. Az ember képes változni. Képes belátni dolgokat. De nem attól, ha bántják.

Faramuci helyzet ez, mert nem szeretnénk, ha igaz lenne ránk, amit Babits mondott: *„Vétkesek közt cinkos, aki néma”*. Nem akarjuk azt kommunikálni, hogy oké állatokat használni, és tény, hogy amikor nem vegánokkal beszélgetünk és elfogadással fordulunk feléjük, azt így is lehet





értelmezni. Nem állítom, hogy tudom, mi a jó megoldás. Csak azt, hogy az erőszakos kommunikáció egészen biztos, hogy nem az. Nem elégedhetünk meg ezzel, keresnünk kell a jó megoldást.

Támadni mindig sokkal könnyebb, mint megtalálni a közös hangot. Ez utóbbi tényleg nem könnyű! Nem könnyű ítékezés nélkül beszélni arról, amiben mindenki érintett, és amiért mindenki felelős. Mégis meg kell próbálnunk. Információt adunk azoknak, akik nyitottak rá. Elmeséljük őszintén a saját élményeinket. Megosztunk filmeket, cikkeket, képeket. Példát mutatunk a saját életünkkel. Bízunk benne, hogy egy nap mindenki életében eljön a pont, amikor nyitott lesz, és akkor ott leszünk és elmondjuk, segítünk. Annyi minden van, amit tehetünk. Ha valóban aktívak vagyunk, igazából időnk sincs gyűlölködésre és nem is vagyunk olyan elkeseredettek, hogy másokra kelljen köpködnünk.

„A kétségbeesés legjobb ellenszere a cselekvés.”

(Joan Baez)

Azt gondolom, akkor fordulunk az erőszakhoz, amikor elkeseredettek vagyunk, amikor már nem hiszünk a megoldás létezésében, csak átjár a düh és robbanunk. Kétségbeesettek vagyunk és azt hisszük, sose lesz vége ennek a vérengzésnek, aminek tanúi vagyunk. De vége lesz! Igazunk van, és ezt be fogják látni. Mindenkinek, aki kétségbeesik, azt javaslom, tegyen valamit! Vigyen szórólapokat bioboltokba, írjon blogot, főzzön vegán vacsit ismerőseinek, osszon meg vegán előadásokat, szerkesszen receptblogot, Facebook-oldalt, menjen el menhelyre segíteni, jelentkezzen önkéntesnek, segítsen! Mert rajtunk múlik, milyen irányba változik a világ.

Lesz-e valaha vegán a világ?

Megrázó volt, amit a minap olvastam Semmelweis Ignác haláláról. Ő volt az, aki „feltalálta”, hogy a szemmel nem látható kórokozók miatt kezét kell mosni boncolás és szülések levezetés között. Azt hittem, ezért





minimum Nobel-díjat kapott annak idején. De nem. Elmegegyintézetbe zárták és szökési kísérletének retorziójába belehalt (vagyis agyonverték). Nem tetszett a dokiknak, amit hangoztatott. De halála után pár évvel Pasteur megjelentette korszakzáró eredményeit a bacilusok létezéséről, amivel lényegében ugyanazt mondta, mint Semmelweis. Előbb vagy utóbb mindig eljön az idő, amikor már nem lehet tovább takargatni a tényeket.

S hogy lesz-e egyszer vegán a világ? Az őszinte válaszom: nem tudom. Ha azt mondd, *képtelenség*, azt mondom: nem tudhatod. Sem az igében, sem a nemben nem lehetünk száz százalékig biztosak. Meglátjuk. Egy dolog tudni és egy másik dolog hinni. Hiszem, hogy lehetséges és igyekszem erősíteni a hitem. Mert amit hiszel, azt teremted meg magad körül. Tegyük fel, hogy egy volt osztálytársad beszél egy általad megosztott vegán propaganda képre. Két lehetőség van, és hogy melyiket választod, nagyban függ attól, hogy el tudod-e hinni, hogy ő egyszer vegán lesz. Ha úgy tekintesz rá, mint ellenségre, aki reménytelen, aki naponta gyilkolja az állatokat és ezen soha nem is fog változtatni, akkor nem csodálom, hogy durván visszaszólsz. Vitába keveredtek és a vita végén mindkét fél még jobban meg lesz győződve a maga igazáról, mint annak előtte. Ha viszont el tudod hinni, hogy egy nap ő is leszokik az állathasználatról, ahogyan te is tetted (talán nem is olyan régen), akkor megértőbb, türelmesebb leszel vele. Talán elhívod egy hambira a Kozmoszba, ahol egy gyenge pillanatában zsebre vág egy vegán állatvédelem szórólapot és a végén azon kapod magad, hogy még ő fog beszólni neked, hogy miért nem vegán még a kutyád.

Nagyon könnyű elkeseredni és azt mondani, hogy a világ úgy rossz, ahogy van, az emberi faj egy rémálom és az egyetlen reménye a természetnek, hogy esetleg kihalunk. Nagyon-nagyon könnyű ezt mondani és átadni magad az édes-keserű nihilizmusnak. Ha így állunk hozzá, akkor valóban semmi esély és nem is fogjuk tőle jobba érezni magunkat.

Van esély az állathasználat megszüntetésére. De csak akkor, ha csinálunk! Valamihez mindenkinek van tehetsége. Lehet például finom ételeket főzni másoknak, receptblogot szerkeszteni, fotózni, pólókat gyártani, találkozókát szervezni, filmeket feliratozni, kimagaslóan sportolni, recep-





teket fordítani, könyvet fordítani, segíteni a kezdő vegánokat, blogot írni, előadásokat szervezni vagy tartani egyetemeken, középiskolákban, jótékonyági koncertet szervezni, vállalkozást indítani, menhelyen segíteni, barátokkal beszélgetni, könyveket kölcsön adni, szórólapot szerkeszteni, nyomtatni, kitenni ide-oda, eljönni velünk vegán infóasztalozni vásárnaponként... és még biztos van egy csomó, ami nem jutott eszembe. Ha mindannyian hozzáteszük a magunk kis aktivizmusát, akkor azt hiszem: igen. Lesz egyszer vegán az egész világ!





8. Az állatvédelem pszichológiája

Tartok tőle, hogy ez a fejezet meglehetősen unalmasra sikeredett. Ha így van, annak csupán az az oka, hogy eredetileg pszichológusként végeztem, s tanulmányaim vége felé már igencsak untam a pszichológiát. Ez lehet az oka, ha erről nem tudok olyan lelkesedéssel írni. Mégis bekerült a könyvbe, mert bízom benne, hogy hasznos kiindulási alap azoknak, akik szeretnék megérteni, miért tesszük, amit teszünk. A megértés talán csökkentheti a dühöt, az indulatokat, s tiszta fejjel, józanul tudunk felszólalni azokért, akik nem tudják megvédeni magukat.

Állatkínzók vizsgálata és kezelése

„Az állatkínzás olyan társadalmilag nem elfogadott viselkedés, mely egy állatnak szándékosan okoz szükségtelen fájdalmat, szenvedést, stresszt vagy halált.”

(Ascione, 2001)

Az állatkínzásról szóló szakirodalom – főként azért, hogy komolyan vegyék – újra és újra hangoztatja az összefüggést az állatok és emberek bántalmazása között. Rengeteg helyről lehetne idézni ezt alátámasztó adatot. Csak egy példa: a Massachusettsi Egyetem kutatói szerint az állatokat bántalmazó emberek esetében ötször olyan valószínű, hogy emberek ellen is bünteteket követnek el, mint az állatokat nem bántalmazók esetében. Mi tudjuk, hogy az állatkínzás kérdése nem ezért érdemel hatalmas figyelmet. El kell ismernünk viszont: azzal, hogy kimutatták a kapcsolatot állatok és emberek bántalmazása között, nagyban segítettek, hogy sokkal több kutatás és szakkikk lásson napvilágot állatkínzás témában.





Tehát aki állatokat bánt, előbb-utóbb nagy valószínűséggel embereket is bántani fog. Az állatkínzást egyéb bűncselekmények követik. Ez következik az állatkínzás után. De mi történt előtte? Honnan jöttek ezek a szörnyetegek (akik sok esetben gyerekek)?

Az állatkínzó gyerekeket és felnőtteket vizsgáló pszichológusok négy olyan életkörülményeikre jellemző tényezőt találtak, amik bizonyítottan valószínűsítik az állatok bántalmazását:

- a családban a testi fenytés elfogadott és szokványos
- fizikai bántalmazás
- szexuális bántalmazás
- családon belüli erőszak

Kicsit leegyszerűsítve azt mondhatjuk: többnyire olyan emberek válnak állatkínzóvá, akik maguk egykor áldozatok voltak. Az állatkínzók durván 30-40%-a volt gyermekkorában szexuálisan bántalmazva, esetleg gyermekpornóban való részvételre kényszerítve. Az ilyen fokú traumák esetén törvényszerű, hogy a lelki működés torzul, s ennek számos megnyilvánulása közül egy az állatok bántalmazása. Ebből fakad, hogy a büntetés – legyen bármilyen súlyos is – nem megoldás ezekkel az emberekkel szemben. A megoldás a kezelés. De ne szaladjunk még előre. Van még néhány értékes megfigyelés, amiket pszichológusok halmoztak fel a témával kapcsolatban.

