Fede cristiana e scelta Veg

Presentazione del testo
Christianity and Vegetarianism
di John Dear

a cura di Franco Pignotti

Fede cristiana e scelta Veg

Presentazione del testo
Christianity and Vegetarianism
di John Dear

a cura di Franco Pignotti

JACARANDA - Fermo 2016
Supplemento al n. 2-2016 di ALOE lettera di collegamento

Dio disse:
«Ecco, io vi do ogni erba che produce seme
e che è su tutta la terra,
e ogni albero fruttifero che produce seme:
saranno il vostro cibo.

A tutti gli animali selvatici, a tutti gli uccelli del cielo
e a tutti gli esseri che strisciano sulla terra
e nei quali è alito di vita,
io do in cibo ogni erba verde».

E così avvenne.
Dio vide quanto aveva fatto,
ed ecco, era cosa molto buona.
E fu sera e fu mattina: sesto giorno.

Genesi 1, 29-31

La presente pubblicazione, promossa dall'Associazione culturale Jacaranda, intende far conoscere al pubblico italiano il testo *Christianity and Vegetarianism* di John Dear, leader pacifista americano, allo scopo di contribuire a diffondere maggiormente la scelta vegetariana e vegana anche in Italia. La traduzione, le note, i commenti e le integrazioni sono di Franco Pignotti. La pubblicazione include, sempre in traduzione italiana a cura dello stesso, il sommario del dossier FAO del 2006 *Livestock Long Shadow* e un capitolo di un testo più recente di John Dear : *The Nonviolent Life.*

JACARANDA, associazione culturale senza fini di lucro, ha come scopo la promozione della cultura in tutte le sue forme e la formazione di una coscienza civile aperta ai valori della mondialità, della interculturalità, della solidarietà internazionale, della difesa dei diritti umani, dell'arte, della promozione della pace e della salvaguardia delle risorse naturali.

SOMMARIO

La Rivoluzione del chicco di grano di Franco Pignotti 9

***Fede Cristiana e Scelta Vegetariana* di John Dear** 19

L'impegno per la nonviolenza in un mondo violento 19

Vegetarismo come lotta alla fame nel mondo 24

Testimonianze bibliche per il vegetarismo 27

Rispetto e compassione verso tutte le creature 33

Vegetarismo come scelta per l'ambiente 42

Vegetarismo come percorso di salute 46

Vegetarismo e difesa dei diritti umani 48

Conclusione 50

Alcune questioni finali 53

Chi è John Dear 57

PETA: People for Ethical Treatment of Animals 61

L'ombra lunga del bestiame – Dossier FAO 2006 65

La Vita Nonviolenta e il rispetto per la Creazione 73

Vegetarianismo e Nonviolenza in Aldo Capitini 91

Postfazione di Franco Pignotti 103

Bibliografia 105

La rivoluzione del chicco di grano

di Franco Pignotti

Tutte le rivoluzioni intendono cambiare il mondo. Solo le rivoluzioni che cominciano con il cambiare se stessi hanno veramente successo, ci ha insegnato con la sua testimonianza diretta il Mahatma Gandhi. Ma come fare per cambiare se stessi in maniera semplice e pratica? Uno dei modi più concreti ed efficaci potrebbe essere quello di cominciare dal piatto! “La rivoluzione del chicco di grano” intende proporre una rivoluzione globale partendo dal cibo che facciamo nostro, un cibo che non faccia soffrire nessun altro essere vivente, che rispetti la natura senza deturparla, che non crei discriminazioni, che sia condivisibile con tutti e, soprattutto, che ci faccia stare bene e pieni di salute; un cibo che vogliamo assumere da ciò che nasce esclusivamente dai chicchi, dalla terra, dall’acqua e dal sole! Un cibo vegetariano! Il cibo che Dio aveva progettato per l’uomo appena creato a sua immagine e a sua somiglianza, (Gen 1, 19-31); a cui aveva poi dovuto derogare a causa della violenza e del male introdottisi nella sua creazione, anche se pur sempre in un regime di rispetto per il ‘sangue’ – cioè la vita – di ogni essere vivente (Gen. 9,1-17)! Il cibo che tornerà ad essere, nel tempo compiuto e perfetto – il tempo della

pienezza e della realizzazione messianica – un cibo basato sui semi, la terra, l'acqua ed il sole.

La Bibbia dunque, che sembrerebbe a prima vista avallare e proporre abbondantemente la dieta 'carnivora', presenta invece una cornice precisa ed esplicita che fa di quella 'vegetariana', la dieta pensata da Dio per l'uomo, se solo questi non gli fosse sfuggito di mano grazie alla sua libertà di cui pure l'aveva dotato; una dieta che resta però nei sogni di Dio (Isaia 11,1-10; 65, 17-25), i quali dovranno, prima o poi, sicuramente avverarsi!

Come sono arrivato alla mia scelta vegana non è del tutto chiaro neanche a me stesso. Il primo movente sono stati certamente una scelta di salute e l'esigenza di trovate un metodo pratico per impormi una riduzione di peso. La ragione che mi ha convinto a continuare nella strada intrapresa è stato il senso di benessere fisico che ne è immediatamente seguito e che si è consolidato nel tempo. Trattandosi di una scelta eminentemente pratica e per nulla ideologica, non mi facevo problemi nel soprassedere ad essa nelle piccole cose e allorquando le circostanze sembravano richiederlo. E in capo a due anni il mio 'veganismo' pratico si era offuscato di molto insieme ai suoi effetti benefici riscontrati alla prima ora. Mi serviva una scossa per ricominciare e l'ho trovata con l'inizio della Quaresima 2016: dal Mercoledì delle Ceneri, il 10 febbraio, ho deciso che sarei stato un vegano in senso stretto e senza più deroghe di nessun

tipo. A quel punto è stato ovvio approfondire il discorso in maniera ideologica ed ho iniziato a cercare su internet ed a leggere tutto ciò che mi sembrasse interessante in proposito. Ma la mia formazione cristiana e la mia militanza terzomondista di lungo corso, mi facevano dubitare degli approcci puramente 'animalisti' di tanti vegetariani e vegani. L'antispecismo ideologico poi continuava ad essere ciò che di più lontano potessi sentire; per me la Bibbia è sempre stata quel grande codice dei valori a cui tutto riferire, ed era nella sua proposta antropologica, correttamente intesa, che avrei dovuto trovare le ragioni per questa mia nuova scelta etica ed esistenziale. Non è stato certamente difficile, essendo la proposta 'vegana' in realtà scritta, nero su bianco, nella stessa prima pagina della Bibbia, nello stesso racconto della creazione. Un racconto che in realtà non intende esprimere un qualcosa che c'è stato prima in senso temporale, ma un ideale che dovrà realizzarsi alla fine, un "progetto" divino! In realtà, molto prima della stesura di questo racconto del Genesi avvenuta durante il VI secolo a. C., il proto Isaia (VIII secolo a.C.) aveva esattamente utilizzato il 'progetto vegano' come simbolo del regno messianico, quando *"il lupo dimorerà con l'agnello e il leone si ciberà dei fieno come il bue"* perché ogni forma di violenza, umana o naturale, sarà del tutto scomparsa (Is 11,1-9).

In questa mia ricerca sul web dunque, mi sono imbattuto, fra gli altri, in un piccolo testo in lingua inglese, un opuscolo di promozione della scelta vegetariana fra i cristiani, *Christianity and Vegetarianism*, il cui autore, John Dear, mi era del tutto sconosciuto, e tale sarebbe rimasto se il suo testo non mi fosse apparso immediatamente molto interessante[1]. Ritrovavo in esso tutte le motivazioni profonde della mia vita: l'approccio terzomondista, la preoccupazione ecologica, le profonde motivazioni bibliche, la questione animale affrontata in prospettiva teologica; e soprattutto l'orizzonte della nonviolenza e l'ispirazione delle persone che erano state importanti anche per la mia formazione umana e cristiana: la persona e il messaggio di Gesù innanzitutto, ma poi il Mahatma Gandhi e Martin Luther King; e ancora di persone stimate come Lev Tolstoj, Dorothy Day, Albert Einstein, ecc. La mia scelta vegana, alla luce di questo testo, trovava con compiutezza tutte le sue motivazioni sostanziali.

Ho voluto subito approfondire la conoscenza dell'autore e grande è stata la mia sorpresa nel conoscere la biografia di father John Dear, gesuita americano profondamente impegnato nel movimento per la nonviolenza, con al suo attivo ben 75 arresti da parte della polizia americana a causa delle sue manifestazioni pacifiste. Addirittura

[1] DEAR JOHN, *Christianity and Vegetarianism. Pursuing the Nonviolence of Jesus,* PETA, 2005 (first edition 1990)

proposto per il Premio Nobel per la Pace da un altro Premio Nobel per la Pace, Desmond Tutu. Un mito! Uno scrittore prolifico con al suo attivo più di trenta libri. La sorpresa di cercarlo sul web e di trovare il suo sito e il suo profilo facebook; di scrivergli e di avere dopo non molto la sua risposta. Avevo pensato da subito che il suo libriccino dovesse essere tradotto in italiano ed utilizzato per rendere ragione della profonda coerenza fra la fede cristiana e la scelta vegetariana, della sua ineluttabile consequenzialità! Visto il successo del contatto con l'autore, ho chiesto la possibilità di utilizzare il testo in traduzione italiana per le stesse motivazioni per le quali era stato scritto: diffondere la scelta vegetariana fra i cristiani. La sua risposta è stata subito positiva[2], pur facendomi presente che il testo appariva ormai datato perché scritto circa 20 anni prima. Inoltre mi invitava a leggere e, perché no, a far conoscere in Italia il suo più recente libro sulla nonviolenza, un libro pensato per la promozione del movimento nonviolento, che è stata da

[2]La sua risposta alla mia email, nella quale mi presentavo e gli parlavo del mio progetto, è stata questa: "*Thanks so much Franco. Glad to hear of your work. [...] Yes, of course, you can translate that and do what you want with it. The text I think is on my website; you should put something about PETA there, too. Note that the pamphlet basically calls for vegetarianism, not explicitly veganism, though of course veganism is better! I wrote it 20 years ago, so it's old! But you can have it. [...] OK, thanks so much, blessings of peace, John Dear*"

trenta anni l'obiettivo della sua vita, di cui la scelta vegetariana, fatta nel lontano 1982, era parte integrante[3].

È con la sua approvazione dunque che presento qui, in una mia versione italiana, il suo testo *Christianity and Vegetarianism*, con alcune brevi note per meglio comprenderlo.

Innanzitutto la terminologia: ma qui si parla di scelta "vegetariana" o "vegana"? La prima risposta immediata è che seppur la terminologia sia quella "vegetariana", la sostanza è quella "vegana". È ormai infatti linguaggio comune riservare il termine "vegetariano" a chi, accanto al rifiuto di ogni tipo di cibo che provenga dall'uccisione di animali, comprende però nella propria dieta anche prodotti animali come latticini e uova; mentre si utilizza il termine "vegano" per chi rifiuta con coerenza qualunque tipo di cibo legato non solo all'uccisione, ma anche allo sfruttamento degli animali, come è appunto il caso dei latticini e delle uova. Personalmente ritengo che questa terminologia sia ambigua e preferirei riservare il termine "vegetariano" nel suo significato letterale per tutti coloro che si nutrono *esclusivamente* di cibo proveniente dalla terra, dall'acqua e dal sole (quindi in

[3]La mail di John Dear proseguiva "*Also, hope you can get my book, "The Nonviolent Life," and maybe translate that into Italian, or see if some Italian publisher would publish an Italian version of it*". DEAR JOHN, *The Nonviolent Life*, Pace e Bene Press, Long Beach CA 2013

pratica ‘vegano’) e qualificare gli altri con un termine composto (come è composta la loro dieta) quale latto-vegetariani, ovo-vegetariani, oppure latto-ovo-vegetariani. Per rimanere al testo qui presentato, come si vedrà dalla sua lettura, tutte le argomentazioni sono più adatte a sostenere la scelta vegana, e quindi “vegetariana in senso stretto”, che quella latto-ovo-vegetariana; anche se John Dear nel suo testo originale non usa mai il termine “vegano” e nella sua email a me indirizzata puntualizza che la prospettiva iniziale del testo era quella più moderatamente ‘vegetariana’. Tutte le argomentazioni presenti nel testo contro gli allevamenti intensivi di animali conducono infatti anche al rifiuto dello sfruttamento stesso degli animali per la produzione di latte o di uova[4].

Il testo inoltre, pubblicato dall’associazione PETA, *People for the Ethical Treatment of Animals*, la più importante associazione americana per la difesa dei diritti degli animali, è stato pensato eminentemente all’interno di un utilizzo pratico ed immediato. Non essendo destinato pertanto ad un ambiente accademico, non presenta un apparato critico, e si riferisce a testi e pubblicazioni conosciute negli USA intorno agli anni

[4]Per questo motivo ho preferito tradurre il titolo del testo con “*Fede cristiana e scelta Veg*”. Con il termine “veg” ho inteso lasciare aperta questa indeterminatezza ma orientare il pensiero verso il discorso “vegano”.

Novanta del secolo scorso. Il veloce apparato critico che qui presento, quindi, è un mio tentativo di rendere più agevole e proficua la lettura di questo testo che resta estremamente attuale – ed innovativo per il nostro ambiente italiano – nel suo discorso fondamentale.

Al termine del testo aggiungo, quale commento, alcune schede importanti per comprendere appieno il contributo principale di questo libro. La prima sull'autore è tratta dal libro "*The Nonviolent Life*", del quale riprendo e presento anche, nella quarta scheda, parte del capitolo dedicato alla nonviolenza nei confronti dell'ambiente e degli animali, che colloca la scelta vegana nell'orizzonte della nonviolenza globale. La seconda scheda, tratta dalla homepage del sito omonimo, è dedicata alla principale associazione animalista americana,PETA (*People for the Ethical Treatment of Animals*) e la terza ad una breve sintesi di un importante documento della FAO sui gravi danni per l'ambiente causati dagli allevamenti intensivi di animali. Dedico infine una ultima scheda ad Aldo Capitini, il Gandhi italiano, che per primo ha introdotto in Italia la problematica del vegetarianismo legato alla scelta per la nonviolenza attiva, già negli anni trenta del secolo scorso. Una mia breve postfazione e una bibliografia essenziale, conclude l'intero percorso.

Tutta insieme, pertanto questa piccola pubblicazione conserva lo stesso obiettivo originale dell'opuscolo *Christianity and Vegetarianism*: la promozione della

scelta vegetariana/vegana a partire dalle motivazioni della fede cristiana. Un obiettivo ambizioso in quanto tutta la tradizione cristiana sembra parlare un linguaggio davvero diverso, ma che invece, sia nei suoi fondamenti biblici che in alcune correnti minoritarie, può trovare in questa scelta una sua coerenza maggiore[5].

Io ritengo sia giunto il tempo in cui i cristiani, a partire dalle proprie motivazioni più profonde e più generose, si facciamo promotori di una radicale scelta per la nonviolenza che comprenda anche un rapporto diverso con la creazione di Dio e con le sue creature, anche a partire dal cibo da trovare rigorosamente nel mondo vegetale, ricchissima fonte di vita per uomini e animali, come era in quel progetto iniziale di Dio che dovrà diventare manifesto nel Regno di Dio che, seppure escatologico, siamo chiamati a costruire ogni giorno.

[5]In Italia esiste,a partire dal 2009, una Associazione di Cattolici Vegetariani di cui al sito web *http://www.cattolicivegetariani.it/*. Tale associazione oltre a promuovere la scelta vegetariana in ambiente ecclesiale attraverso convegni ed incontri, ha al suo attivo anche diverse pubblicazioni in proposito: AA.VV., *Collaboratori del Creato. La scelta vegetariana nella vita del cristiano*, a cura di Guidalberto Bormolini e Luigi Lorenzetti, Libreria Editrice Fiornetina, Firenze 2013; AA.VV., *Il grido della creazione. Spnti biblici e teologici per un'etica cristiana vegetariana*, a cura di G. Bormolini, L.Lorenzetti, P.Trianni, Lindau srl, Torino 2015; MARILENA BOGAZZI, *Vegetarianesimo di ispirazione cristiana. Uomo e animali nel disegno divino*, Edizioni Cosmopolis, Torino 2016

Termino questa mia breve prefazione al testo di John Dear, rubando le parole ad Umberto Veronesi che, pur partendo da motivazioni diverse, arriva alla medesima considerazione: è giunto il tempo di avviare "*la rivoluzione del chicco di grano*", il tempo di diventare vegetariani[6]

"*In conclusione la domanda da porci oggi non è "Perché essere vegetariani?" Sappiamo che la dieta vegetariana ci fa vivere meglio e più a lungo, che ci mette in armonia con l'ambiente nel presente e che è una migliore garanzia per il futuro dei nostri figli. Oltretutto è anche molto piacevole e capace di dar spazio alla fantasia perché la natura ci offre le più straordinarie combinazioni di gusti e sapori. La domanda è dunque "come è possibile non essere vegetariani?*".

[6]UMBERTO VERONESI, *Perché dobbiamo essere vegetariani*, in U. VERONESI – M. PAPPAGALLO, *Verso la scelta vegetariana. Il tumore si previene anche a tavola*, Giunti, Prato 2015, pp. 7-24

Fede cristiana e scelta vegetariana

di John Dear

L'impegno per la nonviolenza in un mondo violento

Mi chiamo John Dear e sono un prete cattolico, un pacifista, uno scrittore e un vegetariano. Ho girato il mondo per promuovere la pace e la nonviolenza; sono stato impegnato come direttore esecutivo di *Fellowship of Reconciliation*, la più grande e la più antica organizzazione pacifista interreligiosa degli Stati Uniti[7]. Sono contento di poter riflettere insieme a voi su fede cristiana e vegetarismo.

