

Доктор медицинских наук Эрнст Вальтер Генрих

Веганство

Краткая информация о здоровом питании и его
воздействии на климат и окружающую среду, права
животных и человека





Если Вы хотите распространять эту брошюру,
мы вышлем Вам больше экземпляров бесплатно.
Для этого, пожалуйста, напишите сообщение на
электронный адрес: info@ProVegan.info

Аннотация

Веган - краткая информация о здоровом питании и его воздействии на климат и окружающую среду, права животных и человека

Авторы редактор:

Доктор медицинских наук Ернст Вальтер Генрих
Зеепарк 5 CH-9422 Штаад

Адрес сайта: www.ProVegan.info

Электронная почта: info@ProVegan.info

Für den Druck dieser Broschüre wurde ausschließlich Papier verwendet,
das nachhaltiger und verantwortungsvoll betriebener Forstwirtschaft entstammt.

Веганство

Краткая информация о здоровом питании и его воздействии на климат и окружающую среду, права животных и человека

Предисловие

Уже несколько десятилетий назад гений Альберт Эйнштейн говорил:

«Только переход на вегетарианское питание поможет улучшить здоровье людей и повысить их шансы на выживание на Земле.»

Удивительные слова, сказанные в то время, когда еще не было настолько хорошо известно о связях и влиянии питания на здоровье, окружающую среду, климат, голод в мире, права животных и человека. Мог ли уже тогда Альберт Эйнштейн обладать теми же знаниями, что и современные ученые, в таком случае можно было бы с уверенностью немного изменить его заявление:

«Только переход на веганское питание поможет улучшить здоровье людей и повысить их шансы на выживание на Земле.»

В веганском рационе не содержатся компоненты животного происхождения, и если все сделано по правилам, то это рацион питания самый лучший для здоровья, а также для окружающего мира, климата, животных и людей. Так как веганство и веганский образ жизни имеет жизненно важное значение для всех людей, для общества в целом, особенно для наших детей и внуков, для окружающей среды, климата и животных, я решил опубликовать эту небольшую брошюру. Только имея достаточно хорошую информацию можно принимать правильные решения, как для собственного блага, так и для блага всего мира. Важно также знать, что веганство - это не аскетизм или отказ от продуктов питания, это настоящий праздник, который впечатляюще доказывается в веганских поваренных книгах и веганских ресторанах.

Эту брошюру сопровождает короткометражный фильм, который Вы можете найти в интернете по адресу www.ProVegan.info/veganvideo.html

Веганство



Самое здоровое питание

Качество нашего питания существенно образом влияет на наше здоровье: „Человек представляет собой то, что он ест». Именно здоровое питание открывает для нас прекрасные возможности провести большую часть нашей жизни, имея лучшее здоровье и хорошую физическую подготовку. Что может лучше объяснить выдающееся значение питания, чем знание о том, как здоровое питание рассматривается с научной точки зрения на основе международных исследований?

Мы все знаем, что пресса рекомендует есть больше фруктов и овощей и меньше мяса. Благодаря проведенным научным исследованиям стало известно о вреде, который мясо и животные жиры наносят здоровью. Кроме того, негативное воздействие на здоровье оказывают молоко и сыр (насыщенные жиры животного происхождения). Когда происходят стихийные бедствия или террористические акты, погибают сотни или тысячи людей, ужас велик. Но если причиной гибели миллионов людей является неправильное питание, вследствие чего возникает рак, сердечнососудистые заболевания, диабет и другие, связанные с питанием заболевания, то все это воспринимается с удивительным спокойствием.

Сказки мясной и молочной промышленности, что мясо, молоко и молочные продукты являются здоровым и полезным питанием, будут приниматься беспрекословно в основном ничем не подозревающими потребителями и, по-видимому, незаинтересованными политиками. Более того, во многих государствах и странах ЕС мясо и молоко, как нездоровые продукты

животного происхождения, фактически субсидируются на деньги налогоплательщиков. Такое поведение политиков является абсолютно неприемлемым, потому что они оценивают экономические интересы мяса и животноводческой отрасли выше здоровья граждан, перед которыми они должны были быть в первую очередь нести ответственность.

Вегетарианство было ранее подвержено тем же необоснованным оскорблениям, как и сейчас веганство. Здоровым питанием в прессе пренебрегают по глупости, неосведомленности и из экономических интересов. Например: В 2004 году умер младенец, якобы из-за того, что родители кормили его как веганца. На самом деле ребенок не принимал никакой пищи, в том числе и веганской! Ребенку не была оказана медицинская помощь. Как выяснилось, причиной отсутствия аппетита стало тяжелое воспаление легких. Удивительно в данном случае то, что ребенок не получал никакого здорового веганского питания, его родители приверженцы одного из самозванных «диетологов», рекомендовавший им так называемую «питание предков». Это «питание предков» не имеет ничего общего со здоровой, питательной веганской пищей. Часто пресса считает, что нет необходимости расследовать дело должным образом, или заниматься веганством с научной точки зрения. Нет, пресса осудила веганство известными **предрассудками**. Но существуют миллионы людей, страдающих в связи с массовым неправильным питанием, в частности, с приемом мяса и животных жиров, от ожирения со всеми вытекающими отсюда последствиями: гипертонией, инфарктом миокарда, стенокардией, инсультом, атеросклерозом, остеопорозом, раком, диабетом - и другими хроническими заболеваниями, которые могут привести к смерти. Многочисленные научные исследования в области питания за последние несколько лет показали связь между потреблением мяса, колбасы, молочных продуктов с данными заболеваниями. Зараженность рыбы токсинами, такими как диоксин и тяжелые металлы, была тщательно изучена и их содержание в ужасающих объемах научно доказано.

Дополнительную информацию и соответствующие научные исследования, посвященные взаимосвязи рациона питания с болезнями, можно найти на веб-сайте «медицинского общества по содействию вегетарианству»: www.fleisch-macht-krank.de. К заявлениям о миллионах больных и умерших от продуктов животного происхождения пресса отнеслась, по-видимому, как к чему-то «нормальному», без обычных в таких случаях криков. Однако, если в единичном случае в якобы веганском рационе (который даже и не был веганским) у безответственных родителей что-то пошло не так, то велик не только протест, но и возникают реальные возмущения непросвещенных и лоббистов мясной промышленности.

Эти излияния любительской прессы и лоббистов «Животноводческой промышленности» резко контрастируют с результатами научных

исследований в области питания и с заявлениями самого известного диетолога. Например, в совместном документе 2003 года **ААД** («Американская ассоциация диетологов») и Ассоциации Канадских ученых диетологов (**Les Diététistes du Canada (DC)**) занимают однозначную позицию по поводу пользы вегетарианского и веганского для здоровья человека. В этих ассоциациях состоят наиболее известные ученые в области питания США и Канады. Только ААД насчитывает приблизительно 70 тыс. членов. Этот документ гласит:

«Хорошо спланированный веганский и другие виды вегетарианского рациона питания подходят для всех этапов жизненного цикла, включая беременность, период грудного вскармливания, раннее и позднее детство, подростковый возраст. Вегетарианство имеет ряд преимуществ».

И далее:

«Позиция ААД и Ассоциации Канадских ученых-диетологов такова, что разумно спланированный вегетарианский рацион питания является целесообразным для здоровья и соответствует потребностям в получении питательных веществ, приносит пользу как в профилактике, так и в лечении некоторых заболеваний.»

«На ученых-диетологов лежит ответственность, поддерживать и поощрять заинтересованных в переходе на вегетарианство.»

Также однозначны высказывания одного из самых уважаемых и известных немецких диетологов, Профессора Клауса Ляйцмана:

«Исследования веганцев, также проведенные нами во всем мире, показали, что их здоровье в среднем значительно лучше, чем у всего остального населения. Масса тела, кровяное давление, содержание жиров и холестерина в крови, функции почек и общее состояние здоровья, как правило, чаще в пределах нормы.»

В 2009 году **ААД** опубликовала пересмотренный программный документ, о вегетарианском и веганском питании, в котором она настойчиво рекомендовала эти способы питания. В этом документе делается вывод, что вегетарианские способы питания, в том числе и веганство, - если их правильно соблюдать, - являются здоровым и питательным рационом для взрослых, младенцев, детей и подростков, а также помогают предупреждать и лечить хронические заболевания, такие как болезни сердца, рак, ожирение и сахарный диабет.

В июле 2009 года в «Журнале Американской диетической ассоциации» был опубликован документ, представляющий собой официальную позицию АДА по поводу вегетарианства, в том числе и веганства:

«Американская диетическая ассоциация полагает, что хорошо спланированный вегетарианский способ питания, в том числе либо полностью вегетарианский, либо веганский, полезен для здоровья,

соответствует потребностям в питании и имеет значительные преимущества для здоровья в области профилактики и лечения некоторых заболеваний. Хорошо спланированный вегетарианский способ питания подходит для людей всех возрастов, в том числе и для беременных, кормящих матерей, младенцев, детей, подростков и спортсменов.»