Egy Loeber nevű pszichiáter 1993-ban azt találta, hogy az állatkínzást elkövető 7-12 éves fiúk 40%-a oppozíciós zavar (ODD) nevű kórképpel diagnosztizálható (ennek jelentése: tartósan negatív, ellenséges, támadó, provokatív és indulatos viselkedés), 38%-uk pedig kóros agresszióval járó viselkedési zavarral (melynek jelentése: az életkornak megfelelőitől eltérő, a környezet elvárásaival feltűnő mértékben ütköző viselkedés). Az állatkínzás – a lélekgyógyászat aktuális álláspontja szerint – ezen zavarok egyik első tünete.





Ascione, Thompson és Black 1997-ben állatkínzást elkövető gyerekek vizsgálata alapján listát készített a viselkedés háttérben meghúzódó motívumokról:

- kíváncsiság vagy kísérletezés
- kortársak nyomása
- unalom vagy depresszió
- szexuális kielégülés
- külső kényszer (pl.: bántalmazó szülő kényszeríti)
- fóbiás félelem egy állattól
- a gyermek azonosulása egy őt bántalmazó másik emberrel
- saját élmények poszttraumás újraélése
- utánzás
- erőszak, agresszió próbálgatása, gyakorlása
- eszköz más emberek (pl.: testvérek) érzelmi bántalmazásához

Több kutató a gyermek- és kamasz korban megjelenő állatkínzást a gyújtogatáshoz tartja hasonlóknak. Erre alapozva Ascione hasznosnak tartja, ha a gyújtogató gyerekeket hatékonyan három csoportba soroló kategóriarendszert az állatkínzó gyerekekre is adaptáljuk.

Háromféle gyújtogató:

- kíváncsiságból gyújtogató: itt az ok a tájékozatlanság, a szülői gondatlanság
- segélykérő gyújtogató: itt a gyújtogatás komoly pszichológiai kórképek tüneteként jelenik meg
- bűnöző gyújtogató: kamaszkori antiszociális viselkedés, főleg csoportban

Háromféle állatbántalmazó:

- kíváncsiságból/kísérletezésből: főleg ovis vagy kisiskolás korban jelenik meg, annak jeleként, hogy a gyereket nem tanították meg, hogyan viszonyuljon az állatokhoz





- patológikus állatkínzás: pszichés zavarok tünete és a háttérben fizikai vagy szexuális bántalmazás áll, vagy családon belüli erőszak
- bűnöző állatkínzás: destruktív és erőszakos cselekvés, alkoholfogyasztással, bandázással függ össze, ám a mögöttes motivációk itt is a gyermekkorban elszenvedett bántalmazásra vezethetőek vissza

Kellert és Felthous nevű kutatók felnőtt állatkínzókkal készített interjúik alapján az alábbi motivációkat írják le a cselekedet mögött:

- kontrollt gyakorolni az állat felett
- bosszút állni az állaton
- egyes fajokkal szembeni előítéletet vagy gyűlöletet kifejezni
- más embereket bántani az állat használatával
- agresszív cselekedetet begyakorolni
- sokkolni az embereket, szórakozásból
- bosszút állni embereken
- szadizmus érzését megtapasztalni

Az állatkínzás minden esetben tünete valamilyen pszichés problémának, ami a legtöbb esetben valamilyen bántalmazásból fakad. Mi, állatvédők, ma Magyarországon hatalmas sikerként ünnepeljük, amikor egy-egy állatkínzót végre sikerül elítélni és pénzbírsággal vagy szabadságvesztéssel sújtani. Örülünk, mert elviselhetetlen volt a tudat, hogy amit tesznek, következmények nélkül megtehetik. Bár a büntetés súlyossága meg sem közelíti a tettek súlyát, mégis: legalább valami – mondjuk. Az igazságérzetünket talán ideig-óráig megnyugtathatja, de a problémát egyetlen büntetés sem oldja meg. Az állatkínzás nem olyasféle bűncselekmény, mint a lopás, hanem sokkal inkább olyan, mint a sorozatgyilkosság, vagyis súlyos és összetett pszichológiai rendellenességek tünete. Megbüntethetjük, de ezzel valójában semmit nem tettünk azért, hogy a jövőben ne folytassa. Maximum majd jobban vigyáz, hogy ne derüljön ki.

Két olyan kutya is tagja a családomnak, akiknek előző tulajdonosai ellen büntető eljárás indult állatkínzás miatt. Egyiküket elítélték, a másik megúszta, de nagy különbség nincs. Mindkettő szabadon távozott és valahol máshol folytatja ugyanazt. Az igazságszolgáltatás elért annyit, hogy a kutyákat elvette tőle és ezzel a lehető legjobbat tette velük. Ám azért semmit nem tett, hogy az állatkínzók ne ártsanak másoknak többé.





2010 óta az USA 27 tagállamában a bíróknak lehetőségük van arra kötelezni az állatkínzást elkövetőket, hogy kezelésre járjanak. Az ASI (Animals & Society Institute – Állatok és Társadalom Intézet) kidolgozott egy AniCare névre keresztelt intervenció programot, mellyel az állatkínzókat kezelik. Ezt 1999-ben indították el. Külön programot dolgoztak ki gyerekek és felnőttek részére. A kezelés hossza a diagnózis súlyosságától függ. Témakörét tekintve azonban alapvetően a következőkről szól a dolog: az elkövetők különböző érzelmi intelligencia tárgykörébe tartozó készségeit fejlesztik, első sorban empátiát, önkontrollt, társas készségeket, önértékelést. Külön említést érdemel ezen programok állatasszisztált terápiával végzett formája, ahol az állatkínzóknak maguk az állatok tanítják a normális állat-ember kapcsolatot – vagyis képzett terápiás kutyák, képzett gazdáik és pszichológus programvezető segítségével. Bámulatos, mennyi szeretetet tudnak a kutyák adni. Teljesen függetlenül attól, hogy valaki megérdemli-e vagy sem. De a lényeg, hogy a szeretet gyógyít. A terápiás kutyák segítenek az elkövetőn és ezáltal mindazokon, akik a jövőben áldozattá váltak volna.

Az elhárítás

A földön elkövetett felfoghatatlan mennyiségű állatkínzás többségének nem csupán két résztvevője van (az állat és kínzója), hanem ott a titkos harmadik: a Megrendelő. Ahogy a bérgyilkos mögött az árnyékban ott áll egy hatalommal bíró névtelen, úgy az állatkínzók mögött is ott állnak rémisztő számban a Megrendelők. A Megrendelő olyan, mint a maffiafehér, akinek soha nem volt és lesz véres a keze. Életem nagy részében magam is Megrendelő voltam. Semmi lenézésre nincs tehát okom azokkal szemben, akik ma még ugyanezt teszik. Mindaz, amit írni fogok, nem vádaskodás. Állatvédőként nem célunk elítélni senkit. Ahhoz, hogy a harag ne vakítson el, meg kell értenünk a Megrendelő viselkedését. Ahhoz, hogy bízni tudjunk az emberek „felébredésében”, fontos, hogy értsük, mi minden rejlik a felszín alatt.





Ha kicsit tudományosabban szeretnénk megfogalmazni, akkor félretehetjük a tetszetős „Megrendelő” címkét és mondhatjuk, hogy van közvetlen és közvetett állatkínzás

Közvetlen állatkínzás az, amit amúgy is annak tartunk, vagyis amikor konkrétan a saját két kezünkkel bántunk egy állatot.

Közvetett állatkínzás az, amikor fogyasztóként támogatjuk, fenntartjuk, lehetővé tesszük az állatok bántását.

Hogy lehetséges, hogy megannyi jó és kedves ember mindennapos viselkedésével fenntart egy hihetetlenül brutális rendszert?

A válasz egyetlen szóban összefoglalható: elhárítás. Az a folyamat, ahogy az ember kiszorítja a gondolatai közül azokat, amik kellemetlenek, amik szorongást keltenek. Magyarán: nem akar tudni róla.

Több különböző kutató különböző irányból közelítette meg a kérdést, ami most következik, az egy kis összefoglaló a szerintem legjobbakból.

Robert J. Lifton alkotta meg a psychic numbing, avagy pszichés bénultság fogalmát 1986-ban, miután olyan náci orvosokkal készített interjúkat, akik aktívan részt vettek a második világháború borzalmaiban. Azért ült le beszélgetni velük, hogy megértse, hogyan lehettek emberek képesek ilyesmire. A következtetése rémisztő. Lifton azt írja, a kegyetlenségre való képességüket nem indokolhatjuk semmiféle pszichés betegséggel. Ezek mind klinikailag egészségesnek, normálisnak számító emberek voltak. Tetteiket, vagyis arra való képességüket, hogy tetteiket véghezvigyék, a pszichés bénultság jelenségével tudjuk magyarázni. Ez lényegében az érzelmek és a gondolatok egymástól való elválasztása. Olyan ez, mintha átmenetileg lefagyasztanánk azokat az idegpályákat, melyek a saját cselekvésünk ellen tiltakozó érzelmeket közvetítenek. Mintha kikapcsolnánk egy vészvillogót. Mintha elvágnánk egy drótot, mely a fékpedált köti a neki megfelelő helyre az autóban. Hiába nyomja a lábunk a féket, az autó ezt nem érzékeli és megy tovább. Szükség esetén az ember tud brutális lenni és nem érezni miatta lelkifurdalást. Természetesen az ember, mint gondolkodó lény, nem teszi meg ezt „csak úgy”. Kell egy ideológia, ami alapján a brutális tett helyesnek minősül. Például bármilyen háborús





ellenség dehumanizálása, vagyis annak elhitése az emberekkel, hogy azok ott a másik oldalon nem olyan emberek, mint mi. Gonoszak, primitívek, buták, bűnösök, értéktelenek vagy kártékonyak. Vagy egyszerűen csak kevésbé fontosak és értékesek. Ugyanezt láttuk az afrikai őslakosok rabszolgáskoránál, vagy az indiánok lemészárolásánál és valami hasonlót látunk – bár ezt már nem Lifton írja – az állatok használatánál. Megvan az ideológia az ember felsőbbrendűségéről, a nemes célokról a kísérleteknél, vagy az egészséges étkezésről a vágóhidaknál. Mindenütt ott az ideológia és ott a psychic numbing, vagyis a pszichés bénultság, ami nem engedi, hogy érezzük, amit normálisan éreznénk az adott helyzetben. Ez egyrészt megjelenik azoknál, akik konkrétan dolgoznak az állatokkal a laborokban, szőrmefarmokon, tejüzemekben és még sorolhatnánk, de ugyanúgy a pszichés bénultság mechanizmusa dolgozik azon sok milliárd ember elméjében is, aki asztalhoz ül, bevásárol, cipőt választ stb.

