

Z wojennego pyłu

Z broszury Pioneers of the New Age, Vegan Society 1974

BROSZURA VEGAN SOCIETY · S. 18-19

Cross w wieku sześćdziesięciu lat spogląda wstecz. Trzydzieści dwa lata jako weganin, wojenna decyzja, dzieci wychowane na tej diecie, założenie Plamilu – i końcowe pytanie do następnego pokolenia.

Tłumaczenie na język polski z oryginału angielskiego. Przeczytaj oryginalny tekst po angielsku →

Moja żona i ja jesteśmy weganami od trzydziestu dwóch lat, dwa lata dłużej, niż istnieje The Vegan Society („Towarzystwo Wegańskie”) i samo słowo „wegański”. Zrezygnowaliśmy z nabiału w trudnym czasie — w 1942 roku, podczas II wojny światowej.

W 1940 roku zostałem wegetarianinem z powodu ceny mięsa i odkryłem, że są też inne argumenty, które warto rozważyć. Wśród rzeczy, o których się dowiedziałem, jedna była tak przerażająca, że krok w stronę weganizmu był zupełnie spontaniczny. Było to odkrycie, że aby móc wprowadzić krowie mleko do sprzedaży, trzeba odebrać cielę jego matce. Nie jestem w stanie wyjaśnić ogromnego wpływu, jaki to na mnie wywarło: po prostu zdawało się to przynosić wstyd całemu rodzajowi ludzkiemu. Podobnie jak miliony innych, przeżyłem dotąd życie w przekonaniu, że krowy po prostu dają mleko za sprawą jakiegoś łaskawego kaprysu natury, i nie miałem pojęcia, że trzeba je zapładniać mniej więcej raz w roku, aby ich ciała wytwarzały mleko. Poznanie prawdy („Przyprowadźcie byka do krowy, a gdy urodzi się cielę, zabijcie je, abyśmy mogli mieć mleko”) uwolniło mnie od dalszego udziału w tym okropieństwie.

Stało się to w 1942 roku, a kilka miesięcy później zapoczątkowałem pewną korespondencję w piśmie, które nazywało się wówczas The Vegetarian Messenger, na temat moralności spożywania nabiału przez wegetarian. Pan Donald Watson, wówczas

sekretarz Leicester Vegetarian Society, podchwycił tę korespondencję, tworząc grupę wegetarian nieużywających nabiału i prosząc Vegetarian Society o pozwolenie na włączenie tej grupy jako sekcji owego towarzystwa. Takiego pozwolenia odmówiono: tak oto Vegetarian Society okazało się, jak się złożyło, odpowiedzialne za powstanie tego, co później stało się The Vegan Society. Było to w 1944 roku. Słowo „vegan” wybrano spośród rozmaitych propozycji, niektórych całkiem dziwacznych, i tworzą je początek („VEG”) oraz koniec („AN”) słowa „vegetarian”.

Podczas wojny mieliśmy dwoje dzieci, chłopca i dziewczynkę, i mimo że nie mieliśmy niemal żadnych danych, na których moglibyśmy się oprzeć, z powodzeniem wychowaliśmy je na diecie wegańskiej. W różnych momentach poddawano je badaniom lekarskim, które przechodziły bez zarzutu. Ludzie zwracali uwagę na ich błyszczące oczy, dobre zęby, czystą cerę i niewyczerpaną witalność. Nadal mają się dobrze i trzymają się krzepko, są dobrze pożenione i po trzydziestce. Moja żona i ja również wciąż tu jesteśmy, mając już za sobą sześćdziesiątkę i będąc dziadkami.

Nie jesteśmy zwolennikami „reformy żywieniowej”. Nie wierzę wcale, by pierwszym elementem zdrowia była żywność; jest nim szczęście, rodzące się z wewnętrznego spokoju. Nie oznacza to, że nie dostrzegam tego, co dzieje się wokół mnie, ani w tym nie uczestniczę; w rzeczywistości jestem bardzo mocno osadzony w tym świecie. Na przykład stałem się dotkliwie świadomy trudności związanych z obywaniem się bez nabiału, zwłaszcza mleka, i zrozumiałem, że choć twardziele tacy jak ja mogą sobie poradzić bez ustępowania, to jednak dla większości ludzi napięcie towarzyskie nie byłoby łatwe i przydałby się jakiś zamiennik mleka. W 1956 roku założyłem Plantmilk Society (kolejne wymyślane słowo). Z pracy tego dobrowolnego Towarzystwa z czasem wyrosło Plantmilk Ltd., utworzone w 1961 roku, by komercyjnie zastosować badania prowadzone przez Towarzystwo. Kilka lat później (1965) pierwsza puszka tego, co znane jest dziś jako Plamil, pojawiła się w kilku sklepach w Londynie. Wytwarzała ją i puszkowała ta pionierska Spółka w małym, prowizorycznym lokalu w Langley w hrabstwie Buckinghamshire. Obecnie Spółka mieści się w znacznie

