

POR QUÉ EL MUNDO NECESITA A VEGANO

Objetivo: salvar la Tierra

Todos los derechos reservados

Ninguna parte de este libro puede ser reproducida por cualquier medio (Material electrónico, mecánico u otro, como ser fotocopiado, grabación o cualquier sistema de almacenamiento o reproducción de información), sin el permiso escrito del autor, a excepción de porciones breves citadas con fines de revisión.

Jose Leiras

Índice

1.	Prólogo.....	9
2.	Aclaración previa.....	17
3.	En los comienzos.....	25
4.	Cosas en común con amigos y certezas inconvenientes.....	29
5.	Sin cama pa' tanta gente	39
-	Inestabilidad climática. Demasiado frío o demasiado calor	44
-	Calentamiento de los océanos. Derretimiento del hielo polar y glaciares. Aumento del nivel del mar	45
-	Desaparición del Permafrost	47
-	Aumento de las zonas desérticas y disminución de la superficie habitable	48
6.	Una noticia buena y otra mala.....	53
▪	Pesticidas y productos químicos	57
▪	Deforestación	59
▪	Gases de efecto invernadero (GEI).....	64
▪	Acidificación de los mares.....	71
▪	El problema de la escasez de agua.....	72
▪	Baja conversión calorífica	74
7.	Ejemplo vikingo.....	79
8.	Ultimátum a la Tierra, sexta extinción y humanos 2.0	89
9.	Nuestro mayor error. Tributo a un Sir.....	99
10.	Números rojos.....	105
11.	La Tierra no pertenece al hombre. El hombre pertenece a la Tierra	109
12.	Solo el hombre blanco pudo haber creído que aquello se podía mejorar.....	119

13. Mi camino, mi lucha 121

14. Desmontando mitos..... 129

- ✓ Lo que cada uno elige comer debe ser respetado, yo respeto a los que no comen carne, respetadme vosotros a mí.
- ✓ No lo entiendo, si no coméis carne, ¿Qué coméis?
- ✓ Pero si estáis en contra del consumo de carne ¿por qué llamáis a vuestras cosas hamburguesas o salchichas?
- ✓ ¿Tampoco coméis ni huevos ni leche? Pero, eso no es matar animales.
- ✓ Los veganos sois unos radicales y extremistas.
- ✓ L@s vegan@s os creéis superiores o mejores que l@s demás.
- ✓ Compartís imágenes muy violentas y desagradables, ¿creéis que es necesario?
- ✓ ¿Por qué te preocupas tanto por los animales? ¿Y los niños y niñas de África que mueren de hambre? ¿Y la explotación infantil?
- ✓ ¡Se os va la pinza! Mira que compararnos con los nazis y el holocausto en Europa durante la era Hitler, con asesinatos de personas o que somos como los esclavistas por comer carne...
- ✓ Los asiáticos son unos salvajes, comen perros y gatos.
- ✓ Tenemos colmillos para comer carne, somos omnívoros.
- ✓ Los leones cazan gacelas.
- ✓ Los veganos sufren deficiencia de vitamina B12 y tomarla como suplemento no es natural.
- ✓ La leche es indispensable en nuestra dieta, lo dicen los médicos.
- ✓ La carne es necesaria para vivir.
- ✓ ¿También pretenderéis que los esquimales y otros pueblos indígenas se hagan veganos, no?
- ✓ Pues con lo bueno que está el beicon no sabes lo que te pierdes.

- ✓ No se puede ser vegano y un buen deportista.
- ✓ Los animales son para comérselos, usarlos y servirnos, para eso los hizo Dios.
- ✓ Nosotr@s no somos animales.
- ✓ Las plantas también son seres vivos y, por lo tanto, sienten.
- ✓ Si te encontraras en una isla desierta y sólo hubiese animales para comer, entonces, ¿qué harías?
- ✓ Por culpa de la soja que os coméis los veganos, se deforesta el planeta para plantarla.
- ✓ Hoy en día sería imposible liberar a todos los animales pues nos invadirían y/o comerían.
- ✓ Nuestra evolución y cerebro desarrollado se deben al consumo de carne.
- ✓ Los veganos sois como de una secta, parece que queréis meter a todo el mundo en vuestro mundo.
- ✓ Siendo vegano también matas animales, la agricultura también mata animales.
- ✓ Con vuestra forma de ser, convertís el veganismo en una imposición.
- ✓ Os creéis que todos los vegetarianos sois buenos, Hitler era vegetariano.
- ✓ ¿Y si hacemos más grandes las jaulas y las muertes son sin dolor?
- ✓ Además, ser vegan@ es caro y no podría permitírmelo.
- ✓ Si no coméis carne, ni huevos, ni leche, os faltarán proteínas / hierro / calcio...

15. Admiradores y enemigos del veganismo	177
16. I have a dream.....	183
17. Ni toda la riqueza del mundo puede sustituir a la iluminación.....	185
18. Amsu y el comienzo del fin de un imperio	193
19. Las mil caras de Vegano	205

20. Una huella perdurable	227
21. Gracias. A todos nuestros predecesores, gracias.....	251
22. Un tartamudo al que apodaron “Manco”	259
23. 5% hechos probados. 95% conjeturas	263
24. Pienso, luego puedo equivocarme	267
25. Si es que hasta un monstruo puede ser vegano	271
26. El siglo del despertar.....	287
27. Una última parada en una estación de tren	289
28. Y la historia continúa	301
29. Un hombre recibe un Nobel y un Óscar. Otro muere en la ignominia	311
30. Vegano bien valdría un Nobel... A ser posible un viernes.	325
31. Y otro Nobel	335
32. La era de la Información	341
33. Despedida	371
34. Agradecimientos	373
35. Epílogo (por Jhon López, CEO Red Social Gwoaw)	377
36. Superíndice	381
37. Referencias bibliográficas	395
38. Referencias digitales	397

No me preguntes por qué soy vegano...
pregúntate a ti mismo, cómo es que tú no.

PRÓLOGO

He de reconocer que las cosas han cambiado mucho desde mi niñez; vale, quizás no tanto como nos gustaría a muchos, pero definitivamente mucho más de lo que ciertas personas desearían.

Aún recuerdo el concepto que me inculcaron desde muy pequeño sobre los animales, y cómo éste me sirvió durante la mayor parte de mi vida, dándolo como válido. Principalmente porque es conveniente para los humanos y lo era para mí.

Debía de tener unos cuatro añitos cuando esto; una mañana, estando de vacaciones con mis padres en casa de mi abuela materna (solía ir todos los veranos a pasar una temporadita), oí revuelo en la parte de atrás de la casa. Era una casa vieja de piedra, en la que en la parte trasera de está había una escalera, también de piedra, que llevaba hasta un pequeño terraplén donde había unas jaulas hechas con una especie de tela metálica, en las que había gallinas y gallos.

Recuerdo que no me dejaban ir a esa zona de la casa solo. Bueno, he de admitir que era lo sensato dadas las circunstancias, pues mi encuentro con esas gallinas y sobre todo con los gallos no hubiera tenido un *“final feliz”*, ni para unos/as ni para otros/as. No obstante, en alguna ocasión alguno de mis tíos me llevó para verlas y darles de comer.