Elliot Aronson, neves szociálpszichológus úgy értelmezi a pszichés bénultság fogalmát, mint a bennünk feszülő ellentmondás csillapítását vagy elfojtását. Ezt a bennünk feszülő ellentmondást nevezik a pszichológusok kognitív disszonanciának. Ez a bonyolult szó csupán annyit jelent, hogy van a fejünkben két egymásnak ellentmondó információ, ami nyilvánvalóan feszültséget kelt. Jelen esetben például az, hogy a) részt veszünk egy erőszakos cselekedetben és b) hogy jó emberek vagyunk, s mint olyanok, a társadalmi normáknak megfelelően elítéljük az ártatlanokkal, a kiszolgáltatottakkal szembeni kegyetlenkedést. Az ellentmondás lényegében a viselkedésünk és az énképünk között feszül. Senki nem szereti az ilyen ambivalenciát, tehát szabadulni szeretnénk tőle. Első körben két dolgot tehetünk: vagy megváltoztatjuk a viselkedésünket, vagy megváltoztatjuk az énképünket. Tehát vagy felhagyunk az erőszakos viselkedéssel, vagy beismerjük, hogy kegyetlen, erőszakos emberek vagyunk. Az esetek többségében egyik sem tűnik könnyen járható útnak. Az ember azonban találgató állat és kifejlesztett egy halom stratégiát arra, hogy se a viselkedésén, se az énképén ne kelljen változtatnia. Például megmagyarázzuk, miért nincs más választásunk, mások felelősségét hangoztatjuk, hogy a magunké kisebbnek tűnjön, vagy igyekszünk elterelni róla a gondolatainkat, kerüljük mindazt, ami eszünkbe juttathatja stb. Ezeket a módszereket nevezik a pszichológusok én-védő stratégiáknak, vagy más néven elhárító mechanizmusoknak.





Elhárító mechanizmusok alatt Sigmund Freud lánya, Anna Freud az olyan nem tudatos stratégiákat értette, melyekkel a negatív vagy kellemetlen érzelmeiket kezelik az emberek. A teljesség igénye nélkül néhány fontos példa:

- **elfojtás:** a fájdalmas vagy félelmetes tartalmakat kiszorítja a tudatból
- **racionalizáció:** ésszerű érvekkel helyesnek igyekeznek beállítani egy cselekedet
- **reakcióképzés:** úgy rejti el maga elől a valódi érzését, hogy az ellentétébe fordítja és az ellentétes érzést felerősítve éli át
- **projekció:** a kérdéses érzést vagy esetleg egy tulajdonságot felerősített formában valaki másnak tulajdonítja
- **intellektualizáció:** a helyzet szigorúan érzelemmentes, absztrakt felfogása, az érzelmek leválasztása a gondolatokról
- **tagadás:** elutasítja a probléma felismerését
- **áttolás:** az érzés valamilyen más tárgy fele terelődik el

Mit jelent mindez számunkra, akik az állatkínzás megrendelőit, vagyis önmagunkat szeretnénk megérteni?

Elfojtás az is, hogy igyekszünk nem gondolni rá, mit eszünk. Leülünk az asztalhoz és nem gondolunk rá, hogy a tányéron fekvő tárgy egy holttest darabja, amely egy valaha élt érző lény testéből lett kivágva. Elfojtjuk, elnyomjuk, nem gondolunk rá, mert zavaró, kellemetlen lenne.

Racionalizáció az is, ha valaki azokat a táplálkozástudományi tévhiteket hangoztatja, melyek az állati termékek fogyasztását az ember létszükségletének állítják be. Vagy azt mondja, ha nem lennének állatkertek, bizonyos állatfajok kihalnának. Vagy azt mondja, ha nem lenne gyapjúipar, kihalnának a birkák. Logikusnak tűnő racionális érvekkel takarózni: ezt jelenti a racionalizáció. Sajnos a társadalmunkban elterjedt tévhitek és félretájékoztatások ezeket az elhárításokat támogatják.

Reakcióképzés az is, amikor valaki azzal rejti el az állatokkal kapcsolatos együttérzését, hogy éppen az ellenkezőjét hangoztatja. Ezzel nagyon gyakran találkozunk húsevés témájában. Az emberek, különösen az állatokat nagyon szerető emberek hajlamosak hangoztatni, mennyire imádják ezt vagy azt az ételt, képtelenek lennének nélküle élni és nem érdeklődnek, honnan van.





Projekció az is, amikor a saját érzéseit valaki másban véli felfedezni, így például az állatvédőkben a túlzott empátiát gúnyolja, szintén nagyon gyakori.

Itt álljunk meg egy percre! Sokan leállunk vitázni azokkal, akik szerint az állatok használata és megőlése elfogadható dolog. Szerintünk természetesen olyasmi, ami ellen küzdeni kell, szerintük pedig ez az élet rendje. Legalábbis ez a leosztás a vitában. Valójában azonban bennük ugyanúgy ott dolgozik az a bizonyos hang, az empátia hangja, ami utálja a szenvedést, ami együtt szenved az áldozattal. Ott a fejükben az ellentmondás, az ambivalencia. Ha vitatkozni kezdünk, akkor az ellentmondás kikerül a „*saját fejükből*” és máris ott feszül kettőnk között. Te hangoztatod az ellenérveket, ő pedig hangoztatja a mellette szólókat, s teljesen elfelejti, hogy az ellenérvek az ő fejében is ott dolgoztak. Az egész vitát valójában azért kezdte, hogy önmagát meggyőzze, mert elbizonytalanodott. Nem ellened beszél és nem is az állatok ellen. Saját magával vitatkozik. Akkor is, ha gúnyolódik, akkor is, ha téged sérteget. Valójában csak az elhárító mechanizmusait támogatjuk, ha agresszívan vitatkozni kezdünk. Amit ezzel szemben tennünk kell, az az, hogy segítünk az egyénnek felismerni, hogy egy ellentmondás feszül a lelkében. A változás motorja ez a feszültség. A változás belülről indul és azok a bátor emberek járnak az élen, akik merték felismerni: ahogy eddig viselkedtem, azzal meghazudtoltam saját magamat. Nem könnyű úgy kommunikálni, hogy ne az ellenállása erősödjön, nagyon gyakran nem is sikerül, és nincs is rá univerzális recept, de meg kell próbálni.

„Ne legyőzni igyekezd ellenfeleidet, hanem észhez téríteni.”

(Gandhi)

Ez csak néhány példa volt, s most következnek azok a kutatások, amik kifejezetten állatok és állatkínzás témakörében vizsgálták az elhárításokat.

Az egyik a fogyasztók, a másik a gazdasági és kísérleti állatokkal dolgozó emberek elhárító mechanizmusait vizsgálta.





Melanie Joy bostoni pszichológus és állatvédő doktori kutatásában hétköznapi, azaz vegyes táplálkozású emberekkel beszélgetett a húsevésről és azt találta, hogy interjú alanyai számos különböző elhárítást alkalmaztak, amikor a húsevés témája került terítékre. A tény, hogy állatok fogyasztásával azok halálában vesznek részt, konfliktusban állt azzal az alapvető véleményükkel, hogy szükségtelenül szenvedést okozni helytelen (mivel ma már mindenki tudja, hogy milliók élnek hús nélkül, így nehezen tartható az állítás, hogy húsrá szükség van). Ott áll tehát az ember a konfliktussal: jó embernek tartom magam, mégis megeszem az állatokat. A konfliktus enyhítésére használt elhárító technikák előfordulási gyakoriság szerinti sorrendben a következők voltak Joy szerint:

1. Dichotomizáció: azt mondja, vannak ehető és nem ehető állatok.
2. Igazolás: különböző magyarázatokat kreál, pl.: az ember a tápláléklánc tetejére tartozik, vagyis természetes dolog a húsevés; az állatokat, akiket megeszünk, direkt erre a célra tenyésztették, tehát arra valók, hogy megessük őket; az ember évezredek óta eszik állatokat; az evolúció során alakultunk ilyené; az állatok túlszaporodnának, ha nem ennénk meg őket.
3. Disszociáció: kizárja a tudatból a zavaró gondolatokat és érzelmeket. Nem akar rá gondolni, nem akarja érezni. Kerüli például az olyan húsfélét, amin túl nyilvánvalóan látszik, hogy egy állatból származik. Mélyinterjú során azonban rendszerint előkerül a szőnyeg alól a bűntudat és a szegény.
4. Elkerülés: szándékosan kerüli a témában megtalálható információkat. Nem olvas el vagy hallgat meg olyan érvelést, ami az állatok szenvedéséről szól vagy a vegetáriánus életmód egészségességét ecseteli. Ha azt ajánlod, nézzen meg egy vágóhidas felvételt, elutasítja, mert nem akarja elsírni magát.
5. Tagadás: magát az állatkínzás tényét tagadja. Azt állítja, hogy az állatoknak nincsen rossz soruk, például a liba szereti, ha tömik, vagy a vágóhidak ma már humánusan működnek.
6. Objektívizáció: tárgyként tekint az állatokra, mintha azok nem éreznének, vagyis amolyan mozgó zöldségek lennének.
7. Racionalizáció: indokot keres az ellenkező érzéseire, például csak azért undorodik a báránytól, mert egyszer félig nyersen szolgálták fel.
8. Megszokás: rutinná válik a cselekvés, s mint olyan, nem foglalkozik a miértekkel.