«Вегетарианцы, как правило, имеют более низкий индекс массы тела (Body Mass Index) и показывают более низкий процент возможности заболевания раком. В вегетарианском рационе питания намечается тенденция потреблять меньше насыщенных жиров и холестерина, и больше клетчатки, магния, калия, витамина С, витамина Е, фолиевой кислоты, каротиноидов, флавоноидов и других растительных элементов. Эти различия в питательных веществах могут быть полезными для здоровья тех, кто следит за разнообразным и сбалансированным вегетарианским рационом питания.»

КВОЗМ («Комитет врачей ответственный за медицину») является некоммерческой организацией, которая содействует профилактической медицине, проводит клинические исследования, и поощряет высокие стандарты этики и эффективности научных исследований. КВОЗМ рекомендует веганство, как здоровый способ питания, и обосновывает это логически следующим образом:

«Веганский рацион питания не содержит продуктов животного происхождения и является более полезным для здоровья, чем вегетарианство. В веганском рационе также не содержится холестерин и в нем даже меньше жира, насыщенных кислот и калорий, чем в вегетарианском рационе, поскольку в веганском рационе нет молочных продуктов и яиц. Научные исследования показывают, что пользы для здоровья будет больше, если потребление продуктов животного происхождения в рационе уменьшится, т.о. веганство можно считать самым полезным способом питания для здоровья в целом.»
www.pcrm.org/health/veginfo/nutritionfaq.html

Доктор Т. Колин Кэмпбелл, автор исследования в области питания «Исследования Китая: тревожные последствия для питания, потеря веса и долгосрочные последствия для здоровья», предлагает простой способ объяснить преимущества растительного питания:

«Подавляющее большинство всех случаев заболевания раком, сердечнососудистых заболеваний и других форм дегенеративных заболеваний можно легко предотвратить с помощью реализации растительного питания.»

На протяжении более 40 лет доктор **Т. Колин Кэмпбелл** занимался исследованиями в области питания. Заслуженный профессор биохимии в Корнельском университете, он написал более 300 научно-исследовательских проектов. Его наследие, проект Китай, является

наиболее комплексным исследованием состояния здоровья и питания когда-либо проводившимся.

Тем не менее, большая часть прессы, неосведомленные врачи и мнимые «диетологи» более охотно распространяют предрассудки, ложные доктрины индустрии и устаревшие ошибочные учения прошлых лет. Неужели это настолько удобно или просто лень, заниматься не серьезным рассмотрением конкретного вопроса, а вместо этого распространять предрассудки и фальшивые факты? Это боязнь осознать собственную ошибку благодаря новым познаниям в питании и потом принять решение, выбрав в прошлом отвергнутые вегетарианский или веганский рационы?

В целом, это политический скандал первого ранга по поводу здоровья. Профилактика заболеваний должна, по меньшей мере, занимать такое важное место в медицине, как и лечение заболеваний. В миллиардной системе здравоохранения с помощью врачей, больниц, фармацевтики и т.д. зарабатываются большие суммы денег за счет лечения заболеваний. Превентивная политика лишила бы здравоохранение значительной части бизнеса. Неудивительно, что при такой злосчастной путанице здравоохранения, мясной промышленности и животноводства, профилактика заболеваний с помощью здорового рациона питания в значительной степени остается на втором плане. Большая часть пищевой промышленности зарабатывает крупные суммы денег на продуктах вредных для здоровья, вследствие чего граждане болеют. Индустрия здоровья великолепно зарабатывает на лечении заболеваний этих людей. Таким образом, замыкается круг, в котором люди, животные и окружающая среда остаются на втором плане. Таким образом, это в интересах самих людей, обладающих минимальным уровнем разума и интеллекта, самим, ради собственного здоровья, обратить внимание на свой рацион питания.

Результат моего анализа научных исследований в области питания однозначный: правильно соблюдаемый и разнообразный веганский рацион питания является самым здоровым для людей. При изучении научного опыта в этом не остается никакого разумного сомнения. Если даже рассматривать факты о рационе вооружившись минимальным знанием дела, то быстро становится ясно, что мясо, молоко, сыр и рыба, связаны со значительными рисками для здоровья, которые четко документированы. Тем не менее, если из рациона питания исключить мясо, молоко, сыр и рыбу, то автоматически не получится здорового питания, так как плохо подобранный и неразнообразный веганский рацион питания тоже вреден для здоровья! Несмотря на многочисленные научные исследования в области питания, существуют установленные факты, что состояние здоровья у большинства вегетарианцев и веганцев лучше, чем у тех, кто употребляет мясо.

В веганстве снабжение организма витамином В12 заслуживает особого внимания, так как витамин В12 производится лишь микроорганизмами (бактериями). Прежде всего, этот витамин содержится в скоропортящихся продуктах животного происхождения, таких как мясо, субпродукты и молоко. Возможность дефицита витамина В12 рассматривается предполагаемыми «экспертами» как большой аргумент против веганства. Чтобы веганское питание действительно было самым полезным для здоровья, нужно соблюдать правила разнообразного рациона и обращать внимание на адекватное потребление витамина В12.

С медицинской точки зрения, в веганстве рекомендуется дополнять рацион этим витамином с помощью обогащенных продуктов питания (соки, сухие завтраки, соевое молоко и т. д.) и по соображениям безопасности витамином В12 в качестве пищевой добавки. Возможна также регулярная проверка крови на наличие витамина В12. Но если сравнить соблюдение этого правила с доказанной опасностью для здоровья от употребления мяса, молока и рыбы, сразу же станет ясно, как нелепо было бы, только из-за витамина В12 употреблять опасные для здоровья продукты животного происхождения. Это было бы не только совершенно неадекватно, но даже безумно, причинять своему здоровью огромный вред, пытаясь восполнить только лишь возможный дефицит витамина В12, потребляя мясо, молоко и т.д., в то время как, в случае необходимости, витамин В12 легко получить из обогащенных продуктов питания и пищевых добавок. Учеными давно доказана взаимосвязь между раком, сердечнососудистыми заболеваниями, другими серьезными нарушениями здоровья и загрязнением океана и, таким образом, отравления обитающих в нем рыб. Поэтому с точки зрения здоровья употреблять в пищу рыбу не то что не рекомендуется, а запрещено. Возможный недостаток витамина В12 можно, при необходимости, легко восстановить из обогащенных им продуктов питания или из пищевых добавок.

На протяжении многих лет я убеждался в одном: **против веганства тот, кто просто знает слишком мало об этом или же зарабатывает на продуктах животного происхождения**

Для дальнейшего изучения рекомендуется:

- «Веганство» Лэнгли, опубликованное в 1995 издательством Эко в Геттингене (EchoVerlag, Göttingen)
- Документ с изложенной позицией АДА («Американской диетической ассоциации», Американского общества по вопросам питания) в 2009 году о преимуществе вегетарианства и веганства для здоровья; в Интернете по адресу:

http://www.eatright.org/cps/rde/xchg/ada/hs.xml/advocacy_933_ENU_HTML.htm

Веганство



За права человека

Во всем мире голодают около 1 млрд. человек (1 000 000 000). Каждую секунду на планете от голода умирает один человек, это 30 миллионов человек в год.

Каждый день умирают от голода до 43000 детей, в то время как 50% урожая зерновых и около 90% урожая сои в мире потребляется, чтобы накормить «сельскохозяйственных животных» мясной и молочной промышленности! Кормление растительной пищей для производства здоровой животноводческой продукции представляет собой абсурд, скандал и расточительство в высшей степени: для производства 1кг мяса, в зависимости от вида животного, необходимо до 16 кг растительной пищи, а также 10 - 20 тонн (10 000 - 20 000 литров!) воды.

Из «третьего мира» в развитые страны экспортируется корм для «животноводства», хотя в этих бедных странах дети и взрослые голодают и умирают от голода. Вы, наверное, знаете знаменитую фразу: «Животные богатых едят хлеб бедных». Например, в 1984 в Эфиопии был голод не из-за того, что местное сельское хозяйство не производило продукты питания, а потому, что эти продукты были экспортированы в Европу и там использовались в качестве корма для «животных».

В продовольственный кризис, который стоил жизни десяткам тысяч людей, европейские страны вывозили из Эфиопии зерновые корма для кур, свиней и коров. Если бы зерно использовалось для эфиопского народа, то не было бы голода. В Гватемале около 75% детей в возрасте до 5 лет страдают от недоедания. Тем не менее, ежегодно производится свыше 17 тысяч тонн мяса на экспорт в Соединенные Штаты. Для откорма животных необходимо огромное количество зерна и соевых бобов, которых как раз недостает страдающим от недоедания детям. Вместо

того чтобы накормить голодающих, мы забираем у них продукты питания, с тем чтобы откормить измученных «животных» и, таким образом, чтобы удовлетворить нашу жажду мяса, яиц и молока.

Уже в 2002 году британский журнал «**The Guardian**» написал следующее: «Сегодня очевидно, что веганство является во всем мире единственным этичным ответом на наиболее актуальные проблемы социальной несправедливости (голода)». Швейцарец Жан Циглер, специальный докладчик ООН по правам человека в вопросах питания, писал: «Мировое сельское хозяйство могло бы без проблем прокормить 12 миллиардов человек. То есть, каждый ребенок, умирающий сегодня от голода, убит».