Como iba diciendo, era media mañana, no mucho antes de la hora del almuerzo, cuando oí cierto alboroto en aquella zona de la casa. Como no me dejaban ir, me asomé a la ventana de una habitación donde solían dormir mi prima Belén y mi tía Lourdes cuando íbamos todos juntos de vacaciones. Una estancia en la planta superior que daba hacia la trastienda. Al ser tan, como se suele decir, *“culo inquieto”*, cualquier estímulo era música para mis oídos.

¿Qué queréis que os diga? Siempre fui un trasto...

¿Habéis oído alguna vez ese viejo dicho que reza “la curiosidad mató al gato”? Pues bien, no fue al gato, y no fue la curiosidad lo que

acabó con su vida; fue a una de aquellas gallinas, fue con un machete y fue a manos de mi abuela.

Seguramente fue ese instinto de preservación innato nuestro que protege nuestra mente ante hechos traumáticos, pero lo cierto es que no consigo recordar exactamente cuál fue el procedimiento. Lo que sí recuerdo es que, la cabeza de la gallina en manos de mi abuela ya no seguía unida al cuerpo de aquella desafortunada ave.

¿Debió de haber sido éste un buen motivo para volverme VEGANO?

Sinceramente, visto con la perspectiva del tiempo, definitivamente creo que sí, pero lo cierto es que no fue así. Esa atrocidad no me hizo tomar conciencia. Puede que por ese adoctrinamiento “*especista*” al que había sido sometido desde mi nacimiento, que había conseguido insensibilizarme. Me había moldeado para aceptar lo inaceptable, normalizar lo atroz y monstruoso que ocultaban nuestra alimentación y hábitos de vida (en la higiene, farmacéutica, vestimenta y calzado).

¿Y qué deciros del sitio donde me crié?

Toda mi infancia y juventud más temprana las viví en un valle, en el que estaba situado un pequeño poblado con menos de medio centenar de viviendas. El alto nivel cultural no era su principal seña de identidad (gracias al Universo, elegí ser diferente). Más bien era todo lo contrario; hablamos de la década de los 70 del siglo XX. Era un pueblo en el que los perros estaban atados todo el día, expuestos a las condiciones meteorológicas, sol, lluvia, frío, calor sofocante, etc. Había personas que tenían rebaños de cabras (cientos de ellas), también en condiciones pésimas, en unos cercados en medio de la montaña donde les daba el sol durante todo el día.

Permitidme deciros que, en la localización geográfica donde se emplaza el pueblo de mi infancia, la temperatura mínima en invierno es de 12-15°C de noche; así que, os podéis imaginar las temperaturas alcanzadas en medio de montes áridos durante el día en los meses de verano... en ocasiones se superaban los 50°C.

La mayor parte de los hombres, bueno, mejor dicho, especímenes machos de la especie humana, alardeaban de ser cazadores, con sus famélicos podencos en condiciones deplorables, y

escopetas que empuñaban como si esgrimir aquellas armas sesgavidas les hiciera sentir más varoniles. Por el contrario, pobre del hombre que no tuviera por costumbre salir al monte a ejecutar animales libres, pues era un blando que no pertenecía al club de los “elegidos”.

Aquellos canes usados para la caza, permanecían a escasos dos días de morir. ¿Cómo lo explico? O sea, si en ese momento dejaban de darles alimento, posiblemente murieran en dos o tres días. Su aspecto dejaba en clara evidencia el tremendo grado de desnutrición y maltrato al que eran sometidos.

En alguna ocasión cuando a algunos de mis amigos sus padres le encomendaban la tarea de llevarles la comida, llegué a ver el tipo de alimentos con que daban de comer a aquellos famélicos perros. Recuerdo que les daban varios cubos llenos de pan duro en remojo para ablandarlo, eso era todo, ¡los alimentaban con pan duro, nada más!

Debo decir que para llegar hasta el lugar donde se encontraban los perros había que caminar bastante. En los cercados se hacinaban decenas de ellos, en muchos casos atados con cortas cadenas para evitar se devoraran entre sí fruto de la desesperación por la falta de comida.

Recuerdo también que, las piletas donde les ponían el agua, que solían estar hechas de cemento, estaban completamente cubiertas de verdín, lo que evidenciaba la falta de limpieza. El agua contenida en ellos estaba infestada de esos bichitos que se mueven compulsivamente por la superficie. A saber el tiempo que llevaba sin ser cambiada, al sol todo el día.

Y, ¿a que no sabéis cuál era el argumento de aquellos salvajes para mantener a aquellas criaturas en tales condiciones de desnutrición, salud e higiene?

Que debían tenerlos así de desnutridos para que, al soltarlos durante las cacerías éstos salieran como almas que llevan al diablo tras cualquier cosa que pudieran llevarse a la boca. Porque según ellos, si los alimentaban bien, no les valían para cazar.

Os aseguro que no es ciencia ficción, esto lo he visto yo con mis propios ojos.

¿Y sabéis qué es lo más triste de todo esto? Que aquellos pobres perros, permanentemente al borde de la muerte, se volvían locos de alegría cuando cada varios días les llevaban aquellos cubos de pan reblandecido. Sus huesudas colas iban de un lado a otro a velocidad de vértigo.

A menudo me sentía un inadaptado, pues todos mis amigos iban con sus padres de cacería. En multitud de ocasiones me quedaba casi sólo en mi pequeño pueblo. Mi padre era uno de esos “blandos” que no tenían escopeta (cosa que en aquel momento me producía cierto pesar). Ahora, visto desde mi posición actual, vuelvo a agradecer al Universo, pero esta vez por no haberme embarcado en semejante barbarie.

Recuerdo que, entre las costumbres adquiridas de los jóvenes más mayores, supongo que podríamos considerarlos adolescentes, había una afición particular, que consistía en salir a tirarle piedras a los gatos...

Lo que voy a contar ahora no estaba en la primera versión del libro. Me ha costado un mundo decidirme a dejarlo plasmado en un libro. Lo saben pocas personas, las que han llegado a estar lo suficiente cerca como para que pudiera abrirme hasta ese punto. Posiblemente, de todos los terribles errores cometidos a lo largo de mi vida, éste sea el que más me atormenta. Nunca conseguiré perdonarme a mí mismo por ello. Sí, sucedió hace como unos treinta años, pero aún recuerdo vívidamente aquella noche.

Un día, ya anocheciendo, a alguno del grupito de chicos que nos juntábamos para jugar-hacer trastadas, como estábamos muy aburridos, se le ocurrió decir aquello de: ¡vamos a cazar gatos! ¡Qué horror, cada vez que lo pienso!

¿Cómo podíamos ser tan salvajes? No recuerdo quien fue el de la idea, no recuerdo si fue Gonzalo, Carlos, Richard, no lo sé, quizás pude haber sido yo, y es muy posible, pero no lo recuerdo.

El hecho es que, nos dispusimos a salir en busca de cualquier desafortunado felino al que apedrear. Recuerdo que extrañamente aquella noche no nos topamos con ninguno durante más de una hora de “cacería”. Tuvimos que caminar bastante teniendo que meternos por zonas oscuras y sin iluminación (era de noche). Íbamos en

silencio, para que en caso de que hubiese alguno no alertarlo y que saliera huyendo.

