

07.07.2001

Sayı:1

...önce dünya!...

V E G A N A R Ş İ

ÖZGÜRLÜK?

TÜM GEZEĞEN

İÇİN...



VEGANARŞİ fanzin

iletişim:

e-mail: veganarsi@mail.com

web: <http://veganarsi.cjb.net>

Nutuk: son yıllarda, dünyada ve Anadolu'daki anarşist camiada ve çevrelerde tartışılan "VEG-AN-ARŞİZM" olayına bu fanzinle bir açıklık getireyim dedim. Tabi ne kadar anlatsam boş, kimse beni takmayacak. Her zamanki gibi, bazı çevrelerce sınıfsal bir nitelikten yoksun olduğu için, "çiçek ve böceklerle uğraşmak" olarak algılanacak. Ama olay sadece bundan ibaret değil. Daha da fazlasıyla ilgili...

Şimdiden söyleyim, yaşama ile de sınıfsal (yani ekonomist) nitelikte bakmayı dayatan arkadaşlar, bu fanzini aldığı gibi yerine bıraksın çünkü burada size göre bir şeyler yok burada...

Yaşam bir bütündür, onu ekonomist bir dille açıklayamayız. Yaşama sınıfsal olarak bakmak onu küçümsemek veya indirgemek demektir. İşte bu mantık, on binlerce yıldır hiyerarşi zincirinin temelini oluşturan mantıktır. "Eko-sistemde bulunan her şeyin (insan, hayvan, böcekler, bitkiler) bir kaynak olarak algılanması..."

Milyonlarca yıldır süren insanın doğayla iç içe yaşadığı dönemin, son on bin yıl içinde yavaş yavaş insanın daha rahat yaşamak "ilerleme" adı altında insanın, doğanın ve hayvanların bu rahatlığa ulaşmanın bir aracı kullanıldığı ve bir kaynak olarak görülmeye başlanmıştır ve bu eko-sistemimize muazzam büyüklükte bir hasar bırakmıştır. Özellikle de son iki yüz yıl içinde... Doğal yaşam son iki yüz yıl içinde, Endüstri devrimiyle birlikte gelen uygulamalarla beraber çok büyük oranlarda zarara uğramıştır. Ozonun delinmesi, küresel ısınma, hava kirliliği, ses kirliliği, her geçen gün kent yaşamının insana bulaştırdığı çeşitli hastalıklar, salgınlar, bitkilerin genetik müdahaleye uğrayıp doğaya bırakılması ve yavaş yavaş doğal yaşamı yok etmesi, mono-tarım, fabrika atıkları, nükleer uygulamalar, savaşlar, hayvanlara otlak alanı açmak için milyonlarca hektarlık orman alanının

yok edilmesi, kimyasal gübreler, aşırı kentleşme, otomobilleşme, açlıktan ölmeler kısacası doğduğumuzdan itibaren gördüğümüz her şey son iki yüz yılın ürünüdür. Fakat son iki yüz yıl bize sadece bu yıllar içinde gerçekleşen uygulamaları yapan insanların veya sistemin hataları olmadığını gösteriyor. Bu uygulamaların, on bin yıldan beridir gelen doğanın bir kaynak olarak görüldüğü mantığın yani “insan-merkezciliğin” ürünleri olduğunu gösteriyor bize. ..

Bu nedenle, toplumsal sorunların çözümüne ve anarşizme dair oluşturulacak projeler veya fikirlerde bu mantığın kesinlikle sorgulanması gerekiyor. Tamam insanlar özgür oldu ama neye karşı. Ekonomist veya sınıfsal bakış açısına göre, insan, ancak doğaya hakim olduğu zaman özgürleşebilir. Bana göre de tam tersi çünkü insan ancak doğada özgür olabilir. Onun dışında veya üzerinde özgür olunamaz, ona hakim olunamaz. Son on bin yıl işte insanın doğaya karşı verdiği egemenlik ve iktidar mücadelesinin tarihidir. Bizler buna “ilerleme” diyoruz. Ve ilerlemenin nelere mal olduğunu daha da anlatmaya gerek yok.

İlerleme ve komformizmin, özellikle hayvanlar için (“Veganarşi”yi ilgilendiren yanı) çok önemli ve kritik bir anlamları var. Çünkü hayvanlar insanlar için “insanın hizmetindeki yaratıklar” anlam ifade eder. Bütün dinlerde veya ideolojilerde bu böyledir. Yeni kurulan bir ekonomide hayvanların önemli bir yeri vardır. Çünkü hayvanlar çok önemli ekonomik kaynaklardır insanlar için. Bu yüzden hayvanlar on binlerce yıldan beridir ıstırap içindedirler. Bu sürecin en sertleşmeye ve sistematik hale gelmeye başladığı zaman, tarımın ortaya çıkışı, hayvanların evcilleştirilmesi ve toplu olarak katledilmesiyle başlamıştır. Tabii o zamandan bu yana hayvanlara uygulanan sistematik şiddetin boyutu yüzlerce kat artmıştır. İlk, bir çok hayvan türünün yok olmasıyla sonuçlanan toplu katliamlarla başlandı, daha sonra bir çok hayvanın (bugün çiftlik hayvanı olarak tanımladığımız hayvanlar) doğal yaşamlarından koparılıp karanlık-dar kafeslerde ömürleri boyunca hapsedildiler, mezbahalar, çiftlikler (hapishaneler) kuruldu ve şimdi karşımızda muazzam “Hayvan Endüstrisi” var.