По словам **доктора В. Белло**, директора «Института политики питания и развития», «в мире достаточное количество продуктов питания для всех. Но, к сожалению, большая часть продуктов питания и площади мира используются для производства крупного рогатого скота и других сельскохозяйственных животных - это пища для богатых - в то время как миллионы детей и взрослых страдают от недоедания или умирают от голода».

В заявлении института **World Watch** определено сказано следующее: «Потребление мяса – это неэффективное использование зерна - зерно будет использоваться более эффективно, если его будут употреблять люди. Постоянное увеличение выхода мяса зависит от того, кормят ли животных зерном; это приводит к конкуренции за зерно между растущим числом тех, кто ест мясо и бедными этого мира».

Вышеупомянутый **доктор В. Белло**, директор «Института политики питания и развития», подчеркивает, что разведение животных на мясо - это пустая трата ресурсов: «... питание фаст-фудом и привычка употреблять мясо среди богатых на планете поддерживают глобальную систему питания, отнимающую продовольственные ресурсы у голодающих».

Политика, особенно ЕС, неразумно и безнравственно массово субсидирует мясную и молочную промышленность на деньги налогоплательщиков. Не удивительно, что на эти же деньги налогоплательщиков в ЕС субсидируют как производство табака, так и платные рекламные кампании по борьбе с курением.

Рыболовецкий флот индустриально развитых стран, таких как США, Япония и Европа, приобретают права на ловлю рыбы в промысловых районах недалеко от бедных стран, например в Африке и Южной Америке. После того как они опустошат там моря, они идут дальше, оставляя за собой погубленную экосистему и голодных местных жителей. В статье британской газеты «The Guardian» говорится: «Мы можем есть рыбу, но только если мы готовы внести свой вклад в крах морских экосистем, а также заставить голодать беднейших людей в мире, грабя моря у берегов

Веганство



По моральным соображениям

Западной Африки. Вывод из сложившейся ситуации следующий, что единственным жизнеспособным и социально-оправданным является вариант, что жители богатых стран мира, как и большинство людей на земле, в значительной степени станут веганцами».

В нашем обществе считается вполне нормальным и нравственно допустимым, использовать животных во благо людям (например, «дойных коров»), подвергать их пыткам (например, испытания на животных) и убивать (например, «убойных животных»).

Эволюция наделила человека навыками и средствами, чтобы реализовывать эксплуатацию животных. Человек занимает привилегированное положение, потому что, имея большую власть, он может наделить себя «правом сильного». «Право сильного» - это основание для эксплуатации, пыток и убийств животных.

Тем не менее, общепризнанной в нашем обществе основной чертой морали является то, что она основана на «Праве сильного». Подлинные моральные ценности не зависят от их произвольного применения более сильными, в соответствии с собственными интересами. «Право сильного» и подлинные нравственные ценности являются противоположностями, исключаящими друг друга. Т.к. «Право сильного» нельзя согласовать в нашем обществе с общепринятыми моральными ценностями, то, нужно с помощью морали преодолеть произвол сильных, проверить, является ли на самом деле эксплуатация людьми животных убедительной и не противоречит ли подлинной морали.

Чтобы «морально» узаконить эксплуатацию животных, общество использует «этические» предлоги. Человеческий род постулирует для себя, что ему

свойственна более высокая «ценность», и исключает вид животных из прочих этических ценностных масштабов. Власть более сильного позволяет увеличить собственную «ценность» и исключить животных. Этот предлог для эксплуатации животных должен быть проверен в соответствии с законами логики, совместим ли он с подлинной моралью. Как описано выше, признаком подлинной морали является ее независимость как от «Права сильного» и законности, так и от интересов наиболее сильных.

Давайте представим себе, что существует „суперсущества“ на более высокой ступени эволюции, с гораздо большей физической силой и значительно более высоким уровнем интеллекта, по сравнению с человеческим родом. Это может стать реальностью, благодаря ученым в результате геннотехнологических опытов, а также программирования генов. Этот вид «суперсущества» превосходил бы род человека, как сейчас человек превосходит животных. Само собой разумеется, что вид «суперсущества» придает себе более высокую «ценность» по сравнению с человеческим родом. Конечно, человек будет исключен из существующей моральной системы ценностей для «суперсущестств» в аналоговой «этической» системе.

Имели бы тогда эти «суперсущества» «моральное» право более сильного ...

- ... истязать людей в течение всей жизни в массовых или в концентрационных лагерях?
- ... забивать людей на бойнях без обезболивающих?
- ... неоднократно оплодотворять женщин, забирая, таким образом, у них молоко?
- ... забирать у кормящих матерей их младенцев, чтобы они не пили молоко?
- ... убивать отобранных у матерей младенцев, перерабатывать на мясо и колбасу?
- ... массово убивать людей, больных бешенством, и их родственников?
- ... перевозить людей в течение нескольких дней без еды и воды?
- ... тестировать на людях медицинские препараты со всеми последующими за этим муками?
- ... проводить жестокие «научные» эксперименты на людях?
- ... тестировать на людях токсины, чтобы определить смертельную дозу?
- ... отмечать ритуалы убийства людей на «арене с быками», как культурное событие?
- ... показывать людей в клетках, называя это зоопарком?
- ... заставлять людей выполнять трюки и называть это цирком?
- ... называть охоту на людей спортом или заботой о природе?

... издавать закон о защите людей, разумно объясняя даже частичное убийство людей, чтобы есть не полезное для здоровья мясо, и носить кожу, в качестве одежды?

Вы видите, что все это должно противоречить подлинной морали, если бы так стали относиться к Вам и Вашим близким вышестоящие «суперсущества»? Почему?

«Суперсущества» занимают абсолютно противоположную позицию по отношению к Вам, как Вы сейчас по отношению к животным. «Право сильного» представляет же сегодня действительно «моральное» обоснование того, что Вы как человек употребляете мясо животных, и общество разрешает вышеперечисленные случаи жестокого обращения с животными, покупая продукцию животного происхождения. Шопенгауэр сказал: «Сострадание - это основа нравственности». Сострадание к слабому, которого мне поставляют. Вы, конечно, как сострадающий, имеете право требовать, чтобы «суперсущества» действовали только по моральным соображениям, если это касается слабых людей, а также Вас или Ваших близких. Но если Вы будете считать аморальным эксплуатацию человеческого рода вышестоящими видами «суперсуществ», за счет власти более сильного, то из этого логически следует, что эксплуатация видов животных человеческим родом представляет собой такую же моральную несправедливость, взятую как исходное положение.

Следовательно, мы как люди поступаем только тогда морально, когда защищаем слабых животных, которых поставляют для нас, а также когда мы своим (потребительским) поведением у прилавка не разрешаем жестокой эксплуатации животных. Или существуют для Вас моральные ценности, только если они для Вас выгодны и защищают Вас от власти более сильных? Если мораль является произвольной, зависимой от позиции сильных или слабых, то это не истинная мораль, а псевдомораль для передачи грубых эгоистичных требований по отношению к более слабым. Псевдомораль, как способ психологической поддержки, нужна для того, чтобы скрыть свое участие в этих преступлениях, чтобы совесть не мучила. Что это за «мораль», если мы признаем ее только тогда, когда получаем жестокое эгоистичное преимущество за счет слабых, но ту же самую мораль потом не хотим больше принимать, когда мы сами должны терпеть от более сильных массовое страдание, эксплуатацию и смерть? Ошибочная мораль становится псевдоморалью, безнравственностью и моральным преступлением.

Таким образом, было выявлено и доказано то, что практикуемая «специальная этическая мораль» в нашем обществе по отношению к животным представляет собой в действительности неубедительную «псевдомораль» для того, чтобы оправдать преступления, совершенные

против более слабых. Правомочные преступления благодаря псевдоморали будут легализованы в так называемых законах «О защите животных»; они на первый взгляд будут казаться нравственно безупречными, и едва будут подвергаться сомнениям. Доказательство по правилам логики очевидно и теперь для каждого понятно - легко разоблачаемая безнравственность является основой для эксплуатации животных.

Теперь Вы можете решить: участвовать ли Вам в преступлениях, совершаемых против слабых, потребляя продукты животного происхождения под прикрытием псевдоморали или же в Вашей жизни есть место подлинной, неделимой морали, которая касается также слабых?

Веганство



За защиту и права ЖИВОТНЫХ

Количество и качество эксплуатации животных человеком с первого раза то и не видно. Это происходит за высокими стенами, так чтобы у заказчиков и потребителей, не пропал аппетит на мясо, молоко и яйца.

Хотя мы смотрим то телевизионные репортажи, то фильмы об условиях на животноводческих фабриках, скотобойнях, при перевозках животных и т.д., чьи плохие условия отделяются быстро от животноводческой индустрии и политики со стандартными заверениями («исключения», «ложный», «подвергнутый манипуляции», «не актуальный» и т.д.) с целью успокоить потребителей. Если, однако, проникнуть глубже в тему как беспристрастный нормальный гражданин, то можно узнать довольно быстро, какова ситуация с животных на самом деле. Лучший способ получить информацию - непосредственно с помощью личного осмотра данного места и с помощью фильмов. Тексты действуют куда безобидней.

В докладе бывшей студентки ветеринарного факультета и сегодня ветеринара Кристианы М. Гаупт сообщается о ее опыте в совершенно обычном животноводстве на первый взгляд. Он представлен в полном объеме ниже. (Источник: <http://www.vegetarismus.ch/heft/98-2/schlacht.htm>):

«Ради небольшого кусочка мяса ...