De repente oímos algo parecido a un pequeño gemido o un sonido de algún animal, y pensamos: ¡Por fin, un gato! Nos giramos y en un antiguo aljibe abandonado que no tenía techo vimos a un animal moviéndose. En cuestión de segundos habíamos bombardeado a aquella criatura con todas las piedras a nuestro alcance, algunas tan grandes y pesadas que era difícil lanzarlas.

Mientras escribo esto me estoy sintiendo fatal, cada vez que rememoro aquel día me siento la persona más miserable del mundo. De verdad que no lo superaré nunca, y cuando digo nunca es eso, nunca. De hecho, he utilizado esta pausa para buscar la fuerza para escribirlo, y estoy dudando mientras escribo esto y mareo la perdiz, si borrarlo y dejarlo como estaba antes, omitiendo esta historia, o hacer lo que es justo, reconocer que clase de persona fui. Tal vez en esta confesión encuentre mi redención, aunque lo dudo.

Ufff, ¡qué mal, cómo me está costando!

Tras habernos cansado de tirar todo lo que había a nuestro alcance. Tuvimos la morbosa osadía de bajar a cerciorarnos de que la lapidación había sido un éxito (¡Qué asco me doy!).

Bajamos por uno de los muros laterales, eran como unos dos metros y medio. Una vez abajo, comprobamos que nada se movía...

¡Qué va, no puedo!, pensaba que iba a ser más fácil, pero es muy duro. Siendo vegano y habiendo desarrollado esta conciencia hasta el punto de verme como un monstruo, es una losa que pesa mucho y dificulta mucho las cosas. (Larga pausa).

Prosigo: Al estar abajo pudimos ver que aquella figura animal ya no se movía. Estaba muy oscuro, era noche cerrada. Así que, tuvimos que acercarnos a un metro escaso para ver qué habíamos cazado, y comprobar que lo que habíamos matado a pedradas era un cachorrito de perro de unos dos meses de edad. Allí estaba inmóvil. Aquel animalito que seguro que al vernos se alegró de que alguien pudiera sacarlo de aquel pozo y nos avisó con un gemido, no solo no consiguió que lo salvaran, sino que tuvo la mala suerte de encontrarse en su camino a discípulos de Satanás que lo mataron a pedradas.

Por alguna extraña razón, que aún a día de hoy sigo sin comprender, pensamos que matar gatos era correcto, pero matar perros nos había dejado hundidos y tremendamente avergonzados. Pactamos que nunca se lo contaríamos a nadie. Aunque confieso que, siendo ya un adulto, sí se lo he contado a algunas personas, solo dos o tres, pero he roto aquel absurdo pacto.

Bueno, no sé si haber matado un gato nos hubiese dolido menos, porque lo cierto es que nunca habíamos matado a ninguno; solo les tirábamos piedras para verlos salir corriendo. Lo sé, de salvajes y trogloditas para arriba, yo también lo pienso. Pero, esto es exactamente lo que piensa la gente. Parece que unos animales pueden morir por diferentes motivos que justificamos con argumentos que solo nos valen a nosotros; mientras otros no; otros son tratados con mayor respeto y son considerados incluso hasta parte de la familia; unos son para servirnos de alimento, mientras que otros son como hijos para nosotros. A esto en psicología se le llama disonancia cognitiva.

Soy hijo de padres gallegos, en una tierra en la que no muchos años antes se detestaban a los *"Godos"*, que era como llamaban a los peninsulares que venían a las Islas Canarias. Aún me acuerdo de ver pintadas en paredes en las que se podía leer *"¡fuera godos!"*

Lo que más deseaba por aquel entonces era integrarme, y que me aceptaran a pesar de mis orígenes foráneos. Así que, yo hacía lo mismo que el resto para no darles más argumentos con los que dejarme al margen, no más de lo que ya lo hacían al ser hijo de personas que venían de otra comunidad autónoma dentro del mismo país. Hasta este punto de evolución cultural se llegaba en esta aldea. Bueno, y en el resto de pueblos de la isla, ¿para qué nos vamos a engañar?

Dejando de lado este detalle y salvando los comportamientos neandertales, considero que tuve una infancia memorable y hasta me atrevería a afirmar que no se podía haber mejorado. Bueno, eso si obviamos todo lo dicho antes.

Transcurrieron los años y me convertí en un adulto, pero no fue hasta pasada la treintena (y pico) que se me empezó a despertar una conciencia que hasta ese momento no sabía que albergaba. Inicialmente comencé a preocuparme cada vez más por nuestro

impacto (negativo) sobre nuestro hogar, la gran esfera azul, el planeta Tierra. Así que ya en ese entonces, comencé a adoptar ciertas medidas para reducir el daño que mi estilo de vida generaba en ella.

Era un sentimiento que cada día me producía una inmensa impotencia, pues veía que mis esfuerzos en esa línea eran insignificantes.

Algunos años más tarde, calculo que unos cinco, estando ya casado con la esposa más maravillosa que nadie haya desposado jamás, y que había llevado mi estabilidad mental y emocional a cotas desconocidas por mí hasta ese momento, se me empezó a despertar algo ya mucho más profundo; movido por la cantidad de videos e información al respecto que veía en la red (vendita internet para ciertas cosas). Empecé a abrir los ojos y sobre todo el corazón. De pronto, todo lo que veía me hacía bastante más daño. Hasta que un diciembre, próximo a Navidad, mi madre me preguntó que qué preferíamos para nochebuena, comer cabrito o cordero lechal. Un cabrito es la cría de una cabra y el cordero lechal es la cría del cordero, que todavía están siendo amamantados, no digo más.

En aquel momento caí en que aquellos cabritos que habíamos comido algunas veces, provenían de aquellos rebaños de cabras que cuando niño yo solía ir a contemplar a las montañas; y que años más tarde, siendo ya padre de Elvis (mi único hijo hasta el momento), solía visitar con frecuencia al atardecer, ambos montados en un ciclomotor (Scooter) que tenía para moverme “en corto”. Yo iba sentado en el asiento y mi retoño, que por aquel entonces tendría unos tres o cuatro añitos, iba de pie en la zona que sirve de reposapiés y de carenado a la moto; sólo la cabecita asomaba por encima del manillar. Recordaba que solía fijarme especialmente en las pequeñas cabritas, me parecían tan dulces y entrañables que, pensar que en esa época del año, por mi culpa y la de muchas otras personas, esos bebés iban a ser arrancados de las ubres de sus madres para ser descuartizados, para que gente como yo y mi familia deleitáramos nuestros paladares, me hacía sentir un realmente miserable.

Obviamente no le contesté, dije que ya le diría algo...

Horas más tardes vi a mi esposa, se lo comenté. Poco hubo que hablar y aún menos tiempo hizo falta para llegar a la *conclusión*. Casi

de forma automática ella y yo tomamos una decisión, desde ese preciso momento íbamos a convertirnos en... **veganos**.

Si quieres cambiar el mundo, comienza por cambiarte a ti mismo primero.

ACLARACIÓN PREVIA

Antes de entrar en el relato propiamente dicho, creo del todo necesario aclarar un concepto, que no es otro que la palabra VEGANO.

Pues bien, el término *vegano* fue acuñado en 1944 por un británico, el señor Donald Watson, con el objetivo establecer la diferencia entre el vegetarianismo y el *veganismo*.