Minél okosabb egy ember, annál meggyőzőbben tudja kiszínezni ezeket az alapvetően egy kaptafára készülő torzításokat. Mind arról szól, hogy az ember menekül a saját empátiája elől, menekül az ellentmondás elől. Sajnos a sok elterjedt tévhit miatt bőven van is mire hivatkoznia az embereknek, amikor a viselkedésüket akarják racionalizálni. Az egész állathasználat úgy van kialakítva, hogy segítsen az embereknek nem érezni az ambivalenciát.

A hentesboltok cégtábláján mosolyognak a malacok, soha nem mutatnak vágóhídról készült felvételeket a híradóban, és mind azt tanultunk az iskolában, hogy „a tej élet, erő, egészség”.

Serpell 1999-ben állatvédelmi tanulmánykötetében beszámolt farmerekkel és kísérleti állatokkal dolgozó labortechnikusokkal készített interjúiról. Interjúinak fókuszában az emberek állatokkal kapcsolatos attitűdje állt. Serpell azt találta, hogy mindkét csoport bőséggel használt különböző elhárító mechanizmusokat (pl.: elkerülés, igazolás, racionalizáció, disszociáció, túláltalánosítás és objektivizáció). Ezen mechanizmusok segítségével próbáltak felülemelkedni a belső ambivalencián. Például nem tartották felelősnek magukat az állatoknak okozott szenvedésért, hanem vagy a feletteseiket, vagy a fogyasztókat okolták. Hogy büntudatukat csökkentsék, jellemzően kiválasztottak egy-egy állatot, akivel kivételeztek, jobban bántak és közelebbi kapcsolatba kerültek. Olykor az illető nevet is kapott, az összes többi állatot azonban rendkívül távolságtartóan kezelték. Mindeközben úgy tekintettek önmagukra, mint aki felsőbbrendű célokért teszi, amit tesz.

Az emberi felsőbbrendűség ideológiája

A speciesism (magyarul fajizmus vagy embersovinizmus) fogalmát Richard D. Ryder, brit pszichológus alkotta 1973-ban. Ryder definíciója szerint a speciesism nem más, mint az a széles körben elterjedt diszkrimináció, melyet az ember más fajokkal szemben alkalmaz. Ryder ezt a rasszizmus egy formájának tartja, hiszen akárcsak a rasszizmus ismert





formájában, itt is fizikai tulajdonságaik alapján tulajdonítunk különböző erkölcsi értéket más fajok tagjainak. Akárcsak a diszkrimináció más fajtáinál, ez is alábecsüli a diszkriminált és diszkrimináló közti hasonlóságokat és túlbecsüli a különbségeket. Ryder könyvében kifejti a hasonlóságokat a rabszolgatartás és a zsidóüldözés, valamint speciesism között. David Nilbert 2003-ban a szociológia látókörének kiterjesztéséért emelt szót és szintén a faji és a nemi előítéletekkel állítja párhuzamba a speciesism-et.

Richard Dawkins 2007-ben párhuzamot von a korábbi rasszista attitűdök és előfeltevések, illetve a jelenleg is társadalmi normának tekinthető más fajokkal szembeni diszkrimináció között. Andrea M. Karkowksi 2008-ben megalkotta a Speciesism Scale-t, vagyis egy kérdőívet a más fajokkal szembeni diszkrimináció mérésére. Az emberi felsőbbrendűség ideológiája olyan mélyen beleivódott a mindennapjainkba, hogy a többség teljesen természetesnek és helyénvalónak veszi. Ezek a kutatások arról szólnak, semmivel sem helyénvalóbb dolog valakit értéktelenebbnek tartani magunknál, azért mert nem ember, mint azért, mert nem fehér ember, vagy mert nem férfi. Ugyanerről volt szó az állatok jogairól szóló fejezetben is. Nagyon jó hír, hogy egyre több pszichológus kutatja a témát.

Az erkölcsi fejlődés

Már a fejlődéslélektan nagy öregje, Jean Piaget is nagy érdeklődéssel kutatta az erkölcsi fejlődést, bár ő főként gyerekekben. Az erkölcs fejlődésének három szakaszát különítette el: premorális, heteronóm és autonóm.

Az első szakaszban a gyermek még nem érti, mi helyes és mi helytelen. A második szakaszban aszerint dönti el, hogy mások mit mondanak, vagyis magáévá teszi a társadalmi normákat. A harmadik szakaszban már képes arra, hogy önállóan döntsön róla, mit tart helyesnek és mit helytelennek.

Hasonló eredményekre jutott egy másik nagy pszichológus, Kohlberg, csak ő így nevezte el a szakaszokat: prekonvencionális, konvencionális és posztkonvencionális. Állatvédelmi szempontból az emberek többsége a 2.





szinten áll, vagyis elfogadja a társadalmi normát. Esetünkben a norma kimondja, hogy az ember felsőbbrendű az állatnál, az emberi élet fontosabb. A harmadik szakaszban, ahová Kohlberg szerint az emberek töredéke jut csak el, az egyén túllép a társadalmi konvenciókon, és saját maga dönti el, mit tart helyesnek és helytelennek. Pontosán erre van szüksége annak, aki ki akar szállni a közvetett állatkínzásból: megkérdőjelezni az aktuális társadalmi normát, információkat gyűjteni és meghozni a saját szabályait. Egy olyan társadalomban, ahol az állatkínzás mindennapos rutinnak számít és az ezt igazoló kreált elméleteket tálcán kínálják számunkra már óvodás kortól, nem mindenki jut el magától arra a szintre, hogy fel merje tenni a kérdést: biztos, hogy ez így helyes? Innen nézve az állatvédelem valahol az erkölcsi fejlettség mutatója is.

Innen nézve az erkölcsi fejlettség, úgy tűnik, attól is függ, mennyiben merünk kilógni a sorból. Ezért fontos megemlíteni egy **Ash** nevű pszichológus régi klasszikus kísérletét a konformizmusról. Egy terembe beültetnek tíz embert. Közülük kilenc beavatott személy, egy a kísérleti alany, de ő persze azt hiszi, mind egyformán résztvevők. Bejön a kísérletvezető és felrajzol a táblára két vonalat, egy 30 és egy 50 centiset. Azt kéri, tegye fel a kezét, aki szerint az előbbi a hosszabb. A beépített személyek felteszik a kezüket. Mit tesz a kísérleti személy? Felteszi a kezét.

Az emberek többsége felteszi a kezét. Variálgatták a helyzetet és azt találták, például minél több a beavatott személy, vagy minél kisebb a két vonal közti különbség, annál valószínűbb, hogy a kísérleti alany felteszi a kezét. Nem bízik magában, vagy nem akar kilógni a sorból. Ez a konformizmus. Az emberek többsége nem akar kilógni a sorból. De valakinek mégiscsak el kell kezdeni. Minél többen lógunk ki, annál könnyebb lesz az utánunk jövőknek. S előbb-utóbb megfordul az arány, amint azt az alábbi bájos kis képesség is mutatja.





A változás lélektana

Pszichológiai szempontból nagyon izgalmas kérdés, hogyan válik az egyén képtessé arra, hogy egy világméretű trendnek ellene menjen. Hamilton 1993-ban azt találta, hogy a vegánok eleve nyitottabbak az alternatív, tehát a megszokottól eltérő dolgokra az élet más területein is, ez azonban így önmagában még igen sovány magyarázat volna.

