

Dr. med. Ernst Walter Henrich

Vegano

Una breve información acerca de la alimentación más sana y sus repercusiones en la defensa del clima y el medio ambiente, y en los derechos de los animales y los humanos.



Pie de imprenta

Vegano –

Una breve información acerca de la alimentación más sana y sus repercusiones en la defensa del clima y el medio ambiente, y en los derechos de los animales y los humanos

Autor y editor:

Dr. Ernst Walter Henrich

Seepark 5

CH-9422 Staad

Internet: www.ProVegan.info

E-mail: info@ProVegan.info

Vegano

Una breve información acerca de la alimentación más sana que existe y sus repercusiones en la defensa del clima y el medio ambiente, y en los derechos de los animales y los humanos

Prólogo

Ya el genio Albert Einstein dijo hace algunas décadas:

"Nada será más beneficioso para la salud humana y aumentará más las probabilidades de supervivencia en la tierra que el paso a la alimentación vegetariana".

Palabras asombrosas en una época en la que todavía no se sabía mucho acerca de las relaciones y las repercusiones de la alimentación sobre la salud, el medio ambiente, el clima, el hambre en el mundo y los derechos de los humanos y los animales. Si Albert Einstein hubiera podido disponer de los conocimientos de la ciencia moderna, seguramente sus palabras habrían cambiado un poco:

*"Nada será más beneficioso para la salud humana y aumentará más las probabilidades de supervivencia en la tierra que el paso a la alimentación **vegana**".*

La alimentación vegana no contiene ningún tipo de componentes animales y es, siempre que se lleve a cabo de forma correcta y variada, la alimentación más sana y mejor para el medio ambiente, el clima, los animales y los humanos. Debido a que la alimentación y formas de vida veganas tienen un significado tan importante para cada humano en particular, para la sociedad en general, sobre todo para nuestros hijos y nietos, para el medio ambiente, el clima y los animales, he decidido publicar este pequeño folleto, pues sólo a través de suficiente información buena se pueden tomar buenas decisiones para el bien propio y el del mundo. Lo importante es además saber que la alimentación vegana no sólo no significa ascetismo o renuncia, sino que es una cocina de manjares, como demuestran de forma extraordinaria los libros de cocina y restaurantes veganos.

Puedes encontrar el cortometraje que acompaña a este folleto en: www.veganvideo.org

Vegano



La alimentación más sana

La calidad de nuestra alimentación tiene una influencia decisiva en nuestra salud: "Somos lo que comemos". Precisamente la alimentación nos proporciona unas posibilidades magníficas de gozar, una gran parte de nuestra vida, de la mejor salud y de buena forma física. En vista de este significado tan relevante de la alimentación, ¿no sería importante informarnos acerca de la alimentación sana desde el punto de vista de la ciencia de la nutrición basada en estudios a nivel mundial?

Todos conocemos los consejos de la prensa de comer más fruta y verduras y menos carne. Los daños que el consumo de carne y grasas animales ocasionan en nuestra salud han sido demostrados a través de numerosos estudios científicos. Asimismo son conocidas las consecuencias negativas de la leche y el queso (grasas animales saturadas) sobre la salud. Cuando las catástrofes naturales o los actos terroristas se cobran cientos o miles de vidas, nos horrorizamos, pero si una falsa alimentación inherente a la sociedad ocasiona millones de muertes por cáncer, enfermedades cardiovasculares, diabetes y otras enfermedades debidas a la alimentación, se acepta con una impasibilidad asombrosa.

Los cuentos de la industria cárnica y lechera según los cuales la carne, la leche y los productos lácteos son alimentos valiosos, son aceptados sin rechistar por la mayoría de los consumidores ignorantes y por políticos evidentemente faltos de interés. Y no sólo esto, en muchos Estados de la Unión Europea la carne y la leche, como productos de maltrato animal perjudiciales para la salud, son encima subvencionadas con fondos

procedentes de nuestros impuestos. Esta conducta de los políticos es completamente inaceptable, porque valora claramente los intereses de la industria cárnica y animal por encima de la salud de los ciudadanos, a los cuales están obligados en primer lugar.

La comida vegetariana estuvo sometida en otros tiempos a las mismas injustas difamaciones a las que está hoy sometida la alimentación vegana. En la prensa son denigradas formas sanas de alimentación por estupidez, desconocimiento y por intereses económicos. Un ejemplo: En el año 2004 murió un niño pequeño, que presuntamente había sido alimentado de forma vegana por sus padres. En realidad el niño no había tomado ningún tipo de alimentos, o sea, ¡tampoco ninguna comida vegana! Al niño tampoco se le proporcionó ningún tipo de ayuda médica para tratar la falta de apetito debido a la grave pulmonía que sufría. Lo asombroso en esta cuestión no es sólo que el niño no recibió ninguna alimentación vegana sana, sino que los padres eran seguidores de una llamada "alimentación originaria" aconsejada por un oscuro autodenominado "asesor alimentario". Esta "alimentación originaria" no tiene, sin embargo, nada que ver con una alimentación vegana sana y fisiológicamente completa. La prensa no vió necesario, como ocurre con tanta frecuencia, investigar el caso con exactitud o ahondar en las bases científicas de la alimentación vegana. No, la prensa condenó la alimentación vegana con los conocidos **prejuicios**. Frente a esto tenemos a millones de personas que, a causa de una masiva alimentación falsa, sobre todo debido a la ingestión de carne y grasas animales, sufren y mueren por sobrepeso, con todas sus consecuencias, hipertensión, infartos de corazón, anginas de pecho, ataques de apoplejía, arterioesclerosis, osteoporosis, cáncer, diabetes y otras enfermedades crónicas. Numerosas investigaciones científicas de los últimos años han revelado la relación entre el consumo de carne, embutidos y productos lácteos y estas enfermedades. La contaminación del pescado con sustancias tóxicas como la dioxina y los metales pesados ha sido también investigada profundamente y demostrada en unas dimensiones alarmantemente elevadas.

Más información y los correspondientes estudios científicos acerca de la relación entre la alimentación y las enfermedades puede encontrarse (en alemán) en la página web de la "sociedad de médicos para el fomento de la alimentación vegetariana": www.fleischmacht-krank.de. Estos millones de enfermos y muertos a causa de los productos animales son aceptados sin rechistar por la prensa como "normales". Pero cuando en un caso aislado de una supuesta alimentación vegana (que ni siquiera era vegana), por parte de unos padres irresponsables, algo sale mal, entonces no sólo se pone el grito en el cielo, sino que se produce una auténtica oleada de indignación por parte de los ignorantes y de los defensores de los intereses de la industria cárnica.

Esta verborrea de la prensa profana y los lobbys de la "industria de los animales útiles" **se contradicen completamente con los resultados de la investigación científica nutricional y las declaraciones de prestigiosos científicos nutricionistas**. Así por

ejemplo se pronuncian claramente la **ADA** („American Dietetic Assotiation“, Asociación Nutricionista Americana) y la DC (Asociación de Nutricionistas Canadienses) en un documento de posición común del año 2003 en favor de los efectos positivos para la salud de la alimentación vegetariana y vegana. En estas asociaciones se encuentran los más prestigiosos científicos nutricionistas de EEUU y Canada. Solo la ADA tiene unos 70.000 miembros. Este documento dice entre otras cosas:

“Una alimentación vegana bien planeada y otras formas de alimentación vegetariana son adecuadas para todas las fases de la vida, incluidos el embarazo, la lactancia, la primera y segunda infancia y la adolescencia. Las formas de alimentación vegetarianas ofrecen una serie de ventajas.”

Y más adelante dice:

“La posición de la Sociedad Nutricionista Americana (ADA) y la Asociación de Nutricionistas Canadienses (DC) es que una alimentación vegetariana razonablemente planeada es saludable y adecuada a las necesidades nutricionales, asimismo tiene un beneficio para la prevención y el tratamiento de determinadas enfermedades.”

“Es responsabilidad de los científicos nutricionistas apoyar y animar a los interesados a incorporarse a una alimentación vegetariana.”

También las declaraciones de uno de los más reconocidos y prestigiosos científicos nutricionistas alemanes, **Prof. Dr. Claus Leitzmann**, son claras:

“Estudios con veganos realizados tanto a nivel mundial como también por nosotros, muestran que los veganos y veganas están por término medio claramente más sanos que la población en general. El peso corporal, la tensión arterial, los valores de grasa sanguínea y colesterol, la función renal y el estado de salud en general suelen encontrarse con más frecuencia en ellos en un nivel normal.”

En el 2009 la **ADA** („American Dietetic Assotiation“, Asociación Nutricionista Americana) publicó un documento revisado de su posición respecto a la alimentación vegetariana y vegana en el que corrobora sus recomendaciones sobre estas formas de alimentación. **En él se llega a la conclusión de que las formas de alimentación vegetarianas, incluida la alimentación vegana (siempre que se lleve a cabo de forma adecuada) son saludables y nutritivas para adultos, niños pequeños, niños mayores y adolescentes, e incluso pueden ayudar a prevenir y curar enfermedades crónicas como enfermedades del corazón, cáncer, sobrepeso y diabetes.**

El documento publicado en Julio de 2009 en la revista “Journal of the American Dietetic Association” representa la posición oficial de la ADA respecto a las formas de alimentación vegetariana, incluida la alimentación vegana.

"La asociación nutricionista americana" es de la opinión de que una alimentación vegetariana bien planificada, incluidas las formas de alimentación completamente vegetarianas o veganas, son sanas, adaptadas a las necesidades fisiológicas nutricionales y ofrecen ventajas en la prevención y el tratamiento de determinadas enfermedades. Una alimentación vegetariana bien planificada es adecuada para humanos de todas las edades, incluidas las embarazadas, los lactantes, niños pequeños, niños mayores, adolescentes y deportistas."