Empecemos entonces por ver qué significa. El *veganismo* es una filosofía o estilo de vida que rechaza de forma rotunda cualquier forma de explotación y/o crueldad hacia cualquier animal, para el consumo, o el uso de productos procedentes de ellos o cualquier cosa en la que se utilice un animal para conseguirla. Como por ejemplo, carnes y secreciones animales, derivados lácteos, medicamentos, productos de higiene y cosméticos, prendas de vestir y calzado o complementos, transporte, experimentación, explotación en el tareas laborales (tirar de carretas o arados) o para el entretenimiento de personas (circos, tauromaquia), quedando exento de esto los animales de compañía que conviven con humanos como un miembro más de la familia.

Como veis, esto explica lo de que alguien que siga una dieta vegetariana no necesariamente se convierte en *vegano*, pero sí puede serlo perfectamente si su filosofía de vida respeta los puntos anteriormente expuestos. Sin embargo, si una persona que no come nada procedente de un animal, compra zapatos de piel, utiliza productos de higiene que han sido testados en animales, no es *vegano*, es un vegetariano estricto.

Aquí es donde la gente se líá, y es que no se mira a un vegano por lo que come, sino sobre todo, por qué lo hace. Digo sobre todo por qué lo hace, porque si alguien deja de comer alimentos de origen animal por asuntos de salud propia, o por cualquier otra razón que no sea la defensa activa o pasiva de esa filosofía de vida que aboga por la igualdad de derechos entre todos los seres vivos, no es *vegano*. Con esto no pretendo desmerecer, solo que, cada cosa, su nombre.

Pongámoslo de esta forma, y así de paso explico otro término sobre el que se asienta la ética vegana, o más bien, es lo que intenta abolir. El *especismo*, que es una forma de discriminación basada en la pertenencia a una especie. Esto significa que, por el mero hecho de haber nacido de una especie, ese animal es moralmente (y a todos los efectos) menos importante que los nacidos de otra especie (en este caso humana).

El término fue acuñado en 1970, por el filósofo y psicólogo Richard Dawkins Ryder (Inglaterra), quien durante años trabajó en laboratorios de investigación y experimentación con animales. Lo que vio durante sus días de trabajo en aquel sitio, lo llevó a dejarlo y posicionarse totalmente en contra. El Diccionario de la lengua española define el término como «*la discriminación de los animales por considerarlos especies inferiores*» o «*creencia según la cual el ser humano es superior al resto de los animales, y por ello puede utilizarlos en beneficio propio*».

De este modo, las personas especistas consideran que los humanos deben estar a todos los efectos por encima de cualquier animal, para lo que sea. Justifican el consumo y por lo tanto la ganadería como una forma de producir comida, la utilización para testado en laboratorios de todo tipo de productos de higiene y cosmética, o en productos farmacéuticos. Incluso los hay que no sólo no desapruaban el sacrificio de animales en espectáculos dantescos, como las corridas de toros y peleas de perros o de gallos, sino que lo fomentan argumentando razones socioculturales o tradiciones, o incluso argumentos tan absurdos como que, si se dejara de criar toros de lidia, o gallos de pelea se terminarían extinguiendo. Básicamente, se considera al resto de especies como objetos, pertenencias o posesiones sobre las que se tiene un absoluto dominio.

Uno de los problemas es que no existe consenso acerca de lo que define la identidad entre especies, y su merecimiento o no de derechos como los que tenemos para los humanos. Un sector, defiende que debería ser la capacidad de sentir afecto y dolor. Para otro sector, debería ser la complejidad intelectual (cerebro). Mientras que otros, hablan de hacerlo extensible a todos los seres vivos. Es imperativo exponer que, la división entre seres humanos y no humanos, situando los intereses de los primeros antes que los de

los segundos, o negándoles derechos fundamentales, se asienta sobre los mismos principios que el racismo, el sexismo, la xenofobia, o la homofobia.

Todo movimiento social pasa por diferentes etapas hasta llegar a consolidarse como “normal” y establecerse como decreto o ley. Especialmente los impulsados por motores éticos o morales, donde un sector de la sociedad, grupo étnico, minoría social de cualquier índole o personas etiquetadas de una u otra manera por la mayoría de la población es tratada de forma diferente, y ve vulnerados sistemáticamente sus derechos fundamentales por individuos que se oponen a aceptar que todos tenemos el mismo derecho a la vida, a la libertad y a vivir sin sufrimiento, tortura o esclavitud impuesta por otros.

Cualquier movimiento que reclame la igualdad de trato para cualquier persona o ser, se va a encontrar con una fuerte oposición por parte de aquellos que pretenden seguir perpetuando esa desigualdad.

No iba a ser diferente con el veganismo que, como factor aún más dificultador, nos encontramos que el sector oprimido o desfavorecido no tiene voz.

Los detractores de este movimiento ético/moral dicen que es imposible que lo que defendemos se acepte como norma, que esto es una nueva moda y terminará pasando, como cualquier otra dieta. Pero, se equivocan. Primero porque, para empezar, esto no es una dieta, pues no va solo de lo que comemos, aunque lo que comemos revela nuestra forma de pensar y nuestros valores; y segundo, porque esto no es para nada una moda actual o una novedad transitoria. Para nada es algo transitorio, para nada es efímero. Es algo que seguirá creciendo inexorablemente. Y os preguntaréis que cómo puedo estar tan seguro de ello, ¿no?

Veamos una cosa, las mayores fortunas del mundo están invirtiendo grandes sumas de dinero en empresas que fabrican y desarrollan nuevos productos con certificación vegana. Multinacionales dedicadas a la producción de alimentos de origen animal como pueden ser empresas productoras de leche y lácteos animales, se han visto obligadas a reformar su modelo de negocio, sus fábricas y plantas de procesado, porque han visto lo que viene.

No son las empresas punteras de este mundo por casualidad, saben lo que hacen y han leído bien el mensaje.

En los últimos años hemos visto cómo dos de las principales macroempresas norteamericanas dedicadas a la alimentación, los gigantes lácteos *Dean Foods* y *Borden Dairy* se declaraban en bancarrota por la caída del consumo al no saber anticiparse a lo que venía, un cambio profundo en los hábitos alimenticios de la población. Compañías con historia centenaria y una idea clara y sencilla, llevar la leche producida por el ganado a los hogares.

Sin embargo, ese modelo de negocio está llegando a su fin. Aquí en España también se ha dado algún caso: Lauki, de la multinacional Lactalis, cerraba la planta de leche vallisoletana por el descenso en sus ventas. Y no son ni mucho menos casos aislados. Por el contrario, otros gigantes de la producción de lácteos como son: *Danone*, *Pascual* y *Capsa Food* (*Central Lechera Asturiana*, *Larsa* y *Ato*), han captado el mensaje y han reaccionado a tiempo y han apostado fuerte por el negocio de las “leches vegetales”.

En el caso de Capsa Food, lo hicieron aliándose con *Liquats Vegetals*, empresa de bebidas vegetales responsable de las marcas *Yosoy*, *Almedrola* y *Monsoy*, para responder a las nuevas tendencias del mercado.

Por su parte, la multinacional francesa Danone ha hecho lo propio con *Alpro*. El mercado manda y los consumidores cada vez son más conscientes de lo que esconden las leches animales. Danone es líder mundial en el sector de alternativas vegetales con una facturación anual de 2.000 millones de euros, de los cuales, más de la mitad proceden de Alpro.