Hayvan endüstrisi, bugün hem hayvan katliamlarıyla hem de eko-sisteme verdiği zararlarla bir çok endüstriyi sollayacak bir boyuta erişmiştir. Öyle ki, geçen senelerde Dünya Çevre Örgütü tarafından küresel ısınmanın otomotiv sanayiinden sonra ikinci sırada yer aldığını açıklamıştı. Dünyadaki hayvancılık uygulamaları, dünyanın akciğeri olarak bilinen binlerce hektarlık tropikal ormanları ve Amazon ormanlarını hayvanlara otlak alanı açmak için yok edilmiştir ve her geçen gün yok edilmektedir. Sera gazı etkisi de muazzam boyuttadır. Aşırı hayvan (çiftlik) üretimi yapılmakta ve hayvanlar (çiftlik) ömürleri boyunca ıstırap içinde yaşamaktadırlar. Çiftlik hayvanları dışındaki hayvanların da gittikçe nesilleri tükenmektedir. Doğal ortamları her geçen gün insan ve kent tarafından daraltılmakta, yok olmaya yüz

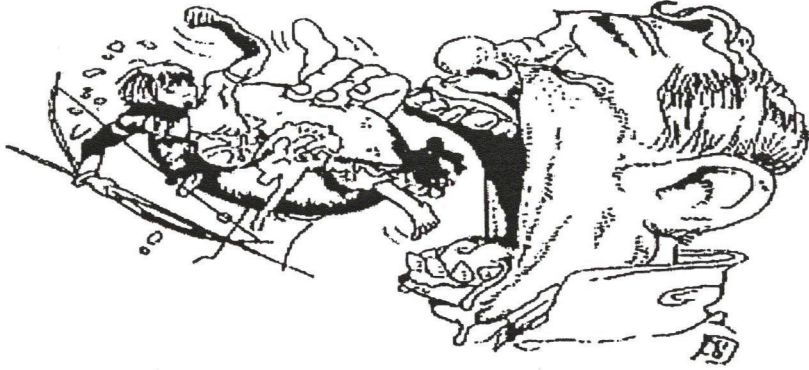
tutmuşlardır. Günde yüzlerce canlı türünün nesli tükenmektedir. Dünyada mezbahalarda saatte yüz binlerce sığır, küçük baş veya kümes hayvanı kesilmektedir. Tıp, genetik bilim, kozmetik sanayii ve bir çok endüstri dalı bazı evcil hayvanları ürün testlerinde kullanmaktadırlar. Bu testler mezbahalardaki hayvanların çektiği acının daha geniş sürece yayılmış biçimlerini hayvanlara yaşıyor. Kürk ticareti için her geçen gün fok balıklarının, leoparların, bizonların ve bir çok hayvan neslini tüketecek katliamlara girilmiştir. Kapitalizm tüm bu vahşeti insanlığa hizmet anlamında yapmaktadır. Kapitalizm beyinlerimize, mutluluğumuzun kaynağının diğer türlerin yok oluşu ve ıstırap olduğunu empoze etmeye çalışıyor ve bunda bir hayli başarılı görünüyor ki, bugün bütün bunlar bilimin ışığı altında yapılıyor.

Veganarşi, kapitalizmin hayvanlara yönelik olan bu saldırılarına karşı bir tavır alma ve günlük yaşamlarında ve beslenme biçimlerinde de bir değişim yaratmaya çalışma olarak ortaya çıktı. Dünyada, özellikle de İngiltere’de aktif olan veganarşistler işte bu nedenle ortaya çıktılar. Aslında veganizm öyle çok da eskilere dayanan bir fikir değil. “Vegan” terimi ilk olarak 1944’te Londra’da kendilerine daha sonra “Vegan Society” diyen yedi vejetaryen tarafından türetilti. Terim, “Vegetarian” kelimesinin ilk üç ve son iki harfinden oluşturuldu. Veganın kelime anlamı ise, **hayvan ürünlerini, hayvan yan ürünlerini veya hayvanlar üzerinde test edilmiş ürünleri kullanmayan kişidir**. Anarşizm noktasında, veganizme bakacak olursak, veganizmi içselleştirmek veya sahip çıkmak o kadar da zor değil. Çünkü anarşizm, sadece bir toplumsal devrim sonrasında yaşama geçirilecek olan bir ütopya değil, ütopyamızı şimdiden olabildiğince hayata geçirmektir. Bu da ancak günlük davranışlarımıza tahakkümün olmadığı, hiyerarşisiz bir davranış düzeyine getirmekle olabilir. Bu davranışlar, cinsellikten tutun da, beslenme biçimimize kadar geniş bir alanı yani yaşamlarımızın bütünü içeriyor. Veganizm de bir anarşistin veya özgürlükçü davranışları hayata geçirmeye çalışan insanların beslenme biçiminde otoriter olmayan bir perspektif öngörüyor. Çünkü yediğimiz şey (et), üzerinde tahakküm uyguladığımız ve ıstırap içinde paramparça kesilen veya karanlık kalabalık kafeslerde hapsedilen hayvanlardır. Doyuyorsak, bu hayvanların ıstırapı üzerindendir. İşte günlük yaşamında değişim yaratmaya çalışan bir anarşist bunların üzerinde kafa patlatmalıdır. Hiyerarşi sadece insanların kendi aralarında oluşturduğu bir durum değil, tüm doğaya uyguladığı bir durumdur. Bu nedenle anarşistlerin mücadelesi veya özgürlük anlayışları sadece bir kesimi veya sadece insan türünü kapsayamaz. Tüm gezegene yönelik bütünlüklü bir bakış açısından bakmalıdır.

Eveet...Uzunca bir nutkun oluşturduğu üç sayfadan sonra geldiniz fanzinin diğer yazılarını okumaya... Gerçi yazıların bir çoğunu eğer siteyi ziyaret ettiyseniz okumuşsunuzdur ama neyse yine de basım dedim... Veganarşinin eksikliği görsellik

Neden Vegan?

Vegan olmak için bir çok değişik neden olmakla birlikte üç tane yaygın olan nedeni daha vardır. Birincisi hayvanlar ilgili olanı: Çoğu insan vejeteryan olur çünkü hayvan öldürmek istemez. Bununla birlikte, bugünün toplumunda, hayvanların yiyecek olmak için yetiştirilmesi insanlık dışı olduğu için, çoğu insan vegan olmuştur ve hayvan ürünlerinden tamamen uzaklaşmıştır. İkinci neden sağlıklı ilgili olanı: Şimdi biliyoruz ki et yemenin ve süt ürünlerinin tüketiminin insanların sağlığı üzerinde felaket getiren etkileri vardır. Son olarak, çevresel kaygılarımız var: Endişeli Bilimciler Birliği tarafından yapılan son bir çalışma, kirliliğin otomotiv sanayinden sonra ikinci büyük nedeninin et endüstrisi olduğu sonucuna vardı.