На вывеске над бетонными рампами написано: ‚Принимаются только животные, которые перевозятся гуманно и правильно’. В конце рампы расположена, застывшая и бледная, мертвая свинья. Да, некоторые погибают во время транспортировки. Сосудистый коллапс’. Как хорошо, что я взяла старую куртку. Хотя только начало октября, уже прохладно, но

мне холодно не только из-за этого. Я засовываю руки в карманы, пытаюсь сделать приветливое лицо и слушать директора бойни, который мне только что объяснил, что больше не проводятся никакие исследования на живых животных, их только осматривают. 700 свиней в сутки, как и должно быть. 'Никаких больных животных. Мы их сразу возвращаем поставщикам, это стоим им значительных сумм. Они делают это раз, а потом больше никогда.' Я послушно киваю, только держись, ты должна провести здесь эти шесть недель: «Что же случается с больными свиньями?» 'Существует особая скотобойня'. Я узнаю кое-что о правилах перевозки, и сколько сегодня занимаются защитой животных. Слово, сказанное в этом месте, звучит зловеще. Между тем, многоголосый хрюкающий и повизгивающий двухэтажный грузовик достает до рампы. Подробности едва можно рассмотреть в утренней темноте; в декорациях есть что-то нереальное, напоминающее призрачные кинохроники с войны: серые вагоны и рядом на платформе люди с боязливыми, бледными выражениями лиц, над этой сгорбленной толпой - люди в военной форме. Внезапно я оказываюсь в самом центре. Такое снится только в кошмарах, просыпаясь от испуга в поту: Посреди клубящегося тумана, в холоде и грязном полумраке этого невыразимо ужасного здания, этого плоского, неизвестного блока из бетона, стали и белой плитки, на опушка леса; здесь происходит неопишуемые вещи, о которых никто не хочет знать.

Крики это первое, что я слышу в то утро, когда приезжаю на практику, отказ от которой означал бы для меня потерю пяти лет учебы и провал всех планов на будущее. Но все во мне - каждая клеточка, каждая мысль - это отрицание, отвращение и ужас, и осознание бессилия: Нужно присмотреться, ничего не поделаешь, они заставят тебя испытать все на себе, в том числе и испачкаться кровью. Еще издали, когда я выхожу из автобуса, меня пронзает как нож визг свиней. Целых шесть недель они будут звенеть у меня в ушах, час за часом, не переставая. Спокойствие. Когда-нибудь для тебя это закончится. Для животных - никогда.

Что-то подобное снится в кошмарах, когда просыпаешься в поту от испуга. Пустой двор, несколько рефрижераторов, половинки свиней висят на крючках на ярко освещенной двери. Абсолютная чистота. Это передняя территория. Я ищу вход, он расположен сбоку. Два трейлера с крупнорогатым скотом проезжают мимо меня; желтые фары в утреннем тумане. Бледный свет освещает мне путь. Пара ступеней, я уже внутри, все облицовано белой плиткой. Ни единой души. Белый коридор - там, раздевалка для женщин. Почти семь часов, я переодеваюсь: все белое, белое, белое. Заимствованный шлем покачивается готескно на гладких волосах. Ботинки слишком велики. Я волочу ноги обратно в коридор, едва не сталкиваюсь с ответственным ветеринаром. Вежливое приветствие. 'Я новая практикантка'. Прежде чем мы начнем, уладим некоторые формальности. 'Вы одеваете что-то теплое,

идете к директору и отдаете свою справку о состоянии здоровья. Доктор N сообщит Вам, с чего Вам начать’.

Еще издали пронзают меня как нож визги свиней. Директор веселый человек, рассказывает мне о старых добрых временах, когда бойня еще не была приватизирована. К сожалению, на этом его рассказ прекращается, и он решает мне все лично показать. Итак, я иду на платформу. Справа пустые бетонные площадки, окруженные ледяными стальными прутьями. Некоторые из них уже заполнены свиньями. ‘Мы начинаем здесь в пять часов утра’. Толкаются, то тут там грызутся, пара любопытных рыл пытается пролезть через решетку, у одних глаза хитрые, у других тревожные, сбитые с толку. Большая свинья настойчиво напирает на другую; директор достает палку и бьет ту несколько раз по голове. ‘Они очень страшно грызутся’. Внизу трейлер опустил деревянную заслонку, стоящие спереди свиньи пугаются шаткого и покатога перехода, сзади напирают. Между ними пролез загонщик и сыплет мощные удары резиновым шлангом. Позже я не буду больше удивляться красным полосам на боках свиньи.

‘Электрошок в обращении со свиньями теперь запрещен’, – говорил на лекции директор. Некоторые животные делают первые шаги неуверенно, спотыкаясь, затем оставшиеся движутся следом, одна свинья застряла копытом между заслонкой и платформой, поднимается опять и хромает дальше. Они оказываются между стальными решетками, попадая неизбежно в пустой загон. Когда дело доходит до угла, свиньи в первом ряду останавливаются, все застревают, и загонщик неистово ругается и бьет свиней, стоящих сзади, они лихорадочно пытаются прыгнуть на своих товарищей по несчастью. Директор качает головой. ‘Безмозглые. Просто безмозглые. Сколько раз я уже говорил, что не помогает бить стоящих сзади!’ Тем временем я еще неподвижно следила за игрой – это определенно все неправда, это просто сон; он поворачивается и приветствует водителя следующего грузовика, который приехал наряду с другими и готовится к разгрузке. Почему здесь все происходит быстрее, но и визга гораздо больше, я только вижу, как из кузова за возмущающимися свиньями появляется второй мужчина, по-видимому, что-то идет недостаточно быстро, и он думает о применении электрошока. Я смотрю на этого человека, потом на директора, и тот снова качает головой: „Ну, Вы знаете, что это сейчас запрещено!“ Мужчина посмотрел недоверчиво и убрал аппарат в карман.

Кто говорит об интеллекте и любопытстве в глазах свиньи? Что-то толкает меня в коленку сзади, я оборачиваюсь и вижу два бодрых голубых глаза. Многие любители животных, которых я знаю, восторгаются душевными глазами кошек, верным взглядом собак, - кто говорит об интеллекте и любопытства в глазах свиньи? Скоро я узнаю эти глаза с другой стороны: безмолвно кричащие от страха, равнодушные от боли, а потом безжизненные, исковерканные, вырванные из полости, катящиеся по

испачканному кровью полу. Как лезвием ранит меня эта мысль, которую я монотонно в течение следующих недель сотни раз в уме буду повторять: Потребление мяса является преступлением - преступлением: ...

Далее небольшая экскурсия на бойню, начиная с комнаты отдыха. Открытое окно в убойный цех, в бесконечной последовательности движутся на конвейере бледные, кровавые половинки свиней. Несмотря на это, два сотрудника завтракают. Бутерброд с колбасой. Белая спецодежда у обоих испачкана кровью, кусочек мяса прилип к резиновому сапогу. Здесь нечеловеческий шум приглушен, немного позже он оглушительно раздастся, как только меня приведут в убойный цех. Я отхожу назад, потому что половина свиньи несется за угол и рядом с другой падает со шлепком. Она меня коснулась, теплая и мягкая. Это не так - это абсурдно - невозможно. Невольно ожидаешь чудовищ, но это хороший дедушка по соседству, молодой неотесанный человек с улицы ...

Все обрушивается на меня сразу. Пронзительные крики. Скрежет машин. Звук жести. Едкая вонь опаленной щетины и кожи. Испарение крови и горячей воды. Смех, беззаботные крики. Сверкающие ножи, через сухожилия продетые крюки для мяса, висящие на них половинки животных без глаз и с судорожным подергиванием мышц. Куски мяса и внутренние органы, которые падают с брызгами в наполненный кровью желоб, так что отвратительное месиво разбрызгивается на меня. Жирные волокна мяса на полу, на которых скользят. Люди в белой одежде, по которой течет кровь, а под касками или кепками лица, которые мы встречаем повсюду: в метро, кино, в супермаркете. Невольно ожидаем чудовищ, но это хороший дедушка тут по соседству, молодой неотесанный человек с улицы, ухоженный мужчина из банка. Меня горячо приветствуют. Директор быстро показывает мне сегодня еще пустой убойный цех крупнорогатого скота: „Крупнорогатый скот по вторникам!“ - передает меня одной даме и поспешно уходит; у него много дел. ‘Зал для бойни Вы можете сами спокойно осмотреть’. Пройдут еще три недели, прежде чем я переступлю через себя.

Первый день для меня это лишь отсрочка. Я сижу в небольшом помещении рядом с комнатой отдыха и режу час за часом мясо на маленькие кусочки из ведра для пробы, которое пополняется регулярно чьей-то кровавой рукой из убойного цеха. Каждый кусочек - это животное. По частям все потом будет отбито, смешано с соляной кислотой и приготовлено, для выявления наличия трихин (кишечных паразитов). Женщина все мне это показывает. Эта процедура обязательна, хотя трихин никогда не находят.