La otra empresa láctea líder en el mercado español, Pascual, que comercializa bebidas vegetales como *Vivesoy*, lanzó al mercado los primeros productos hace ya veinte años. Por aquel entonces, debía importar toda la soja que utilizaban sus plantas de procesado. Hoy en día, Pascual cuenta con 2.000 hectáreas de cultivo de soja en España. Como vemos, los cambios no son de un día para otro, pero son firmes y con un crecimiento progresivo.

Tal y como nos recuerda Joseph de la Paz, autor de *La Revolución Vegana* (de obligada lectura), haciendo referencia al

proceso mediante el cual un fenómeno o idea defendido por una minoría, supera el punto de inflexión que la convierte en una idea global o fenómeno de masas, lo hace cuando se dan tres condiciones indispensables: *la ley de los pocos, la pegajosidad y el contexto*.

- *La ley de los pocos*: se refiere a que se necesita tres tipos de personas para que un pensamiento, idea o movimiento se comience a propagar: los conectores (famosos, celebrities, escritores, etc), los gurús o sabios (personas cuya autoridad profesional dan legitimidad a dicha idea o fenómeno) y los vendedores (necesarios para poder dar exposición y repercusión mediática a los dos anteriores). El veganismo, indudablemente cuenta con estos tres tipos de personas que sostienen esa idea.
- *La pegajosidad* (adherencia): que según el autor de dicha teoría (Malcom Gladwell), se define como un conjunto de características que hacen de una idea o fenómeno algo memorable, fácil de explicar y aplicable a situaciones cotidianas. Cuya característica más destacable es que suele ser contraria a la intuición o al “conocimiento popular” establecido.

Es innegable que el veganismo, visto desde el punto de vista que sea, va en contra de lo establecido; es claro (no consumir ningún producto en el cual se haya explotado, maltratado o dañado a un animal), y aplicable con relativa facilidad en la vida cotidiana.

Aunque, esto no va de ser perfecto, sino de hacer todo cuanto esté en nuestra mano para evitarlo, no hay que pasar un test, ni obtener un carnet de vegano, solo hacer lo correcto hacia el resto de animales.

- *El contexto*: en el caso del veganismo debemos destacar tres frentes.
 - ✓ La salud: los datos y estudios son incontestables, pues una dieta vegetariana/vegana bien planificada, no sólo es tan sana y equilibrada como cualquier dieta sana omnívora, sino que además ayuda a prevenir las principales enfermedades graves no transmisibles que afectan a la calidad de vida y longevidad de las personas.

- ✓ La ética: no cabe duda de que se está produciendo un cambio en la sensibilización y conciencia de las personas con respecto a los animales. Quizás no todo lo rápido que nos gustaría, pero está sucediendo, que es lo importante. Ningún cambio de paradigma se produce de forma abrupta, sino que se debe enfrentar a resistencias por parte de los no afines a la idea.
- ✓ El medioambiente: en este caso y como veremos más adelante, los datos, las cifras y los eventos meteorológicos no dejan lugar a dudas. La sostenibilidad del planeta y su equilibrio penden de un hilo.

Entiendo que, para los veganos el cambio es demasiado lento. Sabemos que mientras la gran mayoría de la gente no despierte, nuestro impacto positivo se antoja estéril.

¿En qué momento se producirá el cambio definitivo para que, al igual que sucedió con la esclavitud y los derechos de las personas de color, o con los derechos de la mujer, se acepte como norma, ley y como mandamiento moral? Pues, según los expertos, cuando el porcentaje de personas afines y defensoras de la idea o movimiento es inferior al 10%, el cambio social es apenas perceptible. Sin embargo, cuando esta cifra supera el 10%, esa idea o fenómeno se vuelve viral y se propaga como el fuego. Así que, paciencia para aguantar hasta que superemos ese 10% y después el “*efecto bola de nieve*” facilitará el resto.

A lo largo de este libro, veremos con ejemplos, que esta forma de pensar, o sea, este movimiento que aboga por un trato digno e igualitario hacia el resto de especies animales existe desde hace siglos, y hasta milenios. Quizás no con el grado de sofisticación actual, pero coincide con los preceptos básicos del veganismo en muchos aspectos.

La línea argumental de esta obra está basada en hechos reales, datos de contrastada validez científica e histórica. Muchos de los personajes citados son (o fueron) reales, otros, sin embargo, son ficticios y pudieron llegar a existir bajo otros nombres. Este libro consta de dos partes: Una en la que desgrano a conciencia las razones por las que este planeta necesita a vegano. Y otra en la que relataré

esas historias de personas y culturas que demuestran que, esto del vegetarianismo y el respeto hacia los animales no es nada nuevo, ni mucho menos.

Así que, de la misma forma en la que Lois Lane redactó y publicó un artículo en el rotativo donde trabajaba, el Daily Planet en la ciudad de Metrópolis, y que a la postre le supondría hacerse con el premio Pulitzer por “¿Por qué el mundo no necesita a Superman?”, intentaré hacer lo propio con este manuscrito. Aunque no con expectativas de ser premiado con dicho galardón. Me conformo con un “me gusta” de algún que otro lector.

¿Por qué el mundo Sí necesita a Vegano?

Así pues... ¡Comencemos!



La idea de que algunas vidas importan menos que otras, es la raíz de todo lo que está mal en el mundo.

Paul Farmer

EN LOS COMIENZOS

No se sabe muy bien en qué momento ni donde nació **Vegano**, resulta muy difícil datar el año de su nacimiento o el lugar donde apareció por primera vez. Existen momentos de la historia de la humanidad en los que todavía no existía la escritura y, por lo tanto, más complicado que quedara una huella de su existencia perdurable en el tiempo.

Lo que sí es cierto, es que lleva miles de años entre nosotros, hospedándose en el cuerpo de diferentes personas a modo de ente abstracto, poseyendo y dominando la conciencia y las acciones de las personas expugnadas por él.

Algo así como una posesión del alma incluso...

Como no sabemos su origen, ni todas las personas que han sido poseídas desde sus comienzos, empezaremos por el momento en el que sí ha quedado constancia de sus andaduras por este planeta.

Estamos seguros de que **Vegano** ya había estado muchísimo antes de lo que los escritos nos muestran, apoderándose de almas y corazones de un montón de seres humanos. Personas que, a buen seguro, no encajaban bien en cualquiera que fuera la sociedad en la que vivieran, pues cuanto más atrás en el tiempo nos vayamos, más salvajes éramos y menos posibilidades existían de que **Vegano** consiguiera conquistar aquellas mentes prehistóricas.

No obstante, existen testimonios arqueológicos y escritos, que se remontan en el tiempo entre 8.000 y 5.000 años y que hablan sobre antiguas sociedades de corte religioso. Sociedades que ya defendían la “no violencia” hacia los animales no humanos, como, por ejemplo, las civilizaciones de Mohan Jodaro y Harrapan del Valle del Indo (que actualmente ocupa Pakistán), y que más tarde servirían de referencia espiritual a los Jainistas, una comunidad de seguidores de una religión nástica, no teísta. Eran vegetarianos estrictos y bastante parecidos a un vegano actual. Más tarde, también en el Antiguo Egipto, período histórico comprendido entre los siglos XXVII y el fin del Imperio Egipcio en el IV A.C., **Vegano** estuvo presente, quizás no

de forma tan personificada como en siglos y civilizaciones algo más próximas a nuestros tiempos, pero sí se colaba en el sentir común, en la forma de vivir de aquellas personas, inculcando ciertos vestigios de *veganismo*² en su filosofía de vida.