Vegánná válni egy folyamat, egy utazás, ahogy **Barbara McDonald** 1999-ben írta. McDonald vegánokkal készített mélyinterjút arról, náluk hogyan zajlott le ez a folyamat. Kutatása eredményeit Mezirow átalakulási tanulás elméletének kereteibe helyezte. Mezirow szerint mindenféle személyi változásnál, formálódásnál általánosíthatóak a következő lépcsőfokok vagy szakaszok:

1. kiváltó élmény, impulzus vagy dilemma
2. önvizsgálat, addigi előfeltevések kritikus újraértékelése
3. annak felismerése, hogy mások is osztoznak a dilemmában
4. új cselekvési lehetőségek, új szerepek felfedezése
5. új tudásanyag és készségek elsajátítása
6. új szerepek próbálgatása, társas kapcsolatok újraértékelése
7. az új perspektíva integrálása az egyén életébe

A fentiekből és vegánokkal készített mélyinterjúból McDonald az alábbi elemeket azonosította a vegánná válás folyamatának:

1. **Katalitikus élmény**, ami lehet egy film, egy könyv, egy cikk, egy kép, egy beszélgetés vagy egy találkozás egy állattal.
2. **Elfojtás**, ami tarthat pár órán vagy pár éven át is. Ilyenkor az ember megpróbálja elfojtani, amit megtudott, amire rádöbrent és tovább élni az életet a társadalomban uralkodó ideológia szerint.
3. **A szándék** megszületése. Amikor az elfojtás kudarcot vall és az egyén elindul egy másik úton.
4. **Tanulás**, vagyis részben információszerzés az állathasználattal összefüggő környezetpusztításról, éhező emberekről, egyéni egészségről és az állatkínzásról, részben pedig a vegán életmódhoz szükséges tudásanyag és készségek elsajátítása.
5. **Döntés**.
6. **Új világnézet** integrálása a mindennapokba.





A megkérdezett vegánok többsége már előzőleg is nagyon szerette az állatokat és a természetet, de nem foglalkozott a hasonlósággal a saját társállata és az elfogyasztott állatok között. Az állatszeretetük többnyire csak a társállataikra terjedt ki. Mindannyian vegyes táplálkozásúként nőttek fel. Kettőn vegyes táplálkozásúból egyből vegánná váltak, tízen pedig előzőleg vegetáriánusok voltak általában 1-2 évig, néha tovább. Az egyéni történetekben közös, hogy fontos szerepet játszott a vegán irodalom olvasása a folyamat minden szintjén. Általában internetes, ritkábban nyomtatott formában találták meg ezeket az anyagokat. Minden résztvevő történetében fontos lépés volt a társas támogatás megtalálása más vegánok személyében.

McDonald azt vallja, hogy a vegán ismeretterjesztésben tevékenykedőknek nem szabad elkeseredniük, ha ellenállásba ütköznek. Arra kell koncentrálnunk, hogy elveszünk egy magot, ami majd kicsírázik az egyénben, amikor megfelelőek lesznek a körülmények. Nehéz dolog ez, hiszen mi állatvédőként annyi rettentő dologról értesülünk, aminek súlya nyomja a mellkasunkat, hogy egyre csak sürgetnénk a változást, szeretnénk lerombolni az állattartó telepeket és megszüntetni mindezt már holnap, már ma, már tegnap. S mégis türelmesnek lenni? Elfogadni, hogy nem erőltethetünk senkit? Csak ülünk a fenekünkön és türelmesen bánunk az emberekkel, akiknek döntései nyomán ebben a pillanatban is sok százan halnak meg és milliárdok szenvednek? Nem. Nem ülünk tétlenül. Minden erőnkkel keresnünk kell a módját, hogy informáljuk, akit csak lehet és segítsük azokat, akikben már megindult a változás.

Rachel MacNair 2001-ben Barbara McDonald kutatásából indult ki, de több új megállapítással kiegészítette 385 fős kvantitatív és két kis csoportos kvalitatív kutatása alapján. MacNair szerint két fontos része van a vegánná válásnak:

- az elhatározás megszületése
- a vegán életforma megvalósításához szükséges készségek elsajátítása

Ez a két folyamat mindenkinél megtalálható, de különféle sorrendben vagy együttműködésben. Van, aki előbb meghoz egy komoly döntést és csak utána sajátítja el a vegán életmódhoz szükséges tudást és készségeket, van, akinél ez fordítva működik, tehát előbb kezd el ismerkedni például receptekkel, és csak utána köteleződik el. Vannak, akik előbb a





hústól zárkóznak el, aztán tojástól, tejtől és így tovább, vannak, akik más sorrendben, és vannak, akik mindent egyszerre hagynak el. Van, akinél a folyamat része a visszaesés és újrapróbálkozás, mások inkább jó előre felkészülnek, s csak akkor hozzák meg a nagy döntést, amikor már minden készségük kialakult.

Saját kutatásaim

2011-ben 50 vegetáriánus és 50 vegyes táplálkozású felnőttet kérdeztem meg arról, miért az, ami, illetve arról, milyen különbséget lát a tányérjára kerülő, és a tányérjára nem kerülő dolgok között. A vegetáriánusoknak a hús és az egyéb állati eredetű termékek (tej, tojás, méz) közti különbséget kellett meghatározniuk, míg a vegyes táplálkozásúaknak a mi kultúránkban étkezésre használt állatok és társállatok közti különbséget. Ám még mielőtt ebbe belemertünk volna, megkérdeztem mindkét csoportot, mivel magyarázza választott étrendjét.

A leggyakrabban adott indok a vegyes táplálkozásra a megszokás volt: *ezt tanultam, így szocializálódtam, így szoktam meg, így nőtettem fel* stb. Sokan hivatkoztak arra, hogy szeretik a húst. Meglepően kevesen érveltek azzal az igen elterjedt tévhitel, hogy a húsevés az egészség szempontjából elengedhetetlen. Elvértve felmerültek olyan válaszok, hogy idő- és energiaigényes lenne elsajátítani a húsmentes recepteket.

Arra a kérdésre, hogy tulajdonképpen miben is különböznek az elfogyasztott és a társként kezelt állatok, az 50 résztvevő közül egy sem adott valódi választ. Sokkal inkább azt magyarázták, miért is esszük meg azokat, akiket meg szokás enni. A megkérdezettek fele azt írta, csupán a kultúránktól függ, hogy melyik állat melyik csoportba tartozik. A megkérdezettek 20%-a nyíltan kimondta: nincs különbség. További 20%-uk azt írta, hogy az a különbség, hogy a társállatokhoz érzelmi kapcsolat fűz. Tehát tulajdonképpen nem az állatokról írt, hanem a hozzájuk fűződő viszonyunkról.

A vegetáriánusok többsége az állatok iránti szeretetből fakadóan hagyta abba a húsevést, kisebb részük az egészsége vagy a környezetvédelem érdekében. Tehát többségében etikai vegetáriánusokkal volt dolgom, akik szeretik az állatokat és ódzkodnak attól, hogy bármilyen formában részt





vegyenek azok leölésében: „Azért vagyok vegetáriánus, mert nem akarom, hogy miattam megöljenek állatokat.”

Az arra adott válaszaik, hogy miért utasítják el a vegán életmódot, azaz miért fogyasztanak állati eredetű termékeket, jóval nagyobb százalékban alapultak tévhitelen, mint a vegyesek válaszaik arra, hogy miért nem akarnak vegák lenni. A leggyakrabban adott válasz az volt, hogy a húson kívül más állati eredetű termékhez *nem kell ölni*. Elvértve felmerült olyan válasz is, hogy a tej- és tojásipar egy amolyan win-win helyzet, ahol mindkét fél profitál, hiszen a tehénnek fáj, ha nem fejik meg. Jó részük azzal indokolta, hogy a tejtermékek és a tojás szükséges az egészséges élethez. Jelentős részük egyszerűen élvezeti okokból nem kíván lemondani az állati eredetű termékekről. A válaszadók alig több mint egy tizede pedig nehéznek tartja a vegán életmódot.

Az a tévhit, hogy a hús, illetve az egyéb állati eredetű termékek elhagyása káros hatással van az egészségre, nagyjából azonos mértékben jelent meg mindkét csoportban. Ez nem volt meglepő eredmény, hiszen mindannyian azt tanultuk az iskolában és a szüleinktől, hogy fehérje csak állatokban van. Inkább azon csodálkoztam csak, hogy a válaszadók kevesebb mint fele említette csak ezt, mindkét csoportban.

Az élvezeti indoklás („*mert finom*”, „*mert szeretem*”) szintén jelentős volt, de a vegyeseknél kicsivel többször jelent meg. Abban viszont jelentős különbség van, hogy mi a leggyakrabban megjelenő indoklás. A vegyesek a MEGSZOKÁST említik leggyakrabban, ami tulajdonképpen vitathatatlan tény. A vegetáriánusok viszont azt írják, az állati eredetű egyéb termékekért NEM KELL ÖLNI.

A fenti kérdőíves kutatást követően Barbara McDonald nyomdokaiba lépve magam is mélyinterjúba kezdtem. Interjúalanyaim felnőtt, főként huszonéves, felsőfokú végzettséggel rendelkező városi vegetáriánusok voltak.

Hosszan beszélgettünk arról, hogyan s miért lettek vegetáriánusok, de most ezt kihagyva csak arra a kérdésre való válaszaikat szeretném összefoglalni, hogy miért álltak meg a vegetáriánus életmódnál és miért nem léptek tovább a vegán életmód felé?

- 35%-ukban nem merült fel még ez a lehetőség,
- 20%-uk próbálta, de abbahagyta,
- 45%-uk pedig célként tartja számon, de egyelőre túl nehéznek tartja.





Azokat, akikben nem merült fel eddig az, hogy vegánok legyenek, két meglehetősen homogén csoportra lehet osztani:

- Egyik részük azzal magyarázta ezt, hogy a húsiparon kívüli állathasználat nem igazán állatkínzás, azaz messze nem annyira rossz az állatnak, mint az, ha a húsáért megölik.
- Másik részük pedig azért nem gondolt még rá, hogy vegán legyen, mert nem érzi a belső késztetést. Ők kivétel nélkül olyan emberek voltak, akik nem állatvédelmi okokból lettek vegetáriánusok, hanem mert életük egy pontján elkezdtek úgy gondolni, hogy szervezetüknek nem tesz jót a hús, vagy nem kívánják.