На следующий день я сама стану частью гигантского механизма разрезания. Быстрый инструктаж - ‘Здесь удаляют остаток глоточного кольца и отсекают лимфатические узлы в нижней челюсти. Иногда висит еще мазоль на копыте, которую затем снимают’, - я отрезаю, все должно происходить быстро, конвейерная лента все время движется и движется. Надо мной

разделяют другие части туши. Работает ли коллега с энтузиазмом или накапливает в желобе возле меня слишком много кровавого месива, брызгающего мне в лицо. Я стараюсь отклониться в другую сторону, но там разделяют свинью огромной пилой; невозможно стоять здесь, полностью не промокнув. Сжав зубы я режу дальше, мне нужно поторапливаться, чтобы в состоянии подумать обо всем ужасе, и кроме того быть предельно внимательной, чтобы не порезать палец.

На следующий день я одолжила у сокурсницы, которая уже через все это прошла, перчатку из кольчуги. И прекращаю считать свиней, которые мокрые проскальзывают мимо меня. Я больше не пользуюсь резиновыми перчатками. Это отвратительно, голыми руками копаться в теплой туше, неизбежно пачкаясь до плеч, липкая смесь биологической жидкости течет прямо в перчатки, так что ее можно там собирать. Почему показывают фильмы ужасов, если здесь такое? Настоящие чудовища те, кто позволяет это массовое убийство изо дня в день.

Вскоре нож затупился. 'Дайте мне - я заточу Вам его мигом! Хороший дедушка подмигивает мне, по правде говоря, он старослужащий инспектор ветеринарно-санитарного осмотра мяса. После того как он вернул мне заточенный нож, болтает немного, рассказывает анекдот и возвращается к своей работе. Он берет меня в будущем под свое покровительство и показывает мне небольшой прием, как облегчить конвейерную работу. 'Пронзительный крик? Вам все здесь не нравится. Я же вижу. Но тут нужно только раз выдержать экзамен'. Я не нахожу его несимпатичным, он старается меня развеселить. Другие тоже стараются помочь; конечно, они смеются над практикантами, которые сюда приходят и идут, сначала шокированные, потом со стиснутыми зубами, отрабатывать свое время. Но они делают это от души, не придираясь. Мне остается только думать, что я одна из немногих исключений, кто здесь вовсе не считает работающих людей чудовищами, их ничто больше не трогает, как и меня со временем. Это самозащита. Иначе это не вынести. Нет, настоящие чудовища все те, кто разрешает это массовое убийство (чьа жажда мяса приведет их к жалкому существованию и еще более жалкому концу), и заставляет других выполнять унижительную и жестокую работу.

Я медленно становлюсь маленьким винтиком в этом огромном механизме смерти. В какой-то момент, в течение нескончаемых часов, казалось, однообразные движения руками становятся механическими и скучными. Почти подавлено из-за оглушительной какофонии (= диссонанса) и повсеместно неопишемого ужаса, разум поднимается с глубины ошеломленных чувств и начинает работать снова. Дифференцированный, упорядоченный, старающийся понять. Но это невозможно.

Когда я впервые осознанно поняла - на второй или третий день, - что истекающие кровью, опаленные и распиленные свиньи еще судорожно

двигаются и виляют хвостами, то я была не в стоянии пошевелиться. «Они - они еще вздрагивают ...», - говорю я проходящему мимо ветеринару, хотя знаю, что это только нервы. Он улыбается: «Черт, кто-то допустил ошибку - эта свинья не совсем умерла!» Таинственный импульс охватывает дрожью половинки животных, повсюду. Комната ужасов. Холод пронизывает меня до костей.

«Не смотри так враждебно. Улыбнись-ка. Ты же ведь хотела стать ветеринаром».

Вернувшись домой, я ложусь на кровать и смотрю в потолок. Час за часом. Каждый день. Мое близкое окружение реагировало на это с раздражением. «Не смотри так враждебно. Улыбнись-ка. Ты же непременно хотела стать ветеринаром». Ветеринаром. А не живодером. Я больше этого не вынесу. Эти комментарии. Это безразличие. Эта естественность убийства. Я хотела бы, я должна сказать, что говорю от души. Я задыхаюсь в этом. Я хочу рассказать о свинье, которая не могла больше бегать, только лежала с протянутыми задними ногами. Ее били до тех пор, пока не забили до смерти. Это происходило прямо за моей спиной, ее разорванную несли мимо меня: двусторонний разрыв мышц на внутренней поверхности бедра. В тот день номер убойного животного был 530, я никогда не забуду этот номер. Еще хочу рассказать о днях убоя скота, о нежных карих глазах, которые были так полны паники. О попытках побега, о побоях и ругани, наконец, о несчастном животном, готовом к оглушению, в железном загоне с панорамным видом на зал, где с сородичей сдирают кожу, режут, - затем смертельный выстрел, в следующий момент уже цепь на задней ноге, которая тянет наверх избитое, корчащееся животное, в то время как отрубают голову. И безголовая, истекающая кровью тушь поднимется, ноги связываются... Рассказать о страшном смачном звуке, когда лебёдка срывает шкуру с тела, об автоматизированных движениях пальцев, которыми работники из глазниц выковыривают глаза – искаженные, покрасневшие, на выкате - выкидывают в отверстие в полу, в котором исчезают «отходы». Об испачканном алюминиевом желобе, на который падают все внутренности, вырванные из огромного обезглавленного трупа, а затем в некотором роде исчезают в мусоропроводе, за исключением печени, сердца, легких и языка, пригонных для потребления.

Маленькие, уже готовые появиться на свет телята различной величины, хрупкие и голые, с закрытыми глазами в защищающих плодных пузырях, которые так и не смогли их защитить...

Я хочу рассказать, что постоянно, в середине этой скользкой, кровавой горы можно найти беременную матку, там я видела маленьких, уже готовых появиться на свет телят различной величины, хрупких и голых, с закрытыми глазами в защищающих плодных пузырях, которые так и не смогли их защитить, - самый маленький теленок, такой же крохотный

как новорожденный котенок, но в то же время это настоящая корова в миниатюре; у большой коровы мягкая светло-коричневая шерсть, длинные пушистые, шелковистые ресницы, всего за несколько недель до рождения. «Разве не удивительно то, что создает природа?» - говорит ветеринар, который в тот же день работал, и толкает матку с плодом в бурлящий мусоропровод. Теперь я точно знаю, что бог не может ничего сделать, и гром не раздастся с неба, чтобы отомстить за это преступление, которое продолжается снова и снова.

Кроме того, ужасно худая корова, которая, когда я прихожу утром в 7, лежит, судорожно вздрагивая в холодном коридоре, на сквозняке, прямо перед камерой убийств, бога нет, и кто сжалится над ней, выстрелит в нее. В первую очередь разделяются с другими убойными животными. В обед она все еще лежала и вздрагивала, никто, несмотря на неоднократное требование, не освободил от мучений. Я ослабила хомут, врезающийся беспощадно в ее шкуру, и погладила ее. Она посмотрела на меня своими большими глазами, и я узнала на собственном опыте, что коровы могут плакать. Вина висит тяжким грузом, т.к. спокойно смотря на происходящее, мы совершаем преступление. Я чувствую себя очень виноватой.

Мои руки, халаты, фартуки, ботинки испачканы кровью своих сородичей, я стояла в течение нескольких часов за конвейером, вырезая сердце и легкие, и печень, - «С крупнорогатым скотом всегда все полностью пачкаются», - меня об этом уже предупредили. Вот что я хотела бы сообщить, чтобы не терпеть это одной, но в основном никто не хочет этого слышать. Не то чтобы меня в то время не спрашивали довольно часто. «Как на бойне? Ну, я бы не смог!». Я оставляю следы от своих ногтей в виде полумесяца на коже рук, чтобы не ударить в эти сострадающие лица, или чтобы не выкинуть телефон из окна, - я хотела кричать, но уже давно все то, что я каждый день вижу, душит каждый крик в горле. Ни один не спросил, могу ли я это. Реакции на самые скудные ответы передают неприятное ощущение из-за этой темы. «Да, это совершенно ужасно, и мы редко едим мясо». Я часто говорю: «Стисните зубы, вы должны пройти через это, и скоро все будет позади!». Для меня это из самых худших, бесчувственных и невежественных комментариев, т.к. бойня продолжается, день за днем. Я думаю, никто не понял, что моя проблема была не столько в том, чтобы пережить эти шесть недель, сколько в том, что происходит огромное массовое убийство, многомиллионное - для каждого, кто ест мясо. Особенно тем любителям мяса, утверждающим, что они являются друзьями животных, я совершенно не верю.

«Слушай, не порть мне аппетит!» с этим ко мне придирались и не один раз, далее по нарастающей: «Ты террорист! Любой нормальный человек смеется над тобой!» Каким одиноким себя чувствуешь в такие моменты. Время от времени я смотрю на маленького зародыша быка, которого я принесла домой и поместила в формалин. **Memento Mori** (помни о смерти).

Пусть они смеются, „нормальные люди“. Глаза, которые я никогда не смогу забыть, глаза, в которые каждый должен смотреть, кто просит мяса.