Veamos de qué forma **Vegano** influyó en el pensar y el sentir de aquellas gentes, pobladores de esta región por la que transita providencialmente el río Nilo.

Según los historiadores, los antiguos egipcios siempre fueron amantes de los animales. Compartían una particular visión armónica del Universo, heredada de la diosa Maat, que representaba la justicia y el orden cósmico. Para los antiguos egipcios la naturaleza era el conjunto de personas, animales y plantas viviendo en armonía y equilibrio. Visión muy diferente de la Judeocristiana, de las que nuestras antiguas generaciones adoptaron la forma de pensar (porque les convenía). Ésta situaba a la raza humana (especialmente blancos y cristianos) en el centro del Universo, y con una encomendación divina clara: dominar al resto de especies del mundo.

No obstante, incluso en sociedades y culturas con esa mentalidad heredada y perpetuada de padres a hijos durante siglos, **Vegano** siempre encontró la forma de colarse y realizar su embrujo; para que estas personas hechizadas por él intentaran poner voz a todos aquellos seres que no sabían hablar.

Cuando se colaba en las almas y en los corazones de personas con un estatus socioeconómico muy pobre, o con un nivel cultural muy bajo o nulo, su radio de acción e influencia era más bien escaso. Como mucho, lo que conseguía era hacer que las personas afectadas por su embrujo fueran tremendamente desdichadas; fruto de tener que vivir en sociedades donde a diario, y a todas horas, se cometían injusticias y atrocidades hacia el resto de seres de este planeta, sin poder hacer nada para evitarlo.

Esto es algo que nunca conseguiré entender de **Vegano**, y es que a pesar de la extensa experiencia cosechada en este planeta y albergando tan nobles intenciones, haya poseído las almas, corazones y mentes de personas con poca capacidad de acción. Personas que, por la gran impotencia sentida, al no poder impedir lo que a su alrededor sucedía a diario, habrán tenido que padecer al ver

a nuestros hermanos animales sufrir y morir cada segundo, de cada minuto, de cada hora, de cada día, de cada mes, año tras año. Quizás fuera su forma de equilibrar la balanza del sufrimiento y convertir a ciertas personas en mártires de su causa. Aunque, nunca se podrá equilibrar ni redimir lo hecho ya...

Sigamos viendo algunas de esas cosas que hacían que aquellos habitantes de esa región geográfica tuvieran una mentalidad tan especial con respecto a los animales.

Por ejemplo, el pueblo egipcio constató el perfil psicológico de los animales, estudiando sus costumbres, aprendiendo y adaptándose a ellas, consiguiendo una completa integración con todos los miembros de la familia. Lo hacían hasta el punto de considerar que, tras la muerte de un animal doméstico había que realizar un funeral con su duelo y entierro, similar al que tenía lugar tras el fallecimiento de un familiar humano.

De entre todos los animales que aquellas gentes, de todos los diferentes estamentos sociales, intentaron domesticar, no para servirles en la mayor parte de los casos (aunque había excepciones); de entre todas, destacó la figura del *gato*. Para los que tenemos gatos es fácilmente comprensible el por qué. Aunque, también los perros, ovejas, ibis y resto de animales eran tenidos en muy alta estima.

El gato fue una figura divina en la cultura egipcia. Tal era la devoción que los egipcios sentían por nuestros queridos amigos felinos, que hasta la diosa Bastet, que representaba el amor, la armonía y la protección, protectora de los hogares y de la vida familiar, era representada con forma de gata. O la diosa Pajet (“Aquella que araña”). Cuando un gato fallecía en un hogar, aquella desafortunada familia iniciaba un duelo que en muchos casos conllevaba afeitarse las cejas en símbolo del dolor sentido.

En las familias más adineradas los gatos fallecidos eran momificados y en muchos casos yacían junto a sus compañeros humanos. Existen hasta necrópolis donde yacen los restos de cientos de miles de gatos (ciudad de Bubastis). Si la muerte de un gato no era de forma natural, sino por culpa de alguna persona, aunque fuera por accidente, esa persona era condenada a la pena capital y se cree que ni el Faraón podía conmutar la pena.

Lo cierto es que, lejos de ser hechos puntuales, ciertos acontecimientos históricos generarían un gran impacto en millones de personas a lo largo de los siglos; y, en muchos casos culturas enteras que se movían por una idea o dogma común.

Los animales están en este mundo
con nosotros, no para nosotros.

COSAS EN COMÚN CON AMIGOS Y CERTEZAS INCONVENIENTES

Veo cómo está este planeta, he leído mucho sobre el tema. He visto informes y documentales, tengo miedo. Siento pena, rabia e impotencia viendo que todo cuanto hacemos los que “algo hacemos”, se antoja insignificante ante la todo lo que hacen otras personas, con la connivencia de los auto considerados neutrales, esos que aseguran que “alguien debería hacer algo”.

Quizás no creáis todo lo que os voy a contar, tal vez os resulte imposible de imaginar gráficamente lo que estáis a punto de leer. Es muy posible que penséis que yo no soy nadie a quien tomar en serio. Es cierto, no he descubierto nada, ni he inventado nada. Yo solo me he encargado de investigar hasta la saciedad, hasta dar con información que está ahí para quien la quiera leer. He recopilado y sintetizado esa información y ahora la divulgo.

Podéis hacerme caso o pasar olímpicamente de mí y del resto de expertos que llevan décadas advirtiendo de lo que viene. Podéis dejar este libro en este preciso instante si no os apetece saber toda la verdad. No mi verdad, sino la que cuenta este planeta. O podéis seguir hasta el final y ver como la forma en la que ves este mundo y todo lo que en él habita cambiará para siempre

Hablo con otras personas, algunas de ellas, vegan@s como yo, y sufrimos; la situación es descorazonadora, se precisan tanto macro-acciones a todos los niveles, como, y, sobre todo, micro-acciones individuales llevadas a cabo por todas y cada una de las personas de este maravilloso planeta, que nos estamos cargando sin que nadie asuma su cuota de responsabilidad.

Tengo una clienta, que ya más que eso, se ha convertido en una amiga. No la he conocido en persona. En este punto, alguien se puede preguntar, ¿cómo es posible que sea tu amiga, si ni siquiera os habéis conocido formalmente? Hablamos por teléfono o WhatsApp, la asesoro online; pero os garantizo que tengo más en común con ella

que con el 99% de mis amistades. Así que ahora la pregunta la hago yo. ¿Qué es lo que convierte a alguien en tu amigo?, ¿pasar o haber pasado tiempo cerca de una persona, aunque las cosas que dice, hace y piensa ya no estén en sintonía con la persona en la que te has convertido?, ¿o apreciar a esa otra con la que sólo has hablado por teléfono, pero de la que sabes cosas y compartís puntos de vista, objetivos en la vida, anhelos y deseos altruistas, y con quien te identificas más que con otros con los que has compartido momentos más o menos relevantes, pero que a día de hoy están en ese bloque de personas que boicotea todo aquello que para ti es importante?