Hayvanlar

Bazı insanlar bugünün mezbahalarında neyin ortaya çıktığının farkındayken, çok azı süt ve yumurta endüstrilerinin acımasız ve sömürgeci doğasından haberdardır: Yumurta üretimi için kullanılan seri tavuklar belki de bütün çiftlik hayvanları arasında en kötü muamele görenidir. Bütün yaşamları küçücük ve aynı zamanda da kanatlarını rahatça açamadıkları kafeslerde tüketilmektedir. Üçten dört kat yükseğe yığılmış kafeslerin, tel ağ zeminleri vardır. Pençelerini aşındırmak için katı zemin gereken, tavukların ayakları çoğu kez kalıcı bir şekilde yerlere bağlı hale gelmiştir. Tavukların son ayak parmaklarının amputasyonları bu problemi çözmektedir. Yumurta üreticileri, tavukların altçenelerinin büyük bir porsiyonunu kırarak veya kızartarak kümeslere verilen ışığı azaltma işinin strese neden olan şiddet yüzünden ıstırap çeken kuşlar tarafından verilen zararı azaltacağını öğrenmişlerdir. Bu uygulamalar anestezisiz yapılmıştır ve tavukların zamansız bir şekilde ölmeleriyle sonuçlanmıştır. Hatta bu metotları atlatanlar sadece bir-bir buçuk yıl daha yaşayabilmektedirler. Yumurta-çiftçileri hastalık salgınını azaltmak

için kuşların yiyeceğine düzenli olarak antibiyotik katmaktadırlar. Yine de, salmonellosis ve leukosis sürülerde aşırı şekilde yaygındır. Sütthane inekleri de ayrıca üretim masraflarını düşürmek için hayvanlara kurban edilmektedirler. Eczacılık endüstrisine teşekkürler, sütthane çiftçileri şimdi sağlık problemlerinin bir çeşidine bağlı genetik olarak planlanıp düzenlenmiş rBGH'yi içeren büyüme hormonları ve ilaçlarından geniş bir yararlanma seçeneği var. Sütthane ineklerinin sürekli bir şekilde artan sayısının tamamı ve kısaltılmış yaşamları hapsedilerek korunmaktadır. Beton bölmelerde yaşamak zorunda olmayanlar hala hemen hemen sabit gebeliğe (sürekli emzirme gerekliliği) dayanmak ve yapay döllenmeden gebe kalmış buzağılardan acil ayrılmak zorundadırlar. Buzağılar, özellikle erkekse, genellikle dana eti endüstrisine satılırlar ve kesimden önce on altı haftalık zor ve acı dolu bir şekilde bağlı kalmaktan ıstırap çekmektedirler. Süt endüstrisinde altıdan yedi yıla kadar çoğu inek düşük derecede sığır eti için satılmakta ve harcanmaktadır.



Sağlık

Hayvan ziraat endüstrisinin dehşeti göz önünde tutulursa, hayvan kullanımından çok fazla sağlığa yarar sağlayan bir yiyecek olduğunu bilmek bizi rahatlatıyor. Artan sayıdaki çalışmalar gösteriyor ki, insanın beslenme ile ilgili ihtiyaçları vegan yiyecekleriyle tam bir uyuşma içindedir.

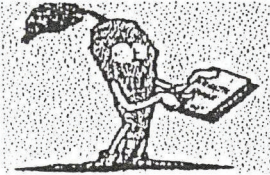
Cornell Üniversitesinde beslenme ile ilgili bir biyo-kimyacı olan Dr. T. Colin Campbell, şimdiye kadar en derin beslenme ile ilgili olan kendi türünün epidemiolojik çalışmalarının en büyüğünü gözleyip incelemiştir. Yedi senenin üzerinde bir dönem 6,500 Çinli gönüllünün yemek alışkanlıklarının üzerinde yapılan dar bir gözlem onu şöyle neticelendirmeye götürdü, "Bizler esasen vejetaryen bir türüz ve geniş bir çeşitlilikteki bitki yiyeceklerini yiyor ve hayvan yiyeceklerini kullanmayı olabildiğince azaltıyor olmalıyız." Daha sonra şöyle belirtti, "Gelecek on yılda, duyduğunuzda zıplayacağınız şeylerden biri de hayvan proteininin düşünüldüğü kadar en zehirli besinlerden biri olduğudur." Gerçekten

vegan yiyeceklerini hangisi sağlıyorsa onu seçebilirsiniz. Deri olmayan ayakkabılar, kemerler ve diğer aksesuarları bulmak kolaydır. Çoğu mağazalar branda, kauçuk veya vinil ayakkabı ve kemer satmaktadır. Sağlıklı yiyecek dükkanları diş macunu, şampuan ve sabun gibi geniş çeşitlilikteki vegan ürününü satmaktadır, sonuçlanan çoğu büyük şirketler bu talebi anlamıştır. Vegan Hareketi tarafından öne sürülen Vegan logosu ayrıca vegan ürünlerinin tanınmasını kolaylaştırmaktadır. Her günlük yaşantınız Dünyadaki canlıların hepsini etkilemektedir. "Sade bir şekilde yaşa ki diğerleri de öyle yaşasın." Mantığıyla hareket edin. Evvela bu değişiklikleri yaparken zorlanılabilir. Eğer yaşam tarzınızın içinde tutarlılık oluşturmaya inanıyorsanız, eminiz ki veganizmi seçeceksinizdir!



Vegan Olmak Sağlıklı Mıdır?

Vegan yiyeceği yemek tamamen sağlıklı değildir. Daha sağlıklıdır! Veganlar daha az yağ yemektedirler ve kolesterol oranları daha azdır. Ve en önemlisi, bitki temelli yiyecek Dünya Sağlık Organizasyonu tarafından tavsiye edilen oranlarla çakışan yeterince proteini sağlamaktadır. Bütün beslenme ile ilgili ihtiyaçlar karşılanır ve çoğu problem et yemekle ilişki içindedir ve sütün sakınılmalıdır. Aslında, et ve süt tüketimi kalp hastalıklarına ve bazı türde kanserlere neden olmaktadır. Ayrıca, fazla protein vekselyum tüketimini kalp problemlerine neden olabilmektedir.