"Los vegetarianos tienden a un BMI (Body Mass Index) inferior y muestran en general unos índices bajos de enfermedades cancerosas. Las formas de alimentación vegetarianas tienen la tendencia a contener menos grasas saturadas y colesterol, a cambio poseen más fibra, magnesio, potasio, vitamina C, vitamina E, ácido fólico, carotenoides, flavonoides y otras sustancias vegetales secundarias. Estas diferencias en las sustancias nutritivas podría explicar las ventajas que tiene para la salud en las personas que siguen una forma de alimentación vegetariana equilibrada."

El **PCRM** („The Physicians' Committee for Responsible Medicine", comisión de médicos para una medicina responsable) es una organización de utilidad pública que promueve la medicina preventiva, lleva a cabo investigaciones clínicas y exige un alto nivel de ética y eficiencia en la investigación. La PCRM recomienda la alimentación vegana como la forma de alimentación más sana, y basa esto en una explicación fácilmente comprensible:

"La alimentación vegana – que no contiene productos animales – es incluso más sana que la alimentación vegetariana. La alimentación vegana no contiene colesterol e incluso menos grasa, ácidos grasos saturados y calorías que la alimentación vegetariana. Las investigaciones científicas muestran que las ventajas para la salud aumentan cuando la cantidad de alimento de origen animal en la dieta disminuyen, lo cual convierte a la alimentación vegana en la más sana." www.pcrm.org/health/veginfo/nutricionfaq.html

Dr. T. Colin Campbell, autor del estudio nutricional "The China Study: Efectos alarmantes para la alimentación, aumento de peso y la salud a largo plazo" ofrece una clara posibilidad de explicar las ventajas de una alimentación vegetal:

"La inmensa mayoría de todas las enfermedades cancerosas, enfermedades cardiovasculares y otras formas de enfermedades degenerativas pueden ser evitadas fácilmente si se lleva a cabo una alimentación vegetal."

El **Dr. T. Colin Campbell** estuvo durante más de cuarenta años al frente de la investigación nutricional. El catedrático ya jubilado de bioquímica alimentaria en la Universidad de Cornell

ha publicado más de 300 trabajos de investigación. Su legado, el proyecto China, es el estudio más completo sobre salud y alimentación que se haya realizado jamás.

A pesar de esto gran parte de la prensa, médicos ignorantes y supuestos "expertos en alimentación" prefieren divulgar **prejuicios, mentiras** de la industria y **falsas doctrinas** anticuadas y obsoletas. ¿Se trata de comodidad y simple pereza el no ocuparse seriamente de un tema y a cambio preferir vender prejuicios y hechos falsos? ¿Es el miedo a darnos cuenta, a través de nuevos conocimientos, de nuestros propios fallos en la alimentación y entonces encontrarnos ante la decisión de tener que elegir una alimentación vegetariana o vegana que ya habíamos rechazado en el pasado?

En conjunto se trata de un **escándalo político sanitario** de primer orden. La prevención de enfermedades debería ocupar un lugar al menos tan importante en la medicina como el tratamiento de enfermedades. Pero en sistemas sanitarios millonarios con médicos, hospitales, industria farmacéutica, etc. el dinero grande se gana con el tratamiento de enfermedades. Una política sanitaria de prevención masiva le quitaría a esta industria sanitaria la mayor parte de la base del negocio. No es de extrañar que en esta desafortunada mezcla de la industria sanitaria, cárnica y animal, la prevención de enfermedades a través de una alimentación sana se quede en su mayor parte a mitad de camino. Por medio de una alimentación perjudicial para la salud una gran parte de la industria alimentaria gana mucho dinero y los ciudadanos enferman, y con la terapia de las enfermedades de estos ciudadanos la industria sanitaria tiene entonces unas ganancias estupendas. Con esto se cierra el círculo en el que se deja en la estacada tanto a humanos como a animales y al medio ambiente. Por consiguiente sólo queda el propio interés del ciudadano que, dotado de un mínimo de sentido común e inteligencia, cuida su alimentación en interés de su salud.

El resultado de mi análisis de estudios científicos nutricionales deja claro: una **alimentación vegana** variada y llevada a cabo de forma correcta **es la forma de alimentación más sana** para los humanos. Si consideramos las conclusiones de estudios nutricionales no puede quedar ninguna duda razonable. Incluso si observamos los hechos con pocos conocimientos sobre fisiología nutricional, pronto nos damos cuenta rápidamente de esto, ya que la carne, la leche y el pescado conllevan riesgos considerablemente mayores para la salud, como se ha podido documentar claramente. Por otra parte una alimentación en la que simplemente se eliminan la carne, la leche, el queso y el pescado, no se convierte automáticamente en una alimentación sana, **¡pues una alimentación vegana mal combinada y poco variada también es perjudicial para la salud!** Esto es válido a pesar del hecho comprobado en muchos estudios científicos nutricionales de que la mayoría de las personas que se alimentan de forma vegetariana o vegana presentan mejor estado de salud que las personas que comen carne.

En la alimentación vegana merece una atención especial el suministro de **vitamina B12**, ya que la vitamina B12 sólo se produce a través de microorganismos (bacterias), y por lo tanto se encuentra sobre todo en productos animales fácilmente perecederos, como la carne, las vísceras y la leche. La posibilidad de un abastecimiento insuficiente de vitamina B12 es utilizada continuamente por supuestos "expertos" como el mayor argumento en contra de la alimentación vegana. Para que la alimentación vegana sea realmente la forma de alimentación más sana hay que guardar las reglas de una nutrición variada y prestar atención a un suministro adecuado de vitamina B12.

Desde un punto de vista médico es recomendable en la alimentación vegana un suministro adicional de esta vitamina a través de alimentos enriquecidos (zumos, cereales de desayuno, leche de soja, etc.) y un preparado complementario de vitamina B12 por razones de seguridad. Como alternativa sólo podemos cuestionarnos una revisión periódica de la concentración de vitamina B12 en la sangre. Pero si comparamos el atenernos a esta regla con los peligros demostrados para la salud del consumo de carne, leche y pescado, podemos comprender enseguida lo absurdo que sería comer estos productos animales perjudiciales para la salud sólo por la vitamina B12. **No sólo sería desproporcionadamente absurdo, sería un error querer compensar una posible deficiencia de vitamina B12 (que ni siquiera es segura y que puede ser solventada con alimentos enriquecidos y complementos alimentarios) por medio de una amenaza masiva a la salud a través de la carne, la leche, etc.** La relación entre el cáncer, las enfermedades cardiovasculares y otros trastornos graves de la salud está demostrada en numerosos estudios científicos, igualmente el perjuicio para los océanos por culpa de sustancias contaminantes y por tanto también la contaminación de los peces con estas sustancias. Por razones de salud es, por tanto, no sólo aconsejable sino incluso necesario no consumir estos productos animales. La vitamina B12 que pudiera faltar en este caso se puede suministrar fácilmente a través de alimentos enriquecidos o complementos alimentarios.

Al cabo de los años he tenido una y otra vez la misma experiencia: **el que está en contra de la alimentación vegana o sabe muy poco acerca de ella u obtiene ganancias con los productos animales.**

Muy recomendado para seguir estudiando:

- "Vegan nutrition" de Gill Langley
- Documentos de la **ADA** („American Dietetic Assotiation", Asociación Nutricionista Americana) de 2009 sobre las ventajas para la salud de la alimentación vegetariana y vegana; en internet:

<http://www.unionvegetariana.org/ada.html>

- Página web de la "Ärztegesellschaft zur Förderung der vegetarischen Ernährung" (sociedad de médicos para el fomento de la alimentación vegetariana) con un listado de los estudios científicos nutricionales en todo el mundo:

www.fleisch-macht-krank.de (en alemán)

- Informe de TV de la NDR (Norddeutscher Rundfunk, ARD) sobre los peligros para la salud de la leche: www.myvideo.de/watch/127627/Wie_gesund_ist_Milch_wirklich (en alemán)

- Artículo "La alimentación sana" del Dr. Ernst Walter Henrich. Se puede conseguir gratis en internet, por ejemplo en: www.ProVegan.info

- Un artículo en inglés que merece la pena leer sobre la alimentación vegana de la autora de Gentle-World Angel Flinn:

<http://www.care2.com/causes/animal-welfare/blog/vegan-123/>

- El libro de David Román "Leche que no has de beber".

- Artículos sobre la influencia de la alimentación en las enfermedades degenerativas publicado en la página web de la UVE (Unión Vegetariana Española):

<http://www.unionvegetariana.org/hojas/enfdeg.pdf>

<http://www.unionvegetariana.org/hojas/sobrepeso.pdf>

- Artículos sobre las generalidades nutricionales de las dietas vegetarianas y su impacto sobre la salud, aparecidos en la revista "Vegetus" de la UVE (Unión Vegetariana Española):

<http://www.unionvegetariana.org/general1.html>

<http://www.unionvegetariana.org/general2.html>

- Consultas sobre nutrición a través de la página web de [defensanimal.org](http://www.defensanimal.org):

<http://www.defensanimal.org/nutricion/consultas.htm>

Vegano



Por los derechos humanos

A escala mundial sufren hambre unos mil millones (1.000.000.000) de personas. Cada segundo muere de hambre una persona en este planeta, 30 millones (30.000.000) de personas al año.

Cada día mueren de hambre hasta 43.000 niños, mientras ¡aproximadamente el 50% de la cosecha de cereales a nivel mundial y cerca del 90% de la cosecha mundial de soja se les da de comer a los "animales útiles" de la industria cárnica y láctea! La utilización de alimentos vegetales para la producción de productos animales dudosamente sanos representa un absurdo, un escándalo y un despilfarro superlativos: para producir un solo kilo de carne se necesitan, según la especie animal, hasta ¡16 kg de alimento vegetal y 10-20 toneladas (10.000 – 20.000) de litros de agua!