A ver, aprecio a mis amigos, de todos ellos tengo recuerdos que significan algo para mí. Ocupan un lugar en mi corazón y en mi historia. No obstante, ya no podría hacer las cosas que hacía con ellos, ya no quiero verlos hacer lo que hacen, ya no tengo ganas de oír esas cosas que dicen. Su forma de vivir en este planeta choca de frente con todos mis valores y principios actuales.

¿Entonces qué, sigo considerándolos amigos, aunque ya no tenga el mismo concepto de ellos como personas y deseara con todo mi corazón que fueran diferentes? ¿No es la primera cualidad de los amigos que se acepten tal y como son?

No me malinterpretéis, cada vez que me cruzo con alguna de aquellas personas que consideraba amigos, y nos detenemos a hablar un momento, no puedo evitar sentir ese aprecio que tenía por ellos. Sin embargo, es más como una especie de añoranza, que un aprecio a la persona que siguen siendo y con la que ya no podría compartir casi nada en mi vida. Ni siquiera una conversación inteligente sobre las cosas que le apasionan o preocupan a este yo 2.0 en que me he convertido.

¿Es culpa mía por haber cambiado, o es suya por no haberlo hecho a pesar de que la historia, el planeta y todo lo que en él habita pide a gritos un cambio?

Como os decía antes de irme por las ramas (esta indómita mente divagadora mía...). Tengo una clienta/amiga que también es vegana como yo. Yo hago sus dietas. Ella es bastante más joven, pero con un grado de madurez poco común en personas de su edad. La aprecio y admiro a partes iguales; ya se lo he dicho, así que no se enterará por este libro. Hemos tenido largas conversaciones

telefónicas en las que hablamos de lo que vemos en este mundo, en el que los veganos no encajamos, y además, todo sea dicho, tampoco deseamos hacerlo. Es más, lo que deseamos es que el mundo no sea como es, no para nosotros poder encajar, sino para que se convierta en un lugar más justo en el que vivir o simplemente en el que poder hacerlo.

Ella me cuenta que estudia ciencias ambientales. Os podéis imaginar el cuadro, ambos hablando de cifras, evidencia científica, datos alarmantes, sentimientos de frustración e impotencia, de lo difícil que es ser vegano. No por no poder comer animales o sus secreciones, o por tener que leer meticulosamente cada etiqueta de cada producto que compramos, no, esa es la parte fácil.

La dificultad radica en tener que compartir sociedad con el resto de individuos que hacen lo que hacen. Amigos, familiares, compañeros de trabajo, de estudios, posibles ligues, gente a la que parece no afectarle lo que sucede, o que carecen de la capacidad para ver las consecuencias de lo que hacen a diario. Gente a la que no le importa a quién daña o afecta lo que ponen en su plato. Personas con la que a menudo tenemos que tener conversaciones tremendamente incómodas. Conversaciones en las que en muchas ocasiones debemos mordernos la lengua ante la estulticia mostrada. (Volveré sobre este tema).

También me comenta que en las diferentes asignaturas que tiene en la universidad, en más de una ocasión, sus profesores, conocedores de datos normalmente desconocidos para la población en general, reconocen que, a pesar de tener que transmitir un mensaje de optimismo prudente que movilice a la gente a como mínimo pensar que existe una posibilidad de que podamos revertir, o por lo menos minimizar el daño, les gustaría decir que las cosas tal y como muestran las simulaciones hechas en base a esos datos y nuestra situación e inacción actuales, que ya es demasiado tarde para evitar el inminente desastre; pero que, en este caso, el efecto podría ser incluso peor.

Si a la gente se le dice que está todo perdido y que hagamos lo que hagamos a partir de este momento ya no se puede parar lo que viene, menos posibilidades hay de que reconduzcan su actitud. Pero, es que tengo tan poca fe en el ser humano...

Luego están mi Sergi y Laia, dos humanos excepcionales con los que también comencé como asesor nutricional y deportivo, y que he adoptado como amigos. También son veganos, muy buena gente. ¡Ojalá hubiese más como ellos!

Es muy triste y desesperanzador tener a mi alcance toda la información de la que dispongo después de haber investigado, indagado y leído sobre el tema durante los últimos años, y a la vez saber que como la solución está supeditada a un cambio en las personas, las posibilidades de que se den las circunstancias para que este planeta se salve son... a ver cómo lo digo, porque no quiero transmitir que el asunto está completamente perdido. Digámoslo con palabras comprensibles: ¡ayer ya era tarde!

Hace como unos catorce años, años antes de hacerme vegano. Todavía no tenía ni perfil de Facebook. Comenzó a despertar en mí una conciencia medioambiental que hasta ese momento no me había dicho ni una palabra. Porque mi conciencia me habla, y mucho, más de lo que quisiera en muchas ocasiones.

Recuerdo que me interesé por el reciclaje; me refiero a que comencé a tomar conciencia de la basura que producíamos los humanos y el impacto que eso tenía en el planeta. ¡Por amor del Universo, no era un niño, ni mucho menos, y era la primera vez que me paraba a pensar en aquello!

En cierto modo intentaba hacerme una idea de la cantidad de basura que con mi forma de vivir y consumir generaba cada día, que sumando cada día del año se convertía en una buena montaña de basura. Luego intentaba imaginar que todas las personas de este mundo, unas más y otras un poco menos, también hacían lo mismo, y que sumando todo lo que hacían como yo en todo un año, era una montaña inquietantemente grande.

No quedaba ahí la cosa, mi mente inquieta, quería más, así que imaginaba como sería la montaña si sumaba todos los días de mi vida, más todos los días de la vida de los demás, y de todas las generaciones que nos han precedido.

A pesar de lo poco que sé sobre física, no me era difícil entender que la materia, sea la que sea, no desaparece sin más; y mucho menos las sustancias sintéticas producidas por los humanos.

Pensé que debía hacer algo, sí, no pensé que “alguien debía hacer algo”, pensé que yo debía hacer algo con la parte que me correspondía.

Éste es el gran problema con la mayoría de las personas (especialmente las de este primer mundo), hablamos y hasta exigimos nuestros derechos, sin entender que todo derecho conlleva el cumplimiento de ciertas condiciones u obligaciones. Pero no, todos queremos derechos, muchos derechos, y que nunca, nunca, nunca nos los coarten. Ahora, sobre obligaciones sólo atendemos a las que los demás tienen con nosotros, o a las que pueden causarnos una sanción, multa o pérdida económica; y aun así, éstas intentamos escaquearlas ideando formas de que no nos pillen por no cumplirlas, ¿a que sí? No hace falta que me respondáis.

Corría el año 2007, mi estilo de vida por aquel entonces era todo menos modesto, gastaba y consumía como si nada de lo que hiciera pudiera tener algún efecto sobre nadie, más que sobre los comercios, o establecimientos donde dejaba mi dinero. Comía animales, diferentes animales. Frecuentaba restaurantes donde servían carnes exóticas, ciervo, avestruz, canguro, serpiente o cocodrilo, entre otras. Consumía lácteos y huevos a mansalva.