B-12'den Ne Haber?

B-12, veganların dikkatli olması gereken bir besindir. Hayvan ürünleri bol miktarda B-12 içerirken, bitkisel yiyecekler neredeyse hiç içermemektedir. Ve sadece az miktarlarda ihtiyaç duyulmakta, ve vücut B-12'yi 3-4 yılda karşılayabilmekle beraber uzun dönem yetersizlikler halinde önemli sonuçlar doğurabilir. Bitki yiyeceği yeterli bir kaynaktan B-12'yi nasıl karşılar sorusuna göre bir tartışma vardır. Tempeh gibi, bir zamanlar yeterli olarak düşünülmüş çoğu ürün

artık daha fazla üzerinde daha fazla düşünülmemektedir. İyi ki, kolay alternatifler var. Birisi vitamin ekleri alma. Bu B-12 için açık bir şekilde vitaminler kadar iyi multi-vitaminleri içerir. Ayrıca B-12 eklenmiş birkaç yiyecek daha vardır. Bunlar yaygındır ve bazı markalarda soya sütleri soya margarinleri, hububatlar, maya özleri ve soya proteinlerinde bulunur. Son olarak, beslenme ile ilgili maya B-12'nin bir kaynağı olarak düşünülmüştür.



Yeterli Proteini Alabiliyor Muyum?

Vegan yiyeceği Dünya Sağlık Organizasyonunun önerileriyle çakışan yeterli miktardaki proteini karşılamaktadır. Bir zamanlar her yiyecekteki proteini birleştirmek zorunda olduğumuz düşünüldü, fakat bunun doğru olup olmadığı üzerinde hiç düşünülmedi. Şimdi, eğer hububat, baklagiller, kabuklu yemiş ve tohumu içeren bir çeşit bitkisel yiyecek yerseniz, protein ihtiyaçlarınız karşılanacaktır. Ve soya proteini hayvan proteininin karşısı olarak düşünülmüştür. Ayrıca, fazla protein sağlık problemlerine de neden olabilir. Kalp hastalıklarının, kadınlarda göğüs kanserinin ve böbrek hastalıklarının böbrek kemikleri kadar ilgisi vardır. Fazla proteinin ve böbrekten kalsiyum çıkarmanın etkileri olabilir, ve osteoporozda bir faktör olabilir.

Yeterli Kalsiyumu Alabiliyor Muyum?

Süt endüstrisinin, aslında sütün iyilikten çok zarar verdiğinde kalsiyum ve güçlü kemikler için sütün gerekliliğini iddia etmesi komiktir. Aşırı hayvan proteininde aslında böbreklerden salgılanan kalsiyumun etkileri vardır. Çalışmalar süt endüstrisinin osteopoz üzerinde küçük bir etkisi olduğunu göstermektedir. Aslında, fazla süt tüketmeyen ülkelerin Amerika gibi büyük süt tüketicisi ülkelerden daha düşük oranda osteopozları vardır. Kalsiyumun vegan kaynakları brokoli, collard, hardal, şalgam, kara lahana ve ıspanak gibi koyu yeşil sebzeleri içermektedir. Fırında fasulye, ve kabuklu yemiş gibi baklagiller de aynı zamanda mükemmel kaynaklardır. Soya sütü ve tofu içeren çoğu yiyeceğe, kalsiyumla

moral verilmiştir. Ek olarak, hayvan olmayan kalsiyum ekleri bir çok sağlıklı yiyecek dükkanlarından alınabilir.



Bazı Yaygın Hayvan Ürünleri Nelerdir?

Etiketler çoğu kez tamamen bilinmedik malzemelerle yapılmıştır, haliyle de ürünün vegan olup olmadığını bilmiyoruz. Veganlıkta çok kararlı olanlar için, bizim hayvan malzemelerinin kapsamlı bir listesini inceleyebilirsiniz. Bununla birlikte, çok yaygın ve vegan olmayan bazı malzemeler vardır. Bunlar kesilmiş sütün suyu, süt şekeri, jelatin (bitkiden sağlanan jelatinle birlikte), domuz yağı, pencere kanadı, bal, bal mumu, ve rafine edilmiş şekerdir. Hayvanları kullanan giysiler deri, süet, yün ve ipeği içerir.

Şekerin Vegan Olmadığını Duydum. Bu Doğru Mudur?

Bizler son zamanlarda dünyanın en büyük imalatçılarından biri olan C & H Şeker Şirketiyle ilişkiye geçtik. Bu onların Şubat 25, 1999'a tarih atılmış cevabıydı.

"Bizim karbonize edilmiş kemik kömürünün kullanımınıza ilişkin C & H Şekerle ilişkiye geçmeye zaman ayırdığınız için teşekkür ederim. Dürüstçe onaylanan şekerin kendisinde hiçbir hayvan ürünü yoktur. Kemik kömürü sadece sığır kemiklerinden yapılıyor, diğer hayvanlardan değil. Kemik kömürünün işlevi ham şekerden pisliği atmaktır.

Kemikler et ambalaj endüstrisinin yan ürünü olarak kullanılmamaktadır, fakat Hindistan, Pakistan ve Nijerya gibi ülkelerde doğal olarak ölen sığırlardan alınmaktadır. Kemik maddesi olarak başlıca kullanılan şey, jelatin üretimi içindir,

ve mangal kömürü yapımı bu endüstrinin yan ürünüdür.. İskoçya'da, bunlar mangal kömürü yaratmak için, 1200° santigratta kapalı atmosferlerde yakılmaktadırlar. Bu kemik kömürü şeker eritildiğinde dumanlılıkla sonuçlanabilecek, renk, kirlilik ve doğal olarak meydana gelen belirli mineralleri atmak için kullanılmaktadır. Kemik kömürleştirilmesi şekerin içinde değildir, fakat kahve filtresine benzer bir filtre olarak kullanılmaktadır. Onun kullanımı şeker artmada çok yaygın bir uygulamadır ve hala çok kolay elde edilebilir. Bitki kömürü külü atmamaktadır, şeker kullanımı bir alternatif olarak bu türden düşük karbon kalitesinde bir şeydir.. C&H Şeker alternatifler aramaktadır. Eğer bir tüketici bu kemik kömürü kullanımını uygunsuz bulursa, tek alternatif spesiyalite şeker olabilir. C&H Hawaiian Washed Raw , kirecin (kalsiyum karbonat) aydınlatılmış temsilcinin yerine karbonize kemik kömürü olarak kullanıldığı Hawaii adalarında işlem gördü. Sonra bizim onların kurutulduğu ve paketlenildiği anakara rafinerilerimize nakledildi. C&H Sugar'ı satan marketlerden elde edilebilir.