Del Tercer Mundo se exportan a las naciones industrializadas alimentos vegetales para animales dedicados a la "ganadería útil", aunque niños y adultos sufren y mueren de hambre en estos Estados pobres. Seguro que conoces la famosa frase: "Los animales de los ricos se comen el pan de los pobres". Por ejemplo, la hambruna de 1984 en Etiopía no se debió a que la agricultura local no produjera alimentos, sino a que estos alimentos fueron exportados a Europa para alimentar a los "animales útiles". Durante la crisis de hambre, que costó la vida a decenas de miles de personas, los Estados europeos importaron cereales de Etiopía para alimentar gallinas, cerdos y vacas. Si se hubieran empleado los cereales para alimentar a los etíopes en su propio país, no hubiera habido hambruna. En Guatemala están desnutridos un 75% de los niños menores de 5 años, sin embargo se siguen produciendo anualmente más de 17.000 toneladas de carne para exportarla a los EE.UU. Para cebar a estos animales se necesitan cantidades gigantescas de cereales y soja, que no pueden estar a disposición de los niños desnutridos. En vez de alimentar a los que pasan hambre en el mundo, les quitamos el alimento para cebar a

los maltratados "animales útiles" y así satisfacer nuestra adicción a la carne, los huevos y la leche.

La revista británica "**The Guardian**" declaraba ya en el año 2002: *"Parece ahora claro que una alimentación vegana es la única respuesta ética al apremiante problema mundial de la injusticia social (el hambre en el mundo)."* El suizo **Jean Ziegler**, reportero especial de la ONU para el derecho humano a la alimentación, escribió: *"La agricultura mundial podría alimentar sin problemas a los 12 mil millones de personas. Esto significa que un niño que hoy día muere de hambre ha sido asesinado."*

Según referencias del **Dr. W. Bello**, director del "Institute for Food and Development Policy", *"hay suficiente alimentos en el mundo para todos, pero trágicamente una gran parte de los alimentos y de la superficie mundial se utilizan para producir vacas y otros animales útiles – es decir alimentos para los ricos – mientras que millones de niños y adultos sufren hambre y desnutrición."*

Las declaraciones del "**World Watch Institute**" son claras: *"El consumo de carne supone un empleo ineficiente del cereal – el cereal será utilizado eficientemente cuando lo consuman las personas. El aumento continuo de la producción de carne depende de que se alimente a los animales con cereales, lo que lleva a una rivalidad por los cereales entre el número creciente de comedores de carne y los pobres de este mundo."*

El **Dr. W. Bello** nombrado más arriba, director del "Institute for Food and Development Policy", subraya que la crianza de animales para carne es un despilfarro de recursos: *"...la comida rápida (fast food) y la costumbre de los ricos de este planeta de comer carne fomentan un sistema alimentario global que priva a los pobres de los recursos alimentarios."*

La política, sobre todo de la Unión Europea, subvenciona masivamente, en contra de todo sentido común y moral, a las industrias cárnicas y lácteas con los fondos recaudados con los impuestos. Pero no es de extrañar en una Unión Europea que subvenciona, con los fondos recaudados, el cultivo de tabaco y al mismo tiempo paga campañas publicitarias contra el consumo de tabaco.

Las flotas pesqueras de las naciones industrializadas como los EE.UU., Japón y Europa adquieren los derechos de pesca para zonas pesqueras alrededor de países pobres como África y Sudamérica. Una vez que han saqueado los mares de estas regiones siguen su camino y dejan tras de sí un ecosistema devastado y habitantes muertos de hambre. En un artículo del periódico británico "The Guardian" se expone: *"Podemos comer pescado, pero sólo si estamos dispuestos a contribuir al desmoronamiento de los ecosistemas marinos y al hambre de los más pobres de este mundo, ya que las flotas europeas devastan los mares de África occidental. Es inevitable llegar a la conclusión de que*

la única opción sostenible y socialmente justificable consiste en que los habitantes del mundo rico, como la mayoría de las personas de la Tierra, se hagan en su mayor parte veganos."

Cada uno de nosotros tiene la posibilidad de elegir si quiere participar, a través de su consumo de carne, leche, queso y huevos, en el sistema de la industria de los "animales útiles", con todas las brutales consecuencias que esto conlleva para los que mueren de hambre en este mundo.

Vegano



Las razones morales

En nuestra sociedad se considera como totalmente normal y moralmente permitido, explotar a los animales en beneficio de los humanos (ej.: las "vacas lecheras"), torturarlos (ej.: la experimentación con animales) y matarlos (ej.: los "animales de matanza")

La evolución ha dotado al ser humano de las facultades y los medios para llevar a cabo esta explotación. Un estado privilegiado y tentador para los humanos, ya que a través del poder de los más fuertes puede conferirse el "derecho de los más fuertes". El "derecho de los más fuertes" es, por tanto, la base para la explotación, la tortura y la muerte de los animales.

Por otra parte en nuestra sociedad un distintivo elemental y generalmente aceptado de la moral consiste en que no se basa precisamente en el "derecho de los más fuertes". Unos valores auténticamente morales tampoco toleran su aplicación caprichosa por parte de los más fuertes para intereses propios. El "derecho de los más fuertes" y los auténticos valores morales son opuestos que se excluyen mutuamente. Puesto que no es posible armonizar un "derecho de los más fuertes" con los valores morales generalmente aceptados en nuestra sociedad – precisamente superar el abuso de autoridad de los más fuertes a través de la moral –, es por tanto necesario comprobar si es posible compaginar, de forma concluyente y sin contradicciones, esta explotación de los animales más débiles por parte del ser humano con una moral auténtica.

Para legitimar "moralmente" la explotación de los animales la sociedad emplea un constructo "ético" especial. La especie humana proclama un "valor" intrínseco superior para sí misma y excluye a la especie animal de los criterios éticos vigentes. El poder de los más fuertes posibilita el aumento del "valor" propio y la exclusión de los animales. Según las leyes de la lógica habría que comprobar si este constructo especial de explotación de los animales es compatible con una moral auténtica. Como ya hemos dicho, el distintivo de una moral auténtica consiste en que no es dependiente

del "derecho de los más fuertes" y que su validez tampoco depende de los intereses de los más fuertes.

Vamos a imaginarnos que existe un "super-ser vivo" en un nivel de evolución más elevado, con una fuerza física considerablemente superior y una inteligencia significativamente más elevada en comparación con el ser humano. Es completamente imaginable que los científicos lleguen a hacerlo realidad a través de la tecnología genética o de una optimización de los genes. Esta especie de "super-seres vivos" sería tan superior a la especie humana como lo es ahora el ser humano respecto a los animales. Por supuesto que la especie de los "super-seres vivos" se considera a sí misma más valiosa que a los humanos, y siguiendo un constructo especial "ético" similar, el ser humano va ser evidentemente excluido del sistema de valores morales válido para los "super-seres vivos".

¿Tendrían estos "super-seres vivos" el derecho "moral" de los más fuertes para ...

... torturar a los humanos durante toda su vida en lugares de mantenimiento en masa o en campos de concentración?

... matar a los humanos en los mataderos, en parte sin anestesia?

... embarazar a las mujeres humanas una y otra vez para robarles su leche?

... robarles los hijos a las madres, a las que se embarazan continuamente, para que los bebés

humanos no se beban la leche?

... matar a los bebés, robados a sus madres, y transformarlos en carne y embutidos?

... asesinar a los humanos con encefalopatía espongiiforme y a sus familiares en instalaciones de destrucción masiva?

... transportar a los humanos durante días sin alimento ni agua?

... testar medicamentos en humanos con todas las torturas inherentes?

... realizar en humanos los más crueles experimentos "científicos"?

... testar sustancias venenosas en humanos para encontrar las dosis mortales?

... celebrar, como acto cultural, rituales homicidas en "plazas de toros"?

... poner en exposición a humanos en cárceles y llamar a esto "zoos"?

- ... obligar con violencia a humanos a hacer acrobacias y llamar a esto "circos"?
- ... calificar la caza de humanos como deporte e incluso considerarlo como protección y cuidado de la naturaleza?
- ... promulgar una ley de defensa de los humanos que declara razonable matar a los humanos – en ocasiones incluso sin anestesia – para comer su carne insana y usar su piel como ropa?
- ... realizar experimentos en humanos para testar medicamentos supuestamente eficaces contra enfermedades ocasionadas por el consumo de la insana carne humana?

¿Encuentras que si estos "super-seres vivos" superiores te trataran así a tí y a tu familia, iría contra toda moral auténtica? ¿Por qué realmente?

Los "super-seres vivos" se encuentran respecto a tí en la misma posición que tú adoptas actualmente respecto a los animales. El "derecho del más fuerte" representa la realidad actual de las razones "morales" que tú das, como persona, al comerte la carne de los animales y encargar, con la compra de productos de procedencia animal, que se lleven a cabo todas demás las crueldades a los animales descritas arriba por parte de esta sociedad. Schopenhauer dijo: *"La compasión es la base de la moral"*. La compasión hacia el más débil, que está a mi merced. Por su puesto que, como persona compasiva, reivindicas, y con razón, que un "super-ser vivo" sólo actúa moralmente cuando trata con cuidado a los humanos más débiles, o sea a tí y a tus seres queridos. Pero si consideras que la explotación de la especie humana por parte de la especie superior de los "super-seres vivos" es inmoral a causa del poder del más fuerte, entonces es de una lógica aplastante que también la explotación de la especie animal por parte de la especie humana a causa de exactamente la misma postura, representa una injusticia moral exactamente idéntica.

En consecuencia sólomente actuamos moralmente como humanos, cuando tratamos con cuidado a los animales más débiles, que están a nuestra merced, es decir, cuando con nuestra conducta como consumidor no encargamos en el mostrador de la tienda que maltraten cruelmente a los animales más débiles. ¿O consideras que los valores morales sólo son válidos cuando tienen utilidad para tí y te protegen del poder del más fuerte? Cuando la moral es usada a voluntad, es decir que depende de la propia posición de fuerza o debilidad, entonces no es una moral auténtica, sino una pseudomoral para imponer brutales exigencias egoistas a los más débiles e indefensos. Una pseudomoral como constructo auxiliar psicológico para enmascarar la propia participación en este crimen y acallar la conciencia. ¿Qué tipo de "moral" es ésta, que sólo aceptamos cuando obtenemos una ventaja egoista y brutal a costa de los débiles, pero que no queremos admitir si somos nosotros los que tenemos que soportar un enorme

sufrimiento, explotación y muerte por parte de los más fuertes? Tal moral no es más que pseudomoral, inmoralidad y delito moral.