Quando osservo il mondo di oggi, vedo una cultura totalmente dipendente dalla violenza. Mentre scrivo, sono in corso di svolgimento oltre 30 guerre dichiarate. Ci sono più di un miliardo di persone che soffrono per la malnutrizione e per i suoi effetti. Oltre due miliardi di persone non hanno accesso all'acqua potabile e sopravvivono con difficoltà alla povertà. Secondo le Nazioni Unite, circa 60.000 persone, la maggior parte donne e bambini, muoiono ogni singolo giorno per fame

[7]Sito ufficiale di Fellowship of Reconciliation: *http://forusa.org*

o per malattie legate alla fame[8]. Anche qui, negli Stati Uniti, assistiamo ad esecuzioni capitali, crescita dilagante dei senzatetto, ingiustizie di ogni tipo, compresi il razzismo e il sessismo. Solo negli USA, vengono uccisi ogni anno oltre 9 miliardi di animali per alimentazione, con il sistema dello sgozzamento, spesso mentre sono ancora coscienti. Vengono uccisi inoltre, in ogni singolo anno, più di 15 miliardi di animali marini.[9]

---

[8] Secondo lo *UNDP* (*United Nations Development Programme*) *Report* del 1989 dalle 30.000 alle 60.000 persone muoiono ogni giorno per fame; a questo Report probabilmente John Dear si rifaceva. Stime della FAO parlano oggi di circa 24.000 persone che muoiono ogni giorno per fame o cause ad essa correlate. I dati sono migliorati rispetto alle 35.000 persone di dieci anni fa o le 41.000 di venti anni fa. Tre quarti dei decessi interessano bambini al di sotto dei cinque anni d'età. *http://www.lonweb.org/hunger/hung-ita-eng.htm*.

[9] Possiamo trovare queste cifre confermate da diverse fonti e riportate da diverse agenzie. In italiano le ritroviamo, ad esempio, nel sito *www.linkiesta.it/*, all'articolo redazionale del 9 agosto 2015, scritto in seguito alla vicenda del leone Cecil ucciso in Zimbabwe da un cacciatore americano, vicenda che fece molto scalpore nell'estate del 2015: "*Ogni anno, oltre al leone Cecil, uccidiamo 50 miliardi di animali*", *www.linkiesta.it/it/article/2015/08/09/ogni-anno-oltre-al-leone-cecil-uccidiamo-50-miliardi-di-animali/26993/*. Le fonti non solo confermano la cifra dei 9 miliardi di animali uccisi ogni anno negli USA di cui parla John Dear, ma parlano anche di 50 miliardi circa di animali uccisi ogni anno nel mondo, una cifra che viene triplicata (150 miliardi) se vi includiamo anche gli animali marini! In italiano è anche possibile leggere il documentatissimo *Se niente importa. Perché mangiamo gli animali?* di JONATHAN SAFRAN FOER, edito da Guanda, Parma 2010. Leggere in particolare il capitolo *Influenza/Ammutolimento* pp. 129-162 per quanto riguarda i soli allevamenti aviari.

Concordo con quanto affermano il Mahatma Gandhi, Dorothy Day del *Catholic Worker Movement*, e Martin Luther King, che cioè l'unica via di uscita da questa cultura di violenza è attraverso l'antica sapienza della nonviolenza. Ricordo quello che Martin Luther King disse la notte precedente al suo assassinio: "La scelta che ci sta davanti, non è più tra violenza e nonviolenza, ma tra nonviolenza e non esistenza." Questo è il punto in cui ci troviamo oggi: siamo in bilico sul bordo di una nuova cultura della nonviolenza oppure sull'orlo della non esistenza.

La nonviolenza comincia con la comprensione profonda che ogni vita è sacra, che tutti noi esseri umani siamo figli del Dio della Pace, e in quanto figli di Dio, siamo tenuti a determinati obblighi. Naturalmente, non dovremmo mai far del male o uccidere nessun altro essere vivente, scatenare guerre, costruire armi nucleari, o sedere pigramente, mentre milioni di esseri umani soffrono la fame fino a morirne, ogni anno. La nonviolenza ci invita, inoltre, anche a riconsiderare il modo in cui trattiamo gli animali nella nostra società. Mentre infatti facciamo resistenza alla violenza, alle ingiustizie, alle guerre, e pratichiamo la nonviolenza, cerchiamo la pace e lottiamo per la giustizia nei confronti dei poveri, siamo anche invitati ad abbattere le barriere fra le specie viventi e ad estendere la nostra fede nella compassione cristiana allo stesso regno animale

attraverso l'adozione di una dieta vegetariana[10], oltre a tutto il resto.

Quando considero il mondo e rifletto sulla urgente questione della violenza e della nonviolenza, io mi ispiro, in quanto cristiano, a Gesù. Gandhi ha affermato che Gesù è stato il più grande praticante della nonviolenza conosciuto dalla storia. Se infatti pensiamo di sapere qualcosa riguardo a Gesù, questo non può non riguardare il fatto che egli ha rigettato e fatto resistenza alla violenza e ha praticato la nonviolenza. Quando i soldati lo stavano portando via per torturarlo ed ucciderlo – un'altra delle tante vittime della pena di morte – le sue ultime parole alla sua comunità di amici furono: "Metti via la spada". Dopo la sua esecuzione, Dio lo ha risuscitato da morte e Lui è ritornato fra i suoi amici con il saluto della Pace, invitandoli a seguirlo nel regno della pace e della giustizia. Questo invito a seguirlo è rivolto anche a noi oggi!

A partire dal 1982, ho cercato di prendere seriamente l'appello alla nonviolenza da parte di Gesù. Ho organizzato manifestazioni, sono stato arrestato per atti di disobbedienza civile, ho colto qualsiasi opportunità per gridare la proposta cristiana sulla nonviolenza, con libri,

[10]Come già accennato nella prefazione, nel testo che qui presento la terminologia appare qualche volta alquanto indefinita. Tutto il discorso infatti punta alla scelta 'vegana', anche se il termine usato è 'vegetariana'.

articoli, raduni presso gli auditorium dei college universitari e lungo le strade nel cuore delle città; presso tutti i possibili pulpiti per tutto il paese. Mi sono persino recato nei teatri di guerra del Medio Oriente, in Salvador, Guatemala, Nicaragua, Haiti, Irlanda del Nord, Iraq, per vedere da vicino e far sentire alta la mia voce contro le ingiustizie che noi infliggiamo a così tanta gente.

Quando ho iniziato il mio percorso di pacifista cristiano 20 anni fa[11], ho letto molti libri sul Mahatma Gandhi, il grande maestro della pace e leader della nonviolenza rivoluzionaria. Gandhi era alla ricerca di una pienezza personale e spirituale. Egli era vissuto e aveva lavorato per la giustizia in Sudafrica, aveva lottato in maniera nonviolenta per l'indipendenza dell'India, ma era anche abituato a spendere due ore al giorno per la meditazione e la preghiera. Aveva fatto voto di vivere semplicemente, di affidarsi sempre alla verità e di praticare la nonviolenza. Aveva rifiutato di continuare a mangiare carne, affermando che "la vita di un agnello non è meno preziosa di quella di un essere umano".

Io stesso sono stato ispirato da Gandhi a professare un voto di nonviolenza, come aveva fatto lui stesso, così che ho potuto prendere seriamente questo impegno spirituale per il resto della mia vita. E a partire dal 1982 sono diventato vegetariano. Sento che Gandhi e il suo esempio

[11]Il testo qui tradotto è del 2005, quindi dovremmo dire "30 anni fa"

mi hanno aiutato ad essere un miglior discepolo di Gesù, nell'intraprendere il cammino della nonviolenza e nel ricercare una pienezza più grande come essere umano.

Vegetarismo come lotta alla fame nel mondo

Più o meno nello stesso periodo che stavo approfondendo il pensiero di Gandhi, mi capitò di leggere un libro davvero notevole, scritto da Frances Moore Lappé, intitolato *Diet for a Small Planet*[12]. Lappé sosteneva che noi possiamo contribuire a porre fine alla fame nel mondo attraverso la redistribuzione delle ricchezze e delle risorse a favore delle popolazioni più povere nel mondo; il taglio delle spese militari; ma anche attraverso il diventare vegetariani. Lei puntualizzava che, nel

[12] *Diet for a Small Planet*, libro mai tradotto in italiano, è un bestseller americano del 1971 scritto da FRANCES MOORE LAPPÉ. Si tratta del primo testo importante che tematizza l'impatto ambientale della produzione di carne in quanto causa di spreco di risorse e di scarsità globale di cibo. Il libro ha venduto negli USA oltre tre milioni di copie e ha colpito per la sue argomentazioni in favore della consapevolezza che la fame nel mondo non è causata dalla mancanza di cibo, ma dalle politiche inefficaci sul cibo. Oltre alle informazioni sulla produzione di carne e il suo impatto sul problema della fame, il libro offre anche semplici regole per una dieta salutare e presenta centinaia di ricette di piatti senza prodotti animali. Un libro disponibile in italiano davvero illuminante su queste tematiche è quello di JEREMY RIFKIN, *Ecocidio. Ascesa e declino della cultura della carne*, Mondadori 2002. Pur centrando il discorso sul 'complesso bovino' l'autore conduce il lettore ad una piena consapevolezza dei disastri ecologici, sociali ed antropologici generati dall'uso smodato della carne nella dieta dei popoli sviluppati.

mondo, sempre più cereali di base, invece di essere utilizzati per le popolazioni malnutrite, vengono destinati agli allevamenti di animali per la produzione di latte o uova, o con il solo scopo della macellazione. In entrambi i casi, questi prodotti animali vengono consumati esclusivamente dalla gente del "primo" mondo sviluppato e dalle ricche minoranze del mondo sottosviluppato, invece di contribuire a nutrire le masse affamate.

Dieci anni fa, la Cina era ancora un esportatore netto di cereali, e sembrava certo che avrebbe continuato a farlo anche nel prossimo futuro. Invece, come risultato diretto dell'aumento del consumo alimentare di prodotti animali, soprattutto maiali, la Cina è diventata ora uno dei principali importatori di cereali. L'effetto pratico sulla gente comincia appena ad essere avvertito. Secondo gruppi come il *Worldwatch Institute*[13], tutte le nazioni in via di sviluppo che si basano sull'allevamento animale,

[13]*http://www.worldwatch.org/* Il *Worldwatch Institute* ha come sottotitolo "*Vision for a Sustainable World*". Attraverso la ricerca e la divulgazione che ispirano l'azione, il Worldwatch Institute lavora per accelerare la transizione verso un mondo sostenibile che soddisfi i bisogni umani. Obiettivi principali della mission dell'Istituto sono: l'accesso universale alle energie rinnovabili e al cibo nutriente e sano; l'espansione di posti di lavoro compatibili con l'ambiente e lo sviluppo; la trasformazione delle culture dal consumismo alla sostenibilità; e un contenimento della crescita demografica attraverso la promozione di paternità e maternità responsabili.

sperimenteranno conseguenze simili, e il risultato sarà l'aumento della fame e della miseria.

Appare profondamente scoraggiante ricordare che durante la fame in Etiopia, a metà degli anni Ottanta, e durante la fame in Somalia, all'inizio degli anni Novanta, questi paesi hanno continuato ad esportare cereali in Europa per nutrire il bestiame – come mucche, maiali e polli – affinché la gente del Primo Mondo potesse continuare a mangiare carne. Allo stesso modo, mentre la gente soffre e muore nell'America Centrale e Meridionale, quelle stesse nazioni esportano in continuazione i loro cereali verso gli USA per nutrire le nostre vacche, maiali e polli così che noi possiamo soddisfare il nostro desiderio di carne, di latte e di uova.

Frances Moore Lappé sosteneva giustamente che spetta a tutti noi impegnarci per eliminare la fame nel mondo e proteggere l'ambiente; e che uno dei più importanti passi che ciascuno di noi può fare è quello di diventare vegetariano. Io penso che impegnarsi per abolire la fame, la guerra e la violenza costituisce un imperativo etico e morale fondamentale per ciascuno. Inoltre, per me in quanto cristiano, si tratta di una obbligazione religiosa e spirituale – un comandamento – richiesto da Dio. Frances Moore Lappé mi ha aiutato a fare la connessione fra giustizia, solidarietà e vita nonviolenta, e, come conseguenza, sono diventato immediatamente 'vegetariano'. Spero che altri lo facciano e che noi tutti

possiamo fare un altro passo verso un mondo più nonviolento e più giusto.

Ma ci sono altre buone ragioni per diventare vegetariani e vorrei passarne qui in rassegna alcune, fra cui la testimonianza della Bibbia, il rispetto e la compassione verso tutte le creature di Dio, la gestione responsabile della terra e il rispetto per la propria salute.

Testimonianze bibliche per il vegetarianismo

Nel mondo iniziale e ideale di Dio, rappresentato nel libro della Genesi dal giardino dell'Eden, non erano previste sofferenza, sfruttamento o qualsiasi forma di violenza. Esseri umani ed animali erano vegetariani, come leggiamo nel primo capitolo della Genesi: "Dio disse 'Vedi, io ti ho dato ogni pianta che porta seme che vive sulla faccia della terra, e ogni albero con il suo frutto; tu potrai avere essi per cibo" (Gen 1,29). Immediatamente dopo aver creato questo mondo bello, nonviolento, libero dallo sfruttamento, Dio lo descrive come "molto buono". Questa è l'unica volta che, nel racconto, Dio definisce la creazione "molto buona" invece del semplicemente "buona". E questo segue immediatamente il comando di Dio riguardante il vegetarianismo.

Ma dopo il peccato, la gente scatena guerre, comincia a schiavizzarsi l'un l'altro, mangia carne e commette ogni tipo di atrocità immaginabile. Dopo il diluvio, quando il

mondo della vegetazione era stato distrutto, ci viene detto che Dio permette agli uomini di mangiare carne. Alcuni studiosi ritengono che, a partire dal contesto del racconto, questo riguardasse solo un permesso temporaneo, motivato dalla violenza e dalla peccaminosità umana. Dio ci concede il libero arbitrio e ci permette di rifiutare lui stesso e la sua via nonviolenta; ciononostante cerca di renderci meno violenti attraverso il comandamento dell'osservanza della legge. Nel sistema legale mosaico, infatti, ci sono più di 150 leggi riguardanti il mangiare carne, ma la visione dell'Eden continua ad essere l'ideale e l'obiettivo. Infatti, il Levitico proibisce strettamente di mangiare qualcosa con il sangue o il grasso, e da ciò molti sostengono che la legge di Mosè di fatto proibisca l'uso della carne per cibo perché è impossibile togliere completamente il sangue dalla carne.

Il miglior esempio di persona vegetariana presente nella Bibbia lo abbiamo nella storia di Daniele[14], il resistente nonviolento che rifiuta di contaminare se stesso mangiando le vivande a base di carne offertegli dal re. Daniele e i suoi tre amici in effetti diventano molto più sani degli altri seguendo la loro dieta vegetariana. Risulteranno persino dieci volte più intelligenti degli altri e "Dio li ricompensa con la conoscenza e l'intelligenza in ogni campo del sapere e della saggezza." Attraverso

[14] Dan 1, 1-21

tutte le meravigliose storie che seguono, noi sentiamo parlare di qualcuno che rimane fedele a Dio, rifiuta di venerare i falsi dei dell'imperatore e di seguire le sue ingiustizie, mantenendo un comportamento improntato alla nonviolenza. E questa storia meravigliosa comincia con l'approvazione divina del vegetarianismo.

Il libro del profeta Isaia proclama la visione di un regno pacifico, il nuovo Regno di Dio, dove tutti trasformeranno le loro spade in vomeri, si rifiuteranno di applicarsi alla guerra, godranno delle loro viti e dei loro alberi di fico, e non avranno più timore di nulla. Sono molti i passi che condannano il mangiare carne e preannunciano il giorno in cui uomini e animali adotteranno una dieta vegetariana, quando "il lupo dimorerà con l'agnello e il leopardo si sdraierà insieme al bambino … Essi non faranno più alcuna violenza, alcun danno, in tutto il mio santo monte" (Is 11,6-9). Naturalmente l'Alleanza di Dio sarà con "ogni carne", con uomini e animali, e nella conclusione di Isaia, Dio parla di chi uccide animali alla stessa maniera di chi uccide esseri umani e annuncia l'alba di un nuovo giorno di pace[15].

Secondo il profeta Osea, Dio dice: "Io farò una Alleanza a favore di Israele con tutte le bestie selvatiche, gli uccelli dell'aria e gli animali che strisciano sulla terra;

[15]Is 66,3

spezzerò ogni arco e spada e ogni arma di guerra e le spazzerò via dalla faccia della terra, così che ogni creatura vivente possa sdraiarsi senza vivere nella paura”[16]

Tutte queste splendide visioni profetiche raggiungono il loro compimento, secondo la fede cristiana, nella vita di Gesù. Gesù è il “nuovo Adamo”, colui che ci riporta verso il totalmente nonviolento Giardino dell’Eden. Egli è il “Principe della Pace”, colui che ci introduce nella visione del Dio della nonviolenza, della misericordia e della giustizia. Gesù ha speso la sua vita guarendo i malati, liberando gli oppressi, chiamando alla giustizia, praticando la nonviolenza e sfidando le strutture di oppressione rovesciando le tavole dell’ingiustizia. Per quanto aveva raggiunto ormai i 33 anni, le autorità ne avevano avuto abbastanza di lui e lo fecero fuori attraverso una esecuzione capitale.

Quando penso a cosa significhi essere un cristiano oggi, riflettendo sulla vita radicale, nonviolenta di Gesù, io sono convinto che oggi Gesù si troverebbe dalla parte di chi soffre la fame, dei senzatetto, dei rifugiati e dei bambini del mondo che continuano ad essere schiacciati dal primo mondo avido e guerrafondaio. Se Gesù fosse vissuto nella nostra cultura della violenza, egli avrebbe fatto tutto quello che avrebbe potuto per sfidare le

[16]Os 2, 20-24

strutture della morte e promuovere una nuova cultura della pace e della vita. Egli ci avrebbe chiesto di cambiare ogni aspetto della nostra vita, di cercare una pienezza di vita a livello fisico, spirituale, emotivo ed etico; di diventare persone di nonviolenza, figli del Dio della pace. Andrew Linzey, prete anglicano, teologo e docente presso l'università di Oxford sostiene che seguire Cristo significa schierarsi con i più oppressi. Nel suo libro *Animal Theology*[17], egli afferma che oggi non esiste oppressione maggiore di quella degli animali trattati in maniera orrenda dall'industria della carne. Per tutto questo io arrivo alla conclusione che, in quanto cristiani, noi dobbiamo schierarci con i poveri, con i popoli oppressi del mondo e con gli animali.

