

JESTI MESO ALI NE JESTI MESA?

Vsekakor ni antropozofiji namen, da zavzame fanatičen ali sektaški odnos. Njena naloga je le povedati, kako stvari stojijo. Preprosto ne moremo reči, da bi morali ljudje jesti samo rastline ali da bi morali jesti tudi živali itd. Lahko le rečemo, da nekateri ljudje s silo, ki jo imajo zaradi dednosti, preprosto niso dovolj močni, da bi v svojem telesu opravili vse potrebno, da bi uničili rastlinske maščobe, da bi jih uničili tako popolnoma, da bi se nato v njihovih telesih razvile sile za proizvodnjo lastne maščobe. Človek, ki uživa samo rastlinske maščobe - no, ali se je odrekel ideji, da bi postal postaven, obilen, ali pa mora imeti strašno dober prebavni sistem, tako zdrav, da mu lahko zlahka uniči rastlinske maščobe in si na ta način priskrbi sile, da si ustvari lastno maščobo. Večina ljudi resnično ne zmore ustvariti lastne maščobe, če morajo razgrajevati le rastlinske maščobe. Ko z mesom uživamo živalsko maščobo, se ta ne uniči popolnoma. Rastlinske maščobe ne gredo mimo črevesja, uničijo, razgradijo se v črevesju. Toda maščoba, ki jo vsebuje meso, preseže, oz. preide v človeka. Zato je oseba lahko šibkejša, če je le na dieti samo z rastlinskimi maščobami. [...]

Ni koristno biti fanatičen glede teh stvari. Obstajajo ljudje, ki preprosto ne morejo živeti, če nimajo mesa. Oseba mora natančno pretehtati, ali bo res lahko shajala brez njega. Če se kljub temu odloči, da lahko shaja brez njega, in iz mesne prehrane preide na vegetarijansko prehrano, se bo počutila močnejša kot prej. To pa je včasih težava, saj očitno: nekateri ljudje ne prenesejo misli, da bi živeli brez mesa. Če pa kdo postane vegetarijanec, se počuti močnejšega - ker mu ni več treba odlagati tuje maščobe v telesu; sam proizvaja svojo lastno maščobo in zaradi tega se počuti močnejšega.

To vem iz lastnih izkušenj. Drugače ne bi mogel prenašati močnega napora v teh zadnjih štiriindvajsetih letih! Na primer, nikoli ne bi mogel potovati cele noči in nato naslednje jutro predavati. Dejstvo je namreč, da če je nekdo vegetarijanec, opravi določeno dejavnost znotraj tiste, ki je prihranjena nevegetarijancu, ki ga je zanj najprej opravila žival. To je pomembna razlika.

Vir: Rudolf Steiner - GA 354 - Nutrition and Health - Dornach, 31st July 1924