Por lo tanto es evidente y está probado que el "constructo ético especial" practicado en nuestra sociedad respecto a los animales es en realidad una "pseudomoral" retorcida y dudosa para justificar los crímenes cometidos sobre los más débiles. Estos crímenes autorizados por una pseudomoral son además legalizados por las llamadas "leyes sobre la protección de los animales", de manera que a primera vista parecen morales y correctas, y en las que no es apenas necesario indagar. La argumentación, según las leyes de la lógica, de que el fundamento de la explotación de los animales no es más que una inmoralidad enmascarada, debe ser ahora evidente y comprensible para todo el mundo.

Y ahora puedes escoger: ¿Quieres participar en el crimen cometido a los débiles a través del consumo de productos animales con el pretexto de una pseudomoral o prefieres darle la oportunidad en tu vida a una moral auténtica y única, que también incluye a los más débiles?

Vegano



En favor de la protección y los derechos de los animales

A primera vista no es fácil darnos cuenta de la cantidad y calidad de la explotación animal por parte de los humanos. Ésta tiene lugar detrás de altos muros para que a los consumidores no se les quiten las ganas de comer carne, leche y huevos.

Bien es verdad que vemos de vez en cuando informes de televisión y películas sobre las condiciones en las fábricas de animales, en los mataderos, durante el transporte de animales, etc., cuyo mal estado es rechazado rápidamente por la industria animal y la política con fórmulas estandarizadas para suavizar ("excepciones", "falsificado", "manipulado", "no actual", etc.) y tranquilizar así a los consumidores. Pero si profundizamos en el tema como ciudadanos imparciales normales, nos damos cuenta rápidamente cómo es en realidad la situación de los animales. Lo mejor es informarse a través inspecciones personales al lugar de los hechos y por medio de películas. Los textos sólo pueden ofrecer una visión casi inofensiva del verdadero sufrimiento de los animales.

El informe de la **veterinaria Christiane M. Haupt** sobre sus vivencias en la industria animal normal, donde realizó sus prácticas de estudiante, nos permiten hacernos una idea bastante clara. A continuación se ofrece sin abreviar. (Fuente: <http://www.vegetarismus.ch/het/98-2/schlacht.htm>):

"Por un bocadito de carne..."

'Sólamente son aceptados animales transportados siguiendo la normativa de protección de animales e identificados reglamentariamente', pone en el letrero sobre la rampa de hormigón. Al final de la rampa hay un cerdo tieso y pálido, muerto. 'Sí, algunos mueren ya durante el transporte. Colapso circulatorio.' Qué suerte que me he traído la chaqueta vieja, aunque estamos a principios de Octubre hace un frío que pela, pero no tiemblo sólo por eso. Meto las manos en los bolsillos, me obligo a poner cara amable y a escuchar al director del matadero, que me está explicando que hace ya tiempo que no se les hacen más pruebas de salud a los animales, sólo una inspección. 700 cerdos al día, cómo sería posible. 'De todas formas no están enfermos. Esos los enviaríamos en seguida de vuelta, y al distribuidor le costaría una buena multa. Eso lo hace una vez y nunca más'. Yo asiento con la cabeza por compromiso – aguantar, sólo aguantar, tienes que conseguir superar estos seis meses –, ¿qué pasa con los cerdos enfermos? 'Para ellos hay un matadero especial'. Me entero de algunas cosas sobre la normativa de transporte y que hoy día se guarda muy estrictamente la protección de los animales. Estas palabras suenan macabras dichas en un lugar como éste. Mientras tanto el camión de dos pisos se ha situado chirriando y resoplando en la rampa, por debajo de nosotros. En la oscuridad del amanecer apenas se aprecian los detalles; el escenario tiene algo de irreal y recuerda a ls fantasmales informes de la guerra, a las filas grises de vagones llenas de caras pálidas y asustadas en las rampas de descarga, en las que la humillada masa humana es empujada por hombres armados. De pronto me encuentro en medio de aquello. Algo así sólo se sueña en pesadillas de las que se despierta una bañada en sudor: En medio de una niebla que se va extendiendo, a la fría y sucia media luz de este edificio repulsivo, de este bloque plano y anónimo de hormigón, acero y baldosas blancas, apartado al borde helado del bosque; aquí sucede lo inefable, de lo que nadie quiere saber nada.

*Los chillidos es lo primero que oigo todas las mañanas cuando llego para enfrentarme con estas prácticas obligatorias, cuyo rechazo hubiera significado perder cinco años de carrera y el fracaso de todos mis planes para el futuro. Pero todo en mí – cada fibra, cada pensamiento – es rechazo, es repugnancia y horror y la conciencia de una impotencia insuperable. Tener que mirar, no poder hacer nada, y te obligan a participar, a ponerte chorreando de sangre. Ya desde lejos, cuando me bajo del autobús, me alcanzan los chillidos de los cerdos como puñaladas. Seis meses van a retumbarme en los oídos, hora tras hora, sin pausa. Tengo que aguantar. **Para tí llegará un momento en que acabe, para los animales no.***

Algo así sólo se sueña en pesadillas, de las que se despierta una bañada en sudor. Un patio pelado, algunos camiones de transporte de vacas, cerdos abiertos en canal colgados de un gancho ante una puerta con luz cegadora. Todo escrupulosamente limpio. Esta es la puerta principal. Busco la entrada, que está por un lado. Dos camiones de transporte pasan por mi lado; faros amarillos en la bruma matinal. Una luz débil alumbra mi camino. Las ventanas están iluminadas. Unos cuantos escalones y ya estoy dentro. A partir de ahora

todo está enlosetado de blanco. No se ve ni un alma. Un pasillo blanco – los vestuarios de mujeres. Son casi las siete, me cambio de ropa: blanco, blanco, blanco. El casco prestado baila grotescamente sobre mis pelos lacios. Las botas son demasiado grandes. Vuelvo al pasillo arrastrando los pies, casi choco con el veterinario de turno. Saludos de cortesía. 'Soy la nueva practicante'. Y antes de que empiece todo, las formalidades. "Póngase algo caliente, vaya al director y déle su certificado médico. El Dr. XX le dirá dónde tiene que empezar'.

Ya desde lejos los chillidos de los cerdos se me clavan como cuchillos. El director es un señor jovial que me habla de los buenos viejos tiempos, cuando el matadero aún no estaba privatizado. Desgraciadamente deja de hablar de esto y decide servirme de guía personalmente, y así llego a la rampa. A mano derecha cuadrados de hormigón pelado rodeados de barras de acero heladas. Algunos están ya llenos de cerdos. 'Aquí empezamos a las cinco de la mañana'. Empujones, disputas por aquí y por allí, algunos hocicos curiosos asoman de las jaulas, ojos pícaros, otros inquietos y confusos. Una gran cerda se abalanza obstinada contra otra; el director agarra un palo y le pega varias veces en la cabeza. 'Si no se muerden a lo bestia'. Abajo el camión ha abierto la puerta de madera, los cerdos de delante retroceden asustados ante el puente tambalante y empinado, pero desde atrás están empujando **porque un controlador se ha subido al camión y reparte fuertes latigazos con una manguera de goma. Más tarde no me sorprende de los numerosos verdugones rojos en los cerdos abiertos en canal.**

'Entre tanto ya se ha prohibido el palo eléctrico para los cerdos', me informa el director. Algunos animales arriesgan sus primeros pasos tropezando e inseguros, los otros les siguen, uno se resbala y mete la pata entre la puerta y la rampa, se levanta y sigue cojeando. Abajo se vuelven a reunir entre barras de acero, que les llevan inevitablemente a un corredor aún vacío. Cada vez que llegan a una esquina se acumulan los cerdos de delante, se produce un atasco y el controlador maldice furioso y aporrea a los de detrás, que intentan saltar, en pánico, sobre sus compañeros de desgracias. El director sacude la cabeza. '**Majarón. Completamente majarón. ¡Cuántas veces he dicho que no sirve de nada pegarles a los de atrás!**' Mientras sigo observando inmóvil este espectáculo – nada es verdad, estás soñando –, se vuelve el director y saluda al conductor de otro camión, que ha aparcado al lado del anterior y se está preparando para descargar. Por qué en este caso todo se desarrolla mucho más rápido y a la vez con muchos más chillidos me doy cuenta cuando aparece un segundo hombre en la zona de carga por detrás de los cerdos, que se levantan a trompicones, pues lo que no va lo suficientemente rápido se soluciona con electroshocks. Miro fijamente al hombre, luego al director, pero éste sacude por segunda vez la cabeza: '¡Oiga, ya sabe que eso está prohibido para los cerdos!'. El hombre mira incrédulo y se mete el aparato en el bolsillo.

¿Quién habla de la inteligencia y la curiosidad en los ojos de un cerdo? Se me ponen flojan las piernas. Me vuelvo y veo dos ojos azules y despiertos. Conozco a muchos amigos de los animales entusiasmados con los ojos tan llenos de vida de los gatos, la mirada

tan fiel de los perros – ¿quién habla de la inteligencia y la curiosidad en los ojos de un cerdo? **Pronto voy a conocer estos ojos de otra manera: gritando mudos de miedo, apáticos por el dolor y luego sin vista, rotos, sacados de sus órbitas, rodando por el suelo cubierto de sangre.** Me asalta un pensamiento penetrante que en las semanas siguientes repetiría cientos de veces: **comer carne es un crimen – un crimen: ...**

Después una vuelta corta por el matadero, empezando por la sala de descanso. Una ventana frontal abierta a la nave de matanza, en una hilera interminable pasan cerdos abiertos en canal colgando en cadena, lívidos y ensangrentado,. Allí hay dos empleados desayunando sin prestar atención a eso. Bocado de mortadela. Sus batas blancas están manchadas de sangre, de la suela de una bota de goma cuelga un jirón de carne. El ruido inhumano, que poco después va a ensordecirme cuando me llevan a la nave de matanza, está aquí amortiguado. Retrocedo porque un cerdo abierto en canal pasa a toda velocidad cerca de la esquina estampándose contra el siguiente. Me ha tocado, caliente y flácido. **No puede ser verdad – esto es absurdo – imposible.** Instintivamente se espera una a un monstruo, pero es el abuelete simpático del piso de al lado, el jovenzuelo de la calle ...