[17]ANDREW LINZEY, *Animal Theology*, Chicago : University of Illinois Press, 1994. Traduzione italiana, *Teologia animale. I diritti animali nella prospettiva teologica,* Cosmopolis, Torino 1998. Una lettura biblico teologica della realtà degli animali, un punto di vista inconsueto e stimolante per credenti e non. L'autore ci presenta una nuova teologia della carità, nella quale l'atteggiamento verso gli animali, ultimi tra gli ultimi, non è affatto un aspetto marginale. In Italia in ogni caso sono già diversi gli autori che si stanno occupando di una "teologia degli animali". PAOLO DE BENEDETTI, *Teologia degli animali*, a cura di Gabriella Caramore, Brescia, Morcelliana 2007; N. MICHELE CAMPANOZZI, *Anche gli animali hanno un'anima: per una teologia degli animali*, Roma Armando 2011; PAOLA SOBBRIO, *Giudizi divini, giudici terreni: gli animali tra teologia e diritto*, contributi di Alma Massaro e Leonardo Caffo, Udine Mimesis 2014; PLATA PIERLUIGI. *Fratello Agnello Sorella Volpe. Tutti gli animali presenti nel Vangelo*, San Paolo Edizioni, 2015

In effetti, i Vangeli sono pieni di riferimenti favorevoli agli animali e rivelano come Gesù mostrasse un grande rispetto per gli animali stessi e la natura in genere. Come Lewis Regenstein puntualizza nel suo libro *Replenish the Earth: A History of Organized Religions' Treatment of Animals and Nature*[18], Gesù chiama i suoi seguaci "pecorelle". Paragona la sua preoccupazione per Gerusalemme a quella di una gallina per la sua covata. Presenta se stesso con immagini di animali, come l'agnello e la colomba, a causa della loro innocenza e della loro dolcezza. "Osservate gli uccelli del cielo", dice Gesù. "Loro non seminano, non mietono, né raccolgono in granai, eppure il Dio celeste li nutre" (Mt 6,26). "Cinque passeri non si vendono forse per due soldi?" si chiede Gesù. "Eppure nemmeno uno di essi è dimenticato da Dio." (Lc 12,6)

Nel vangelo di Giovanni, Gesù descrive se stesso come il "Buon Pastore" e fa notare come un buon pastore arriva fino a dare la vita per le sue pecore. Possiamo osare la

[18]LEWIS G. REGENSTEIN, *Replenish the Earth: A History of Organized Religions' Treatment of Animals and Nature--Including the Bible's Message of Conservation and Kindness*, Crossroad Pub Co – March, 1991 pp. 304. In questo testo mai tradotto in italiano, Regenstein presenta una rassegna completa delle attitudini della tradizione, sia ebraica che cristiana, nei confronti dei diritti degli animali dall'antichità ai nostri giorni. Completa la sua rassegna anche con una breve presentazione dello stesso argomento nelle tradizioni buddiste, hindu ed islamiche.

conclusione che Gesù sostiene il suo atto definitivo di compassione e di amore, fino a morire in maniera totalmente nonviolenta anche per proteggere gli animali?

Rispetto e compassione per tutte le creature

Gesù ha incarnato la nonviolenza e la compassione. I suoi discepoli sono chiamati a seguire le sue dolci orme. Ma sono davvero pochi quelli che lo hanno fatto o vi si sono avvicinati. Penso a S. Francesco di Assisi, che ha camminato con i poveri, ha predicato la pace e, in particolare, ha amato e celebrato tutta la creazione, inclusi gli animali. “Non recare danno ai più umili dei nostri fratelli – egli ebbe a dire – è il primo nostro dovere nei loro confronti, ma questo non è sufficiente; abbiamo una missione più alta: quella di metterci a loro servizio in ogni occasione ci venga richiesto. Fino a quando ci sono persone che escludono una qualsiasi delle creature di Dio dalle tende della compassione e della pietà – diceva – ci saranno persone che faranno la stessa cosa con altre persone.”

Andrew Linzey, come S. Francesco, suggerisce che gli esseri umani dovrebbero comportarsi non come una razza padrona, ma con un atteggiamento di servizio. Cristo è venuto come un umile servitore; ci ha invitati ad amarci e a servirci l’un l’altro e a non fare del male a nessuno. Linzey ritiene che la chiamata del Vangelo al servizio, include anche il servizio disinteressato e la ricerca della

giustizia non solo verso i poveri e gli oppressi, ma anche verso tutta la creazione, inclusi gli animali. In questo noi possiamo diventare più simili a Cristo.

Molti dei primi cristiani sostenevano il vegetarianismo, inclusi Tertulliano, il grande sostenitore della nonviolenza; San Giovanni Crisostomo, patriarca di Costantinopoli; e San Girolamo, dottore della Chiesa e primo traduttore della Bibbia in latino. Il teologo Clemente di Alessandria esortava i cristiani a diventare vegetariani, dicendo: “E’ molto meglio essere felici che trasformare i propri corpi in cimiteri per animali.”

E’ risaputo che per i primi tre secoli dopo Cristo, un cristiano non poteva uccidere o prendere parte ad una guerra. I cristiani erano nonviolenti. Ci sono studiosi che sono convinti che molti dei primi cristiani fossero anche vegetariani e che il mangiare carne non fosse ufficialmente permesso fino al IV secolo, allorché la chiesa si lasciò trasformare da Costantino e dall’Impero Romano. Sarebbe stato in quel momento che i cristiani, così come abbandonarono la nonviolenza di Gesù e idearono l’eresia della cosiddetta “teoria della guerra giusta”, cominciarono anche deliberatamente ad approvare il consumo di carne.

Indipendentemente però da questa possibile prassi dei primi secoli, in ogni caso, la questione che noi cristiani dobbiamo porre a noi stessi riguarda il come possiamo

diventare maggiormente simili a Cristo e più fedeli al Gesù nonviolento. In che modo, nelle nostre vite, possiamo far emergere maggiormente la misericordia e la compassione? In questo nostro tempo, cristiani di ogni parte del mondo si stanno sensibilizzando all'imperativo evangelico del perseguimento della pace e della giustizia per ogni essere umano, al rigetto della guerra e alla pratica della nonviolenza attiva di Gesù. Essi stanno anche ripensando al nostro maltrattamento degli animali e del resto della creazione. Molti stanno diventando vegetariani. Nel 1966, il giornale del Vaticano scrisse per la prima volta: "Il maltrattamento degli animali e il farli soffrire senza ragione, sono atti di deplorevole crudeltà condannabile da un punto di vista cristiano." Diversi vescovi hanno cominciato ad includere la crudeltà nei confronti degli animali nel concetto base del peccato di violenza. Nel Dicembre del 2000, il giornale del Vaticano puntualizzò che il Catechismo Cattolico afferma come sia "contrario alla dignità umana causare sofferenza o uccidere gli animali senza ragione." L'articolo si spinse fino a mettere in questione il modo con cui gli animali sono allevati e uccisi oggi per cibo.

Il teologo Thomas Berry[19] riassume così il crescente trend fra cristiani: "Il vegetarianismo è un modo di vita

[19]THOMAS BERRY, C.P., (1914 – 2009) è stato un prete cattolico dell'ordine dei Passionisti, uno storico della cultura ed un teologo ecologista. Tra i più importanti fautori di una spiritualità ecologica,

verso il quale dovremmo muoverci tutti se non altro per sopravivenza economica, benessere fisico e integrità spirituale.” In altre parole, una ulteriore via con la quale noi cristiani possiamo accogliere il regno nonviolento di Cristo, è quello di diventare vegetariani.

Per cui, quando ci sediamo per mangiare, quando facciamo la preghiera di ringraziamento per il cibo e invochiamo la benedizione di Gesù, dovremmo anche scegliere di aderire alla sua vita compassionevole e nonviolenta anche adottando una dieta vegetariana. Sappiamo infatti che nella misura in cui pratichiamo la misericordia l’un l’altro e verso tutte le creature di Dio, anche noi riceveremo misericordia e benedizione, come Gesù ha promesso nelle Beatitudini.

Eppure la realtà odierna per le creature di Dio non è né compassionevole né misericordiosa. Il modo con cui noi trattiamo gli animali è crudele ed efferato. Ogni anno, negli Stati Uniti vengono allevati e uccisi 9 miliardi di animali per uso alimentare e si massacrano altri 15 miliardi di animali marini. Le galline ovaiole, allevate per le loro uova, trascorrono la loro intera esistenza stipate in gabbie di reti metalliche non più grandi di

---

egli propone una profonda comprensione della storia e dell’evoluzionismo dell’intero universo come guida e necessaria ispirazione per una maggiore comprensione dell’antropologia, sia a livello individuale che come specie. È considerato uno dei maggiori intellettuali nel solco di Theilard de Chardin.

cassetti da ufficio, accatastate in magazzini insieme a decine di migliaia di altri volatili. Le condizioni in cui vengono allevate sono così orrende al punto che i loro piedi spesso crescono attraverso le maglie e attorno ai fili di ferro. Un terzo delle galline si ritrova con le gambe spezzate allorché vengono impacchettate e trasportate al macello, spesso lasciandole per giorni senza cibo né acqua, nelle condizioni atmosferiche più estreme. Ogni singolo uovo rappresenta 34 ore di sofferenza per una gallina, anche senza menzionare il viaggio verso la macelleria e i modi della stessa macellazione. Duecentocinquanta milioni di pulcini maschi vengono messi a morte per soffocamento, risultando inutili per l'industria delle uova e appartenenti ad un tipo di polli diverso da quelli utilizzati per la carne.

Inoltre, polli, maiali, tacchini, vacche da latte e da carne vengono geneticamente allevati e rimpinzati di droghe per farli crescere più in fretta, separandoli dalla loro famiglia appena nati e mutilati senza antidolorifici. Ai polli vengono tagliati i becchi con una lama rovente. Buoi e maiali vengono castrati. Alle mucche strappano le corna dalle loro teste. Ai maiali tirano via i loro denti con le pinze e tagliano le code. Tutti soffrono una angoscia mentale e fisica per dover vivere in spazi strettissimi senza alcuna possibilità di sollievo, senza poter dare sfogo a nessun desiderio o bisogno naturale e senza alcuna speranza di fuga. Vengono poi trasportati senza

cibo né acqua, verso una morte infernale. Vacche da latte e altri animali che non riescono più a camminare vengono trascinati a forza sui camion causando loro la rottura di più ossa nel processo. Vengono poi uccisi, appesi a testa in giù con la gola tagliata, per permettere un dissanguamento completo. Spesso vengono scuoiati e fatti a pezzi prima ancora di finire a morire. "Se i macelli avessero mura di vetro trasparente," dice Paul McCartney[20], "tutti diventerebbero vegetariani."

Se questi allevatori, operatori dei macelli e autisti di camion trattassero alla stessa maniera cani e gatti, sicuramente verrebbero processati per abusi contro gli animali.

È inoltre importante fare mente locale al fatto che molti animali allevati per la carne, sono animali "Frankenstein". Essi vengono geneticamente allevati in modo da crescere talmente in fretta che i loro cuori, polmoni e arti non ce la fanno. I polli ad esempio ora crescono con una velocità più che doppia rispetto a 30 anni fa e vengono macellati prima che raggiungano i 2 mesi. Mediamente, le mucche vengono spinte a

[20]Molte sono le personalità del mondo dello spettacolo che hanno scelto di essere vegetariani/vegani, come Paul McCartney, cantante e bassista dei Beatles. Fra gli altri sua moglie Linda Eastman; Bryan Adams, cantante canadese; Leona Lewis, cantante britannica; l'attrice Natalie Portman; la cantante Chrissie Hynde; Brad Pitt, Chris Martin, Demi Moore,Tobey Mac Guire, Leonardo di Caprio, Russell Brand, Anne Hataway, Gwyneth Paltrow e Jovanotti.

quadruplicare la loro produzione di latte rispetto al loro ritmo naturale; molte addirittura da 10 a 13 volte di più, con le loro mammelle letteralmente trascinate fino a terra. I tacchini vengono geneticamente allevati in una maniera che non riescono neanche più ad accoppiarsi naturalmente. In effetti, alcuni anni fa, il *Washington Post* ha pubblicato a proposito della festa del Ringraziamento un articolo sui tacchini dal titolo, "*Tacchini-tecnologici: la scienza servita a cena*[21]." Stiamo giocando al Dr. Frankenstein con le creature di Dio. Stiamo perseguendo la nostra demoniaca dipendenza dalla violenza con una crudeltà inimmaginabile non solo tra esseri umani, ma anche con le creature di Dio. Gandhi ha affermato che si può giudicare una società da come tratta i suoi animali. Eppure, in ogni singolo giorno, noi infliggiamo infinite pene, sofferenza e morte a milioni di animali, creature di Dio.

Lev Nikolaevič Tolstoy[22] insisteva nel dire che "il vegetarianismo è la radice dell'umanitarismo." Il

[21]RICK WEISS, *Techno-Turkey: Serving Up Science for Dinner*, The Washington Post, November 12, 1997

[22]TOLSTOJ, LEV NIKOLAEVIČ, *Perchè sono vegetariano. Principi di una vita etica*, Prato : Piano B, 2016 Il libro propone una selezione originale di saggi brevi e pamphlet di Lev Tolstoj. Poco nota all'interno della biografia di Tolstoj è la sua "conversione" al vegetarianismo, che lo scrittore russo espliciterà in un saggio breve, riproposto in questo libro, intitolato *Il primo gradino*, e che può essere ritenuto oggi uno dei testi fondamentali del moderno

vegetarianismo dimostra che noi siamo seri rispetto al nostro credo su compassione e giustizia, che noi siamo consapevoli circa il nostro impegno per il mondo, giorno dopo giorno, ogni volta che mangiamo. In questo modo facciamo continuamente memoria, e lo ricordiamo agli altri, del nostro credo sulla misericordia. Cominciamo effettivamente a vivere secondo una visione nonviolenta, proprio qui ed ora!

Lungo i secoli, la specie umana è cresciuta lentamente nella sua consapevolezza a proposito di diritti umani, incluso lo stesso diritto alla vita. È ormai universalmente accettato che sfruttamento ed oppressione di esseri umani a causa della loro razza, genere, religione, età e abilità fisica, è inaccettabile. Crescendo ancora nella nostra consapevolezza morale, impareremo ad abolire la guerra, le armi nucleari e la violenza stessa. Impareremo anche a proteggere l'ambiente e ad abbattere le barriere riguardanti le specie viventi, assumendoci la nostra piena responsabilità verso tutte le creature.

Albert Einstein ha definito l'ottusità umana verso le altre specie come "illusione ottica della coscienza". Il nostro

---

movimento vegetariano. Oltre a questo, *Perché sono vegetariano* ripropone una serie di scritti brevi su temi affini e intimamente legati a quelli del vegetarianismo: ambientalismo, igienismo, anticonsumismo, rifiuto della caccia e nonviolenza sono tutti temi che lo scrittore russo affronta in questi saggi, che colpiscono per la lucidità e la profondità dell'analisi.

compito, disse, è quello di "liberare noi stessi da questa prigione ampliando il nostro cerchio della compassione fino a comprendere ogni creatura vivente"[23].

Il grande umanista e teologo Albert Schweitzer, nel suo discorso di accettazione del Premio Nobel per la Pace[24], affermò che "la compassione, nella quale l'intera etica deve trovare le sue radici, può raggiungere la sua pienezza di significato e la sua profondità solo se diventa capace di abbracciare ogni creatura vivente, senza limitarsi solamente agli esseri umani"

Molti cristiani, i quali pensano che fare del male ad un cane e ad un gatto sia sbagliato, non hanno poi nulla da ridire sul fare del male ai bovini, ai suini, al pollame, ai pesci e altre creature viventi. Dobbiamo sapere che se mangiamo carne, noi paghiamo della gente per essere crudele con gli animali. Noi dovremmo adottare una dieta vegetariana per la semplice ragione che tutti gli animali sono creature amate da Dio e che Dio le ha create con la capacità di sentire dolore e di soffrire.

---

[23] *http://worldvegfest.org/history/northam20a/einstein.html* Le fonti più recenti suggeriscono che Einstein sia stato vegetariano solo l'ultimo anno circa della sua vita, sebbene sembri che abbia sostenuto l'idea per molti anni prima di diventarlo lui stesso.

[24] *http://worldvegfest.org/history/europe20a/schweitzer.html* Albert Schweitzer, insignito del Premio Nobel per la Pace nel 1952, probabilmente non fu mai completamente vegetariano, benché si fosse espresso fortemente a favore. Abbiamo comunque qualche evidenza che potrebbe esserlo diventato completamente negli ultimi anni della sua vita.

Vegetarismo come scelta per l'ambiente

Una ragione ulteriore per diventare vegetariani è quella della protezione dell'ambiente. I principali gruppi ambientalisti come il Sierra Club, la Union of Concerned Scientists, il Worldwarch Institute e la National Audubon Society[25] stanno cercando di attirare l'attenzione verso il caos ambientale generato dagli allevamenti industriali di animali alimentari e dalla pesca commerciale. In effetti, non si può essere ambientalisti e, allo stesso tempo, mangiatori di carne. Si tratta di una contraddizione *in terminis*.

La dura realtà è che allevare animali per la produzione di carni, comporta in maniera diretta l'inquinamento e l'impoverimento della terra, dell'acqua e dell'aria. Negli Stai Uniti, produrre una caloria da cibo animale richiede uno spreco di energia 20 volte più grande di quella necessaria per produrre la stessa caloria da cibo vegetale. Inoltre bruciamo il 70 percento di tutto ciò che coltiviamo, come ad esempio soia, mais, grano e altri cereali, destinandolo come cibo per animali, invece di

[25]Ovviamente questi erano i principali gruppi ambientalisti americani al momento della stesura del testo. Probabilmente oggi ce ne saranno sicuramente altri. Questi quattro in ogni caso sono ancora attivi come risulta dai loro siti web:
Sierra Club: *http://www.sierraclub.org/*;
Union of Concerned Scientists: *http://www.ucsusa.org/*;
Worldwarch Institute: *http://www.worldwatch.org/*;
National Audubon Society: *http://www.audubon.org/*

consumarlo direttamente come cibo vegetale. Allo stesso modo, più della metà di tutta l'acqua consumata negli USA, viene usata per l'allevamento di animali da cibo; e questo fa sì che chi mangia carne necessita di acqua nella misura di 14 volte di più dei vegetariani. Inoltre, la produzione intensiva di animali da carne, necessita di una quantità di territorio agricolo 25 volte più grande di quello necessario per produrre la stessa quantità di cibo vegetale.