Вещи абстрагируются, когда Вы окружены столь насильственной смертью; собственная жизнь представляется бесконечно бессмысленной. Иногда смотришь на безликие ряды расчлененных свиней, которых тащат в форме меандра через зал, и спрашиваешь себя: Было бы по-другому, если бы здесь висели люди? В частности, задняя анатомия убойных животных, жирная и прыщавая, с красными пятнами, удивительно напоминающая то, что ходит выпирает из –под узких плавок на пляжах. Также бесконечный крик, доносящийся из зала для убоя, когда свиньи предчувствуют смерть, мог бы принадлежать женщинам или детям. Притупление чувств не наступает. В какой-то момент я думаю, хватит, это должно прекратиться, надеюсь, что он управится быстро электрощипцами, чтобы это, наконец-то, закончилось. «Многие свиньи не издадут звуков, - сказал как-то один из ветеринаров, - а другие стоят рядом и визжат без причины».

Я смотрю еще на то - как они стоят и визжат «без причины». Более половины стажировки прошло, когда я, наконец, иду в зал для бойни, чтобы сказать: «Я видела». Здесь закрывается путь, который начинается в передней части погрузочной площадки. Пустой коридор, через который все попадают в загон, сужается, и дверь ведет в маленький загон ожидания, рассчитанный на четыре или пять свиней. Если бы мне нужно было наглядно представить понятие «страх», то я бы нарисовала свиней, которые толпятся здесь за закрытой за ними дверью, я бы нарисовала их глаза. Глаза, в которые каждый мог бы заглянуть, кто хочет мяса.

С помощью резинового кнута свиней отделяют друг от друга. Одну гонят в стойло, окружающее ее со всех сторон. Она кричит, пытается вырваться, и часто у загонщика полно дел, прежде чем он, наконец, электрической заслонкой сможет закрыть стойло. Нажатием кнопки, дно стойла заменяется тележкой, на котором свинья оказывается верхом, открывается вторая заслонка, и тележка с животным катится в другое отделение. Забойщик скота, я его тайком называю «Франкенштейн», присоединяет электроды; трехточечное оглушение, как мне однажды объяснил директор. Можно видеть, как свинья встает на дыбы, тележка убирается, и подергивающееся животное ударяется об окровавленный желоб и бьется ногами. Здесь также ожидает забойщик скота, безошибочно бьет ножом в правую переднюю ногу, брызжет темная кровь, тело продолжает скатываться дальше. Через несколько секунд, защелкнулась железная цепь на задней ноге и потянула животное; забойщик откладывает нож, хватает испачканную бутылку Колы, которая стоит на полу, на котором свернувшаяся кровь в сантиметр толщиной, и делает глоток.

Вспыхивает огонь, и в течение нескольких секунд переворачивают тушь, и кажется, что исполняется гротескный танец весны. Я следую в «ад» за

болтающимися на крючке, истекающими кровью тушами. Так я назвала следующее помещение. Высокое, черное, полное сажи, вони и огня. После нескольких окровавленных поворотов оказываются свиньи перед гигантской печью. Здесь удалять щетину. Животные сверху падают в воронку и скользят внутрь машины. Можно заглянуть внутрь. Вспыхивает огонь, и в течение нескольких секунд туши поворачивают и, кажется,

что исполняется готескный танец весны. Потом переворачивают их на другую сторону и кладут на большой стол, два забойщика их подхватывают, удаляют оставшуюся щетину, вырывают глазные яблоки и отделяют копыта от ног. Это длится лишь одно мгновение, работа здесь слаженная. Крюк через сухожилия задних ног, и снова висят мертвые животные и сползают теперь на стальную раму, которая создана по аналогии с аппаратом для опаливания: Резкий шум, и тушь окутывается десятками языками пламени и опаливается в течение нескольких секунд. Конвейер движется дальше, идет в соседний зал, где я уже три недели работаю. Органы забирают и обрабатывают на верхнем конвейере: нащупывают языки, вырывают миндалины и пищевод и выкидывают, вырезают лимфатические узлы, легкие выбрасывают, вскрывают трахею и сердце, берут пробы на наличие трихин, удаляют жёлчный пузырь, печень исследуют на наличие узловых червей (бычьих цепней). Многие свиньи заражены, их печень пронизана бычьими цепями и должна быть выброшена. Все другие органы, такие как желудок, кишечник и половой аппарат оказываются в отбросах. На нижнем конвейере остальную часть тела готовят к употреблению: разделяют, отрезают суставы, удаляют конец прямой кишки, почки и свиной окологочечный жир, вытягивают головной и спинной мозг и т.д., затем ставят штамп на лопатке, шейной, филейной части, грудинке и бедре, взвешивают и отправляют в холодильный цех. Не пригодных для употребления животных «предварительно изымают». Клеймение для неопытных трудная работа, теплая и скользкая туша висит в конце конвейера очень высоко, и если кто-то не хочет быть убитыми, то должен торопиться, потому что перед весами с большой силой падают друг на друга половины туш.

Я чувствую, как будто эта грязь и запах пристали ко мне навсегда. На улицу, только на улицу... Я не могу сказать, как часто я смотрю на часы все эти дни, которые висят в комнате отдыха. Конечно, ни одни часы во всем мире не идут так медленно как эти. Каждое утро после первой рабочей части разрешается перерыв, облегченно вздохнув, я тороплюсь в душевую, смываю с себя кое-как кровь и кусочки мяса; я чувствую, как будто эта грязь и запах пристали ко мне навсегда. На улицу, только на улицу. В этом здании я никогда не ела, хотя можно перекусывать. В перерыве я либо выхожу на улицу, как бы холодно ни было, бегу к забору из колючей проволоки и смотрю на поля и опушку леса, наблюдаю за воронами. Либо я иду в торговый центр, расположенный через дорогу, там есть небольшая пекарня,

где можно согреться за чашечкой кофе. Через двадцать минут, обратно к конвейеру.

Потребление мяса является преступлением. Никто, кто ест мясо, не может быть моим другом. Никогда. Никогда. Каждый, я думаю, кто ест мясо, должен быть отправлен сюда, каждый должен бы увидеть это, от начала и до конца. У стерильно запечатанного шницеля в супермаркете нет уже глаз, которые захлестнул страх смерти, и он больше не визжит.

Меня здесь нет, потому что я хочу стать ветеринаром, а не потому что люди думают, что они должны есть мясо. Да не только по этому: Также, потому что они трусы. Стерильных запечатанных шницель в супермаркете, не имеет глаз, которые захлестнул страх смерти, и он больше не визжит. От всего этого они себя избавляют, все те, кто питается оскверненными трупами: «Ну, я бы так не смогла!»

Однажды приходит крестьянин и приносит рыбу для проведения экспертизы на наличие трихин. С ним пришел маленький мальчик, возможно десяти или одиннадцати лет. Я вижу, как ребенок прислоняется лицом к стеклу, и думаю: если бы ребенок увидел весь этот ужас, всех убитых животных, то была бы тогда надежда? Я прекрасно слышу, как мальчик зовет отца. «Папа, посмотри-ка! Как клево! Тут такая большая пила». Вечером по телевизору сообщают «Номер дела ХУ нерешен» о преступлении, совершенном против молодой девушки, которая была убита и расчленена, и о невыразимом ужасе и отвращении людей к этому зверскому преступлению. «Что-то подобное я уже 3700 раз на этой неделе видела», - заметила я. Теперь я не только террорист, но кроме того я больная на голову. Потому что я испытываю ужас и отвращение не только из-за убийств людей, но и из-за убийств животных, совершенных тысячу раз: 3700 раз только на этой неделе, только на этой скотобойне. Быть человеком - не означает ли говорить слово НЕТ, и отказываться быть заказчиком массового убийства - ради кусочка мяса? Станный новый мир. Возможно у крохотных, оторванных от утробы матери телят, умерших, прежде чем появиться на свет, самая лучшая участь из всех нас.

Вот наступил последний из этих бесконечных дней. Вот держу я в руках подтверждение прохождения практики, бумажку, за которую я заплатила больше, чем за что-либо еще в своей жизни. Дверь закрывается, робкое ноябрьское солнце провожает меня через пустой двор до автобуса. Крики и шум машин стали тише. Когда я перехожу через улицу, сворачивает большой грузовик с крупнорогатым скотом на подъездную дорогу к скотобойне. Свиньям тесно на двух этажах.

Я иду, не оборачиваясь, я отказалась от свидетельства, и пытаюсь сейчас все забыть, чтобы жить дальше. Борьба же могут только другие; у меня же они в том доме отобрали силы на это, волю, радость жизни, и поменяли их на вину и мучительную печаль. Ад среди нас, в тысячу раз больше, день

ото дня. Но одно остается всегда - каждому из нас: говорить Нет. Нет, нет и еще раз нет.» (Конец сообщения ветеринара Кристианы Гаупт)

Известный автор и психолог Доктор Гельмут Каплан в своей статье «Предательство по отношению к животным» ссылается на сообщение Кристианы Гаупт. Здесь представлен небольшой фрагмент:

«Что Кристиана Гаупт попала ни в коем случае на какую-то особенно плохую скотобойню в неблагоприятное время, доказала 12 минутная видеозапись в 2001 году ужасным способом совершенно обычный день на скотобойне. Это была не «скрытая камера», а официально разрешенная съемка на сертифицированной в ЕС скотобойни в пограничном регионе Баварии и Верхней Австрии».