Todo se me desmorona. Chillidos agudos. El chirrido de las máquinas. El golpeteo metálico. El hedor penetrante a pelos quemados y piel chamuscada. El vapor de la sangre y el agua caliente. Risas, llamadas despreocupadas. Cuchillos brillantes, ganchos atravesando tendones, de ellos cuelgan mitades de animales sin ojos y con músculos que se contraen. Pedazos de carne y órganos que caen chapoteando en un canalón lleno de sangre, de tal modo que el repugnante caldo me salpica. Grasientas fibras de carne sobre el suelo resbaloso. Personas de blanco por cuyos delantales chorrea la sangre, caras bajo los cascos o las gorras como las que una se encuentra en todas partes: en el metro, en el cine, en el supermercado. Instintivamente se espera una a un monstruo, pero es el abuelete simpático del piso de al lado, el jovenzuelo de la calle, el pulcro señor del banco. Me saludan amablemente. El director me enseña rápidamente la nave de matanza de las vacas, que hoy está vacía "¡ja las vacas les toca los martes!" –, luego me pone en manos de una señora y se va rápidamente, tiene cosas que hacer. 'La nave de matanza puede mirarla usted misma con toda tranquilidad'. Necesito más de tres semanas para atreverme a hacerlo.

El primer día me conceden un plazo de gracia. Estoy sentada en una habitación pequeña junto a la sala de descanso y durante varias horas pico pedacitos de carne de un cubo de pruebas, que una mano ensangrentada se encarga de rellenar regularmente. Cada pedacito es un animal. Luego hacen porciones que son trituradas, mezcladas con ácido clorhídrico y cocidas para la prueba de la triquina. La mujer me lo enseña todo. Nunca se encuentra triquina, pero es el reglamento.

A la mañana siguiente me convierto en parte de la enorme maquinaria de despiece. Una rápida instrucción – 'Aquí tiene que quitar el resto del aro de la faringe y cortar los gánglios linfáticos mandibulares. A veces cuelga aún una uña en la pezuña, eso también hay que

quitarlo' – y me pongo a cortar, hay que ir rápido, la cinta transportadora sigue corriendo y corriendo. Por encima de mí quitan despedazan a otros cadáveres. Si el compañero trabaja con mucho ímpetu o en el canalón delante de mí se acumula demasiado líquido sangriento, la papilla me salpica hasta la cara. Intento ir a otro lado para evitarlo, pero allí están despedazando cerdos con una enorme sierra que escupe agua; es imposible estar aquí sin ponerse una empapada hasta los huesos. **Aprieto los dientes y sigo cortando en pedazos, todavía tengo que darme demasiada prisa como para poder pensar en todo este horror, además tengo que poner muchísimo cuidado de no cortarme un dedo.**

Al día siguiente cojo prestados unos guantes de trabajo de una compañera de estudios que ya ha superado todo esto. Y dejo de contar los cerdos que pasan chorreando por mi lado. También dejo pronto de usar guantes de goma. Es realmente espantoso revolver en los cadáveres calientes con las manos desnudas, pero como al final acabas pringada hasta los hombros, la mezcla pegajosa de líquidos corporales se te mete en los guantes, así que se los puede ahorrar una. ¿Para qué hacen películas de miedo si existe esto? **Los auténticos monstruos son los que encargan a diario este asesinato en masa.**

Pronto se desafiló el cuchillo: '¡Démelo – yo se lo afilo!' El abuelete simpático, en realidad un veterano inspector de matadero, me hace un guiño. Una vez que me devuelve el cuchillo afilado charla un poco, me cuenta un chiste y vuelve al trabajo. A partir de entonces me toma un poco bajo su protección y me enseña un pequeño truco que hace más fácil el trabajo en cadena. '¿A usted no le gusta todo esto, verdad? Ya lo veo. Pero hay que pasar por esto.' No puedo encontrarlo antipático, él se esfuerza mucho por animarme un poco. También la mayoría de los otros se esfuerzan por ayudarme: por supuesto que se ríen de los muchos practicantes que pasan por aquí y que al principio hacen su trabajo asustados y luego continúan con los dientes apretados. Pero lo hacen sin mala intención, no hay mala leche. Esto me hace pensar que – quitando algunas excepciones – no considero en absoluto que la gente que trabaja aquí sean monstruos, sólomente se han embrutecido, como me pasaría a mí con el tiempo. **No, los auténticos monstruos son todos los otros que encargan a diario este asesinato en masa, que con su ánsia de comer carne obligan a los animales a una existencia miserable y a un final aún más miserable – y a otras personas a un trabajo humillante y embrutecedor.**

Poco a poco me voy convirtiendo en una pequeña ruedecita de este monstruoso mecanismo de la muerte. Llega un momento en el que, en el transcurso de las interminables horas, los movimientos monótonos se hacen mecánicos y agotadores. Casi ahogada por la cacofonía ensordecedora y el indescribible horror presente por todas partes, la razón toma el mando, se impone sobre los sentidos abotargados y empieza a funcionar de nuevo. Discierne, ordena, intenta comprender, pero es imposible.

Cuando me doy cuenta conscientemente por primera vez – el segundo o tercer día – de que los cerdos desangrados, quemados y aserrados todavía se contraen y menean la colita,

me quedo petrificada. 'Oiga – todavía se mueven ...', le digo a un veterinario que pasa por allí, aunque ya sé que se trata sólo de contracciones nerviosas. Él sonríe irónicamente: '¡Maldición, ya ha hecho alguien un fallo – no está completamente muerto!' Un pulso fantasmal hace temblar a los cerdos abiertos en canal, por todas partes. **Un gabinete del horror. Me quedo helada hasta la médula.**

'No pongas esa cara de pocos amigos. Sonríe. Tú querías ser veterinaria por encima de todo.'

Una vez en casa me tumbo en la cama y me quedo mirando fijamente al techo. Horas y horas. Todos los días. Mi entorno reacciona con irritación. 'No pongas esa cara de pocos amigos. Sonríe. Tú querías ser veterinaria por encima de todo.' Veterinaria, no matarife. No puedo soportarlo más. **Estos comentarios. Esta indiferencia. Esta naturalidad con que se acepta la muerte. Quisiera hablar, tengo que hablar, sacar lo que llevo dentro. Me ahogo. Quisiera hablar del cerdo que no podía seguir andando y estaba ahí tirado con las patas abiertas, y le dieron patadas y golpes hasta que lo metieron a palos en la celda de matanza.** Más tarde lo examiné cuando pasó colgando a mi lado troceado: a ambos lados de los muslos tenía desgarres musculares. Fue el número 530 de las matanzas de aquel día, nunca olvidaré esta cifra. **Quisiera hablar de los días en que sacrificaban a las vacas, de los mansos ojos castaños tan llenos de miedo. De los intentos de huida, de todos los golpes y maldiciones hasta que el pobre animal estaba preparado para recibir la descarga eléctrica en las jaulas de hierro con vista panorámica a la nave donde sus congéneres estaban siendo despellejados y descuartizados,** – y entonces la descarga mortal, a continuación la cadena en la pata trasera, levantando al animal coceante y retorciéndose, mientras que en la parte de abajo ya le están separando la cabeza del cuerpo. Y lanzando chorros de sangre y sin cabeza, el cuerpo sigue encabritándose, las piernas se retuercen... Hablar sobre el ruido espantoso que hace la piel al ser arrancada del cuerpo, sobre los movimientos automáticos de los dedos del desollador al sacar los ojos de las órbitas – los ojos torcidos, rojos, saltados – y los arroja a un agujero que hay en el suelo, por el que desaparecen los "desechos". Hablar de la rampa de aluminio a la que van a parar todas las vísceras que son arrancadas de los enormes cadáveres decapitados y que – exceptuando el hígado, el corazón los pulmones y la lengua – desaparecen por una especie de tragadero de basura.

Pequeños fetos de todos los tamaños con aspecto de terneritos completos, delicados y desnudos y con los ojos cerrados, en su protectora bolsa amniótica que no pudo protegerlos...