E questo non è tutto. Mangiare carne di animali non è solo una questione di inefficienza. I 9 miliardi di animali da carne che alleviamo per cibo ogni anno negli USA, producono una quantità di rifiuti 130 volte più grande di quella di tutta la popolazione degli Usa – 130 volte![26] Per sovrappiù, non esiste un sistema di trattamento per questi rifiuti animali. Tutto questo materiale mette in circolazione batteri, ormoni, antibiotici e pesticidi. Detto molto semplicemente, si tratta di rifiuti tossici, e costituisce la prima causa di inquinamento delle acque negli Stati Uniti.

Nel frattempo, l'industria della pesca sta progressivamente deteriorando i delicati ecosistemi marini in tutto il mondo. La pesca industriale infatti utilizza reti a strascico, lunghe diverse miglia, sui fondali

[26]Su tutto questo paragrafo riguardante gli allevamenti leggere J.S.FOER, *Se niente importa. Perché mangiare gli animali?* Parma : Guanda Editore 2010, pp. 189-196

marini, che distruggono ogni cosa sul loro percorso. Le fabbriche dei pescherecci da strascico stanno svuotando gli oceani di forme di vita marina ad un ritmo allarmante. Tredici dei 17 più importanti tipi di pesca sono già estinti o avviati ad un serio declino. Anche gli altri quattro sono "sovra sfruttati" o ormai "completamente sfruttati". Gli stessi pescherecci ributtano in mare, spesso già morti, gli animali non utili da un punto di vista del profitto, insieme a rifiuti massivi e carburante esaurito.

Un ex allevatore di bestiame, Hiward Lyman, ora direttore esecutivo della *Earth Save International*[27], incoraggia la gente a diventare vegetariana, sostenendo che, fra le altre cose, il consumo di carne contribuisce alla distruzione di terreno prezioso e insostituibile. Si tratta della stessa persona che, insieme a Oprah Winfrey, fu citata in giudizio dagli allevatori texani dopo aver discusso dell'eventualità di una diffusione del morbo della mucca pazza negli Stati Uniti. La giuria deliberò a suo favore. Lyman ha fatto notare che i terreni agricoli una volta solevano pullulare di vita, mentre ora sono diventati spazzatura marrone senza vita. Infatti, in questo Paese, l'85% dell'impoverimento del suolo è dovuto all'allevamento di animali a scopo alimentare.

Perciò, se riutilizzate le buste di plastica, usate un riduttore di flusso per la doccia, spegnete le luci quando

[27] *http://www.earthsave.org/*

uscite da una stanza, e quando possibile andate a piedi o in bicicletta, invece di prendere l'auto, è ottimo! Ma si può fare molto di più per diventare migliori amministratori della terra e della creazione di Dio: fare il passo successivo e diventare vegetariani!

Di recente, ho chiesto a un giovane amico cristiano perché fosse diventato vegetariano. Mi ha risposto che il cambiamento era avvenuto dopo aver appreso della distruzione ambientale causata dalle industrie produttrici di carne. Non poteva più, in buona coscienza e fede, continuare a mangiare carne sapendo che stava appoggiando la distruzione del pianeta. Andava contro tutto ciò che avrebbe voluto riguardasse la sua vita. "Stiamo distruggendo l'ecosistema – creando enormi allevamenti industriali di polli, mucche e maiali, avvelenando le acque e abbattendo le foreste pluviali – solo per produrre carne. Stiamo distruggendo interi ecosistemi della maggior parte dei paesi poveri. L'intero commercio delle industrie di carne è distruttivo. Se milioni di noi diventassero vegetariani, ridurremmo la domanda e salveremmo il pianeta."

Vegetarismo come percorso di salute

Un'altra motivazione fondamentale per diventare vegetariani è la promozione della salute. Dio ci ha fatto dono del nostro corpo e noi abbiamo il dovere di trattarlo bene in modo che possiamo, grazie ad esso, porci al

servizio degli altri e diventare strumenti per la pace voluta da Dio. Fino a circa 15 anni fa, veniva sostenuto, dalla maggior parte dei medici, che gli esseri umani dovessero assolutamente mangiare carne per sopravvivere. Oggi, non solo sono quasi tutti d'accordo che si può stare più che bene con una dieta vegetariana, ma alcuni gruppi medici come l'American Dietetic Association (ADA)[28] e l'American Medical Association (AMA)[29] sono giunti alla conclusione che i vegetariani stanno in effetti meglio in salute[30]. I vegetariani tendono a pesare meno e a soffrire meno di malattie cardiache, tumori e infarti – i tre grandi killer dell'America. La carne è del tutto priva di carboidrati e fibre, che sono invece i nutrienti di cui abbiamo bisogno per mantenere i nostri corpi in buone condizioni di lavoro. Al contrario la carne contiene pericolose dosi di grassi saturi e di colesterolo che intasano le arterie.

In particolare, gli unici due ricercatori che sono riusciti con successo ad invertire il trend delle malattie cardiache, di gran lunga il più grande fattore di morte in America, includono un dieta esclusivamente vegetariana come

[28] J Am Diet Assoc. 2009 Jul;109 (7) : 1266-82. In italiano *http://www.scienzavegetariana.it/nutrizione/ADA_ital.html*
[29]*http://www.ama-assn.org/ama*
[30] In Italia sta portando avanti questa prospettiva il famoso oncologo Umberto Veronesi. U. VERONESI – M. PAPPAGALLO, *Verso la scelta vegetariana. Il tumore si previene anche a tavola*, ed. Giunti, Prato 2015

parte del loro programma di salute. Nel programma dei Dr. Dean Ornish e Caldwell Esselstyn, i pazienti diventano a “prova di infarto”, come dice il Dr. Esselstyn, attraverso l’abbattimento del colesterolo a livelli più bassi di 150, il livello al di sotto del quale non si sono registrati casi di infarto. Il livello medio di colesterolo di un vegano è 128. È anche interessante notare che i vegetariani, in media, pesano dal 10 al 30 per cento in meno dei mangiatori di carne, e che la gente che segue il programma del Dr. Ornish perde una media di 10 chili di peso nel primo anno, cosa che poi riescono generalmente a mantenere nel tempo.

La gente che consuma i prodotti animali sono per il 40% più esposti ai tumori e hanno maggiore probabilità di soffrire di infarto, appendicite, artriti, diabete e intossicazione da cibo. In aggiunta, la carne contiene pesticidi e altre sostanze chimiche 14 volte più concentrate di quelle presenti nel cibo di origine vegetale. Pertanto per condurre una vita sana, salutare ed integra, sarebbe più saggio diventare vegetariani.

Il Rev. George Malkums, predicatore battista della Carolina del Nord, sostiene che i cristiani dovrebbero costituire un modello di buona salute. Quale testimonianza diamo della nostra fede, si chiede, quanto noi cristiani offriamo la stessa percentuale di morte, a causa di prevedibili malattie legate alla dieta, come qualsiasi altra persona del nostro paese? Egli ritiene che

la scelta vegetariana, a motivo della promozione di un maggior stato di salute, possa diventare per questo anche un buon strumento per la diffusione del Vangelo. Mi trovo d'accordo con lui. Dio ci vuole in salute, vuole che viviamo la nostra vita in pienezza. Alla stessa maniera, il Rev. Schuller, pastore della Crystal Cathedral e star della trasmissione *Hour of Power,* raccomanda quella che lui definisce la "dieta del Giardino dell'Eden". È la dieta che Dio ci ha concesso di seguire nel Giardino dell'Eden, afferma, la dieta pensata per noi, intesa ad aiutarci a condurre una vita lunga e produttiva. Egli cita la superstar del fitness, il vegetariano Jack Lalanne, come esempio di cosa possa fare per la nostra vitalità una dieta basata su cereali, legumi, frutta e verdura.

Vegetarismo come impegno per i diritti umani

Una ragione ulteriore per diventare vegetariani è quella della promozione dei diritti umani fondamentali. La dieta vegetariana è la sola dieta possibile per gente che ha veramente a cuore la sofferenza delle altre persone. Sul fronte interno, i luoghi dove si macellano animali sono covi di morte non solo per gli animali, ma anche per la gente che ci lavora. I macelli presentano il più alto tasso di incidenti sul lavoro, il più alto tasso di turnover, il più alto tasso di infortuni di ripetizione, e il più alto tasso di morte accidentale di qualsiasi altro settore nel paese. In effetti, i lavoratori dei macelli hanno una percentuale di

incidenti sul lavoro nove volte più alta di quella dei minatori di carbone in Appalachia.

Qualche anno fa, il *Center for Public Integrity*, un organismo di controllo del Congresso, ha pubblicato un rapporto chiamato: "*La sicurezza per ultima: la politica di E. Coli e altri assassini di origine alimentare*"[31]. Questo rapporto rivela che i macelli si trovano nella necessità di una continua ricerca di personale per rimpiazzare operai e si trovano costretti a importare immigrati dal Messico e dall'America centrale verso i macelli dello Yowa, Minnesota e altrove. "Con la stessa facilità con la quale le aziende della carne in scatola cercano e trasportano mano d'opera immigrata verso le loro fabbriche del Midwest", afferma il rapporto "esse li tradiscono, consegnando loro e le loro famiglie alle autorità preposte all'immigrazione. E come ultimo atto di crudeltà e di corruzione, le stesse compagnie cercano i fortunati che sono riusciti a fuggire ai raid dell'immigrazione per riportarli indietro nei macelli." Le stesse informazioni si ritrovano in un libro più recente intitolato *Fast Food Nation*, del giornalista investigativo Eric Schlosser[32].

[31]*Safety Last. The Politics of E. Coli and Other Food-Born Killers*. The Center for Public Integrity 1998

[32]*https://it.wikipedia.org/wiki/Fast_Food_Nation_(saggio)* Il libro è reperibile anche in italiano in una edizione recente del 2014, ERIC SCHLOSSER, *Fast Food Nation*, Oscar Mondadori, 2014, pp. 470.

Dovrebbero i cristiani appoggiare questo ingiusto trattamento dei lavoratori? Ovviamente no! Gesù l'aveva messa giù molto semplicemente: "Tutto quello che fai al più piccolo di questi, tu lo hai fatto a me." Egli ha insistito che noi dovremmo porci al fianco del povero e dell'oppresso – inclusi la persona senza documenti, l'immigrato, il rifugiato e il lavoratore delle fabbriche – nella loro lotta per la giustizia. Noi possiamo e dobbiamo ritirare il nostro supporto finanziario a questa industria violenta e ingiusta attraverso la scelta vegetariana.

CONCLUSIONE

Non appena guardiamo indietro alla nostra storia recente, vediamo una serie sorprendente di cambiamenti sociali positivi. Molta gente fondamentalmente positiva e benpensante del XIX secolo non aveva riconosciuto i diritti fondamentali delle donne, dei bambini, dei Nativi Americani o degli Afro-Americani. La schiavitù di esseri umani è fiorita fino alla fine del 1800 negli Stati Uniti. Alle donne è stato concesso il diritto di voto meno di cento anni fa[33]. Il primo caso di abuso su minori è stato celebrato da un tribunale meno di cento anni fa. In ogni circostanza la Bibbia è stata utilizzata per benedire e difendere l'ingiustizia. Ancora adesso, purtroppo, noi continuiamo ad usare le sacre scritture per difendere la

[33]In Italia il diritto di voto è stato concesso anche alle donne per la prima volta nel 1948!

violenza e giustificare guerre, esecuzioni, abusi sugli animali e armi nucleari come se Dio avesse voluto che noi fossimo violenti e assassini. Io invece sono convinto che Dio è un Dio di pace e di nonviolenza e che Gesù vuole che noi siamo gente di pace e di nonviolenza.

Noi abbiamo percorso un lungo cammino nell'ultimo secolo, ma abbiamo ancora tanta strada da fare davanti a noi. Dobbiamo abolire la fame, la povertà, la guerra, le armi nucleari, l'abuso sugli animali, la pena di morte, il razzismo, il sessismo ed ogni altra forma di violenza. Io credo che fra qualche secolo, persone di fede e di coscienza guarderanno indietro a questo nostro tempo con senso di stupore e di sconcerto nel venire a conoscenza che noi mangiamo carne, permettiamo che la gente muoia di fame, ci trattiamo vicendevolmente in maniera ingiusta, scateniamo guerre, costruiamo grandi arsenali atomici e tendiamo a distruggere il pianeta. Se noi vogliamo sopravvivere, ha affermato Martin Luther King, noi dobbiamo diventare persone nonviolente. Uno dei primi semplici passi è quello di adottare una dieta vegetariana.

"Nessuna cosa sarà più benefica per la salute umana e aumenterà le nostre chance di sopravvivenza", ha concluso Albert Einstein, "tanto quanto una evoluzione verso una dieta vegetariana." A dispetto di tutti i problemi del nostro tempo, io resto fiducioso. Sempre più gente si sta convincendo della saggezza della

nonviolenza, inclusa la scelta per il vegetarismo. Nei soli Stati Uniti, più di un milione di persone adottano ogni anno una dieta vegetariana. Man mano che queste tendenze guadagneranno terreno, avranno un impatto notevolmente positivo sulla nostra salute, il nostro ambiente, il benessere degli animali, i diritti umani, e, in definitiva, la nostra disposizione verso la compassione e la nonviolenza.

“Verrà il tempo – ha affermato Leonardo da Vinci – quando la gente guarderà all’uccisione degli animali come ora guardano all’assassinio di uomini e donne.” Io sono convinto che la società guarderà indietro all’arroganza e alla crudeltà umana nei confronti degli animali con lo stesso orrore e sconcerto che al presente riserviamo alle atrocità commesse contro esseri umani. E nel momento in cui noi smettessimo di mangiare carne e diventassimo vegetariani, noi procederemmo di un altro passo verso la via della nonviolenza di Dio. Noi saremmo benedetti.

Lasciatemi concludere con una citazione di Lewis Regenstein: “Ci sono convincenti ragioni morali, spirituali, e scritturali per astenersi dalla carne. L’allevamento, il trasporto e la macellazione di animali per l’alimentazione, comporta enormi maltrattamenti e sofferenze per miliardi di esseri viventi, letteralmente, ogni anno, oltre ai massicci danni all’ambiente. Infatti, l’allevamento degli animali è più distruttivo nello

sfruttamento del suolo, delle risorse di acqua ed energetiche di ogni altra attività umana combinata insieme, oltre a causare enormi danni ambientali come la distruzione delle foreste, la distruzione di habitat della fauna selvatica, e l'inquinamento di fiumi e laghi. Inoltre il consumo di carne e latticini ... è legato ad alti tassi di cancro, malattie cardiache, ictus e altri disturbi di salute potenzialmente fatali. Pertanto astenersi dal mangiare carne aiuta a prevenire la crudeltà verso gli animali, promuove la tutela dell'ambiente e la salute del proprio corpo, il 'tempio del Signore'. Per tutte queste ragioni, una dieta vegetariana è un buon modo per mantenere uno stile di vita coerente con lo spirito umano ed ecologico delle Scritture."

ALCUNE QUESTIONI FINALI

Dopo aver detto tutto questo, sono sicuro che ci sono alcune domande sospese nell'aria, come questa: "Ma John, Gesù non ha mangiato carne?"A parte il fatto che ci sono anche alcuni studiosi delle scritture i quali pensano che Gesù non abbia mangiato carne[34], tutti certamente

[34]RICHARD ALAN YOUNG, *Is God a Vegetarian? Christianity, Vegetarianism, and Animal Rights*, Paperback – December 30, 1998. In italiano sono reperibili le opere di Mario Canciani. MARIO CANCIANI, *Nell'arca di Noé : religioni e animali*, ed. Carroccio, Vigodarzere 1990. IDEM, *Ultima cena dagli esseni : una documentata nuova esplorazione*, Edizioni mediterranee, Roma, 1995. VALENTINO BELLUCCI, *Cristo era vegetariano?* Editoriale Programma, 2013.

sono concordi nell'affermare che Gesù vuole che noi pratichiamo una compassione perfetta attraverso le nostre vite. Come abbiamo visto, il mondo in cui noi viviamo oggi, è un mondo di povertà, fame, violenza e distruzione ambientale; il mangiare carne può solo rafforzare questi problemi.

Cosicché la vera domanda è: "Cosa Gesù vorrebbe che noi facessimo oggi, in un tale mondo di rampante violenza?" Io credo vorrebbe che noi facessimo tutto quello che fosse possibile per mettere fine alla violenza per trasformarlo in un mondo di nonviolenza e di compassione. Questo includerebbe diventare vegetariani.

Altri chiedono: "Ma Dio non ha legittimato il sacrificio animale?" Certamente le scritture ebraiche sono piene di disposizioni riguardanti il quando e il come macellare animali, eppure io non penso che questo giustifichi il mangiare animali. La legge mosaica cercava di ridurre la violenza. La Bibbia è piena di leggi che permettono la guerra, la poligamia, il possesso di schiavi e altre forme di violenza, ma queste leggi cercavano di mitigare pratiche malvagie che erano già in atto. Le leggi di Dio riguardanti queste pratiche, in quel tempo, cercavano di limitare la colpevolezza umana, di ridurre la violenza e di promuovere l'avvento di un mondo nuovo privo di violenza. Quando Gesù entra nel quadro, egli insiste radicalmente sulla nonviolenza e sulla compassione. Egli ci ha fatto sapere di preferire il sacrificio dei nostri cuori

e delle nostre vite per la promozione della giustizia e della pace. Egli è molto più radicale di quanto ciascuno di noi possa immaginare.

Come Gandhi disse, Gesù pratica la rivoluzione della nonviolenza *par excellence.* Egli ci rivela che Dio è un dio di nonviolenza e vuole che noi entriamo in questa vita di nonviolenza. I Vangeli cristiani citano i profeti, il loro appello per la pace e sostengono la divina visione originale del Giardino dell'Eden. Essi insistono sul fatto che Gesù ci chiama a vivere qui ed ora nel regno di Dio, un regno di pace e di nonviolenza che include la compassione gli uni verso gli altri, comprese tutte le creature e la stessa terra. La questione, afferma Gesù, non è il sacrificio, ma la compassione; non la violenza, ma la nonviolenza.