C&H Sugar'ın beslenme ile ilgili değerlerine ilişkin olarak...bizim saf şeker kamışımız %100 sakrozdur; saf karbonhidrattır...yağ yok,kolesterol yok. Bizler tozşekerlerimize her hangi bir katkı maddesi katmıyoruz veya herhangi bir şeker ürünüümüze ve şekerli beyazlatmıyoruz. Sizin genel bilginiz için, bütün diğer karbonhidratlar gibi, şeker gram başına 4 kalori içermektedir ve bir çay kaşığı 15 kalori içerir. Bizler özellikle kahverengi şekerimizle gurur duyuyoruz, tatlandırıcıya ve renklendiriciye ihtiyacımız olmayarak; pekmez tatlandırıcısı kamıştan doğal olarak kristalizasyon yoluyla elde edilebilir.

Görebildiğiniz gibi, bu özel şirket işlemlerinde hayvan ürünlerini kullanmaktadır, ve vegan olabileceği akıldan bile geçmez.

İşlemden geçirilmiş şekerli kullanmanın birkaç yolu var. Bunlar ham, turbinado, şeker, şeker pancarı, succanat, hurma şekerli, fructose, arpa maltı, pirinç şurubu, mısır şurubu, pekmez, ve isfendan şurubunu kapsamaktadır. Ayrıca, her hangi bir işlenmemiş şeker kamışı vegan olabilir.

Yumurtanın Yerine Geçecek Besinler Nelerdir?

Yumurtaya birkaç alternatif vardır, ve bunlar ne için ihtiyaç duyulduğuna bağlıdırlar. Denemek isteyebilirsiniz. Bazıları:

Ener-G Yumurta Yerini Alacaklar -
2 kaşık mısır nişastası = 1 yumurta

2 kaşık kamyř k    unu = 1 yumurta

2 kaşık patates nişastası = 1 yumurta

1 kümelenmiş kaşık soya tozu + 2 kaşık su = 1 yumurta

1 kaşık soya süt tozu + 1 kaşık mısır nişastası + 2 kaşık su = 1 yumurta.

1 kaşık keten tohumu + 1 bardak su = 1 yumurta. Tohumları ve suyu istenilen koyuluğa kadar 1-2 dakika karıştırın. 1 muz = 1 keklerdeki yumurta.



eee... ne
duruyosun sen de
VEGAN olsana!

İstersen olma!

...Ama d  ř  n
bugün ka  hayvan
yedin. Bugün ka 
hayvanın acılar

içinde kesilmesine neden oldun. Duygu
sömürüsü yapmak değil amacım. Sen de
biliyorsun onların nasıl acı çektiğini ve
sen de biliyorsun ne yapman gerektiğini...

Bu yazı, Aralık ayında İstanbul'un bir çok semtinde dağıtılan bir bildiridir...

ET CİNAYETTİR!!!

Hepimiz yemek masasına oturduğumuzda o an yediğimiz hamburgerin veya kebabın eskiden duyguları ve yaşamları olan bir inek, koyun, tavuk veya balık olduğunu düşünmeyiz. Çünkü insanoğlunun kendinden uzaklaşması, aynı şekilde hayvanlardan ve doğadan uzaklaşmasına neden olmuştur. İnsanoğlu, doğadan uzaklaştığından bu yana, yani yirmi bin yıl önce, bazı davranış kalıplarını da beraberinde getirmektedir. Bu davranış kalıpları arasında da hayvanları öldürmek ve sömürmek vardır. O zamandan bu yana beyinlerimize, hayvan yemezsek bir çok hastalığa yakalanacağımız, sakat kalacağımız, zayıf düşeceğimiz ve hatta ölebileceğimiz kazanmıştır. Bizde buna dayanarak içimiz rahat ederek hayvanları yeriz.

Halbuki, biz vejetaryen/veganlar şunu söylüyoruz ki, "et yemek, zorunlu veya faydalı değil, aksine zararlı ve cinayettir." Bizlerin hayvan yememeyi, bilimsel değerlerden çok ahlaki değerlere dayanarak savunuyoruz. İnsan için "yaşam hakkını" savunan bir kişinin, aynı zamanda doğada bulunan diğer yaratıklar için de bu hakkı savunması gerektiğini düşünüyoruz. Aksi takdirde bu çifte standart olur. Doğada sadece insanlar yoktur ve bizler dünyanın tek sahipleri değiliz. Doğaya bizim egemen olduğumuz veya olmamız gerektiğini savunan düşünceler, bugünkü ekolojik yıkımlara neden olan uygulamaları da desteklemektedirler. Bu uygulamalar arasında et endüstrisi de yer almaktadır. Bu endüstri gücünü hayvan katliamından almaktadır.