Quisiera contar que una y otra vez se podía encontrar un útero preñado en esta montaña sangrienta y pegajosa; que he encontrado pequeños fetos de todos los tamaños con aspecto de terneritos completos, delicados y desnudos y con los ojos cerrados, en su protectora bolsa amniótica que no pudo protegerlos – el más pequeño era tan diminuto como un gatito recién nacido y sin embargo realmente una vaca en miniatura, el mayor con un vello suave,

marrón y blanco, y con largas y sedosas pestañas, pocos días antes de su nacimiento. **‘¿No es un milagro lo que crea la naturaleza?’ dice el veterinario que está de guardia este día, y arroja el útero, incluido el feto, en el borboteante tragadero de basura. Y yo sé con seguridad que no puede existir Dios porque no cae ningún rayo del cielo para vengar este sacrilegio que sigue repitiéndose interminablemente.**

Tampoco hay un Dios para la pobre vaca flaca que se estremece compulsivamente tirada en el pasillo helado y expuesto a las corrientes de aire delante de la celda de matanza, cuando llego a las siete de la mañana, ni nadie que se compadezca de ella dándole un rápido tiro. Cuando me voy por la tarde sigue allí tirada y se estremece: nadie la ha librado de su sufrimiento a pesar de las repetidas ordenes. Yo he aflojado el cabestro – clavado sin piedad en su carne – y le he acariciado la frente. **Ella me mira con sus enormes ojos, y yo siento que las vacas pueden llorar. La culpa de tener que mirar un crimen sin poder hacer nada me pesa tanto como cometerlo. Me siento tan infinitamente culpable.**

Mis manos, mi bata, mi delantal y mis botas están embadurnadas de la sangre de sus congéneres. He pasado horas debajo de la cinta transportadora, he cortado corazones, pulmones e hígados. ‘Con las vacas se pone uno siempre perdido’, acaban de advertirme. Esto es lo que quisiera contar para no tener que soportarlo sola, – pero en el fondo nadie quiere escucharlo. No es que durante este tiempo nadie me haya preguntado con frecuencia. ‘¿Qué tal en el matadero? ¡Uy, yo no podría!’ Con las uñas me grabo profundas medias lunas en la palma de la mano para no abofetear esas caras de lástima, o para no lanzar el teléfono por la ventana, – me gustaría gritar, pero hace tiempo que todo eso que contemplo día a día ha ahogado los gritos en mi garganta. Nadie me ha preguntado si yo puedo. Las reacciones a cualquier respuesta, por corta que sea, revelan malestar respecto a este tema. ‘Sí, todo eso es horrible, y nosotros también comemos muy poca carne’. Con frecuencia me pinchan: ‘¡Aprieta los dientes, tienes que pasar por eso, y ya mismo estarás lista!’. Este es uno de los comentarios peores, más crueles e ignorantes, porque la masacre sigue, día a día. Yo creo que nadie ha entendido que mi problema no consiste tanto en sobrevivir los seis meses, **sino en que existe este monstruoso asesinato en masa, a millones, – existe para cada persona que come carne. Especialmente los comedores de carne que afirman ser amigos de los animales son para mí unos impostores de los que desconfío.**

‘¡Para, que me quitas el hambre!’ También con cosas así me han hecho callar brutalmente, seguido de la comparación: ‘¡Eres una terrorista! ¡Cualquier persona normal se reiría de tí!’ Qué sólo se siente una en esos momentos. De vez en cuando miro el pequeño feto de vaca que me traje a casa y conservo en formalina. **Memento mori. Deja reír a las ‘personas normales’. Ojos que nunca podré olvidar, ojos que deberían ver todos los que reclaman carne.**

Cuando una está rodeada de tanta muerte violenta cambian las perspectivas; la propia vida parece infinitamente sin importancia. Llega un momento en que miro las filas anónimas de

cerdos descuartizados, que se mueven por la nave en forma de meandros, y me pregunto: ¿Sería diferente si aquí colgaran personas? Sobre todo la anatomía trasera de los animales muertos, gorda y llena de granos y manchitas rojas, me recuerda desconcertantemente a esa masa grasienta que se sale de los estrechos bañadores en las playas de vacaciones. También los chillidos interminables de los cerdos, que resuenan en las naves de matanza cuando los cerdos presienten su muerte, podrían provenir de mujeres o niños. No hay más remedio que embrutecerse. Llega un momento en que sólo pienso que tiene que parar, tiene que parar, ojalá que sea rápido con las tenazas eléctricas para que acabe de una vez. 'Muchos cerdos no dicen ni mu' dijo una vez una de las veterinarias. 'Sin embargo otros se levantan y se ponen a chillar sin motivo alguno.'

También observo eso, – cómo se levantan y chillan 'sin motivo alguno'. Ya he superado más de la mitad de las prácticas cuando por fin paso a la nave de matanza, para poder decir: 'Lo he visto.' Aquí acaba el camino que empieza en la rampa de descarga. El pasillo desnudo en el que desembocan todas las celdas se estrecha y una puerta lleva a la celda de espera, en la que caben cuatro o cinco cerdos. **Si tuviera que representar gráficamente el concepto 'miedo', pintaría a los cerdos apiñados aquí tras la puerta cerrada, pintaría sus ojos. Ojos que jamás olvidaré. Ojos que deberían ver todos los que reclaman carne.**

Con ayuda de una manguera de goma se separan a los cerdos. Uno de ellos es empujado hacia una celda que lo encajona por todos lados. El cerdo chillaba, intenta en vano salir por donde había venido, y con frecuencia el controlador no da abasto hasta que por fin consigue cerrar la celda con un cerrojo eléctrico. Pulsa un botón, el suelo de la celda es sustituido por una especie de trineo móvil en el que el cerdo se encuentra a horcajadas. Un segundo cerrojo se abre ante él y el trineo con el animal encima se desliza a una segunda celda. El matarife, que se encuentra al lado – yo siempre le he llamado en secreto 'Frankenstein' – coloca los electrodos; un dispositivo en tres puntos para aturdirle, como me explicó una vez el director. Se puede ver cómo el cerdo se encabrita en la celda, entonces desaparece el trineo y el cerdo va a parar a un tobogán lleno de sangre, y patatea. También aquí le espera un matarife, el cuchillo acierta bajo la pata delantera derecha, un aluvión de sangre oscura sale disparado, y el cuerpo sigue su recorrido. Segundos después una cadena de hierro se cierra a una de las patas traseras y levanta al animal. El suelo está cubierto de una capa de sangre coagulada de un centímetro de grosor, sobre él hay una botella de Coca-Cola manchada. El matarife deja su cuchillo, coge la botella y da un trago.

Se enciende el fuego, durante unos segundos los cuerpos son sacudidos y parecen bailar una grotesca danza. Yo sigo al 'infierno' a los cadáveres que se desangran balanceándose de un gancho. Así es como llamé a la sala siguiente. Es alta y negra, llena de hollín, hedor y fuego. Después de varias curvas por las que sigue corriendo la sangre, la fila de cerdos llega a una especie de horno enorme. Aquí les quitan las cerdas. Los animales caen desde lo alto y son recogidos en un embudo, por donde se deslizan al interior de la máquina. Se puede

mirar dentro. Se enciende el fuego, durante unos segundos los cuerpos son sacudidos y parecen bailar una grotesca danza. Al otro lado van a parar sobre una mesa, dos matarifes los agarran, les arrancan las cerdas que han quedado, les sacan los ojos y separan las uñas de las pezuñas. Esto sólo dura un momento, aquí se trabaja a destajo. Ganchos a través de los tendones de las patas traseras, los animales muertos cuelgan de nuevo y se deslizan a un marco de acero con una especie de lanzallamas: Se oye como un ladrido y el cuerpo del animal queda envuelto en llamas y es flameado durante unos segundos. La cinta transportadora vuelve a ponerse en movimiento, lleva a la segunda nave, – la nave en la que me había pasado tres semanas. Los órganos son sacados y trabajados sobre la cinta superior: se examina la lengua, se separan y tiran las amígdalas y el esófago, se cortan los ganglios linfáticos, los pulmones van a la basura, se abren la tráquea y el corazón, se toman pruebas de triquina, se extirpa la vesícula biliar y se hacen análisis de la presencia de gusanos en el hígado. Muchos cerdos están llenos de gusanos, sus hígados están infectados de nidos de gusanos y hay que tirarlos. El resto de los órganos, como el estómago, los intestinos y el aparato reproductor se tiran a la basura. En la parte baja de la cinta transportadora se pone el cuerpo a punto para su utilización: se despezada, se separan las extremidades, se eliminan el ano, los riñones y la grasa del riñón, se extraen el cerebro y la médula espinal, etc., luego se pone un sello en los hombros, la nuca, el lomo, la panza y las patas, se pesa y se manda a la nave de refrigeración. Los animales no aptos para el consumo son 'confiscados provisionalmente'. Poner el sello es un trabajo pesado para los que no tienen experiencia, los cadáveres tibios y resbalosos cuelgan al final muy altos al final de la cinta, y hay que darse prisa si uno no quiere que le hagan polvo, porque antes de llegar a la balanza golpean unos contra otros con mucho ímpetu.

Tengo la sensación de que toda esta pringue y este olor se me hubieran impregnado para siempre. Quiero salir de aquí, irme lejos... Sería imposible decir cuántas veces he mirado el reloj de la sala de descanso en todos estos días. Seguro que no hay un reloj más lento en el mundo que éste. A mitad de la mañana nos permiten hacer una pausa, respirando profundamente corro a los lavabos, me limpio como puedo de sangre y jirones de carne; tengo la sensación de que toda esta pringue y este olor se me hubieran impregnado para siempre. Quiero salir de aquí, irme lejos ... En este lugar no he podido probar bocado. Las pausas las paso fuera, da igual el frío que haga, voy hasta la alambrada de espino y me quedo mirando los campos y el límite del bosque, observo los cuervos, o voy al centro comercial al otro lado de la calle, allí hay una pequeña panadería donde puedo calentarme con una taza de café. Veinte minutos después de vuelta a la cinta de producción.

Comer carne es un crimen. Ninguna persona que coma podrá volver jamás a ser mi amigo. Jamás. Nunca jamás. Pienso que a todos los que comen carne habría que mandarlos aquí, todos deberían verlo, desde el principio hasta el final. El filete del supermercado, en su paquete esteril, ya no tiene ojos inundados de puro miedo a la muerte, este filete ya no grita.