In un mondo di così enorme violenza e sofferenza, perché non prendere tutte le misure in nostro potere per diventare più compassionevoli, più nonviolenti, più fedele al Cristo portatore di pace? Perché non diventare vegetariani per amore di Dio e per amore delle creature di Dio? La vostra salute ne beneficerà. L'ambiente ne riceverà migliore giovamento. Gli animali soffriranno di meno. E la vostra spiritualità diventerà più profonda e più matura.

Le uniche ragioni per continuare a mangiare carne sono l'egoismo e l'avidità, cose che non sono esattamente

ideali cristiani. Noi tutti possiamo fare molto meglio che questo.

È giunto il tempo di operare un altro passo, insieme a Gesù, verso la nonviolenza. È giunto il tempo di diventare vegetariani.

Grazie per aver ascoltato e riflettuto con me su queste problematiche. Possa il Dio della pace benedire tutti noi ed aiutarci ad essere come Gesù, persone di compassione, di pace e di nonviolenza.

John Dear

CHI È JOHN DEAR[35]

"*John Dear è l'incarnazione dell'operatore di pace*", ha scritto l'Arcivescovo Desmond Tutu qualche anno fa quando propose la sua candidatura per il Premio Nobel per la Pace. "*Egli è stato una guida con l'esempio attraverso le sue azioni e i suoi scritti, con i suoi numerosi discorsi, conferenze e manifestazioni. Egli è convinto che la pace non sia qualcosa di statico, quanto piuttosto una azione portata avanti con impegno attraverso la mente, il corpo e lo spirito. Il suo insegnamento è quello dell'amore per se stessi, per il proprio vicino e per il proprio nemico, quello dell'amore per il mondo e della comprensione della profonda responsabilità nel fare tutto questo. È un uomo che ha il coraggio delle sue convinzioni e che parla apertamente e agisce contro la guerra, la fabbrica delle armi ed ogni altra situazione nella quale un essere*

[35]Queste note sull'autore e sul movimento pacifista nonviolento "Pace e Bene", sono tratte prevalentemente dal suo recente libro *The Nonviolent Life*, edito dalla PACE E BENE PRESS a Long Beach in California nel 2013. Il sito ufficiale di father John Dear è il seguente: *http://www.fatherjohndear.org/*

umano rischia di subire violenza. Perché il male prevalga, basta solo che le persone per bene restino sedute in panchina e non facciano niente. John Dear costringe tutti noi ad alzarci in piedi ed assumere le nostre responsabilità per la sofferenza dell'umanità così spesso dovuta all'egoismo e all'avidità."[36]

Nato in Elizabeth City, North Carolina nel 1959, e laureatosi *magna cum laude* nel 1981 presso la Duke University in Durham (North Caroline) John Dear nel 1982 entra nell'ordine dei gesuiti della Pennsylvania e sin da questi primi anni ottanta inizia ad impegnarsi nel movimento per la nonviolenza, sulle orme di Gandhi, Luther King, Dorothy Day e tanti altri, parlando con gente di tutto il mondo riguardo al Vangelo di Gesù, alla via della nonviolenza e alla chiamata ad essere operatori di pace. Ordinato sacerdote nell'ordine gesuitico nel 1993[37], dal 1998 al 2001 ha prestato servizio come direttore della *Fellowship of Reconciliation*, la più grande organizzazione interreligiosa degli Stati Uniti impegnata per la pace. Nel 1999 ha guidato una delegazione di Premi Nobel per la Pace in una missione di pace in Iraq ed una delegazione interreligiosa in Israele e in Palestina.

[36]Desmond Tutu è un famoso arcivescovo anglicano del Sudafrica, molto impegnato nel campo dei Diritti Umani e della riconciliazione fra bianchi e neri in Sudafrica. Per questo suo impegno ha ricevuto il Premio Nobel per la Pace nel 1984.

[37] Dal 2013 ha lasciato l'ordine gesuitico ed è ora svolge il suo ministero di prete nella Diocesi cattolica di Monterey, in California.

Dopo l'11 settembre 2001, è stato uno dei coordinatori dei cappellani presso il Family Assistance Center e consigliere di migliaia di parenti e soccorritori. Ha lavorato presso centri per senzatetto, mense per i poveri e centri sociali; ha viaggiato in zone di guerra intorno al mondo, incluso Iraq, Palestina, Nicaragua, Afghanistan, India e Colombia; è vissuto nel Salvador, in Guatemala e nell'Irlanda del Nord; è stato arrestato oltre 75 volte per atti di disobbedienza civile contro la guerra; ha speso otto mesi in carcere per una azione di lotta per il disarmo promossa dal Plowshares Movement.[38] Nel 1990, ha organizzato incontri fra Madre Teresa e diversi governatori per l'abolizione della pena di morte. Ha due Masters in Teologia della Graduate Theological Union della California e ha insegnato Teologia presso la Fordham University.

Si sono occupati di John Dear le principali testate giornalistiche americane come le seguenti: *The New York Times*, *The Washington Post*, *USA Today*, ecc. Per molti anni ha condotto una rubrica settimanale nel *National*

[38] Il *Plowshares Movement* è un movimento cristiano pacifista contro le armi nucleari che sostiene la resistenza attiva alla guerra. Il gruppo pratica spesso forme di proteste simboliche che consistono nel danneggiare armi e proprietà militari. Il movimento ha guadagnato notorietà nei primi anni 1980 quando alcuni membri riuscirono a danneggiare una testata nucleare e furono per questo condannati a diversi mesi di carcere. Il nome "*plowshares*" significa "vomeri" e si riferisce al testo del profeta Isaia dove si sogna un tempo in cui le armi saranno trasformate appunto in vomeri.

Catholic Reporter ed è presente regolarmente nella trasmissione radiofonica nazionale "*Democracy Now*" e nell'Huffington Post. John Dear è il soggetto del documentario DVD "*The Narrow Path*", con le musiche di Joan Baez e di Jackson Browne. Alla sua attività di pacifista è stato dedicato il libro "*John Dear On Peace. Un Introduction to His Life and Work*" da Patti Normile (St. Anthony Messenger Press, 2009).

Alcuni dei sui oltre trenta libri sono stati tradotti in diverse lingue, anche se ancora nessuno in lingua italiana. Ha curato libri riguardanti le principali figure dei leader pacifisti di tutto il mondo.

In questo piccolo scritto, *Christianity and Vegetarianism*, pubblicato per la prima volta in forma cartacea nel 1990 e ripubblicato come e-book nel 2005 dalla fondazione PETA (*People for the Ethical Treatment of Animals*), John Dear offre le molteplici ragioni per la sua scelta vegetariana fatta fin dal 1982 come una sorta di sintesi del suo impegno radicale contro ogni forma di violenza per un mondo di pace e di nonviolenza assoluta.

PETA - PEOPLE FOR THE ETHICAL TREATMENT OF ANIMALS[39]

La Mission

People for the Ethical Treatment of Animals (PETA) è la più grande organizzazione per i diritti animali nel mondo, con più di 5 milioni di membri e sostenitori.

PETA focalizza la sua attenzione sulle quattro aree nelle quali la maggior parte degli animali soffrono violenza, anche per lunghi periodi di tempo: negli allevamenti intensivi, a causa del commercio di abbigliamento, nei laboratori scientifici e nel settore dello spettacolo. Lavora anche su una serie di altre questioni, tra cui l'uccisione

[39] Il testo *Christianity and Vegetarianism* qui riprodotto in traduzione italiana è stato pubblicato negli USA da PETA, People for Ethical Treatment of Animals. Ci sembra pertanto doveroso far conoscere questo grande movimento americano per i Diritti degli Animali, attraverso la riproposizione in traduzione della presentazione del movimento che troviamo nel suo sito web ufficiale: *http://www.peta.org/* Nel 2015 PETA ha proclamato papa Francesco "uomo dell'anno" a motivo della sua enciclica verde *Laudato Sii*.

crudele di roditori, uccelli, e altri "parassiti", così come la crudeltà verso gli animali domestici.

PETA opera attraverso campagne pubbliche di informazione, indagini sulla crudeltà, ricerca, salvataggio degli animali, legislazione, eventi speciali, coinvolgimento di celebrità, e campagne di protesta.[40]

Una storia di compassione in azione

Prima che PETA nascesse, c'erano due cose importanti che, chi avesse voluto aiutare gli animali, avrebbe potuto fare: fare il volontario in un qualche centro per animali, oppure fare donazioni in denaro ad una qualche organizzazione umanitaria. Però, mentre molte di queste organizzazioni hanno fatto un lavoro encomiabile per portare conforto agli animali usati dagli umani, esse normalmente non mettevano in questione il perché noi umani usiamo uccidere animali per la loro carne, per la loro pelle, per testare ingredienti di nuovi prodotti o per il nostro puro intrattenimento.

I fondatori di PETA hanno pertanto cercato di offrire alle persone sensibili qualcosa di più di ciò che loro avrebbero già potuto fare e metterle in grado di acquisire modalità e vie per un cambiamento attivo della società. Essi hanno voluto promuovere una salutare dieta vegana e mostrare quanto fosse facile fare shopping senza

[40]*http://www.peta.org/about-peta/*

compromettersi con la crudeltà. Essi hanno voluto elevare una protesta, forte e pubblica, contro ogni forma di crudeltà verso gli animali e far conoscere che cosa accade veramente dietro le pareti – molto spesse e insonorizzate – dei laboratori per animali.

Con il supporto del lavoro investigativo, delle proteste dei consumatori e della copertura dei media internazionali, PETA riunisce membri delle comunità scientifiche, aziendali e legislative per ottenere cambiamenti su larga scala e a lungo termine, che migliorino la qualità di vita degli animali e prevengano le cause della loro morte.

Ogni anno, con l'aiuto di generosi sostenitori, PETA è in grado di garantire vittorie a favore degli animali. E ogni vittoria risulta importante e giustamente celebrata, dalla vita del più piccolo topo salvata da una morte orribile dovuta ad una trappola, alle migliaia di mucche, maiali, polli e pesce le cui vite vengono salvate ogni volta che qualcuno diventa vegetariano.

PETA ha promosso progressi innovativi per gli animali che subiscono abusi da parte di imprese, enti governativi e individui in tutto il mondo, e questi successi hanno portato ad impressionanti miglioramenti per le vite di milioni di singoli animali.

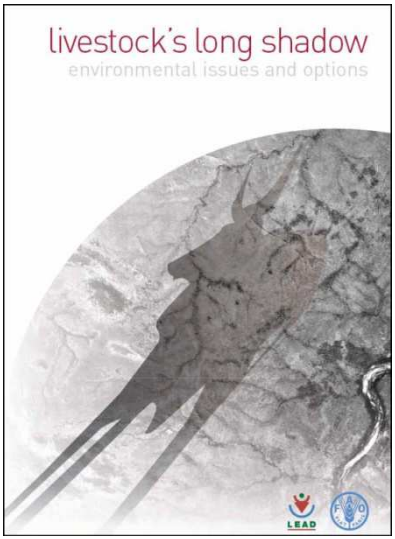
Attraverso il lavoro con le università e le istituzioni governative per implementare metodi di ricerche che

evitino la sperimentazione animale, la diffusione di tantissimi prodotti commerciali "senza-crudeltà" e la lotta all'industria della pelliccia; attraverso la promozione di una massiccia disponibilità, nei negozi di generi alimentari e nei ristoranti, di cibi alternativi alla carne, PETA ha costituito la forza trainante della maggior parte dei successi a favore degli animali negli ultimi 25 anni.

Sulla pagina Web di PETA si possono trovare e leggere tutte le attività e le storie dei maggiori successi di questa lotta in favore della vita animale.[41]

[41] *http://www.peta.org/about-peta/learn-about-peta/history/*

L'OMBRA LUNGA DEL BESTIAME



La breve nota che qui presento, è tratta dal sommario che precede il corposo dossier FAO del 2006, Livestock's Long Shadow[42]*, interamente dedicato alle problematiche degli allevamenti, estensivi ed intensivi, di animali per uso alimentare, per quanto riguarda l'analisi della situazione.*

« Questa relazione ha lo scopo di valutare il pieno impatto del settore zootecnico sui problemi ambientali, insieme con i potenziali approcci tecnici e politici per la sua mitigazione. La valutazione si basa sui dati più

[42]*Livestock's Long Shadow. Environmental issues and options*. Dossier FAO 2006 pp. 416. Si tratta, come già presentato nella mia prefazione, del più importante documento prodotto da una istituzione prestigiosa come la FAO, sull'impatto ambientale del settore zootecnico a livello globale. Purtroppo non ne è stata fatta una traduzione in italiano. Le pagine che qui presento sono una mia traduzione del sommario in inglese che precede lo stesso documento, per quanto concerne l'analisi della situazione.

recenti e completi disponibili, tenendo conto degli impatti diretti correlati, compresi quelli della produzione agricola per i mangimi necessari all'alimentazione del bestiame.

Il settore dell'allevamento emerge come uno dei fattori determinanti – tra i primi due o tre – che provocano i più gravi problemi ambientali, a tutti i livelli, dal locale al globale. I risultati di questo rapporto suggeriscono che esso dovrebbe essere preso molto seriamente dalla politica se si vuole veramente affrontare i problemi del degrado del suolo, dei cambiamenti climatici, dell'inquinamento atmosferico, della carenza e inquinamento delle acque, della perdita di biodiversità.

Dal momento che gli allevamenti industriali contribuiscono su larga scala all'aggravamento dei problemi ambientali, ciò significa che anche il loro potenziale contributo alla soluzione dei problemi appare altrettanto grande. L'impatto è così grave che deve essere affrontato con urgenza.

Importanza mondiale del settore

Benché economicamente non sia uno dei principali attori globali, il settore zootecnico è socialmente e politicamente molto significativo. Esso rappresenta il 40 per cento del prodotto interno lordo agricolo (PIL).

La crescita della popolazione e dei redditi, insieme con il cambiamento delle preferenze alimentari, stanno rapidamente moltiplicando la domanda di prodotti di origine animale, mentre la globalizzazione sta incrementando gli scambi con una maggiore offerta di prodotti animali. Dal 2000 al 2050 si prevede un raddoppio nella produzione globale di carne: da 229 a 465 milioni di tonnellate; mentre la crescita della produzione di latte dovrebbe passare da 580 a 1.043 milioni di tonnellate nello steso periodo. Pertanto, solo per evitare di aumentare il livello di danno oltre quello già in atto, si dovrà dimezzare l'impatto ambientale per unità di produzione di bestiame.

Il degrado dei territori

Il settore zootecnico è di gran lunga il più grande utente di origine antropica del territorio. La superficie totale occupata dai pascoli è pari al 26 per cento della superficie terrestre libera dai ghiacci del pianeta. Inoltre, la superficie totale dedicata alla coltivazione di prodotti agricoli per mangimi animali ammonta al 33 per cento delle terre coltivabili totale. In totale, la produzione di bestiame richiede l’occupazione del 70 per cento di tutti i terreni agricoli e del 30 per cento della superficie terrestre del pianeta.

L'espansione del settore zootecnico è un fattore chiave nelle cause della deforestazione. È soprattutto in America

Latina che si sta verificando la maggior quantità di deforestazione: il 70 per cento della precedente superficie forestale in Amazzonia è ora occupata da pascoli, e la produzione agricola destinata ai mangimi per animali copre una gran parte del resto. Circa il 20 per cento dei pascoli in tutto il mondo, e il 73 per cento dei pascoli nelle zone aride, ha subito un importante processo di degrado, attraverso il sovra sfruttamento, la compattazione dei terreni e l'erosione creata dall'azione del bestiame. Sono soprattutto le terre più aride ad essere interessate da queste tendenze, visto che l'allevamento di bestiame è spesso l'unica fonte di sostentamento per le persone che vivono in queste zone.

Atmosfera e clima

Con l'aumento delle temperature, l'innalzamento del livello dei mari, lo scioglimento delle calotte polari e dei ghiacciai, lo spostamento delle correnti oceaniche e i mutamenti nei modelli meteorologici, il cambiamento climatico è la sfida più grave per la razza umana.

Il settore zootecnico è senz'altro uno dei protagonisti principali, responsabile da solo del 18 per cento delle emissioni dei cosiddetti gas serra. Si tratta di una quota più grande di quella relativa all'interno comparto dei trasporti

Questo settore da solo copre il 9 per cento delle emissioni di CO2 di origine antropica. La quota maggiore di questo

deriva dai cambiamenti dovuti all’uso del suolo – in particolare la deforestazione – causate dall’espansione dei pascoli e delle terre coltivabili per i mangimi destinati agli animali.

Gli allevamenti sono anche responsabili della quota largamente maggioritaria di alcuni gas che hanno il più elevato potenziale di riscaldamento dell'atmosfera. Il settore emette il 37 per cento del metano di origine antropica (23 volte superiore al GWP – potenziale di riscaldamento globale – del CO2) la maggior parte del quale causato dalla fermentazione enterica dai ruminanti. Esso emette il 65 per cento del protossido di azoto di origine antropica (che supera di 296 volte il GWP della CO2), la grande maggioranza dal letame. Gli allevamenti sono anche responsabili per quasi i due terzi (64 per cento) di emissioni di ammoniaca di origine antropica, che contribuisce in modo significativo alle piogge acide e all'acidificazione degli ecosistemi.

L’acqua

Nel mondo stanno aumentando i problemi dovuti alla carenza, scarsità ed esaurimento di acqua dolce, con il 64 per cento della popolazione mondiale che, entro il 2025, si troverà a vivere in zone ad alto rischio idrico.