Ключевая сцена: «Мощный бык, поднятый железной цепью за заднюю ногу, висит головой над конвейером, по-видимому, оглушенный выстрелом. Забойщик надрезает ему шею, хлещет кровь. (...) внезапно что-то происходит, что ужасает наблюдателя: В то время как забойщик, деловито насвистывая, разрезает грудь, у животного открываются и закрываются медленно глаза. А потом он начинает мычать - на видео это хорошо слышно: ужасающее, хрипящее мычание заглушает шум процесса убоя. Даже пару раз приподнимается обливающееся кровью животное на крючке. Забойщик, который как раз отрезает копыта, должен уйти в укрытие. Агония длится долгие минуты».

Эта ужасная сцена, как уже говорилось, представляет собой один из обычных дней на скотобойне (причем данная скотобойня является так называемым «показательным предприятием», поэтому можно предположить, что где-то может быть еще более жестокое обращение): из 30 животных, которые были оглушены здесь за один час, шестерым придется пройти снова через это.

Пересмотр видео (которое было показано многими немецкими тележурналами), в которое были добавлены до сих пор не показанные эпизоды, способствовал дальнейшим жутким подробностям: «В новом варианте видно, как животное не только мычит, но и извивается в агонии в течение нескольких минут. Как очищает забойщик себя и убойный цех водяным шлангом от огромного количества крови, а в это время пытается измученное животное изо всех сил пытается дотянуться до струи воды высунутым языком. Съёмки однозначно доказывают, что: Животные в полном сознании. Они воспринимают мир подлинно, когда лежат на конвейере вспоротые и перерабатываются на мясо.»

Видео можно посмотреть на сайте

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

Актуальный случай, наряду со скандалом по поводу отсутствующего контроля и оглушениям в добавок(!), для недостаточного оглушения

существуют изменения в методах убоя: с начала 2001 года в ЕС запрещено применение так называемых «приспособление для разрушения спинного мозга», поскольку потенциально инфицированные клетки нервной системы могут начать делиться во всем теле животного. Этот стержень вводили через пулевое отверстие в спинной мозг, так что смерть мозга становилась необратимой и животное не чувствовало больше боли. С отказом от приспособлений для разрушения спинного мозга, так Ингрид Шютт-Абрахам из немецкого Федерального института охраны здоровья потребителей и ветеринарии, были «запрограммированы недостаточные результаты».

С другой стороны, этот отказ, как утверждает ветеринар Карл Вензель из мюнхенского министерства по делам потребителей, придал гласности тому, что неправильное оглушение случается у некоторых животных, которым просто не хватает заряда при оглушении бойком. По словам Клауса Троегера из немецкого Федерального института в области исследования мяса в городе Кульмбах: До постановления ЕС в январе 2001, а также до запрета приспособления для разрушения спинного мозга, скрывались «проблемы из-за неправильного оглушения».

Далее приведены слова Д-р Каплана:

«Некоторые из нас должны были узнать, что означает стать предателем, и как это мучительно больно. Иногда это занимает годы, чтобы вновь оправятся от мучительного ужаса из-за непостижимого предательства. Нередко шок длится всю жизнь. Какие это мелочи по сравнению с предательством по отношению к животным! Также к тем, кто сейчас на бойне, возможно, люди относились хорошо. Био-фермеры не устают утверждать, что у них хорошие отношения с животными. Мы все также знаем изображения фермеров, глядящих «нежно» своих животных. А потом эти животные попадают в ад, окруженные людьми, которые совершают с ними чудовищные и ужасные вещи. Ветеринар-стажер Кристиане М. Гаупт пережила предательство по отношению к животным вместо тех, кто ест мясо - и поэтому она подавлена: «Я оставила аттестат и сейчас хочу попытаться все забыть, чтобы жить дальше. Борются же могут только другие; у меня же они в том доме отобрали силы на это... и поменяли их на вину и мучительную печаль.

Чтобы показать до этого описанный ужас лишь вершиной айсберга преступлений, совершающихся ежедневно во всем мире на скотобойнях в «цивилизованных странах», представляет Гайл А. Айсниц «Книгу «Скотобойня», для которой автор опросила работников скотобойни с опытом работы в помещении для оглушения в общей сложности два миллиона часов. Ниже приведенные отрывки из интервью с работниками скотобойни были представлены на презентации книги 18 сентября 1999 года:

«Я видел живую говядину. Я слышал ее мычание, когда люди прикладывают нож и пытаются снять шкуру. Я думаю, это ужасно для животных, умирать так медленно, когда каждый выполняет свою работу над ними». «Огромное

количество коров, которых они подвешивают..., еще живые. Они вскрывают их. Они снимают шкуру с них. Они все еще живы. Их копыта отрезаны. Их глаза широко открыты и плачут. Они кричат, и ты можешь видеть, как их глаза сейчас выскочат».

«Один работник рассказал мне, как упала корова, когда у нее застряла нога в полу грузовика. «Как ты ее живой достанешь?» - спросил я одного человека: «О, - сказал он, - мы просто залезем под грузовик иотрежем ей ногу». Когда кто-то тебе это говорит, ты знаешь, что есть много вещей, о которых тебе никто не скажет».

«В другой раз это была живая свинья, которая не сделала ничего неправильного, просто не побежала еще раз круг. Я взял часть трубы, около одного метра, и забил свинью практически до смерти».

«Когда у тебя свинья, которая сопротивляется, двигается, то берешь крюк и цепляешь его за задний проход. (...) Потом вытаскиваешь его. Ты тянешь эту свинью пока она живая, и часто крюк срывается».

«Однажды я взял нож, достаточно острый, и отрезал свинье пяточок, как кусочек мяса утром. Свинья помешалась на пару секунд. Потом она просто сидела и выглядела совершенно онемевшей. Также я взял раствор поваренной соли и втер его ей в нос. Свинья действительно сорвалась и совала нос повсюду. У меня осталась еще соль в руке, и я засунул ее прямо ей в зад. Бедная свинья не знала больше, толи она должна испражняться, толи ослепнуть».

«Через некоторое время чувства притупляются. (...) И если у вас есть живая свинья ..., убить ее нелегко. Ты хочешь, чтобы ей было больно. Ты рьяно принимаешься за дело, разрываешь ей трахею, делаешь так, чтобы она захлебнулась своей кровью. (...) Живая свинья смотрит на меня, я достаю нож и (...) вынимаю ей глаза, пока она просто сидела. Свинья только лишь взвизгнула».

(Конец цитаты Д-ра Каплана, весь текст и указание списка литературы Вы сможете найти по адресу в Интернете: <http://www.tierrechte-kaplan.org/kompendium/a214.htm>)

Преступники и их помощники в политике недооценивают многочисленные документы жестокого обращения с животными в кино, это должно быть исключениями и закон «о защите животных» должен защищать животных. Противоположность этому - падеж скота. По правде говоря, во всем мире законы о «защите животных» являются лишь законами об «эксплуатации животных», в которых говорится, что животные должны сильно страдать, и служат только для того, чтобы легализовать жестокую эксплуатацию животных.

«**Дойных коров**» за короткий срок используют в непрерывном молочном производстве и убивают, когда от измученных животных не получают

достаточного количества молока. Вместо нормальной продолжительности жизни прибл. в 25 лет, обессилившие «дойные коровы» становятся «не нужными» уже после 4-5 лет. Каждый год коров оплодотворяют, чтобы молоко не прекращалось. Т.к. только после рождения теленка корова дает молоко. После родов у матери забирают ребенка, боль от разлуки их сильно травмирует. Но даже для теленка на этом страдания не заканчиваются. Телята женского пола используются в производстве молока, где они, как и их матери, в течение своей короткой жизни обессиливают и стареют. Животные мужского пола используются в мясной продукции. Поскольку, во всем мире производят слишком много телят, то их просто убивают на так называемых «скотобойнях для иродов».

Эти жестокости происходят только потому, что потребители хотят пить молоко. Молоко оказывает на здоровье человека губительное воздействие, теперь это может быть доказано с помощью научных исследований.

Во всем мире известно о жестоком обращении с животными для производства яиц в с/х и даже немецкий Конституционный суд назвал это жестоким обращением с животными (так называемый „приговор кур-несушек“). Тем не менее, мучения по-прежнему продолжаются. А также массовое выращивание кур-несушек в био-сельском хозяйстве считается не гуманным и расценивается как жестокое обращение с животными.

Так как только куры откладывают яйца, а из яиц появляется много цыплят как мужского пола, так и женского, то цыплят мужского пола убивают в газовых камерах как «ненужные отходы» или заживо в шредере. Для «куриной мясной продукции» не подходят цыплята мужского пола. Потому что для производства мяса существуют специальные породы кур. Ежедневное убийство детенышей - вполне нормальное явление (также в био-сельском хозяйстве) и повседневная реальность закона «защиты животных» в этом мире, потому что потребители хотят съесть яйцо - бомбу холестерина.

Каждый потребитель решает каждый день, стоя у прилавка, разрешить ли жестокую эксплуатацию, беспощадные муки и убийства животных, покупая продукты животного происхождения.