Voltak, akik próbáltak már vegán étrenden élni, majd feladták. Többségük csak néhány hónapig próbálkozott, s főleg azért hagyott fel vele, mert leküzdhetetlennek érzékelt nehézségekbe ütközött, például:

„Akkoriban nagyon lefogytam a fehérje- és szénhidrátmentes életmód miatt, ami nem tett jót az önképemnek, viszont jóval több energiám és erőm volt kevés alvásigénnyel. Csak esztétikai okai voltak annak, hogy az ovo-lakto életmód mellett döntöttem.”

A vegetáriánusok közel fele viszont azért nem vegán, mert nehéznek tartja: „Tök jó, amit csinálnak, de nagyon nehéz lehet vegánnak lenni.” Vagy: „Ez egy olyan dolog, amihez nem vagyok elég erős.” Többeknél olyan félelmek merültek fel, hogy idő-, pénz- és energiaigényes. Másoknál a társas támogatás hiánya jelenik meg, mivel sok év alatt kialakult egy toleráns családi légkör, vagy egy vegetáriánus baráti kör, s attól tartanak, ha vegánok lennének, majd hogyan nem előlről kezdenének. „Azt is nehezen fogadta el a családom, hogy nem eszem húst. Ha mást sem ennék, azt már végképp nem tolerálnák.” Volt, akinél csak az információk és hamar elsajátítható készségek hiánya számított akadállynak: „Szeretek főzni és az is egy korlátozás, hogy a húst kiiktassam, de ha még a tejtermékeket is kiiktatom, akkor mi marad?”

A vegetáriánusok egy kis része nyíltan kimondja, hogy büntudata van, vagy, hogy félmegoldásnak tarja a jelenlegi étrendjét. Meglepően sokan átmeneti fázisként tartják számon azt, ahogyan most élnek! Például: „Még nem menne, de törekszem rá.”





Az eddigiek alapján úgy gondolom, nincs olyan visszatartó erő, amit ne lehetne eloszlatni érvek, összefüggések megosztásával, vagy gyakorlati tanácsokkal, segítséggel. Az embereknek első sorban arra van szükségük, hogy rámutassunk, mi a probléma az állathasználattal, majd pedig társas támogatásra és gyakorlati segítségre. Nem csak az elhatározásnak kell megszületnie, hanem utána, vagy akár azzal párhuzamosan át kell alakítani alapvető szokásokat. Ritka, aki minderre egyedül képes, de nem is jár senki egyedül ezen az úton. Tapasztalataim szerint a vegánok többsége lelkesen segít mindenkét, aki a témában tanácsot, segítséget kér. Lásd például a Nem vagy egyedül című fejezetet!





9. A jövő hangjai

Vegán gyerkőcök és kamaszok

Most következnek a kedvenc részem ebben a könyvben: vegán gyerekeket és kamaszokat kérdezgettem. Nagyon lelkesítő velük beszélgetni! Az interjúkat online készítettük, rengeteget gyűjtöttem és ennél jóval hosszabbak is voltak, az alábbiak csak a kedvenc kis részleteim.

Dávid, 7 éves:

Mit jelent az, hogy vegán?

Azt, hogy semmi állatit nem eszünk, még mézet sem.

Mióta vagy vegán?

Ó, már nagyon-nagyon régóta.

Nehéz vegánnak lenni?

Nagyon könnyű. Legalábbis nekem.

Mi a kedvenc ételed?

A zöldségek közül a bab. Gyümölcsökből a dinnye. Csicszeriborsókrém is szeretem. Palacsintát. Azt tudok magam is készíteni.

Hanna, 15:

Mikor lettél vegán?

12 éves koromban.

Nehéz vegánnak lenni?

Nem nehéz, csak akkor rossz, amikor elmegyek iskolai táborba, mert ilyenkor az ottani emberek általában első étkezés alkalmával elfelejtnek és mindig el kell magyarázni nekik, mi is az a vegán, de utána még a furcsa nézésüket is el kell viselni.

Van kedvenc ételed?

Legjobban a lencselevest és a paradicsomos tésztát szeretem.





Kortársaid mit szólnak hozzá, hogy vegán vagy?

Amikor a barátaimmal elmegyünk és beülünk valahova egy sütizésre, akkor én nem nagyon tudok mit enni és ezért általában elkezdenek sajnálni, amit én annyira nem szeretek, mert nem vagyok sajnálatra méltó emiatt. Azt viszont szeretem, ha szóba kerül a vegánság, mert akkor mindig tudok valami érdekeset mondani nekik. Azt viszont már kevésbé, hogyha elkezdünk vitázni erről és van, amikor egyszerre tíz ember érvel a másik oldalon. Szerencsére van egy vegán barátnőm is, így van, aki egyetért velem.

A családod mit szól hozzá, hogy vegán vagy?

A családomba én hoztam be a vegaságot és ezután mindannyian vegánok lettünk egy időre, de most a testvéreim már szinte mindent esznek és anyukám is eszik néha halat, apukám pedig néha sajtot. Csak én maradtam teljesen vegán, de ezt a szüleim elfogadják, hiszen ők is majdnem azok.

Juli, 10:

Mit jelent az, hogy vegán?

Azt, hogy tényleg szeretjük az állatokat és nem használjuk őket.

Miért vagy vegán?

Azért vagyok vegán, mert nem helyes, hogy miattunk bántsák az állatokat.

Mit szólnak az életmódodhoz az iskolatársaid?

Néha cukkolnak vagy vitatkoznak velem.

Mindig vegán leszel?

Igen, örökre.

Mit tanácsolnál azoknak, akik fontolgatják, hogy vegánok legyenek?

Azt, hogy vegyenek zöldségeket és gyümölcsöket, és tanulják meg helyettesíteni a megszokott kajáikat.





Fanni, 18:

Mikor és hogy lettél vegán?

Pár hónappal ezelőtt. Előtte egy évig vegetáriánus voltam. Idén márciusban egy osztálytársam beszélt nekem a tejről, tojásról és egyéb dolgokról, melyekkel kihasználják az állatokat, én meg elszégyelltem magam. Jobban utánanéztam a dolognak és én is vegán lettem.

Nehéz vegánnak lenni?

Ha valaki eldönti, hogy tudatosan akar élni, akkor nem nehéz. Növényekből mindent el lehet készíteni, amire szükség van.

Mi a kedvenc ételed?

A brokkolikréMLEVES!

Van bármi gondod a suliban a vegánság miatt?

A barátaim érdeklődnek és van olyan is, aki tisztel azért, mert vegán vagyok. Egyszer, amikor az osztályfőnökünk be akart vinni a cirkuszba, én és a másik vegán osztálytársam nem engedtük. Amíg a többiek bent voltak, kint sétálgattunk egy parkban.

A szüleid ki vannak békülve a döntéseddel?

Édesapám legbelül tudja, hogy igazam van és gyengébb pillanataiban (egy-két sör után) be is szokta ismerni. Szereti a vegán főztömet. A nagymamám pedig kezd vegán lenni. 67 éves és mióta tényekkel szembesíttettem, próbál mindent vegánul főzni, sütni.

Lili, 13:

Mikor lettél vegán?

Körülemül két hónapja, de az igazat megvallva nem nagyon tartom számon.

Nehéznek érzed?

Ma már egyáltalán nem. Nekem nem hiányoznak a nem vegán élelmiszerek.

A családod elfogadta a döntésed?

Persze, sőt, támogatnak is.





Juci, 4:

Miért vagy vegán?

Mert az állatoknak fáj, ha meg akarjuk őket enni. Nagyon-nagyon fáj nekik, véreznek és meghalnak.

Mit gondolsz, vegán leszel akkor is, ha nagy leszel?

Igen, mert a húst utálok, és a tej a bociknak van.

Melyik a kedvenc éttermed?

A Thai étterem.

Mit tanácsolsz azoknak, akik vegánok szeretnének lenni?

Nem szabad húst enni. Semennyit sem. Legyetek vegánok, ahogy mi is!

Mi a legnehezebb dolog egy vegán életében?

Rendet rakni a szobámban.





Egykor ők is vegán gyerkőcök voltak

Hiába a rengeteg egészséges vegán gyerkőc és tizenéves, ettől még mindig mondhatják nekünk szkeptikus embertársaink, hogy ezek a szerencsétlenek csak a szüleik áldozatai, s majd felnőtt korukban „*kijön rajtuk a hatása*” vagy „*tuti nem lehet így rendesen felnőni!*”

Nos, jelentem: egészen sokan felnőttek már így és kutya bajuk. Egyik külföldi aktivista társunk a blogján egész kis csokrot fűzött olyan emberek rövid élettörténeteiből, akik már eleve vegán szülőktől fogantak, vegán családokban nőttek fel és mai napig elkötelezett, lelkes, állatbarát vegánok. Több tucat ilyen ember fényképes bemutatkozóját találjuk a The Vegan Truth blog egyik posztjában. Csak azt a hármat szeretném megmutatni közülük, akik számomra a legszimpatikusabbak.



Kishema Pendu Malik, 34 éves. Las Vegasban él, fitneszoktató, koreográfus, táncos és kineziológus.