Il settore zootecnico è un protagonista chiave nell’incremento dell'uso dell'acqua, rappresentando oltre l'8 per cento di utilizzo umana globale di acqua,

soprattutto per l'irrigazione delle coltivazioni destinate ai mangimi animali. È probabilmente il settore che costituisce la più grande fonte di inquinamento delle acque, contribuendo all'eutrofizzazione e alla "morte" delle zone costiere, al degrado delle barriere coralline, alla creazione di problemi per la salute umana, alla comparsa di resistenza agli antibiotici e molti altri fattori. Le principali fonti di inquinamento provengono dai rifiuti animali, gli antibiotici e gli ormoni, sostanze chimiche provenienti da concerie, fertilizzanti e pesticidi utilizzati per le coltivazioni dei mangimi, e sedimenti provenienti da pascoli erosi. Dati globali non sono disponibili, ma negli Stati Uniti, con la quarta più grande superficie coltivabile del pianeta, gli allevamenti sono responsabili per una cifra stimata del 55 per cento di erosione e sedimenti, il 37 per cento dell'uso di pesticidi, il 50 per cento dell'uso di antibiotici, e un terzo dei carichi di azoto e fosforo in risorse di acqua dolce.

Gli allevamenti influiscono negativamente anche sulla ricostituzione di acqua dolce a causa della compattazione del suolo, della riduzione delle possibilità di infiltrazione, del degrado delle rive dei corsi d'acqua, la desertificazione delle pianure alluvionali e l’abbassamento delle falde acquifere. Il contributo degli allevamenti di bestiame alla deforestazione causa anche l’aumento della minor capacità di trattenimento delle

acque e la conseguente diminuzione della sua disponibilità nella stagione secca

Biodiversità

Ci troviamo in un'epoca di minacce senza precedenti alla biodiversità. La perdita di specie viventi è stimata essere ad un tasso da 50 a 500 volte superiore a quello trovato nella documentazione fossile. Quindici dei 24 più importanti servizi ecosistemici vengono valutati essere in declino oggi.

Gli allevamenti di bestiame rappresentano circa il 20 per cento della biomassa totale animale terrestre, e il 30 per cento della superficie terrestre del pianeta che ora essi occupano, una volta era l'habitat per la fauna selvatica. In effetti, il settore zootecnico può ben essere considerato il protagonista principale nella riduzione della biodiversità, dal momento che costituisce la principale causa della deforestazione, così come uno responsabili primi di degrado del suolo, dell'inquinamento, dei cambiamenti climatici, della pesca eccessiva, la sedimentazione delle zone costiere e la facilitazione di invasioni da specie aliene. Inoltre, l’accaparramento delle risorse da parte dei pastori minaccia le specie di predatori selvatici e delle aree protette anche vicino ai pascoli.

All’incirca 306 delle 825 ecoregioni terrestri individuate dal WWF – estese in tutti i biomi e tutti i regni biogeografiche – presentano il bestiame come una delle

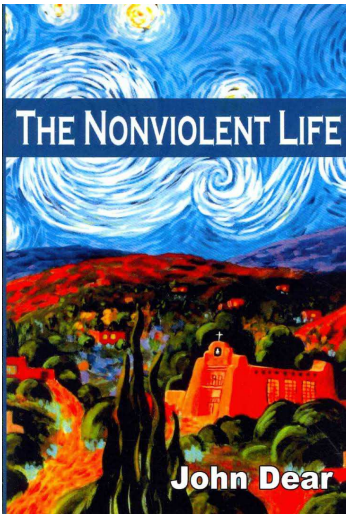
maggiori minacce attuali. *Conservation International* ha identificato 35 nicchie mondiali per la biodiversità, caratterizzate da eccezionali livelli di endemismo vegetale e gravi livelli di perdita di habitat. Di questi, 23 sono colpiti dalla produzione zootecnica. L'analisi dell'autorevole *Lista rossa delle specie minacciate* del World Conservation Union, dimostra che la maggior parte delle specie minacciate di tutto il mondo soffrono di perdita di habitat in tutte le situazioni nelle quali sono presenti allevamenti intensivi di bestiame. »

È ovvio che, a livello di strategia, la prospettiva della FAO non è la promozione della scelta vegetariana o vegana, ma una presunta razionalizzazione del sistema zootecnico per la promozione di un suo minor impatto ambientale.

Quello che qui interessa maggiormente però è il fatto che una organizzazione prestigiosa come la FAO ritiene necessario suonare il campanello di allarme. Io ritengo che la rivoluzione vegetariana in realtà sia l'unico modo serio per prendere veramente in considerazione questo grido di allarme.

LA VITA NONVIOLENTA
e il rispetto per la Creazione.

"*Ho scritto questo testo 20 anni fa, quindi è vecchio*", afferma John Dear, a proposito di *Christianity and Vegetarianism*, in una email inviatami personalmente e riportata alle note 2 e 3. A me, neofita del veganismo di ispirazione cristiana, il testo è sembrato attualissimo seppure chiaramente scritto per un ambiente americano di qualche anno fa. Ho cercato, con le mie note ed integrazioni, di fargli recuperare tutta la sua attualità per il nostro ambiente italiano.



John Dear sembra non aver scritto più recentemente niente altro sul medesimo argomento, almeno nel senso di un testo specificamente dedicato alla scelta vegetariana, ma ne parla in altri contesti. Nella stessa email, l'autore mi suggerisce di prendere in considerazione uno dei suoi ultimi libri, *The Nonviolent Life*. In questo libro del 2013

egli motiva il rifiuto di cibarsi di ciò che proviene dal mondo animale all'interno di un orizzonte molto più ampio, l'orizzonte della nonviolenza[43].

A. Presentazione del libro *The Nonviolent Life*.

Noi viviamo in un mondo malato di violenza e ogni giorno ne abbiamo prove sempre più abbondanti. Ma ogni giorno si rafforza anche la nostra constatazione che la 'risposta violenta' alla 'violenza' non fa che peggiorare le cose: mai come oggi abbiamo conferma del fatto che la violenza genera altra violenza. L'unica risposta possibile allora è quella della nonviolenza, il cui potenziale non è stato ancora seriamente esplorato. «Le sfide catastrofiche con le quali ci confrontiamo oggi – il cambiamento del clima, la povertà globale, lo stato permanente di guerra, la violazione sistematica dei diritti umani e molto altro – non saranno risolte applicando una dose più massiccia di violenza. Soluzioni efficaci a questi pericoli catastrofici non potranno avvenire che attraverso un metodo radicalmente diverso che sia allo stesso tempo innovativo, coraggioso, intenzionale, comprensivamente universale e compassionevole. In breve, ora più che mai

[43]DEAR JOHN, *The Nonviolent Life*, Pace e Bene Press, Long Beach CA 2013. La presente scheda si presenta, nella sua prima parte, come una sorta di recensione di questo libro che sarebbe davvero interessante poter avere in italiano; e nella sua seconda parte come traduzione del capitolo dedicato alla Nonviolenza nei confronti della creazione e delle sue creature, nel quale si inserisce la tematica dell'alimentazione vegana.

abbiamo necessità del potere attivo e creativo della nonviolenza»[44]

Il movimento per la nonviolenza che in Italia appare stanco, frastagliato e poco influente, sembra che negli USA, sebbene completamente ignorato dalle grandi agenzia informative, sia più attivo e costituisca una sorta di koinè che coinvolge scrittori, artisti, produttori cinematografici, teologi, educatori e giuristi, i quali raccontano, rappresentano, interpretano, motivano, difendono ed educano alla nonviolenza. Accanto a questo variegato mondo nel quale ognuno persegue una propria idea di nonviolenza legata al suo campo di attività, c'è poi chi si incarica di fare opera di sintesi capace di mettere in evidenza il significato, la connessione e la direzione comune di tutti questi flussi. John Dear, con alle spalle oltre tre decenni di una densa attività di pacifista che gli ha procurato ben 75 arresti da parte della polizia americana e una nomination nel 2008 come Nobel per la Pace, si propone esattamente di fare questa opera di sintesi. «In questo libro, Dear articola una visione delle potenzialità, del significato e dell'impatto della vita non violenta basata sulla spiritualità – e ci invita a mettere tutto ciò in pratica sia nell'immediato che nel lungo termine»[45]. In definitiva ci si pone con radicalità la domanda: vogliamo continuare ad affermare una

[44]KEN BUTIGAN, *Forword* per JOHN DEAR, *The Nonviolent Life*, p. ix
[45]*Ivi*, p. x

sistematica cultura di violenza, oppure vogliamo porre mano alla costruzione di una cultura nonviolenta che sia così creativa, attiva e liberante da assicurarci non solo la sopravvivenza, ma anche la prosperità futura? La risposta è ovvia e il libro stesso viene concepito come strumento militante: esso si presenta infatti come agile strumento per gruppi di riflessione sulla pratica della violenza oggi; ogni capitolo termina infatti con una serie di domande finalizzate alla riflessione di gruppo.

"Sarebbe comico se non fosse tragico" afferma John Dear a proposito del fatto che gli Americani sembrano non capacitarsi del fatto che tanta gente nel mondo li odi. In un suo viaggio in Afganistan nel 2012, dove ebbe modo di parlare con molte persone che avevano avuto familiari uccisi dai raid aerei dei droni dell'esercito americano, non poté che concludere amaramente: « In faccia a questi raid di bombardamenti americani, ognuno di noi sarebbe tentato di unirsi ai Talebani ». La domanda da porsi – continua – non è quella relativa al perché qualcuno possa avercela con gli americani, ma come mai non siano tutte le persone del mondo ad odiare gli americani e a volerli morti![46]

Se però riflettiamo a fondo non possiamo non concludere che la violenza è la rete connettiva della nostra stessa vita e che la prima cosa da fare, se davvero sogniamo un

[46] JOHN DEAR, *The Nonviolent Life*, p. 3

mondo meno violento, è proprio quella di riconoscere la nostra propria violenza. « Noi siamo violenti. E la violenza ci rende egoisti, narcisisti, paurosi, stupidi e miserabili. Noi ci feriamo l'un l'altro, ci uccidiamo l'un l'altro, ignoriamo la morte di milioni di persone e non facciamo nulla per fermare la piaga della violenza. La violenza è per noi un modo di vivere. Anzi no, la violenza è un modo di morire mascherato da modo di vivere »[47].

In questo libro l'autore propone che ogni persona umana, ognuno di noi, rigetti radicalmente la violenza come maniera personale di vivere e scelga consapevolmente una maniera di vivere la propria quotidianità basato sulla nonviolenza; pratichi e insegni la via della nonviolenza verso tutto ciò che è altro da sé, dal mondo umano al mondo animale passando per l'ambiente; faccia la propria parte per contribuire a costruire un movimento globale di base per la nonviolenza e la disobbedienza civile verso ogni forma istituzionalizzata di violenza. Sono le tre dimensioni che scandiscono le tre parti del libro. Questo sogno della nonviolenza non è puro miraggio delle anime belle, ma il messaggio forte e deciso di tutte le grandi tradizioni spirituali e di tutti i grandi operatori di pace: dal Mahatma Gandhi, a Martin

[47]Ivi, p. 4

Luther King, a Dorothy Day, Abdul Gaffar Kahn, Oscar Romero, il Dalai Lama e tantissime altre persone.

« La vita nonviolenta in tutta la sua pienezza richiede la pratica di queste tre dimensioni allo stesso tempo! Siamo chiamati ad un nuovo tipo di consapevolezza centrata su noi stessi attraverso la quale praticare consapevolmente una nonviolenza interiore e d esteriore, per la quale la pratica della nonviolenza riguardi sia la nostra vita privata sia la nostra attività pubblica nel movimento per il disarmo, la giustizia e la pace in maniera creativa. Significa, in definitiva diventare, nella nostra ordinaria quotidianità, novelli Gandhi, Martin Luther King e Dorothy Day »[48].

Cosa ha a che fare con tutto questo la scelta per una alimentazione rigorosamente vegetariana? Essa è semplicemente parte integrante di una vita nonviolenta nei confronti del mondo naturale ed animale; ne esprime lo spirito nella quotidianità più prossima. All'interno della seconda parte del libro, dedicata appunto alla nonviolenza nei confronti di tutto ciò che è altro da me, l'autore tratteggia la scelta per la nonviolenza anche nei confronti della natura e degli animali; nella sua terminologia evangelica: la creazione di Dio e le sue creature. Ma lasciamo la parola direttamente a lui.

[48]Ivi, p. 9

B. La Nonviolenza nei confronti della Creazione e di tutte le sue creature[49]

« La nonviolenza è la legge dell'universo. È la natura stessa del Creatore, il senso ed il cuore della realtà che si sta ancora dispiegando. Pertanto come cerchiamo di essere nonviolenti verso noi stessi e verso tutti coloro che incontriamo, noi ci battiamo anche per la nonviolenza verso la creazione stessa e verso tutte le creature viventi che sono sulla terra. La nonviolenza comprende il nostro atteggiamento verso qualsiasi cosa nell'universo. È la via per l'illuminazione. Deve potersi estendere in lungo ed in largo. Fino alle stelle!

Ciò significa che i giorni della violenza verso la terra e verso le sue splendide creature sono terminati. I catastrofici cambiamenti climatici costringono tutti noi a prendere coscienza che se noi continuiamo a violentare la creazione, noi finiremo per distruggere anche noi stessi nel processo. Abbiamo bisogno di risvegliarci all'antica saggezza che ci chiama ad onorare la natura e tutte le sue creature. Noi dovremmo prestare maggiormente ascolto ai popoli indigeni delle varie parti del mondo che ci hanno sempre ricordato come la terra sia la nostra madre, e come tutte le creature debbano essere rispettate.

[49]Presento qui integralmente, con alcune omissioni segnalate, il capitoletto "*Nonviolence Towards Creation and All Creatures*", J. DEAR, *op. cit.*, pp. 88-96

“La terra non appartiene a noi”, ha scritto una volta Capo Seattle. “Siamo invece noi che apparteniamo alla terra”. Tale saggezza mi ha recentemente colpito alla vista di uno stupendo spettacolo naturale: il deserto del Southern Utah. […] [50]

Ho cercato, in anni recenti, di dedicare tempi qualitativamente intensi alla natura – nell’oceano, nel deserto, presso fiumi, montagne, boschi e campi – e con le sue creature, cercando di diventare un tutt’uno con la terra e di trovare Dio nella creazione di Dio e nelle sue creature. Anche questo è parte della vita nonviolenta. Voglio sentirmi ancorato, connesso alla terra, specialmente ora che i cambiamenti climatici ci colpiscono. Voglio sentirmi in lutto per quello che abbiamo fatto alla creazione e alle sue creature; provare a pormi dalla parte di Madre Terra, in modo che il mio balbettio con la nonviolenza arrivi a comprendere anche la natura e gli animali.

Non è forse ciò che ci chiede con urgenza il nonviolento Gesù? “*Considerate i gigli dei campi* …”; “*Imparate dall’albero del fico* …”; “*Osservate gli uccelli del cielo* …”. Egli vuole che impariamo la via di Dio come ha fatto lui: a partire dalla creazione e dalle sue creature.

[50]L’autore descrive qui, nei paragrafi che tralascio, al cospetto dello splendido scenario del deserto dello Utah, il senso profondo di immedesimazione con la natura, cosa che gli fa avvertire più dolorosamente lo scandalo delle distruzioni ambientali.

"*Beati i miti*", insegna Gesù nelle Beatitudini, "*essi erediteranno la terra*". Proprio qui, all'inizio del Discorso della Montagna, egli mette in relazione la vita nonviolenta con la nostra unità con la creazione. Se siamo in grado di praticare la mitezza biblica – la violenza creativa – noi diventeremo una cosa sola con la natura. Noi ci sentiremmo fondati sulla terra, sapremmo rispettare la creazione e le sue creature e ci sentiremmo a casa. Noi sappiamo chi siamo: figli e figlie del Dio della pace.

È precisamente la nostra disconnessione con la natura che ci ha condotti alle politiche distruttive che portano ai catastrofici cambiamenti climatici. Noi non siamo fondati sulla terra, e pertanto non la erediteremo. Attraversiamo la vita generando caos a tutti i livelli, senza conoscere assolutamente nulla della bellezza e della sapienza della creazione. Per questo non ci pensiamo due volte a distruggere il mondo. Ancora una volta questo succede perché noi non sappiamo chi siamo.

San Francesco di Assisi praticò la sacra connessione fra la nonviolenza e la creazione. Egli pregava, serviva i poveri, praticava la nonviolenza e portava ovunque il saluto "Pace e Bene" a tutti coloro che incontrava. Aveva imparato anche i nomi degli alberi, degli uccelli e dei fiori e ha dormito all'aperto per la maggior parte della sua vita. Alla fine, siccome la sua stessa gente aveva finito per emarginarlo a causa della sua nonviolenza, egli

finì i suoi giorni in una grotta. Era diventato un tutt'uno con la creazione e con le sue creature. La sua nonviolenza lo aveva condotto ad "ereditare la terra". Era riuscito a modellare la sua vita sulla nonviolenza al punto da estenderla alla stessa creazione, la natura, con le sue creature viventi, gli animali.

Anche Gandhi aveva operato questa essenziale connessione. Come Francesco, egli ha dormito all'aperto durante gli ultimi decenni della sua vita. Egli era consapevole che la natura fosse in grado di sostenere l'umanità e che tutti i poveri del mondo avrebbero potuto vivere con dignità se noi condividessimo con giustizia ed equità tutto ciò che essa ha da offrirci. Egli ha anche sottolineato come la misura di una civiltà si vede da come essa tratta i suoi animali. Egli rispettava la terra e le sue creature; ha insistito perché noi diventassimo vegetariani e insegnò un metodo per una nonviolenza universale che avrebbe portato il cielo sulla terra. La sua visione aspetta ancora di essere concretizzata. Egli ci ha indicato la strada verso una onnicomprensiva, olistica vita di nonviolenza.

Ora, sull'orlo (dell'abisso), dobbiamo svegliarci alla verità della realtà: che noi tutti siamo uno, che siamo tutti fisicamente uniti alla creazione e alle sue creature, che abbiamo bisogno di diventare nonviolenti nei riguardi della terra stessa, dell'acqua, dell'aria e di ogni creatura, se vogliamo sopravvivere e vivere in pace.

Molte relazioni scientifiche affermano che se noi non cambiamo radicalmente le nostre politiche e pratiche globali, una spaventosa apocalisse violenta ci cadrà addosso. Come la popolazione mondiale raggiungerà i 10 miliardi per la fine del secolo, ci saranno probabilmente oltre 100 guerre per il possesso dell'acqua, con situazioni crescenti di fame, malattie e povertà estrema, che provocheranno la morte di milioni o forse miliardi di nostre sorelle e fratelli. Fra appena qualche secolo, gli esperti affermano che solo la metà del pianeta sarà ancora abitabile e la popolazione globale potrebbe ridursi fino a 250 milioni di persone.