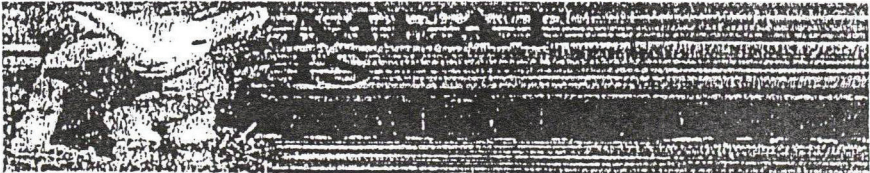
Et endüstrisi, bugün dünyada her gün yüz binlerce hayvanın uyuşturulmadan kesilmesine, ıstırap içinde dar, havasız ve kalabalık ahırlarda veya kümeslerde yaşamak zorunda kalmasına, dolaylı olarak açlığa neden olmasına, ormansızlaştırmaya, insanda bir çok hastalığa ve küresel ısınmaya neden olan bir endüstri çeşididir. Kapitalizm ve kapitalistler, bu endüstriden çok büyük paylar ve karlar elde etmektedirler. Kapitalist tekeller, bunun için dünyada et endüstrisine olağanüstü yatırımlar yapmaktadırlar. Çünkü bu endüstrinin değeri her geçen gün artmaktadır. Onlar için "yaşam hakkından" çok "kar hakkı" önemlidir. Bu amaçla gözlerini kırpmadan yüz binlerce hektarlık ormanları hayvan otlatmak için yok etmekte ve milyonlarca hayvanı kesmektedirler. Bazı resmi kuruluşlar tarafından şu veriler sağlanmıştır: 1 hektarlık alanda hububat ekilerek 30 kişi doyabilecekken, bu genişlikteki alanda otlanan hayvanların etlerinden sadece 6 kişi beslenebilmektedir. Bu da et endüstrisinin ihtiyaca yönelik bir girişim olmadığını açıkça göstermektedir. Milyonlarca hayvan, kapitalist pisliklerin ceplerinin dolması için kesilmektedirler. Başka bir veri de, Küresel Isınmanın nedenleri arasında et endüstrisinin otomobil sanayiinden sonra ikinci sırada yer almasıdır. Verimli alanların otlak alanları olarak kullanılması, oradaki suyun ve havanın kirlenmesine, toprağın zehirlenmesine ve çeşitli kaynakların yok olmasına neden olmaktadır.

Bundan başka, hayvanlara verilen hormon ilaçlarının gübrelere aksetmesiyle yayılan gazlar ozon delinmesine neden olmaktadır. Ayrıca hayvan üretimi çok fazla su israfına neden olmaktadır. Su kirliliği açısından, et endüstrisi makarna yapımından 17 kat daha zararlıdır. Bir de hayvan yemlerinin yetiştirilmesinde kullanılan böcek ilaçları ve herbisitler de hayvan, doğa ve insan için tehlike arz etmektedir.

İnsan sağlığı açısından da, "et", asırlardan beridir süre gelen hastalıkların %80'inin nedenidir. İnsanın, et oburlardan farklı olarak daha uzun bir bağırsak yapısı vardır ve bu bağırsak yapısı et oburlardaki gibi etin sindirilmesini kolaylaştırmaktan ziyade daha da zorlaştırmaktadır. Et oburların midelerinde asidi dengeleyici kimyasallar vardır, fakat insanın midesinde et hemen çürümeye başlar. Bu bir çok hastalığa neden olabilir. Bugün tıp bilimcileri, aşırı kolesterolün, kalp, şeker, bağırsak ve böbrek hastalıklarının ve bir çok kanserin, özellikle de meme kanserinin çoğunlukla et ve hayvan ürünlerinden (süt, bal, yumurta gibi) kaynaklandığını kabul etmektedirler (Elbette bizim için bu tek kriter değildir). İnsanların eti parçalayacak köpek dişleri yoktur. Herkes köpek dişlerimizi, bizim et obur olduğumuza dair bir kanıt olarak sunmaktadır, fakat bu tamamen yanlıştır. Çünkü köpek dişleri olarak bilinen dişlerimiz et oburlardaki kadar keskin ve büyük değildir. Et oburlar kadar uzun pençelerimiz de yok. Tek başımıza aletsiz, bir kaplan gibi hiçbir hayvanı öldüremeyiz. Bu da bizim et obur olmadığımızı açıklar. Elimizde araçlarımızın olması gerekir. Hepimiz vücudumuz için gereken protein ve bazı minerallerin sadece ette ve hayvan ürünlerinde bulunduğunu düşünürüz, bu da tamamen yanlış bir efsanedir. Her türlü minerali ve proteini bitkilerden ve meyvelerden fazlasıyla alabiliriz.

Bizler size bu verileri aktarmayla, fikirlerimizin temelini bilim olduğunu kanıtlamaktan ziyade, bazı yanılsamaları ve bilgisizlikleri ortadan kaldırmayı amaçlıyoruz. Bu yanılsamaların aydınlatılması belki sizin de hayvan ve hayvan ürünlerini tüketmemenize öncülük edebilir. Çünkü eminiz ki, sizler de o hayvanları ısırap içinde bağrışarak kesildiklerini veya ahırlarda ve kümelerde kesileceğini beklediklerini görmekten rahatsız oluyorsunuzdur. İnsan olmanın farkı biraz da budur sanıyoruz. Yeryüzündeki her türlü canlı için baskısız, katliamsız, hapsedilmenin olmadığı, bir türün diğeri üzerinde veya bir insanın diğeri insan üzerinde tahakküm kurmadığı bir dünya istiyoruz!

Hayvanlara "da" Özgürlük!



Anılar & Bal

Anılar insan kullanımı için bir çok ürün üretmek için sömürülmektedir. Bal, balınunu, propolis, arı poleni, kraliçe sütü ve akrep zehiri. Anılar, insan oğlu için sadece ikinci haberleşmenin güçleştirilmiş biçimine sahip olduğu gibi tanımlanmış zeki böceklerdir.

Çünkü anılar özgürce uçuyormuş gibi görünür, onlar ayrıca sık sık hayvan yetiştirme endüstrisinin alışmış zulmünden muaf olduğu düşünülmektedir. Fakat, anılar da tamamen diğer çiftlik hayvanları gibi aynı muameleyi görmektedirler. Onlar rutin imtihana ve işleme tarzına, suni besleme rejimlerine, ilaçlara ve böcek ilacı işlemine, genetik sömürüye, suni döllene, yerlerinden alınmaya (hava, tren ve araba yoluyla) ve öldürülmeye maruz kalmaktadır.

Bir yıl için Kraliçe – Beiki de iki

Kraliçe anılar yapay bir şekilde başı kesilmiş anılardan elde edilmiş spermle döllenebilir. Kraliçeler sistematik olarak her iki yılda bir katledilirler çünkü zamanının bir devresinin üzerinde, onların yumurtlama yetenekleri düşüş göstermektedir, bu nedenle de bütün kovan verimsiz ve karsız olmaya başlıyor. İsrail'de her yıl öldürülmekte ve yeniden kraliçelendirilmektedirler.