Yo no estoy aquí porque quiero ser veterinaria, sino porque la gente cree que tiene que comer carne. Y nosólo eso: **También porque son cobardes. El filete del supermercado, en su paquete esteril, ya no tiene ojos inundados de puro miedo a la muerte, este filete ya no grita. Todo eso se lo ahorran todos los que se alimentan de cadáveres profanados: ¡Uy, yo no podría!**

Un día, viene un granjero y trae una prueba de carne para el análisis de la triquina. Le acompaña su hijo pequeño, diez u once años quizás. Veo cómo el niño aplasta la nariz contra la ventana, y pienso: Si los niños vieran todo este horror, todos estos animales asesinados, ¿no habría todavía esperanza? Oigo exactamente cómo el chico llama a su padre. '¡Papi, mira! ¡Qué guay! La sierra grande esa de ahí.' – Por la noche en las noticias de la televisión informan en el programa 'AktENZEICHEN XY ungelöst' ('Informe XY sin resolver') sobre un crimen en el que una chica fue asesinada y descuartizada, y el inmenso horror y desprecio de la población ante esta atrocidad. 'Algo parecido he presenciado 3700 veces esta semana', dejo caer. Ya no soy sólo una terrorista, sino que además estoy mal de la cabeza, porque siento horror y desprecio no sólo respecto al asesinato de una persona, sino también por el asesinato de animales, pisoteados miles de veces: 3700 veces sólo en esta semana, sólo en este matadero. **Ser persona – ¿no significa esto decir que no y negarse a ser cómplice de un asesinato en masa – por un pedazo de carne? Qué mundo más extraño. Quizás el mejor destino de todos nosotros lo tuvieron los diminutos terneros, arrancados de las entrañas de sus madres, que murieron antes de nacer.**

De alguna manera llegó el último de estos días interminables. En algún momento llevo en la mano el certificado de prácticas, un trozo de papel que me ha costado más caro de lo que nunca he pagado por algo. La puerta se cierra, el tímido sol de Noviembre me acompaña por el patio pelado hasta el autobús. Los chillidos y el ruido de las máquinas se atenuan. Cuando cruzo la calle gira un camión grande de transporte de animales y entra en el matadero. **Cerdos apretujados en dos pisos.**

Me voy sin volver la vista atrás, ahora he sido testigo y quiero tratar de olvidar para poder seguir viviendo. Que luchen los demás; a mí me han quitados las ganas en este lugar, la voluntad, la alegría de vivir, **y las han cambiado por culpa y paralizante tristeza. El infierno está entre nosotros, multiplicado por miles, día a día. Pero aún hay una cosa que podemos hacer cada uno de nosotros: Decir que no. ¡No, no y no!** (Fin del informe de la veterinaria Christiane Haupt)

El prestigioso autor y psicólogo Dr. Helmut Kaplan hace referencia, en su artículo "Traición a los animales" ("Verrat an den Tieren", texto completo en alemán en <http://www.tierrechte-kaplan.org/kompendium/a214.htm>) al informe de Christiane Haupt sobre el matadero. A continuación un extracto:

"Un vídeo de doce minutos del año 2001 acerca de la vida normal en un matadero nos muestra muy claramente que Christiane Haupt no dió con un matadero especialmente malo

y en un época poco propicia. El video no se filmó por medio de la 'cámara oculta', sino con una cita de rodaje aprobada oficialmente en un matadero certificado por la Unión Europea de la región colindante entre la Alta Austria y Baviera.'

Esquema de una escena: 'Un toro formidable, levantado por la pata con cadenas de hierro, cuelga boca abajo en la cinta de producción – aparentemente aturdido por una descarga eléctrica. El matarife le corta el cuello con un cuchillo grande, y sale un torrente de sangre. De pronto pasa algo que sobrecoge al espectador: mientras que el matarife está ocupado rajándole el pecho con un cuchillo y silbando para sí, los ojos del animal se abren y cierran lentamente. Y entonces el toro empieza a bramar – en el vídeo se oye muy claramente: un mugido horroroso, borboteante y ronco se impone sobre el ruido del proceso de matanza. Finalmente el animal chorreante de sangre se encabrita, incluso varias veces, colgado del gancho. El matarife, que está cortando la pezuña delantera, tiene que ponerse a cubierto. El miedo a la muerte dura largos minutos.'

Esta escalofriante escena pertenece, como ya he dicho, a la vida cotidiana del matadero (incluso tratándose, en el caso de este matadero, de una 'empresa presentable', por lo que podemos suponer que en otros sitios se trabaja con mayor brutalidad): De 30 animales aturdidos aquí en una hora por medio de una descarga eléctrica, se despiertan 6.

Una versión revisada del vídeo (mostrada en varios documentales de la televisión alemana) en la que se añadieron escenas no mostradas hasta ahora, sacaba a la luz más detalles espantosos: 'En la nueva versión se ve que el toro no sólo berrea mientras se retuerce durante varios minutos en su agonía. Cuando el matarife está limpiando de sangre la sala y a sí mismo con una manguera, el maltratado animal, con sus últimas fuerzas y la lengua sacada, intenta llegar al chorro de agua. La grabación documenta claramente: Estos animales están completamente conscientes, perciben todavía su entorno mientras están siendo cortados y convertidos en carne.'

El vídeo se puede ver en:

http://www.tierrechtsfilme.at/langfilme/bruellen_der_rinder/film.htm

Una razón actual para el aturdimiento por medio de la descarga eléctrica – junto a los continuos escándalos de la falta de control y el aturdimiento a destajo (!) – son las modificaciones en los métodos de matanza debido a la encefalopatía esponjiforme bovina (las 'vacas locas'): Desde principios del 2001 está prohibido en la Unión Europea el uso del llamado "destructor de la médula espinal", porque con esto se podrían extender por todo el cuerpo los tejidos nerviosos potencialmente infectados. Esta varilla se introduce a través de un orificio de entrada en la médula, por lo que la muerte cerebral era irreversible y estaba garantizado que el animal no podía sentir más dolor. Con la renuncia al destructor de médula 'está programado un resultado insuficiente', según Ingrid Schütt-Abraham del instituto federal alemán para la protección sanitaria del consumidor y la medicina veterinaria.

Por otra parte esta renuncia ha sacado a la luz que se producen fallos en el aturdimiento, o que el aturdimiento mediante la descarga eléctrica efectuado hasta ahora no es suficiente en algunos animales, como constata el veterinario Karl Wenzel del ministerio de consumo de Munich. Respecto a esto indica Klaus Troeger del instituto federal para la investigación de la carne de Kulmbach: Antes del decreto de la UE de Enero del 2001, o sea antes de la prohibición del destructor de médula, se 'ocultaban problemas por la colocación incorrecta de los electrodos'.

El Dr. Kaplan continúa:

"Algunos de nosotros ya han sufrido en propias carnes lo que significa ser traicionado. En ocasiones tarda uno varios años en recuperarse del horror paralizante que produce esta inconcebible infidelidad. Con frecuencia el shock dura toda la vida. ¡Pero esto no son más que pequeñeces comparado con la traición a los animales! Incluso con los que ahora están en el matadero se ha portado alguien bien alguna vez. Los granjeros biológicos no se cansan de reiterar la buena relación que tienen con sus animales. Todos conocemos las fotos de granjeros acariciando 'cariñosamente' a sus animales. Y de repente estos animales se encuentran en el infierno, rodeados de personas que les hacen las cosas más monstruosas y espantosas que existen. La practicante de veterinaria Christiane Haupt ha experimentado la traición a los animales como representante de las personas comedoras de carne – y ha fracasado. 'He sido testigo, y ahora quiero tratar de olvidar para poder seguir viviendo. Que luchen los demás; a mí me han quitados las ganas en este lugar, la voluntad, la alegría de vivir, y las han cambiado por culpa y paralizante tristeza.'

El libro de Gail A. Eisnitz 'Slaughterhouse', para el que la autora entrevistó a trabajadores de mataderos con un total de dos millones de horas de experiencia en la celda de aturdimiento, demuestra que este horror sólo es la punta del iceberg de los crímenes que se cometen diariamente en el mundo en los mataderos de los países 'civilizados'. Los siguientes extractos de entrevistas a trabajadores de mataderos fueron presentados públicamente el 18 de Septiembre de 1999 en una presentación del libro:

'Yo he visto carne viva de vaca, la he oído mugir cuando la gente hinca el cuchillo y trata de quitar la piel. Pienso que es terrible para el animal morir tan lentamente mientras que cada uno hace su trabajo con él.' *'La mayor parte de las vacas que están colgadas viven todavía ... Las abren. Las desollan. Siguen estando vivas. Les cortan las pezuñas. Ellas abren sus ojos desorbitados y lloran. Gritan, y puedes ver que casi se les salen los ojos.'*

'Un trabajador me contó que una vaca, a la que se le quedó atascada una pata en el suelo de un camión, se desmayó. '¿Cómo pudiste sacarla viva?' le pregunté: 'Oh', dijo, 'simplemente fuimos por debajo del camión y le cortamos la pata'. Cuando alguien te dice esto sabes que hay muchas cosas que nadie te cuenta.

'En otra ocasión se trataba de un cerdo vivo que no había hecho nada, ni siquiera se había echado a correr. Cogí un tubo de un metro de largo y le golpeé hasta dejarlo casi muerto.'

'Cuando tienes un cerdo que se niega a moverse, coges un gancho y se lo metes por el culo. (...) Luego tiras. Tiras de los cerdos mientras están vivos, con frecuencia se desgarran el ano al salirse el gancho.'

'Una vez cogí mi cuchillo – que está bastante afilado – y le corte la nariz a un cerdo como si fuera un loncha de jamón para el desayuno. El cerdo se volvió loco durante unos segundos. Luego se sentó simplemente con pinta de tonto, así que cogí un puñado de sal y se lo restregué en la nariz. Entonces sí que flipaba el cerdo y metía la nariz por todas partes. Como me quedaba un poco de sal en la mano se la metí por el culo. El pobre cerdo ya no sabía si cagarse o volverse ciego.'

'Llega un momento en que te haces insensible. (...) Si tienes un cerdo vivo no lo matas simplemente..., quieres que tenga dolores. Te echas encima con dureza, le destrozas la faringe, haces que se ahogue en su propia sangre. (...) Un cerdo vivo me miró y yo cogí un cuchillo y (...) le saqué el ojo mientras que él simplemente estaba allí sentado. Y el cerdo no hizo otra cosa que chillar.'

(Fin de la cita del Dr. Kaplan. El texto completo y referencia bibliográfica puedes encontrarlo en internet (en alemán): <http://www.tierrechte-kaplan.org/kompendium/a214.htm>)

A pesar de la innumerable documentación en películas de esta tortura a los animales, los que la cometen y sus ayudantes políticos le restan importancia, a no ser que se trate de excepciones y la ley de protección animal los proteja. Pero sucede justo lo contrario. En realidad las leyes mundiales de "protección animal" no son más que leyes de "utilización animal", bajo las cuales los animales sufren extremadamente y sólo sirven para legalizar la brutal explotación de los animales.