Adair Moran, 29 éves színésznő. Victoria Moran, vegán aktivista és író nő lánya. Honlapja: www.adairmoran.com



Anne Dinshah, 42 éves. New Yorkban él, a képen a kisfiával látható. Honlapja: www.americanvegan.org





Így lettem vegán – rövid beszámolók felnőttektől

“Pár éve napi háromszor ettem húst. Véletlenül találkoztam egy vegetáriánus lánnyal, és ő készített egy remek vacsorát, ennek hatására elhagytam a húsevést. Alig fél évvel később találkoztam a Vegán Állatvédelem bloggal és elhagytam minden állati eredetű terméket. Csináltam azóta egy Vegán receptek nevű Facebook-oldalt, hogy megmutassam az embereknek, milyen könnyen lehet állati eredetű összetevők nélkül is finomat készíteni.”

(Kata, 29)

„18 éves koromban lettem vegetáriánus. Majd 28 évesen láttam egy videót Gary Yourofski-tól. Ennek hatására megértettem, hogy lelkiismereti, társadalmi, gazdasági, környezeti, egészségi és erkölcsi szempontból is az a legjobb, ha azonnal vegán életmódra váltok. Az átállás azonnali volt, mindenféle átmenet nélkül. A videó után felhívtam a párom, és közöltem vele: mostantól vegán vagyok! Három nap múlva ő is átállt.”

(Bálint, 29)

„Vegánná válni olyan volt, mint egy felébredés egy hosszú, hazug álmából. Mert mindenki vegánnak születik, csak sajnos leszoktatják róla már csecsemőként. Nekem véletlennak tűnő, de biztosan nem véletlen találkozások segítettek: egy vegán interjúalanyommal történt beszélgetés, meggyőző előadás fesztiválokon, részvétel az első vegán piknikeken, és a macskám: ha neki nem ártanék semmiképp, hogyan is árthatnék más állatnak a Földön?”

(Dóri, 41)





Valaha azt gondoltuk, hogy az emberek először vegetáriánusok lesznek, s majd egyszer, ha nagyon ügyesek, akkor talán vegánok is. De itt a nagy meglepetés: egyre többen lesznek vegyes táplálkozásából egyből vegánok egyik napról a másikra! Gyűjtöttem pár egyéni sztorit, azzal a céllal, hogy bátorítást adjon azoknak, akik már a küszöbön állnak. Külön érdekes, hogy véletlenül úgy jött ki, hogy mind az öt interjúalanyom 30-on fölül volt, amikor váltott, tehát nem állíthatjuk, hogy a fiatalok rugalmassága szükséges ahhoz, hogy valaki néhány óra leforgása alatt ekkora változást éljen át az életében.

„2004-ben lettem vegán, 25 évesen. Egy üzletben a kezembe nyomtak egy szórólapot arról, hogy az adott cég nem forgalmaz állatokon tesztelt termékeket. Hazaérve bedobtam a netes keresőbe az „állatkísérletek” szót. Csak olvastam egyik cikket a másik után és néztem egyik filmet a másik után. Egyre több oldalon merült fel az is, mivel jár a tej, hús, tojás, szörme, bőr, méz... Mire felvirradt az új nap, tudtam, hogy soha többé nem fogok állati terméket venni. Nem éreztem egy percig sem nehéznek a váltást. Meglepő volt, mennyi vegán termék van a boltokban. Vegán társakat találni is nagyon könnyű volt. Rengeteg új barátot szereztem. Elkezdtem infóasztalokat szervezni és nagyon jólesett, amikor mások odajöttek és elmesélték, hogy miattunk lettek vegánok.”

(Pari 35)

„Húsevőből lettem vegán egyik napról a másikra, négy évvel ezelőtt. Van egy kiskutyám, aki egyszer épp az ölemben hevert, miközben libacombot ettem, és észrevettem, hogy gyakorlatilag ugyanolyan a két lény lába, és az egyiket csokolgatom meg orvoshoz viszem, ha beteg, a másikat meg megeszem. Erre rá úgy egy évvel lettem vegán, még egy ideig hordoztam magamban a tudatot, hogy egyszer majd valószínűleg áttérek erre az életformára. Aztán egy napon a kedvesem rám nézett reggeli közben és azt mondta: »Mi lenne, ha vegánok lennénk?« Én meg azt feleltem: »Nem tudod, mióta várok erre a kérdésre!«

(Kristóf, 31)





„Egyik este a lányom megmutatta a »Legjobb beszéd, amit valaha hallottál« című videót Gary Yourofsky-tól. Másnap reggel már vegán recepteket kerestem a szülinapi tortához. A lányom előttem pár hónappal lett vegán és nagyon ízlett, amiket főzött. Ezenkívül egy komoly lökést jelentett, hogy egy orvos azt mondta nekem, vegánnak lenni nagyon jó dolog, és minél előbb kezd el valaki, annál jobb. Vegán életem első két hetét erős méregtelenítési tünetek tették nehezzé. Gyenge voltam és úgy fájt mindenem, hogy mozogni alig bírtam. De csináltam már korábban is tisztítókúrát és tudatában voltam, hogy ezek tisztulási tünetek, s ahogy jöttek, úgy el is múltak két héten belül. Azóta nem hogy jól vagyok, de egyetlen napig sem voltam beteg. A családom és a munkatársaim is támogattak, felnéztek rám. Nem volt hiányérzetem és nem éreztem egyáltalán neheznek. Sok új embert ismertem meg azáltal, hogy vegán lettem és emellett elkezdtem jógázni is. Most több barátom van, mint korábban.”

(Ági 48)

„Egyik napról a másikra lettem vegán, rögtön azután, hogy elolvastam az Állatvédők könyvét (az első kiadást 2013-ban). Emellett közrejátszott az exem és az Earthlings című film is. A haverok és a családom azt mondták, bolond vagyok. Korábban én is azt gondoltam a vegákról, hogy csak salátán élnek. De ezzel együtt is az okozott csak nehézséget, hogy kevés helyen van ehető kaja, szinte mindenbe belerakják az állati eredetű cuccokat. Annyiban viszont könnyebb, hogy főzés nélkül is ehető szinte minden. Korábban nem ettem sok zöldséget. Most bezzeg...! Hozzáteszem, mióta vegán vagyok, egyetlenegyszer voltam csak beteg, és a sport ugyanolyan jól megy, ha nem jobban. Emellett különösen nagy örömet okoz a tudat, hogy eme nézet az öltözködésemre is érvényes, vagyis semmi olyan nem fedti a testem, ami előzőleg másé volt.”

Soma (38)





„Több ismerősöm rendszeresen posztolt Facebookon vega/vegán videókat, de én nem voltam hajlandó megnézni egyet sem. Mindig is állatszerető embernek tartottam magam és nem akartam látni a szenvedésüket. Tisztelettel tekintettem a vegánokra, de azt gondoltam, én képtelen lennék ennyi lemondással élni. Mígnem egyszer megnéztem Az igazi Mátrix című videót. Mire a videó befejeződött, vegán lettem. Az aznapi vacsorát, amit még előtte készítettem, úgy, ahogy volt, kiöntöttem. A döntés megszületett, de megijesztett, hogy fogalmam sem volt, mit fogok enni ezentúl. Rögtön írtam e-mailt vegán ismerősöknek, hogy segítsenek és azonnal kaptam is rengeteg tanácsot és küldtek sok linket, amiket a következő egy-két hétben elolvastam. Meglepő volt, hogy milyen könnyű vegán ételeket készíteni! A nagy családi bulikra például rengeteg vegán étellel készültem, s nagy sikert arattam velük. Csak egy példa a sok közül: a testvérem már négy hónapja nem eszik húst és mostanában a növényi tejtermékekkel is barátkozik.”

Gábor (34)

Így hatott az én változásom másokra

Mint azt már sok helyen hangoztattam a könyvben, nem hiszek az erőszakos térítésben, a szelíd, optimista példamutatásban annál inkább. Azt figyeltem meg, hogy a vegán életmód szinte erőfeszítés nélkül terjed egyik emberről a másokra. Csupán azzal, hogy mi magunk változtatunk az életmódunkon, hatunk a környezetünkben élő emberekre. Erre gyűjtöttem néhány vidám példát vegán barátaimtól.

„Amikor vegán lettem, a családom (párom és anyukám) nem értette, hogy mégis miért csinálom, és mivel nem voltam túl tájékozott a témában akkoriban, jobbnak láttam, ha leültetem őket is a Legjobb beszéd, amit valaha hallottál című videó elé. Ezt követően eltelt még 1-2 hónap, mire megérett bennük az üzenet, de azóta a párom is teljesen vegán, és az ő vadász múlttal





rendelkező családjában ez nem kis dolog, azóta is szembe kell mennie velük. Anyukám még páromnál is hamarabb hagyta el a húst, szintén több mint két éve vegetáriánus, ami nála nagy eredmény, mert 53 évesen lett az egy 500 lelkes kis faluban. Sok-sok vegán ételt készít, hétvége az egész család csak vegán ételeket eszik, így várunk vendéget is. Ő ennyi idősen gyakorlatilag újratanult főzni, amiért nagyon tisztелеm!!! A folyamat pedig gyűrűzik tovább, párom munkahelyén a szobatársa is vegán lett és egy másik kolléga is érdeklődik ez iránt. De pl. tesóm barátnőjének a nővére Angliából írt rám, hogy hallja, hogy vegán vagyok és segítem őt receptekkel. Van olyan állatmentő ismerősöm, aki szintén megkeresett, látva a posztjaimat, hogy ráébredt, csak úgy vagy igazán állatbarát, ha semmilyen módon nem használod ki őket. Így a saját példámból azt látom, hogy a folyamat öngerjesztő és lesz egy pont, ahol meglődul. Már nagyon várom!”