Ezilmiş Anılar

Anı yetiştiricileri petekleri kullandığı zaman, bir çok arı ezilmekte ve ölmektedir. Kovanların içine anıları sakinleştirmek ve onları kolay tutabilmek için duman üflenmektedir. Anıların yerini bozan özel dışarı bırakıcılar veya aletler, onları kovana girdikleri gibi anılardan ürünlerini toplamak için kovanlara takılmıştır. Anılar kuvvetli bir şekilde sarsılmış olmaları yüzünden kovanlarından ayrılmaktadırlar veya güçlü hava akımlarıyla fıskırlanmaktadır. Ayakları ve kanatları kırılabilirler.

Kraliçe anıların kanatlarının kırılması onların oğul halinde kovandan ayrılmasını engellemektedir. Oğul halinde kovandan ayrılma üreme, çoğalma ve türlerin hayatta kalması için hiç olmazsa vahşi yaşamda doğal bir yoldur. Bununla birlikte, arı yetiştiricileri daima bu doğal fenomeni engellemeye çalışmaktadır ve arı kolonilerini kontrol altında tutmak için suni feromonlar kanat kırmalarını kullanacaklardır.

Yapay Yem

Anı yetiştiricileri, anıların sık çıkarılması olan balı yenisiyle değiştirmek amacıyla, kolonilere beyaz şeker şurubu ve yapay polen yedekleri vermektedir. Eğer bu uygulamalar uzun zamanlar sürerse, anılar kovan üretkenliğini ve yaşam sürelerini azaltmaktadır. Koloniler, daha büyük çıkan anılar ve daha kuvvetli anılarla sonuçlara kendi doğal yiyecekleri –bal ve polen- ile beslenmektedirler.

Böcek İlaçları

Anı yetiştiricileri zararlı böceklerle savaşmak amacıyla antibiyotiklerin ve böcek ilaçlarının kullanımına bağlı hale gelmiştir, ve bu arı yetiştiricilerine ve anılara ve balı kirliliği risklerine karşı toksikolojik tehlikenin problemlerine öncülük etmiştir.

İthal Edilmiş Anılar

Anılar dünya çapında satılıp alınmaktadır. Nakliyat, anıların stresten, boğulmadan, aşırı sıcak veya soğuktan acı çektiği anlamına gelmektedir. Onlardan bir çoğu kendi tabut benzeri paketlerine gömülmüştür. Yabancı anılar, yabancı ülkelere nakladılmaktadır ve hastalık yayarak doğal çevrede problemlere neden olmaktadır. Onlara sonradan yuvaların kovanlara petrol dökerek mahvedildiği gibi veya anıların sıvı sabunları püskürtülerek öldürüldüğü gibi vahşice davranılmıştır.

Para Kazanma

1950'lerde Güney Amerika'daki bal üretiminin ekonomisini ilerletmek amacıyla yapılan bir girişimde, devlet Afrika balanlarının kullanımında araştırma düzenlemiştir. Bu anılar dünyadaki en verimli bal üreticileridir. Ne yazık ki, aşırı derecede de saldırganlardır. Güney Amerikanın bütün yeri anılarla daha cıvrıdır fakat sadece üç tür bal yapmaktadır ve elbetteki büyük oranlarda üretmemektedir. Maalesef, Afrika balanları kurtulmuştur, Afrikalılaştırılmış anıların binlerce

Bu bildiri de, halkımızı kurban bayramında hayvan kesmekten soğutan bir bildiri. İstanbul'un bir çok semtinde dağıtıldı. Ve ayrıca deli dana ayağına bir çok insana dedikodu yoluyla yayılmaya çalışıldı....

KURBANLIKLARDA “DELİ DANA”!

Halkımıza Duyurulur!

Bildiğiniz gibi, ölümcül bir hastalık olan “Deli Dana” hastalığı bizim hayvanlarımıza da bulaşmıştır. Yetkililer gizlemeye çalışsalar da, bu yılki kurbanlık hayvanlara da bulaştığı kanıtlanmıştır.

Sayın Tarım Bakanımız Yusuf Gökalg, her ne kadar İngiltere'den “Deli Danalı” hayvan yemlerini ithal edilmediğini söylese de, İngiliz hayvan yemi şirketi “Deli Danalı” yemleri ihraç ettiğı ülkeler arasında Türkiye'yi de göstermişti. Hatta şirket, içinde Türkiye'nin de adı geçtiğı bu listeyi BBC televizyonunda açıklamıştı.

Aldığınız hayvanın “Deli Danalı” olup olmadığının ispatı ancak uzun laboratuvar incelemeleri sonucu anlaşılabilir. Sağlıklı denmesi güvenli ve inandırıcı değildir.

Çocuklarımızı ve çevremizi bu ölümcül hastalıktan korumanın tek yolu bu “Deli Danalı” kurbanlıkların yenmemesidir.

Posta Gazetesi

▲Türkiye’de “Deli Dana” hastalığından yatan onlarca hasta olup basına açıklanmamaktadır.

**Sağlık
Çalışanları**

**Sabah
Gazetesi
Türkiye’ye
Almanya’dan
“Deli Danalı”
Hayvan
Yemleri İhraç
Edildi**

▲Almanya Tarım Bakanlığı çalışanı Stephan Sweis Türkiye’deki kurban bayramının kendilerine çok yaradığını açıklayıp, “Deli Danalı” hayvanları Türkiye’ye

TÜRK SAĞLIK BİRLİĞİ

İletişim: turk_sag@yahoo.com

Eylem haberi:

Kurban Vahşetine Karşı Pankart!

MİLYONLARCA HAYVANIN, İŞKENCE VE AĞIR DAYAK ALTINDA ACI VE İSTIRAP ÇEKTİRİLEREK GIRTLAKLARINDAN KESİLDİĞİ "KURBAN BAYRAMI" VAHŞETİ BU SENE DE ORTALIĞI KAN GÖLÜNE ÇEVİRDİ.

İSLAM DİNİNİN, ALLAH'I ADINA YAPTIĞI BU İBADET ŞEKLİ, BU DİNİN HİÇ DE MAZLUM BİR DİN OLMADIĞINI AKSİNE BÜTÜN DİNLER GİBİ KATİL OLDUĞUNU GÖSTERMİŞTİR.