"Qualunque cosa accade alla terra, accade anche ai figli e alle figlie della terra", scrisse molto tempo fa Capo Seattle. Aveva ragione. Noi dobbiamo prestare attenzione alla sua saggezza e cambiare le nostre vite.

Dunque da ora in avanti, dobbiamo prendere provvedimenti per proteggere la natura e gli animali, per fermare ogni atto di violenza e di distruzione ai danni dell'ambiente. Possiamo vivere in maniera più semplice, usare fonti alternative di energia come quella eolica e quella solare, essere nonviolenti verso gli animali e cambiare il nostro modo di mangiare; fare attenzione alle cose con cui ci vestiamo, alla frequenza del nostro uso della macchina e dell'aereo; ciò che acquistiamo e dove viviamo. Possiamo esplorare il nostro ambiente circostante, mangiare biologico, diventare vegetariani,

collaborare con gruppi di volontari che si occupano di mantenere pulita e proteggere la natura e conoscere la sua bellezza. Di più, possiamo unirci ai movimenti di resistenza contro la distruzione ambientale: dal *fracking* e l'uso del petrolio ai grandi affari delle macellerie industriali, alle guerre e alle armi nucleari che distruggono la creazione. Nel momento stesso in cui noi ci uniamo alla lotta con la Madre Terra per cambiare i sistemi distruttivi e favorire politiche ambientali, noi ci uniamo all'universo stesso e troviamo il Dio della pace ovunque intorno a noi.

Da dove cominciare? I gruppi ambientalisti propongono molti passi concreti; come ad esempio queste possibili semplici azioni: cambia la tua lampadina, spegni il tuo computer di notte, ricicla ogni cosa, non risciacquare troppo i tuoi piatti e non accendere prima il tuo forno; lava in acqua calda o fredda; fai asciugare i tuoi vestiti all'aria aperta; non usare tovaglioli di carta; usa entrambe le facciate di un foglio di carta; ricicla la carta; non usare la vasca per farti il bagno; non usare buste di plastica; non usare bottiglie di plastica; fatti docce più brevi; usa di meno la macchina; usa di più la bicicletta; spegni le luci in casa; non usare per nessuna ragione la plastica; usa di meno il riscaldamento o il condizionatore d'aria; acquista attraverso la filiera corta; pianta un albero; e così di seguito.

L’ambientalista Sarah van Gelder presenta tre tipologie di atteggiamenti possibili man mano che ci lasciamo prendere dalla deprimente realtà dei catastrofici mutamenti climatici:

Primo*:“Lascia che la realtà affondi”*. *Questo non è il futuro che noi avremmo voluto avere. Soprattutto i giovani hanno tutto il diritto di essere delusi, arrabbiati e spaventati. Ci vuole coraggio ad affrontare questa nuova normalità, specialmente davanti al fatto che la maggior parte della popolazione rimane disconnessa con quanto sta succedendo. Attraverso la consapevolezza delle proprie emozioni, si può provare timore o dispiacere senza però essere sopraffatto da questi sentimenti. E rimanendo sul chi va là rispetto alle modalità con cui la crisi del clima può influire sulla propria vita, uno può essere meglio preparato e più pronto alla resistenza …*

Secondo:*“Prendi posizione”.* *Forse ormai è troppo tardi per fermare il cambiamento climatico, ma possiamo probabilmente fermarne gli effetti più catastrofici. Persone di tutte le età si stanno muovendo per bloccare l’estrazione, il trasporto e il consumo di carburanti fossili e sfidare il peso delle lobby del carburante fossile. Alcuni lo fanno per proteggere l’acqua della propria comunità, o l’aria o la propria salute; altri sono motivati dalla preoccupazione per la stabilità del clima e la vita delle generazioni che verranno …*

Terzo:*“Prendi in considerazione maniere per sostituire lo stile di vita orientato al consumo* *e basato su un uso intensivo di energia che non è sostenibile né per molte delle nostre famiglie, né per l’intero pianeta. Sono specialmente i giovani che trovano più gratificante il poter offrire un personale contributo, la qualità delle relazioni amicali e lo sviluppo personale piuttosto che “possedere cose”. Costruire relazioni fondate sulla fiducia e sulla reciprocità migliora la qualità della vita e la capacità di recupero, e pone le*

basi per un mondo centrato sulla vita, piuttosto che sul consumo; un mondo che può prosperare nonostante i limiti di un piccolo pianeta,

Le prospettive sul clima sono spaventose, ma noi non dobbiamo aspettare gli scettici o i politici che prendano in considerazione la cosa. Noi possiamo agire già da adesso attraverso la presa di coscienza di ciò che sta realmente accadendo, prendendo posizione per fermare ulteriori danni per il clima, e lavorare insieme per costruire un mondo che valorizzi la preziosa diversità della vita in questo pianeta, inclusa la vita umana di oggi e di domani [Climate Change is Happening But We Can Meet the Challenge, June 7, 2013, *www.commondrerams.org*]

Pensavo a questo mentre mi trovano davanti alla maestosa bellezza del Canyonlands nello Utah cercando di considerare insieme la bellezza di quel paesaggio desertico stupendo e la violenza che noi facciamo a tutto questo: *fracking*, perforazioni petrolifere, avvelenamento di acque e terreni, costruzione ed utilizzo di armamenti nucleari, ignoranza sulla fame di milioni di persone, lancio di bombe e mantenimento di una cultura di guerra continua. Ma siamo noi in grado di scegliere di proteggere la creazione, di rovesciare le nostre politiche distruttive e salvare noi stessi? Il Dio della pace spera che noi ce la facciamo.

Esattamente nella stessa maniera in cui cerchiamo consapevolmente di praticare la nonviolenza nei confronti dell'ambiente, noi cerchiamo altresì di essere meticolosamente nonviolenti con le creature viventi: cani, gatti, cavalli, bovini, polli, pecore, uccelli, pellicani,

falchi, aquile, pesci, balene, cervi, bufali, coyoti, lupi, serpenti, insetti, giraffe, elefanti, rinoceronti, leoni, tigri e tutto il resto. L'abuso, la violenza e l'uccisione di animali per tutto il pianeta sono incalcolabili, oltre ogni immaginazione e ritenuto cosa ovvia. Negli USA la crudeltà verso gli animali è totalmente incontrollata. Dappertutto nel mondo, la violenza verso le creature viventi viene considerata perfettamente normale.

Abbiamo bisogno di ripensare la nostra relazione con le meravigliose creature che Dio ha messo in mezzo a noi. Noi possiamo smettere di uccidere gli animali, smettere di cibarci di essi, ed iniziare invece a prenderci cura di essi. Possiamo aderire a PETA (*People for the Ethical Treatment of Animals*) e alle associazioni umanitarie locali. Esse ci aiuteranno a crescere in consapevolezza, a rafforzare la nostra scelta per la nonviolenza universale ed aiutarci a diventare educatori nei confronti di altri per quanto riguarda la nonviolenza nei confronti delle creature viventi.

Come la natura, anche il mondo animale può insegnarci qualcosa su noi stessi. Essi ci mostrano come essere veramente umani. Se noi osiamo estendere la nonviolenza anche nei loro confronti, essi ci mostreranno il Creatore, la sorgente della vita, la sapienza della pace. Cani e gatti ci mostrano amore e affezione, i cavalli ci ispirano con la loro intelligenza, e i grandi animali – tigri, balene, elefanti – ci sorprendono con la loro maestosità.

Perché dovremmo far loro del male o ucciderli? Per denaro? Perfino nella loro natura selvaggia, essi ci insegnano nuove profondità per la nonviolenza. Anche gli animali sono sacri, perché anche essi hanno la vita di Dio dentro di sé.

Alla fine della mia permanenza in Canyonlands, visitando il Centro Informazioni per i visitatori, ho chiesto ad una delle guardie forestali presenti, una anziana donna del Minnesota con i capelli bianchi ed un grande sorriso sul volto, che cosa significasse tutto questo. “Resto senza parole davanti a questi canyon” le confessai.

“Tu sei sulla buona strada” mi disse lei con un grande sorriso, puntando il dito sul mio cuore. “Questi canyon, rocce, dirupi e fiumi ci toccano ad un livello davvero profondo. Ci connettono alla nostra anima. La sfida è quella di rimanere con loro e di ascoltarli!”.

Per secoli, prima di noi, queste sacre terre hanno veicolato la testimonianza di una pace silenziosa. Quando appoggio il mio orecchio alla terra, ascolto una preghiera che possiamo fare nostra e che esprime la vera natura della nonviolenza, la nostra “mitezza”; una preghiera che ci spinge a fare quello che è in nostro potere per proteggere la natura e i suoi animali; perché noi possiamo salvare la terra e le future generazioni dalla nostra violenza insensata. Si tratta di una lotta piena di dignità.

Una lotta per la quale ci viene offerta la ‘benedizione’ dallo stesso Gesù, e ‘la terra come nostra personale eredità’.

Pian piano che noi cresciamo in consapevolezza e rispetto per la natura e per i suoi animali e prendiamo provvedimenti per salvare il pianeta e ogni forma di vita, noi finiremo per scoprire nuove profondità della lotta nonviolenta e contribuiremo alla nascita della nonviolenza universale.»

VEGETARIANISMO E NONVIOLENZA in ALDO CAPITINI

A questo punto non posso non ricordare che questa prospettiva di un vegetarianesimo che ricomprende la stessa difesa dei diritti degli animali dentro una scelta più ampia e radicale di vita che è la scelta per la nonviolenza, è già presente nella cultura italiana ormai da poco meno di un secolo, ad opera del singolare pensatore e uomo d'azione che fu Aldo Capitini.

Aldo Capitini è un nome che davvero pochi italiani conoscono, figura quasi del tutto sconosciuta oggi ad eccezione degli ambienti pacifisti e non violenti italiani. Eppure egli è certamente uno dei più grandi italiani del ventesimo secolo, una figura che la formazione scolastica non dovrebbe permettersi di dimenticare.

Nato nel 1899 a Perugia (dove pure morirà nel 1968) da una modesta famiglia, dopo le scuole medie, a causa delle condizioni economiche della sua famiglia, compie studi tecnici che però in quegli anni non permettevano di

accedere all'Università. Ma la sua voglia di proseguire gli studi era tanta che si getterà a capofitto nello studio personale e nelle più svariate letture che poi sarà in grado di presentarsi come privatista all'Esame di Stato, tanto da superarlo brillantemente e da ottenere persino una borsa di studio per la Normale di Pisa, una delle più prestigiose università italiane. Qui si laurea in Filosofia e resterà anche a lavorare come docente e come segretario della stessa università, fino a quando, nel 1933, non gli venne richiesta la tessera del Partito Fascista. Avendo Capitini rifiutato di aderire al Fascismo, fu cacciato dalla università di Pisa. Durante il periodo fascista si manterrà dando lezioni private. Solo nel dopoguerra potrà riprendere l'insegnamento universitario, prima a Perugia, come Rettore dell'Università per Stranieri e poi in altre città italiane come docente di Filosofia.

Tutta la sua attività politica e civile fu determinata dalla scelta della non violenza attiva. Negli anni dei suoi studi giovanili infatti Capitini aveva incontrato il pensiero di Gandhi che in quegli anni stava lottando in India in maniera non violenta per la trasformazione rivoluzionaria della sua società, utilizzando metodi di lotta che comprendevano scioperi della fame, marce pubbliche come la famosa 'marcia del sale', atti di disobbedienza civile come trasgressione di leggi ritenute ingiuste. La concezione della società secondo Gandhi prevedeva il potere di tutti attraverso l'organizzazione dei villaggi

dove ogni persona poteva partecipare direttamente alla vita politica e poteva contribuire come risorsa alla vita comunitaria. Inoltre la scelta non violenta di Gandhi lo aveva portato anche alla scelta di una alimentazione vegetariana.

Aldo Capitini riprenderà da Gandhi tutte queste cose applicandole alla situazione italiana: la ricerca di una trasformazione rivoluzionaria della società attraverso il metodo di lotta non violenta e la concezione della "omnicrazia" ovvero il "potere di tutti". Capitini infatti nel dopoguerra rifiuterà la Democrazia Rappresentativa dei Partiti, così come aveva rifiutato il Fascismo. Secondo lui infatti la Politica vera non poteva consistere nell'attività dei "partiti politici" (la democrazia rappresentativa), ma in una trasformazione profonda dal basso, nella quale tutte le persone avrebbero dovuto essere coinvolte. Invece di fondare un suo "partito" infatti, Capitini preferiva fondare dei "centri di orientamento sociali", dove la gente potesse discutere e dibattere su tutto ciò che riguardasse la sua vita e fare azioni per poter influire sulla politica più generale (la "omnicrazia" o democrazia diretta), esattamente sulla linea della proposta gandhiana.

Questa sua scelta civile e politica, come gli aveva causato l'emarginazione durante il fascismo (la cacciata dall'università di Pisa, diversi periodi di carcerazione), così gli causerà l'emarginazione nella politica del dopo-

guerra: la sua opposizione al sistema dei partiti gli impedirà di partecipare alla “costituente” (dove verranno rappresentati solo i partiti) e poi alla vita ‘politico-governativa’ della repubblica. Capitini fu rifiutato dai partiti (destra, centro e sinistra) esattamente come era stato rifiutato dal fascismo. Ma questo non gli impedì mai di offrire un contributo di altissimo valore alla cultura politica italiana, proprio con la fondazione del Movimento Nonviolento in Italia.

Una delle iniziative di Aldo Capitini che ancora oggi raccoglie migliaia di persone è la Marcia per la Pace e la Fratellanza fra i Popoli Perugia-Assisi, da lui voluta ed attuata nel 1961, ispirandosi un po’ alla famosa “marcia del sale” di Gandhi, anche se con altri intenti. Tale Marcia partiva da Perugia perché questa era la città di Capitini e perché a Perugia c’era l’università per stranieri e quindi era già una città aperta ai popoli, ma arrivava ad Assisi per il significato che già Assisi rivestiva per il movimento pacifista. Ripetuta ad intervalli variabili (la seconda marcia fu organizzata a dieci anni dalla sua morte), negli ultimi anni è stata programmata sempre ogni due anni. La marcia della pace del 2016, in programma per domenica 9 ottobre, sarà la XXII edizione.

Un’altra iniziativa di Aldo Capitini e della suo movimento nonviolento, fu la promozione della obiezione di coscienza al servizio militare. Uno sei suoi

discepoli più famosi si chiamava Pietro Pinna, che nel 1948 si rifiutò di fare il servizio militare e per questo fu processato più volte e dovette fare diversi anni di carcere, prima di essere 'licenziato' e lasciato libero di tornare a casa senza aver fatto il servizio militare. Dopo di lui altri hanno continuato a fare la stessa obiezione di coscienza, fino a quando, nel 1977, fu approvata una legge che permetteva di fare il servizio civile invece del servizio militare a tutti coloro che facevano obiezione di coscienza. In questa sua promozione dell'obiezione di coscienza, Capitini aveva influito anche su alcune personalità cattoliche come Don Lorenzo Milani, prete fiorentino, morto anche lui nel 1968 come Capitini, che nel 1969 venne condannato per apologia di reato proprio per aver difeso l'obiezione di coscienza.

Pur avendo rifiutato la Chiesa cattolica perché nel 1929, con i famosi Patti Lateranensi, secondo lui si era prostituita al Fascismo, Aldo Capitini fu un profondo spirito religioso. Sviluppò una sua concezione religiosa che preferiva definire "religione laica". Restò sempre contrario al cattolicesimo, anche dopo il Concilio Vaticano II. Ma è morto troppo presto, il concilio è terminato nel 1965 e lui morì nel 1968, per poter vedere le trasformazioni della Chiesa del tempo successivo. Certamente oggi sarebbe in grande sintonia con papa Francesco.

Aldo Capitini e il Vegetarianesimo

In linea con il pensiero di Gandhi, Aldo Capitini matura la scelta del vegetarianismo, come conseguenza della scelta di non uccidere, già nel 1930, al tempo in cui si trovava presso la Normale di Pisa e ogni suo pasto alla mensa della Normale diventava un comizio efficace e silenzioso, un'affermazione della nonviolenza in opposizione alla violenza del regime fascista. La sua scelta per l'alimentazione vegetariana, nel contesto della sua opposizione alla matrice violenta del fascismo, fu una delle cause per cui dovette abbandonare l'università retta in quegli anni da Giovanni Gentile. «Gentile era impaziente che io sistemassi le mie cose e me ne andassi, perché ero divenuto di colpo vegetariano (per la convinzione che esitando davanti all'uccisione degli animali, gli italiani – che Mussolini stava portando alla guerra – esitassero ancor più davanti all'uccisione di esseri umani), e a Gentile infastidiva che io, mangiando a tavola con gli studenti come continuavo a fare, fossi di scandalo con la mia novità![51]

Nel 1952 Aldo Capitini, ora docente di filosofia morale all'Università di Perugia, insieme ad altre persone che condividevano il suo impegno per una rivoluzione nonviolenta della società, danno vita **all'Associazione**

[51] Da *Opposizione e liberazione*, a cura di Piero Giorgio Giacché, L'Ancora del Mediterraneo, 2003

Vegetariana Italiana, in assoluto la prima associazione del genere in Italia. Da allora questa associazione, retta unicamente dalla forza dell'ideale vegetariano, pacifico e pacificatore, continua ancora oggi a diffondere di questo valore, nella consapevolezza che l'uomo possa salvarsi dall'autodistruzione solo riportando la sua alimentazione al rispetto delle leggi naturali, cioè all'esclusione del cibo carneo, che comporta l'uccisione di animali pacifici e innocenti[52].

Aldo Capitini descrive il suo vegetarianismo in diversi suoi testi[53]. Qui riporto un testo presente nel sito ufficiale dell'Associazione Vegetariana Italiana da lui fondata[54].