lepszemu lokalu w Folkestone, ale wraz ze zmianą adresu nadszedł również kres mojego bezpośredniego związku z firmą, którą pomogłem stworzyć.

Jedynym poważnym znakiem zapytania nad weganizmem była witamina B12 i przyznaję, że czuję, iż jest coś na rzeczy w argumentcie, że ta witamina, której nigdy nie znajduje się bezpośrednio, lecz jako wynik działania mikrobiologicznego, jest ważna dla postępu weganizmu. Muszę podać swój powód: niektórzy z pierwszych wegan zachorowali, co odstraszyło wielu przyszłych wegan. Zdrowi weganie, rzecz jasna, pozostawali niezauważeni. Wydaje się, że niektórzy ludzie utracili naturalną zdolność wykorzystywania witaminy B12 syntetyzowanej przez działanie mikrobiologiczne we własnych jelitach. Inni tej zdolności nie utracili: stąd ten mętny obraz, w którym jedni ludzie żyją z ogromnym powodzeniem po przejściu na weganizm, a inni nie. Wniosek jest taki, że ci, którym się powiodło, potrafią wykorzystać własną witaminę B12, a ci, którym się nie powiodło, nie potrafią. Jestem dość przekonany, że wniosek ten jest uzasadniony, a co za tym idzie, że rozsądnie jest włączyć witaminę B12 z pożywienia do diety wegańskiej. Nie twierdzę, że jest ona konieczna we wszystkich przypadkach (w istocie jestem pewien, że nie jest), ale jest to rozsądne posunięcie i nie może zaszkodzić. Plamil i niektóre inne wegańskie produkty mają w swoim składzie witaminę B12. Gdy pojawiają się twierdzenia, że B12 znajduje się w roślinach, należy uznać, że jeśli tak jest, to nie z powodu samej rośliny jako takiej, lecz dlatego, że gleba, na której roślina wyrosła, zawiera drobnoustroje wytwarzające B12, a korzenie rośliny ją pobrały. Wszystko zależy od gleby, jak to się mówi!

To, jak podchodzisz do diety wegańskiej, zależy od twojej osobowości w takim samym stopniu, jak od potrzeb twojego ciała. Jeśli się zamartwiasz, ważne jest, by albo odrzucić zmartwienie jako bezpodstawne, albo coś z nim zrobić. Zmartwienie zaszkodzi ci o wiele bardziej niż kiepskie jedzenie. Co do samego jedzenia, zdrowy rozsądek plus B12 wydają się na tym obecnym etapie być odpowiedzią. Zdrowy rozsądek nakazuje żywność uprawianą na zdrowej glebie, rozsądną równowagę między korzeniem, liściem i owocem — co obejmuje orzechy, zboża i rośliny

strączkowe — a być może w niedalekiej przyszłości także nową angielską odmianę ogrodowej soi. Ale człowiek nie żyje samym jedzeniem, nawet wegańskim, i potrzebuje wszystkiego, co karmi jego ducha. Weganizm (który dla mnie oznacza i zawsze będzie oznaczać filozofię, że człowiek dla własnego rozwoju powinien żyć bez wyzyskiwania zwierząt) jest jedynie korektą, która przenosi cię na nieco korzystniejszą orbitę. *Jeśli moja żona i ja mogliśmy dokonać tej korekty w jałowych i objętych reglamentacją latach II wojny światowej oraz wychować w tamtym czasie dzieci na diecie wegańskiej, to co miałoby powstrzymać kogokolwiek przed uczynieniem tego samego w nieskończenie lepszych warunkach dzisiejszych?*

— Leslie J. Cross