Debido a la continua producción de leche las "**vacas lecheras**" se agotan en poco tiempo, una fracción de su esperanza normal de vida. Cuando ya no se puede obtener suficiente leche de los agotados animales, se les mata. En vez de un margen normal de vida de 25 años, las "vacas lecheras" son "desechadas" después de 4 – 5 años. Cada año se dejan embarazadas a las vacas para que el flujo de leche no disminuya, ya que la vaca sólo da leche tras el nacimiento de un ternero. Después del parto se separa a la madre del hijo, lo que supone un dolor traumático para ambos. Pero tampoco para el ternero se acaba aquí el sufrimiento. Las hembras se destinan para la producción de leche, donde serán desgastadas y agotadas durante su corta vida, al igual que a sus madres. Los machos son destinados a la producción de carne, pero como a nivel mundial se producen demasiados terneros, son simplemente destruidos en los llamados

"mataderos de Herodes". Estas crueldades suceden sólo porque los consumidores quieren beber leche. Una leche cuyas desastrosas consecuencias para la salud humana han podido ser demostradas entretanto por estudios científicos.

La tortura animal para la producción de **huevos** en las baterías de gallinas ponedoras es conocida e incluso declarada como tortura animal por la Constitución alemana (el llamado "juicio de las gallinas ponedoras"). A pesar de todo, la tortura continúa. Pero tampoco la crianza en masa de gallinas con puesta en el suelo de la ganadería biológica es adecuada a la especie y constituye claramente una tortura.

Como sólo las hembras ponen huevos y de los huevos incubados salen polluelos machos y hembras, los machos son asfixiados con gas o triturados vivos como "residuos inutilizables". Estos pollitos machos no sirven para la "producción de carne de pollo", porque para la producción de carne hay razas especiales de pollos. La destrucción diaria de crías de animales es algo normal (también en la agricultura biológica) y una realidad cotidiana permitida por las leyes de "protección animal" de este mundo, porque los consumidores se empeñan en consumir la bomba de colesterol llamada huevo.

Cada consumidor decide cada día en el mostrador de la tienda si quiere apoyar, al comprar productos animales, el seguir con esta brutal explotación, la tortura sin piedad y la muerte de los animales.

Nada será más beneficioso para la salud humana y aumentará más las probabilidades de supervivencia en la tierra que el paso a la alimentación vegetariana

Vegano



Por la protección del clima y el medio ambiente

Ya el genio del siglo XX, Albert Einstein, dijo: "Nada será más beneficioso para la salud humana y aumentará más las probabilidades de supervivencia en la tierra que el paso a la alimentación vegetariana." Pero Einstein también dijo: "Hay dos cosas infinitas: El universo y la estupidez humana. Pero respecto al universo no estoy completamente seguro."

La "industria del animal útil" y su producción de carne y leche constituye el **principal causante del calentamiento global y por tanto de la catástrofe climática**, a través de la emisión de gas invernadero como metano y CO₂ e incluso por delante del tráfico de coches. Las selvas tropicales, tan importantes para el clima mundial, son taladas para crear pastos para los "animales útiles" y cultivar plantas forrajeras. El "pulmón verde" de la madre Tierra está siendo destruido a un ritmo vertiginoso.

Incluso la Oficina Federal del Medio Ambiente alemana ha hecho un llamamiento a los consumidores para un comportamiento consciente respecto al clima y la reducción del consumo de carne. En el "Berliner Zeitung" decía el **Prof. Dr. Andreas Troge**: "*Deberíamos reconsiderar nuestro elevado consumo de carne.*" Esto no sólo sería beneficioso para la salud, sino también para el clima. "*Y apenas supone una renuncia respecto a la calidad de vida*", dijo el presidente de la oficina de medio ambiente. El presidente de la "Intergovernmental Panel on Climate Change" (IPCC) de la ONU y **premio Nobel de la paz del 2007 Rajendra Pachauri**, exhorta a comer menos carne, ya que el consumo de carne es una costumbre muy perjudicial para el clima. Las investigaciones han demostrado que la producción de un kilo de carne provoca emisiones del orden de los 36,4 kg de CO₂.

El prestigioso **World Watch Institute** publicó el 21 de Octubre de 2009 un estudio sobre la importancia de la cría de animales y el consumo de productos animales en el cambio climático. Según este estudio el consumo de carne, leche y huevos es responsable de **¡al menos 51%** de las emisiones mundiales de gas invernadero ocasionadas por el ser humano! Fuente: <http://www.worldwatch.org/files/pdf/Livestock%20and%20Climate%Change.pdf>

Lo increíble de esta situación no es la **extremada importancia de la cría de animales para el cambio climático**, sino también que la cría de animales **se silencia en casi todos los debates televisivos**. Esto sucede a pesar de que los políticos, científicos, periodistas y otros participantes en el debate están informados sobre los efectos desastrosos de los productos animales para el clima. ¿O es que esta gente no se ha ocupado de este tema y a pesar de todo discute sobre él? Sin una modificación de las costumbres alimentarias a una alimentación vegana el resto de las medidas para reducir el gas invernadero no servirán de mucho, y no se podrá impedir la catástrofe climática. Sin embargo estas personas expresan una gran preocupación por el cambio climático y sus efectos desastrosos, y a continuación escuchamos perplejos cómo dejan de lado el factor más decisivo y por tanto más importante para la catástrofe climática. Al parecer para esta gente dar gusto a su paladar con productos animales es más importante que salvar al mundo. Y todos los participantes saben que están representando un gran show ante los televidentes mostrando preocupación, aunque en realidad constituyen una organización que, a costa del mundo, no quiere separarse de sus productos animales, porque saben muy bien que probablemente el cambio climático no les va a pillar a ellos personalmente, sino sobretudo a los países más pobres en vías de desarrollo y a las generaciones posteriores.

Los mares del mundo están siendo vaciados por la pesca, de tal modo que también aquí es inminente una catástrofe ecológica. Las existencias de muchas especies marinas se encuentran al borde del colapso. Se está abusando de los mares mundiales en unas dimensiones gigantescas, convirtiéndolos en vertederos de basuras químicas y plásticos. La mayor parte de los peces están considerablemente contaminados con sustancias tóxicas, de tal manera que el consumo de estos peces supone un riesgo notable para la salud humana.

A la vista de esto está cada vez más claro cuánta razón tenía el escepticismo de Albert Einstein al juzgar la inteligencia humana. La situación es tan dramática, incluso perversa, que el ser humano, con su consumo de productos animales, no sólo está dañando su propia salud, explotando brutalmente a las criaturas animales y ocasionando la muerte por inanición de adultos y niños, sino que también está dañando masivamente el medio ambiente, a pesar de que éste es absolutamente necesario para sobrevivir sobre la

Tierra. Los humanos aserran no sólo la rama sobre la que ellos mismos están sentados, sino sobretodo sus hijos y nietos.

Cada uno de nosotros decide cada día, como consumidor, en el mostrador de la tienda, si quiere apoyar, al comprar productos animales, la destrucción del medio ambiente y la catástrofe climática.

Vegano



Las razones religiosas

Los textos siguientes están escritos sólo para las personas que creen en (un) Dios. La religión concreta no es relevante porque el texto se basa en aquello que tienen en común todas las (grandes) religiones.

Todas las religiones consideran que Dios creó al mundo, a los humanos y a los animales. Dios le ha regalado al ser humano su cuerpo, su espíritu y su salud. Dios ha creado un medio ambiente intacto, con los animales que viven en él.

¿Podemos imaginarnos que a Dios le gusta que...

... su creación sea violada y destruida?

... el ser humano arruine su salud con alimentos nocivos?

... el ser humano prive de alimentos a sus congéneres del Tercer Mundo, los deje morir y a cambio utilice estos alimentos para cebar a sus torturados "animales útiles"?

... el ser humano destruya el medio ambiente y ocasione una catástrofe climática?

... los animales creados por él sean explotados y torturados?

Todo esto ocurre con el consumo de carne, embutidos, leche, queso, huevos y otros productos animales. El que come estos productos animales está implicado en un sistema que daña y destruye la creación de Dios. Es más, supone una participación consciente ignorando las relaciones descritas en este folleto.

Para un creyente el haber pisoteado la creación podría acabar en un desastre eterno cuando, tras los pocos años de su existencia terrenal, tenga que presentarse ante su Creador.

Dr. med. Ernst Walter Henrich

Vegano

Una breve información acerca de la alimentación más sana y sus repercusiones en la defensa del clima y del medio ambiente, y en los derechos de los animales y los humanos.

El autor

Ernst Walter Henrich estudió medicina en Colonia y se doctoró en 1986. Tras sus cursos de perfeccionamiento en medicina naturista recibió en 1988 la autorización de la cámara médica de añadir el título adicional de "naturopatía". Se especializó en el campo de la prevención de la salud – especialmente el cuidado sano de la piel y la alimentación sana. Desde hace muchos años imparte cursos de formación en estas especialidades.

En 1990 fundó en Siegen junto con el químico Dr. Thomas Baumann la DR. BAUMANN COSMETIC GmbH para el desarrollo y la fabricación de productos para el cuidado de la piel. Poco después se crearon la Dr. Med. Henrich GmbH y la editorial Dr. Henrich Dr. Baumann GmbH.

En el 2007 fundó en el Lago de Constanza la DR. BAUMANN COSMETIC AG para el establecimiento de un centro de enseñanza en el que se imparten cursos de formación basados especialmente en los campos del cuidado sano de la piel y la alimentación sana.

En el 2008 fundó en el Lago de Constanza el HOTEL SWISS VEGAN con restaurante vegano, el primer hotel y restaurante veganos de Suiza.

El Dr. Henrich sigue desde hace muchos años una alimentación vegana, así como su perro Félix, que casi ha cumplido los 17 años y goza de una salud y condición física excelentes.