«Il vegetarianesimo è un atto di affetto e rispetto per molti esseri viventi, che non vengono più sottoposti all'uccisione per trarne le loro carni. Quindi è ampliamento dell'unità di amore (posto che il vegetarianesimo venga deciso per amore, e non per altri ragioni). Questo ampliamento non è da disprezzare: si parla tanto, dai patrioti, di ampliare dalla famiglia alla patria; dagli europeisti, dalla nazione al continente; dai mondialisti, dal continente al mondo; e perché non deve

[52]*http://www.vegetariani.it/*
[53]A. CAPITINI, *Elementi di una esperienza religiosa*. Ristampa della prima edizione del 1947. Prefazione di Norberto Bobbio. Cappelli editore Bologna 1990 pp. 71-76; IDEM, *Religione aperta*, Pisa 1955, pp. 151-152.
[54]*http://www.vegetariani.it/2014/06/10/capitini-e-il-vegetarismo/*

aver valore un allargamento di attenzione, di solidarietà dal genere umano a tanti esseri animali, in ciò che è finora possibile? L'amore se è vero, tende ad attuarsi e perciò sta nel concreto, pur sollecitando la realtà ad aprirsi sempre più. E in questo caso non accetta una barriera per sempre fissa e invalicabile, tenta il concretamente possibile per liberare; ed è certamente un buon passo in questo il mutare la considerazione che facciamo di tanti esseri viventi.

Noi ci troviamo in una realtà in cui siamo nella tentazione di essere chiusi l'uno all'altro; e questa chiusura (che è egocentrismo, assolutizzazione di sé) è una delle forme del peccato, detto originale perché sta al punto di partenza. Al punto di arrivo sta la compresenza degli esseri aperti l'uno all'altro, tutti amati e liberi, in un rapporto direi repubblicano, l'uno non considerando essenzialmente l'altro come mezzo, come strumento posseduto da altri, come cosa: l'Uno tutti dell'amore, il mondo delle coscienze.

In questa linea, o evoluzione o liberazione dal peccato di chiusura, noi facciamo tanti passi avanti quanto più ci rallegriamo di aumentare compagnie e collaborazioni, reagendo così alla soddisfazione di trovare e possedere soltanto cose, cioè mezzi, strumenti nostri, e al restare nella chiusura del proprio io, che diventa poi paura della propria morte, terrore del nulla.

Questo tendere all'ampliamento, a fare tali passi avanti, ci fa sentire un'altra cosa importante: che al bene verso cui andiamo e può essere oggi una musica, una soddisfazione – non vogliamo andare da soli, ma insieme con altri, con molti, coralmente, con tutti. Non è facile arrivare a sentire tutti; ma si è agevolati in questo se si toglie l'arresto a sentire uno, due, tre, quattro, 'e poi basta'; e si è invece disposti ad andare oltre, arrivando ad altri, via via sempre più. Cosi viviamo nella direzione di ampliamento infinito, anche se nel concreto e nei limiti attuali noi non possiamo toccare veramente tutti. Il concetto religioso che sta qui è molto importante: che è finito il rapporto tra l'individuo isolato e Dio; e che noi intendiamo la liberazione nostra, insieme con tutti.

Con l'alimentazione carnea noi sfruttiamo un vasto gruppo di esseri viventi, e li sfruttiamo nel modo più radicale, perché le azioni verso di loro sono tutte volte al fine di utilizzarli stroncandone la vita. Ora mentre stiamo operando per togliere lo sfruttamento sociale tra uomo e uomo salendo di un grado verso il rispetto reciproco, è già qualche cosa salire di un grado per tanti esseri viventi, e utilizzarne i prodotti (può essere una forma di collaborazione in attesa di altre ulteriori forme meno costrittive), ma non distruggendone l'esistenza. Un socialista si sente indotto ad essere vegetariano: non è una classe subalterna e oppressa anche quella de gli animali?

La decisione vegetariana, sulla base di interiore persuasione, deve sottrarsi al peso dell'abitudine, del tradizionalismo inerte, del conformismo, del gusto del piacere (e il vegetariano non trova poi piacere nella sua alimentazione?). Questo atto di distacco e di indipendenza, di anticonformismo, ha la radice profonda nella religione che la realtà può svolgersi, aprirsi, trasformarsi. Religiosamente noi abbiamo interesse per i singoli individui anche animali, e non pensiamo, come san Tommaso, che la provvidenza, per gli animali, curi la specie e non i singoli esseri.

Il vegetarianesimo aiuta a comprendere il valore dei nostri atti. Mentre abitualmente non si pensa che il mangiare possa avere altro valore che utilitario, ecco che con il vegetarianesimo noi vediamo che esso non è più strettamente utilitario, perché vi è stato messo dentro uno scrupolo, e un'attenzione affettuosa.

Il mondo in questi cinquant'anni ha mostrato tanta violenza, ed altrettanta è latente. Il vegetarianesimo sarà poco, ma è già qualcosa, è sospendere, e dire no a un moltiplicarsi di atti violenti, è iniziare un'educazione diversa: si pensi all'importanza di questo per i giovanissimi, per i fanciulli. Noi abbiamo un corpo, ma religiosamente non ci preoccupiamo soltanto del suo funzionamento vitale (che non è disturbato dal vegetarianesimo usato bene, che può essere, anzi, un vantaggio); siamo tesi anche ad una sua purificazione,

elevazione, trasformazione; non siamo aperti al miglioramento della realtà? Ora, mettere nel nostro corpo la carne di un essere che ha subìto lo spavento dell'uccisione, che è passato per una tale tragedia, patita dall'animo e anche dal corpo (si dice che si diffondano tossine nel corpo dell'animale in quel momento), non ci intorbida, non ci tira giù? La sensibilità al proprio dolore e alla strage in un animale è infinitamente superiore a quella di esseri molto più elementari, come le piante.

Non ho detto nulla della casistica che si fa sul vegetarianesimo e per cui esistono precise risposte. La principale è di fare se non tutto, il più possibile e così sempre; perché l'atto è come la musica, è creazione, e fa quello che può, volta per volta. Si ricordi anche che il vegetarianesimo richiede slancio, fede, appassionamento, senza cui non si fa nulla né di piccolo né di grande. Oramai si sa che il vegetarianesimo non fa male; ci sono milioni di persone vegetariane, anzi vi sono cliniche per curare con il vegetarianesimo. Iniziarlo esitando, per provare e con paura, non potrà favorire l'assimilazione, che è fondamentale nell'alimentarsi e che col vegetarianesimo è migliore. »

POSTFAZIONE

Come già detto all'inizio, l'intento di questa piccola pubblicazione era solamente quello di rendere disponibile in traduzione italiana il testo di John Dear *Christianity and Vegetarianism*. Considerandomi un neofita di queste tematiche, ho pensato di indirizzarmi ovviamente a coloro che ne restavano ancora più lontani di me. Per questo ho sentito il bisogno di corredare la traduzione di un semplice apparato critico che aiutasse il lettore italiano interessato a comprendere meglio quanto veniva detto. Sono state aggiunte con la stessa intenzione le schede che ho fatto seguire al testo principale. Il paragrafo su Aldo Capitini è stata una cosa semplicemente dovuta: se John Dear, che nei suoi scritti si rifà continuamente ai tanti maestri della nonviolenza di tutti gli ambiti culturali internazionali, avesse conosciuto Aldo Capitini, ne avrebbe assolutamente parlato, come ha fatto appunto con tanti altri maestri della nonviolenza da lui citati. Aldo Capitini è per la cultura italiana quello che è Dorothy Day o Martin Luther King per la cultura americana, fatte salve tutte le differenze del caso. La tematica resta comunque del tutto aperta ad ulteriori conoscenze, approfondimenti ed integrazioni per una azione che riesca a toccare e a trasformare, anche a partire dall'infinitamente piccolo, la realtà violenta del mondo che ci circonda.

Se vogliamo davvero realizzare il sogno di un mondo nonviolento, che sia basato sulla giustizia fra tutti i popoli della terra, sulla fraternità con tutti gli altri esseri viventi, che rispetti profondamente la natura e l'ambiente, che intenda cioè ampliare fino alle ultime conseguenze il vivere etico verso tutto ciò che esiste, allora dobbiamo indirizzarci decisamente anche verso la scelta di una alimentazione totalmente non violenta, una alimentazione basata esclusivamente sui frutti della terra, dell'acqua e del sole: una alimentazione 'verde'!

È il sogno di una rivoluzione che, come tutte le rivoluzioni, intende cambiare il mondo; ma intende farlo a partire rigorosamente da se stessi, e da quell'azione così semplice, ma così importante, che è il mangiare quotidiano!

BIBLIOGRAFIA[55]

AA.VV., *Collaboratori del Creato. La scelta vegetariana nella vita del cristiano*, a cura di Guidalberto Bormolini e Luigi Lorenzetti, Libreria Editrice Fiorentina, Firenze 2013;

AA.VV., *Il grido della creazione. Spunti biblici e teologici per un'etica cristiana vegetariana*, a cura di G. Bormolini, L.Lorenzetti, P.Trianni, Lindau srl, Torino 2015;

BELLUCCI VALENTINO, *Cristo era vegetariano?* Editoriale Programma, 2013.

BOGAZZI MARILENA, *Vegetarianesimo di ispirazione cristiana. Uomo e animali nel disegno divino*, Edizioni Cosmopolis, Torino 2016

CAMPANOZZI N. MICHELE, *Anche gli animali hanno un'anima: per una teologia degli animali*, Roma Armando 2011;

CANCIANI MARIO, *Nell'arca di Noè : religioni e animali*, ed. Carroccio, Vigodarzere 1990.

CANCIANI MARIO, *Ultima cena dagli esseni : una documentata nuova esplorazione*, Edizioni mediterranee, Roma, 1995.

CAPITINI ALDO, *Religione aperta*, Pisa 1955

CAPITINI ALDO, *Elementi di una esperienza religiosa*. Prefazione di Norberto Bobbio. Cappelli editore Bologna 1990

DE BENEDETTI PAOLO, *Teologia degli animali*, a cura di Gabriella Caramore, Brescia, Morcelliana 2007;

Dossier FAO 2006, *Livestock's Long Shadow. Environmental issues and options*.

DEAR JOHN, *Christianity and Vegetarianism. Pursuing the Nonviolence of Jesus*, PETA, 2005

[55] *Elenco dei principali libri citati nella presente pubblicazione*

DEAR JOHN, *The Nonviolent Life*, Pace e Bene Press, Long Beach CA 2013

FOER JONATHAN SAFRAN, *Se niente importa. Perché mangiamo gli animali?* edito da Guanda, Parma 2010.

LAPPÉ FRANCES MOORE, *Diet for a Small Planet*, Ballantine Books, New York 1971

LINZEY ANDREW, *Teologia animale. I diritti animali nella prospettiva teologica*, Cosmopolis, Torino 1998

PLATA PIERLUIGI, *Fratello Agnello Sorella Volpe. Tutti gli animali presenti nel Vangelo*, San Paolo Edizioni, 2015

REGENSTEIN LEWIS G., *Replenish the Earth: A History of Organized Religions' Treatment of Animals and Nature--Including the Bible's Message of Conservation and Kindness*, Crossroad Pub Co – March, 1991

RICHARD ALAN YOUNG, *Is God a Vegetarian? Christianity, Vegetarianism, and Animal Rights*, Paperback – December 30, 1998.

RIFKIN JEREMY, *Ecocidio. Ascesa e declino della cultura della carne*, Mondadori 2002

SCHLOSSER ERIC, *Fast Food Nation*, Oscar Mondadori, 2014,

SOBBRIO PAOLA, *Giudizi divini, giudici terreni: gli animali tra teologia e diritto*, contributi di Alma Massaro e Leonardo Caffo, Udine Mimesis 2014;

TOLSTOJ, LEV NIKOLAEVIČ, *Perchè sono vegetariano. Principi di una vita etica* , Prato : Piano B, 2016

VERONESI UMBERTO, *Perché dobbiamo essere vegetariani*, in U. VERONESI – M. PAPPAGALLO, *Verso la scelta vegetariana. Il tumore si previene anche a tavola*, Giunti, Prato 2015

Altri libri di John Dear

DEAR JOHN, *Jesus the Rebel: Bearer of God's Peace and Justice*, Sheed and Ward, 2000

Idem, *Mohandas Gandhi: Essential Writings*, Maryknoll: Orbis Books 2002

Idem, *Put Down Your Sword: Answering the Gospel Call to Creative Nonviolence*, Paperback, Eerdmans, 2008

Idem, *The Beatitudes of Peace: Meditations on the Beatitudes, Peacemaking and the Spiritual Life*, Paperback, 2016

FRANCO PIGNOTTI, laureato in Teologia presso la Pontificia Università Lateranense e in Storia delle Religioni presso l'Università La Sapienza di Roma ha pubblicato diversi saggi ed articoli su riviste teologiche e letterarie, alcuni consultabili on line sul sito *www.academia.edu*. Si occupa di volontariato e di cooperazione internazionale da oltre trenta anni. Insegna Religione cattolica presso l'ITT MONTANI di Fermo.

Per contatti: *francopignotti@zikomo.it*
Sito Web: *www.zikomo.it*

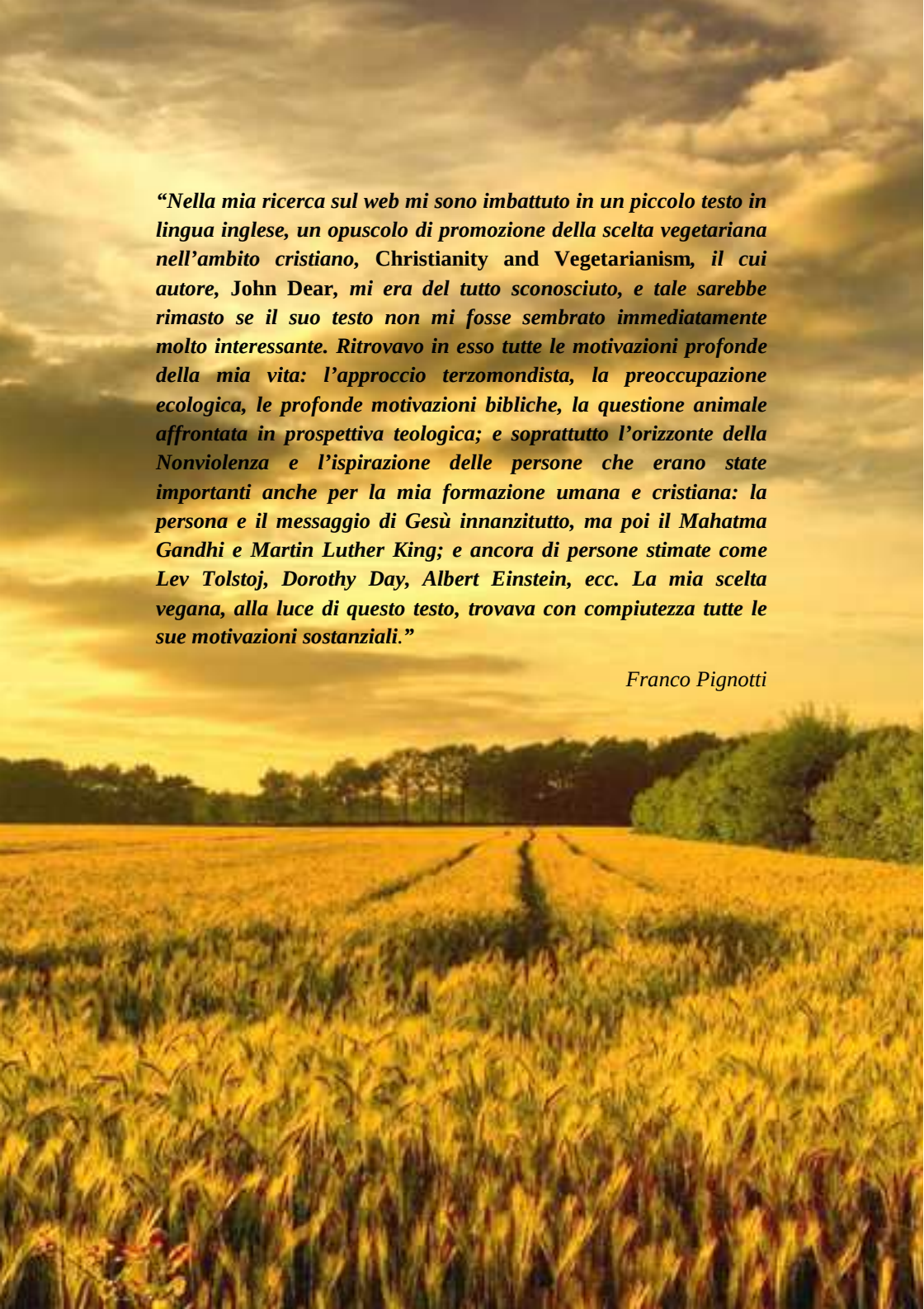
Il lupo dimorerà insieme con l'agnello;
il leopardo si sdraierà accanto al capretto;
il vitello e il leoncello pascoleranno insieme
e un piccolo fanciullo li guiderà.

La mucca e l'orsa pascoleranno insieme;
i loro piccoli si sdraieranno insieme.
Il leone si ciberà di paglia, come il bue.
Il lattante si trastullerà sulla buca della vipera;
il bambino metterà la mano nel covo del serpente velenoso.

Non agiranno più iniquamente
né saccheggeranno in tutto il mio santo monte,
perché la conoscenza del Signore riempirà la terra
come le acque ricoprono il mare.

Isaia 11,6-9

Finito di stampare nel mese di settembre 2016



"Nella mia ricerca sul web mi sono imbattuto in un piccolo testo in lingua inglese, un opuscolo di promozione della scelta vegetariana nell'ambito cristiano,* Christianity and Vegetarianism*, il cui autore,* John Dear*, mi era del tutto sconosciuto, e tale sarebbe rimasto se il suo testo non mi fosse sembrato immediatamente molto interessante. Ritrovavo in esso tutte le motivazioni profonde della mia vita: l'approccio terzomondista, la preoccupazione ecologica, le profonde motivazioni bibliche, la questione animale affrontata in prospettiva teologica; e soprattutto l'orizzonte della Nonviolenza e l'ispirazione delle persone che erano state importanti anche per la mia formazione umana e cristiana: la persona e il messaggio di Gesù innanzitutto, ma poi il Mahatma Gandhi e Martin Luther King; e ancora di persone stimate come Lev Tolstoj, Dorothy Day, Albert Einstein, ecc. La mia scelta vegana, alla luce di questo testo, trovava con compiutezza tutte le sue motivazioni sostanziali."

Franco Pignotti