ZATEN VAR OLAN VE HİÇ DURMADAN İŞLEYEN HAYVAN ENDÜSTRİSİNİN KATLIAMLARINA EK OLARAK BİR DE BU DÖRT GÜNLÜK KATLİAM GÜNLERİNİN EKLENMESİ MUAZZAM BOYUTLARDA HAYVAN KATLİAMINA YOL AÇMIŞTIR.

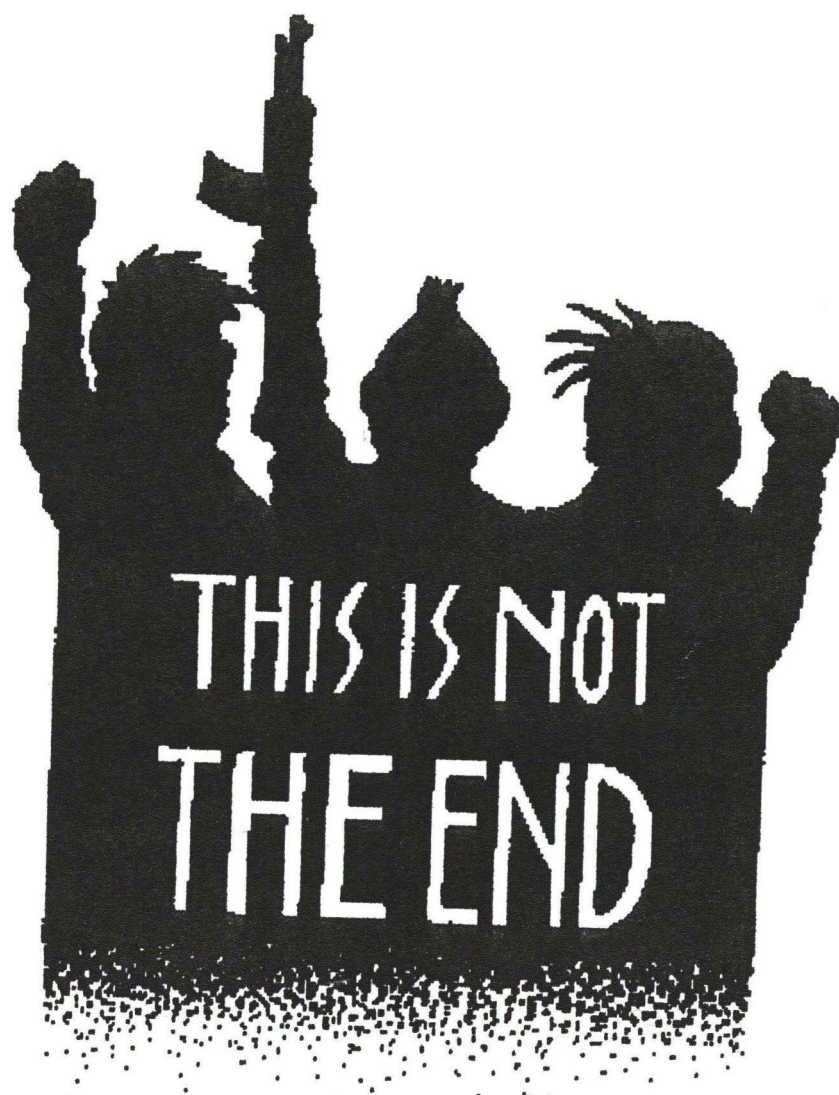
AYRICA HAYVANLAR BU SENE YİNE İŞKENCE ALTINDA KESİLDİLER. URFA'DA BİR AİLENİN, KESİLMEKTEN KAÇAN BOĞANIN KAFASINA SÜREKLİ SOPALAR VE TAŞLARLA VURMA GÖRÜNTÜLERİNDEN EMİNİZ HERKES ETKİLENMİŞTİR. HATTA İSTANBUL'DA BOĞANIN KAFASINA SAKİNLEŞTİRMEK İÇİN KESERLE VURDUKLARINI DA GÖRDÜK. BU GÖRÜNTÜLER HER NE KADAR TELEVİZYONLARDA GÖSTERİLİYOR OLSA DA, MEDYA HER ZAMANKİ GİBİ İNSANLARIN CAHİLLİĞİNDEN DEM VURMUŞ VE BU HAYVANLARIN UZMANLARIN KONTROLÜNDE "ACI ÇEKTİRMEYEN" (NE DEMEKSE) KESİLMESİ GEREKTİĞİNİ BELİRTİYORDU.

HER NE KADAR KATLİAM BOYUTU BÜYÜDÜ DİYORSAK
DA, BU SENE Kİ KRİZ BİR ÇOK HAYVANIN
KURTULMASINI DA SAĞLADI. HER GEÇEN GÜN
BÜYÜYEREK ARTAN FAKİRLİK VE YOKSULLUK
HAYVAN YENİMİNİ AZALTMAKTADIR. ELBETTE Kİ
BİZLER BUNDAN MEMNUN DEĞİLİZ FAKAT BUNUN
HAYVANLARA YARADIĞI DA BİR GERÇEK.

KURBAN VAHŞETİNE KARŞI PANKART!:

BÜTÜN EKO-SİSTEMİN KURTULUŞU İÇİN UĞRAŞAN VE
HAYVANLAR İÇİNDE BİR ŞEYLER YAPMAK İSTEYEN
BİR GRUP, BAYRAMIN 2. GÜNÜ SABAH Kİ 04:00
SULARINDA AVCILAR ŞÜKRÜ BEY DURAĞI
KÖPRÜSÜNE, ÜZERİNDE "KURBAN CİNAYETTİR!"
YAZILI BİR PANKART ASTI. BU EYLEMİN, BU
TOPRAKLARDA EKSİK OLAN HAYVAN ÖZGÜRLÜK
HAREKETİNİN BİR BAŞLANGICI OLDUĞUNU
AÇIKLAYAN GRUP BUNDAN SONRA HAYVANLARIN
ÖZGÜRLÜĞÜ İÇİN HİÇ DURMADAN ÇALIŞACAKLARINI
AÇIKLADILAR.





only the beginning...