Для дальнейшего изучения рекомендуем:

Революция в еде (Food Revolution), питание - путь к здоровому образу жизни в здоровом мире, Джона Робинса (на немецком языке), издательство Ханс-Нич, ISBN 3-034647-50-2
Фантастическая книга - очень рекомендуем!

Веганство



За защиту климата и окружающей среды

Уже гений 20 века Альберт Эйнштейн сказал: «Только переход на вегетарианское питание поможет улучшить здоровье людей и повысить их шансы на выживание на Земле». Также Эйнштейн сказал: «Две вещи действительно бесконечны: Вселенная и человеческая глупость. Впрочем, насчет Вселенной я не уверен».

«Животноводческая индустрия» и ее производство мяса и молока является из-за выброса парниковых газов как метан и CO₂ еще до автомобильного движения главной причиной глобального потепления, а также климатической катастрофы. Важные тропические леса для мирового климата будут расчищены для пастбищ «сельскохозяйственных животных» и возделывания кормовых растений. «Зеленые легкие» Матери-Земли будут уничтожены неслыханным темпом.

Даже немецкое федеральное ведомство по охране окружающей среды призывало потребителей к осознанному поведению по отношению к климату и к ограничению потребления мяса. В «Berliner Zeitung» глава ведомства профессор д-р Андреас Троге сказал: «Мы должны пересмотреть наше большое потребление мяса». Это полезно не только для здоровья, но и для климата. «Это означает, пожалуй, отказ от качества жизни», - сказал президент экологического управления. Председатель организации ООН «Межправительственной группы экспертов по изменению климата» (МГЭИК), лауреат нобелевской премии мира в 2007 году Раджендра

Пачаури, обращался с призывом, меньше есть мяса, поскольку потребление мяса очень вредная привычка для климата. Исследования показали, что производство 1 кг мяса приводит к выбросу CO₂ в порядке 36,4 кг.

Престижный **Worldwatch Institute** опубликовал 21.10.2009 исследование о важности содержания животных и о потреблении продуктов животного происхождения для изменения климата. Таким образом, потребление мяса, молока и яиц ответственно, по меньшей мере, за 51% выбросов парниковых газов, производимых человеком во всем мире. Источник <http://www.worldwatch.org/files/pdf/Livestock%20and%20Climate%20Change.pdf>

Невероятным в этой ситуации является не только огромное значение животноводства для изменения климата, но и то, что о вопросах животноводства молчат почти на всех телевизионных дебатах. Это происходит даже несмотря на то, что заинтересованные политики, ученые, журналисты и другие участники дискуссии знают о губительном влиянии продуктов животного происхождения на климат. Или эти люди еще не рассмотрели этот вопрос, но в любом случае обсуждают? Ибо без смены человеческой привычки питания на веганский рацион не будут действовать другие меры по сокращению выбросов парниковых газов и климатической катастрофы нельзя будет избежать. Тем не менее эти люди выражают свою глубокую озабоченность по поводу изменения климата и его разрушительного последствия. Их слушают растерянно, как они просто не рассматривают все решающий и таким образом самый важный фактор в климатической катастрофе. Этим людям очевидно важнее деликатес из продуктов животного происхождения, чем спасение этого мира. И все заинтересованные лица знают, что они перед зрителями устраивают большое шоу, где выражают свое опасение, но на самом деле образуют сообщество, не желающее отказываться за счет мира от продуктов животного происхождения. Потому что они точно знают, что изменение климата, вероятно, никогда не коснется их лично, и особенно наиболее бедных развивающихся стран и следующих поколений.

Мировой океан будет значительно исчерпан, так что здесь тоже неминуема экологическая катастрофа. Запасы многих видов рыб находятся на грани исчезновения. Мировой океан будет использован в гигантском масштабе как свалка химикатов и синтетических материалов. Большая часть рыбы существенно заражена токсинами, так что потребление этой рыбы представляет большую опасность для здоровья человека.

Каким справедливым был скептицизм Альберта Эйнштейна в оценке человеческого разума, становится все понятнее. Ситуация настолько драматична, даже противоестественна, что люди, потребляя продукты животного происхождения, вредят не только своему здоровью, но и жестоко эксплуатируют животных, служат причиной голодных смертей взрослых и детей, также вредят окружающему миру, хотя это крайне

необходимо для выживания на земле. Люди рубят сук, на котором сидят не только они, а также их дети и внуки.

Каждый потребитель решает каждый день, стоя у прилавка, способствует ли он разрушению окружающей среды и изменению климата, покупая продукты животного происхождения.

Веганство



За защиту климата и окружающей среды

Нижеследующий текст написан для людей, которые верят в бога. Конкретная религия не имеет значения, т.к. текст основывается на общем всех (основных) религий.

По представлениям всех религий, бог сотворил мир, людей и животных. Бог подарил человеку свое тело, свою душу и свое здоровье. Бог создал безупречную окружающую среду с живущими в животными.

Возможно ли, что бог благоволит тому, чтобы ...

... его творением злоупотребляли и уничтожали?

... человек погубил свое здоровье вредным питанием?

... человек своих собратьев в третьем мире лишает пищи, заставляет их голодать и вместо этого откармливает отобранной пищей своих измученных «сельскохозяйственных животных»?

... человек разрушил окружающую среду и стал причиной климатической катастрофы?

... эксплуатировали и мучили созданных им животных?

Все это происходит по причине потребления мяса, колбасы, молока, сыра, яиц и других продуктов животного происхождения. Кто ест продукты животного происхождения, участвует в системе, которая портит и уничтожает божье творение. Имеется в виду сознательное участие с полной осведомленностью, которая представлена в этой брошюре.

Для верующего это могло бы закончиться в вечном несчастье, чтобы он творение попирает, когда он должен предстать перед его творцом после нескольких лет своего земного существования.

Веганство

Краткая информация о здоровом питании и его влиянии на защиту атмосферы и окружающей среды, на права животных и человека

Личное послесловие

Рассматривая факты, теряешься от злости, невежества, глупости и эгоизма человека. Я чувствую невыносимую боль и бесконечное сочувствие по отношению к беззащитным (сотням детей и измученных животных), которые отданы на произвол людям. Каждый день я не могу решиться между гневом, печалью и беспомощностью, когда я ежедневно сталкиваюсь с такими преступлениями. Но я не хотел бы и не могу отвернуться, как большинство, которое не интересуется страдания за стенами животноводческой фабрики. Мне стыдно за преступные поступки, которые приводят к тому, что ежедневно около 40.000 детей умирают вследствие этого от голода и недоедания, потому что растительной пищей лучше кормить измученных животных, чтобы получить мясо, молоко и яйца. С помощью этих животных продуктов состоятельный гражданин «наедает» себе болезни благосостояния, которые потом приводят к почти всегда бесполезным опытам над животными, как вершина моральной запущенности в системе здравоохранения.

Феникс Хоакин сказал мне от чистого сердца при просмотре документального фильма «Земляне» по поводу изображенных преступлений: «Систематические мучения и убийства чувствующих животных показывают самую нижнюю точку унижения \ отсутствия достоинства, которого только может достигнуть человек». («The systematic torture and killing of sentient beings show us what is the lowest point of debasement mankind can reach.») Поддерживая высказывания еврейского лауреата нобелевской премии в области литературы Исаака Башевис Зингера, я также очень давно пришел к заключению, что то, как человек обращается с существами, противоречит так называемому «человеческому достоинству» и «гуманизму».

Проблеск надежды - это превосходный резонанс на первое издание брошюры и невероятно многие истории успеха людей, которые перестроили свой рацион питания. Это стало возможным благодаря многим чудесным людям, которые раздавали эту брошюру.

Становитесь веганцем. Это совершенно просто. Вы меняете лишь привычки. Это самый действенный метод мирным путем внести свой вклад в улучшение климата, окружающего мира, животных, людей и собственного здоровья.

Д-р Эрнст Вальтер Генрих

Доктор медицинских наук Эрнст Вальтер Генрих

Веганство

Краткая информация о здоровом питании и его влиянии на защиту атмосферы и окружающей среды, на права животных и человека

Автор

Эрнст Вальтер Генрих изучал медицину в Кёльне и в 1986 получил степень доктора медицинских наук. После повышения квалификации в натуропатии он получил в 1988 разрешение медицинского совета на получение дополнительного звания «лечение природными факторами». Он специализировался в области профилактической медицины - в частности на здоровом уходе за кожей и на питании. Эту специальную область он преподавал много лет на семинарах повышения квалификации.

В 1990 году в Зигене вместе с химиком Доктором Томасом Бауманном основал «DR. BAUMANN COSMETIC GmbH» для развития и изготовления продуктов, полезных по уходу за кожей. В след за этим последовали основание Dr. med. Henrich GmbH и издательство Dr. Henrich & Dr. Baumann GmbH.

В 2007 году он основал на Боденском озере акционерное общество DR. BAUMANN COSMETIC для строительства центра обучения, в котором большое внимание уделяется семинарам повышения квалификации в области здорового ухода за кожей и здорового питания.

В 2008 он основал на Боденском озере Отель Швейцарское Веганство с веганским рестораном, первый швейцарско-веганский отель и ресторан.

Доктор Генрих уже много лет является приверженцем веганства, как и его собака Феликс почти 17 лет обладает отменным здоровьем и физическим состоянием.