(Adri, 32)

„Mikor összejöttem a párommal, mint minden elődje, ő is evett húst, tojást, tejet reggelire kukoricapehellyel, imádta a sajtokat. Nagyon szerette a gasztronómia világát, s minden új receptre vevő volt. Első évfordulónk közeledtével, mikor a magyarországi vegánsággal kapcsolatban írtam a szakdolgozatomat, besegített interjút gépelni. Rá pár napra közölte, hogy nem eszik most már húst többé. Még a szakdolgozatom előtt kérdezgettem, hogy vajon lesz-e valaha vegetáriánus vagy vegán (egy időben, évekkel előttem, volt egyébként vegetáriánus, de nagyon kimerültnek érezte magát tőle, így feladta). A válasza: igen, csak nem biztos, hogy holnap, majd ha eljön az ideje, és ő maga akarja, saját elhatározásából. Ez bekövetkezett. Nemcsak a táplálkozása, hanem az életmódja is formálódik, megnézi a boltokban a pékárúk összetételét, a vegetáriánus pástétomokban feltűnt neki a karragén és már bőrcipőt se venne.”

(Adri, 28)





„Már jó néhány barátom és ismerősöm vált vegánná a hatásomra. A legviccesebb történet talán az volt, mikor az egyik barátnőmnek kölcsönadtam az Állatvédők könyvét, és miután visszahozta nekem, kint felejtettem az étkezőasztalon.

A másik barátnőm, akivel akkor már kb. 5 éve lakótársak voltunk, elvette és elolvasta a könyvet. Ez az elköltözése előtti hónapban volt. A könyv után megnézte az Earthlings című filmet, majd átjött könnyes szemekkel, hogy vegán lett, és azt kérdezte, miért nem mutattam meg neki korábban ezt a filmet?”

(Petra, 28)





Felhasznált anyagok:

Könyvek:

- Albert Schweitzer: Az élet tisztelete (URSUS, 1999)
- Bob and Jenna Torres: Vegan freak: being vegan in a non-vegan world (PM Press, 2010)
- Frank A. Oski M.D.: A tejről őszintén – Méreg vagy gyógyszer (2007, Mandala-Véda Könyvkiadó)
- Frank R. Ascione: Animal abuse and youth violence (Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention, 2001)
- Gary Francione: Animals as persons (Columbia University Press, 2008)
- Hans Ruesch: Slaughter of the innocent (Slingshot Publications, 2003)
- Jane Goodall & Marc Bekoff: Az utolsó pillanat (GABO Könyvkiadó, 2003)
- Joan van Roojen: Napeledel (Napeledel Könyvkiadó, 2010)
- Kath Clements: Why vegan (Heretic Books, 1995)
- Melanie Joy: Psychic numbing and meat consumption: the psychology of carnism (PhD disszertáció, 2003)
- Melanie Joy: Why we love dogs, eat pigs and wear cows (Conary Press, 2010)
- Milly Schar-Manzoli: Holocaust (ATRA-AG STG, 1999)
- dr Oláh Andor (szerk.): Reformkonyha (Magyar Mezőgazdasági Kiadó, 1990)
- Reisinger Orsolya: Mérlegen a vegetarianizmus (Oltalom Alapítvány, 2003)
- Richard D. Ryder: A tudomány áldozatai (Európa Könyvkiadó, 1996)
- Robin Asbell: Big Vegan (Chronicle Books, 2011)
- Ruby Roth: Vegan is love: Having heart and taking action (North At-





lantic Books, 2011)

- Sarah Taylor: Hogyan legyek vegán? (Bioenergetic Kiadó, 2011)
- Sandra Hood: Feeding your vegan infant with confidence (Vegan Society, 2005)
- Takács-Sánta András: Kiútlehetőségek a környezeti válságból – Vázlat a közlegelők tragédiája elkerülésének lehetőségeiről. Kovász XIII(1-4), 3-12.
- Vensanto Melina és Brenda Davis: Becoming Vegan (Book Publishing Comapny, 2000)
- Victoria Moran: Compassion: the ultimate ethic (1985)
- Winkler Róbert: Kutya utónévkönyv (Tericum Kiadó, 2005)
- Zoltán Ödön: Az állatvédelem jogi rendje (KJK-KERSZÖV Jogi és Üzleti Kiadó Kft., 2000)

Filmek és előadások:

- Making the connection – film (Vegan Society)
- Vegan to cool the planet – film (Superem Master TV)
- 101 reasons to go vegan - előadás (Animal Right Foundation Florida)
- Gary Yourofsky: Best speech you have ever heard – előadás
- Zöld? Állatvédő? Vegán! – Lehel Csaba előadása
- Mind az 5 felhasznált filmet/előadást megtalálod magyarul vagy magyar felirattal a youtube Vegán videó kincsestár nevű csatornáján, további szuper interjúkkal és kisfilmekkel együtt!





Honlapok:

- www.alternativenergia.hu
- www.archivum.hvg.hu
- www.compassionatespirit.com
- www.contergan.grunenthal.info
- www.evolvecampaigns.org.uk
- www.fao.org
- www.feherkeresztliga.hu
- www.globalisfelmelegedes.info
- www.greenpeace.hu
- www.gentleworld.org
- www.halaszat.blog.hu
- www.humusz.hu
- www.index.hu
- www.nilnocere.hu
- www.okoszolgalat.hu
- www.peacefulprairie.org
- www.reefbase.org
- www.sanitary.hu
- www.thecovemovie.com
- www.thevegantruth.blogspot.com
- www.veganforradalom.info
- www.vierpfoten.hu
- www.veganlinda.blogspot.com
- www.worldwatch.org
- www.zoldbolt.hu
- www.zug.hu

Ajánlott könyvek, videók, weboldalak:

Youtube:

- “Vegán video kincsesár” csatorna
- “Vegán Állatvédelem Egyesület” csatornája





Könyvek magyar nyelven:

- T.C. Campbell, PhD: Kína-tanulmány (Park Könyvkiadó, 2012)
- Ruediger Dahlke: Békés táplálkozás (Bioenergetic Kiadó, 2012)
- Sarah Taylor: Hogyan legyek vegán? (Bioenergetic Kiadó, 2011)
- Reisinger Orsolya: Mérlegen a vegetarizmus (Oltalom Alapítvány, 2003)
- Tóth Gábor: Ne veszítsd el a csontjaidat! (Pilis-Vet Életmódkiadó, 2010)
- Dr Douglas N. Graham: 80/10/10 (S. Management Bt, 2006)
- Bonifert Anna: Miért vegán (2014, pdf letölthető a Vegán Állatvédelem oldaláról)

Könyvek angol nyelven:

- Melanie Joy: Why we love dogs, eat pigs and wear cows (Conari Press, 2010)
- Melanie Joy: Strategic action for animals (Lantern Books 2008)
- Brenda Davis és Vesanto Melina: Becoming Vegan (Book Publishing Company, 2000)
- Kath Clements: Why vegan (Heretic Books, 1995)
- Bob and Jenna Torres: Vegan Freaks (PM Press, 2010)
- Gary L. Francione: Animals as persons (Columbia University Press, 2008)
- M. A. Rivera: The simple little Vegan Dog Book (Book Publishing Company, 2009)

Vegán receptblogok magyar nyelven:

- www.allatbaratreceptek.blogspot.com
- www.vegagyerek.hu





- www.steinerkristofreceptjei.blog.hu
- www.veganinja.com
- www.vegankaracsony.hu
- www.kicsikokusz.wordpress.com
- www.laveganista.blog.hu
- www.zoldella.blog.hu
- www.magdireceptek.blogspot.hu
- www.veganszepseg.blogspot.hu

Honlapok magyar nyelven:

- www.veganallatvedelem.hu
- www.veganinja.hu
- www.zoldella.blog.hu
- www.vegan.lap.hu

Honlapok angol nyelven:

- www.thevegantruth.blogspot.hu
- www.evolvecampaigns.org.uk
- www.thethinkingvegan.com
- www.abolitionistapproach.com
- www.gentleworld.org
- www.happyherbivore.com
- www.vegsense.net

Vegán állatmenhelyek:

- www.peacefulprairie.org
- www.farmsanctuary.org





Köszönet

Szívből köszönöm a segítséget Tátrai Timinek, a Cikatappancs FC csapatának, Csávics Adriennek, Csíkos Istvánnak, Eisenbeck Tomának, Galgóczi Dórinak, Gary L. Francione-nak, Görbe Alidának, , Hercsuth Évának, Horváth Évinek, Horváth Adrinak , Kakuk Bálintnak, Karalyos Gábornak, Kis Katának, Lehel Csabának, Molnár Fanninak, Parinak, Pásztohy Lilinek, Somogyi Zoltán Somának, Steiner Kristófnak, Taskó Áginak, Török Katának, Veres Bencének, Vitéz Petrának

Valamint köszönöm három csodás kutyámnak a türelmet, amivel elviselték, hogy az írás miatt az utóbbi hónapokban kevesebbet sétáltunk. Bepótoljuk!





Ha elolvastad, add tovább!