Llevaba toda la vida haciendo deporte, habiendo competido en atletismo durante mi época de instituto, hasta que una lesión grave en un tobillo me llevó al gimnasio a rehabilitarlo. Desde ahí, mi pasión fue el culturismo, al que he dedicado los últimos 33 años de mi vida. ¡Y cómo no!, tenía más que interiorizados los conceptos obsoletos que me acompañarían durante toda mi existencia. Que para desarrollar los músculos eran imprescindibles grandes cantidades de proteína animal... Lo típico, pollo, pavo, atún huevos y proteínas de suero lácteo. Y fue así hasta que cambié.

Por aquel entonces, me refiero al 2007, me topé con “An inconvenient truth”, un documental que hace una exposición del impacto que tienen todas nuestras “pequeñas” acciones diarias, analizadas desde diferentes escenarios en puntos remotos del mundo.

Os aseguro que me impactó, cumplió su cometido a la perfección, plantó una semilla en mí que desde entonces no ha parado de crecer y expandirse a todas las áreas de mi vida.

Recuerdo querer compartir con todo el mundo aquel documental, recuerdo grabarlo en DVD y dárselo a algunas personas para que lo viesen también; quizás con la esperanza de que aquella semilla germinara también en ellos. La mayoría estoy seguro de que ni lo vieron sabiendo de qué iba. Ya les había hecho un pequeño resumen. No tenían ninguna intención de verlo, no son cosas que la gente quiere oír. Escucharlo y verlo implica tener pensamientos y sentimientos que pueden no ser agradables, sentimientos que incluso sacudan los cimientos de sus creencias obsoletas. Nadie quiere cambiar lo que hace, es el mundo el que debe cambiar, a ell@s no les pasa nada.

Algunos si lo vieron, pero no, a nadie más le produjo lo que a mí. No lo entendía. Se explica todo tan claro, las imágenes son inequívocas y los datos tan alarmantes. ¿Cómo es posible que después de verlo no se produzca un cambio en cualquier ser humano? Ahora, años más tarde, he comenzado a vislumbrar vagamente el por qué... No todos los terrenos donde uno siembra son fértiles, o no están preparados para hacer germinar nada.

También tengo recuerdos de ver muchos documentales, necesitaba saber más. Vi algunos tremendamente conmovedores, emocionantes y reveladores. Se me quedaron muchas imágenes grabadas, fragmentos enteros de aquellos documentales con los comentarios del narrador.

No recuerdo el título de uno de ellos, pero me acuerdo de que en él salían al principio de la reproducción una manada de alrededor de medio centenar de elefantes africanos. Iniciaban una migración que duraría varias decenas de días a través de zonas muy áridas; debían recorrer creo recordar que unos 600 km a pie (obviamente). Y lo hacían siguiendo un mapa mental en la cabeza de la matriarca de la manada.

Sí, es que en las sociedades elefantes, las hembras son las que manejan el cotarro. Su destino era el paraíso temporal en que se convierte cada año el *Delta de Okavango*³, con agua y alimento para que cientos y cientos de especies que caminen, o vuelen hasta allí, puedan sobrevivir hasta la época de lluvias de vuelta en sus hogares.

Aquella migración era forzosa, pues en su territorio, donde vivían la mayor parte del año comenzaba la estación seca. En

cuestión de semanas desaparecen las fuentes de agua y los vegetales que de ella dependen. Así que, tienen dos opciones, o morir de sed, o emprender un peligroso viaje a través de cientos de kilómetros de territorios cargados de depredadores y ausencia casi absoluta de agua. El viaje lo acometen con sus crías, que son presa fácil para leones especializados en cazar presas grandes.

Durante el viaje atraviesan el desierto de Kalahari, donde muchos de los miembros de la manada perecen, ya sea por cansancio, sed, o a manos de algún león o cocodrilo, en los pocos pantanos en los que se tienen que detener para no morir de sed.

Mientras ves esto, el comentarista va contando que todo este ritual está sincronizado con las estaciones de lluvia y sequía. Si la matriarca inicia la travesía demasiado pronto, llegarán al Okavango cuando todavía no se haya llenado de agua, pues depende de las lluvias que caen en Angola y que tardan unos nueve meses en recorrer los 1.600 km hasta llegar al delta de este río en Botswana. Imaginaos la escena, después de semanas caminando casi sin comer ni beber, llegan extenuados para descubrir que todavía no han llegado las aguas. Esto supondría la muerte de todos ellos. Y si la matriarca parte demasiado tarde, esos pequeños pantanos que les sirven de abrevadero a lo largo del trayecto los encontrarían ya secos. Sobra decir la importancia que tiene aquí que los patrones climáticos se mantengan estables y predecibles cada año.

Pero claro, los patrones climáticos de todo el planeta sí están siendo modificados, y no por los elefantes precisamente. Los humanos, con nuestra forma de vivir, hemos conseguido modificar el clima, su secuencia y los eventos climáticos extremos que tienen lugar por todo el globo.

Al final de la cinta se desvela el final de aquella aventura en manada en busca de agua que les permitiera sobrevivir otro año más, llegaban al Okavango. Como ese año la época de lluvia se había retrasado debido al ser humano y su egocéntrica forma de cohabitar en este planeta, sucedía lo peor; llegaban y la zona estaba completamente árida, y ahora ya sin posibilidades ni fuerzas para ir a ningún otro sitio. Toda la manada había confiado sus vidas y las de sus retoños a la matriarca, es una elefanta sabia, pero no contaba con la influencia de los humanos en esta película.

Imaginaos, nosotros los humanos viviendo nuestras vidas, siendo responsables de la muerte de miles y miles de animales de diversas especies, que no tienen culpa ninguna de nuestra “moderna” forma de vivir, y lo pagan con sus vidas y las de sus bebés. No, no hace falta imaginarlo, eso es lo que sucede. No sé a vosotros, pero a mí esto me da muchísima pena, ¿y qué clase de persona sería, si sabiendo que mi forma de vivir contribuye a que sucedan estas cosas y otras muchas que desconozco, cuyo desenlace pudiera ser aún más triste e injusto que éste, y no hiciera nada por cambiar lo que hago y cómo lo hago?

Aún recuerdo la solana de mi casa llena de bolsas de basura, papeles y cartón por un lado, plásticos, bricks y esas cosas por otro, cristales por otro y orgánico por otro. Bolsas acumuladas varios días, porque en el municipio donde yo vivo, por aquel entonces no había contenedores de reciclaje para los diferentes tipos de residuos. Así que, debía ir guardando la basura hasta que, o hubiese demasiada basura acumulada, o fuera a conducir en la dirección del próximo municipio donde sí tenían esos contenedores.

Mis amigos y visitas me preguntaban por qué hacía aquello, que si querían que reciclase, pues que ellos debían colocar los correspondientes contenedores (refiriéndose a los políticos, supongo). A lo que yo les respondía, que no son “ellos” los que quieren cuidar el planeta, soy yo, y que, si ellos no me lo ponían fácil, yo sabía cuál era mi obligación independientemente de si me resultaba cómodo o no.

Es una obligación de todos nosotros hacer lo que es correcto, no solo para la raza humana, sino para todas las criaturas de este maravilloso planeta.

Como el mismo Al Gore cuenta en el documental, citando a Winston Churchill: «*La era de la procrastinación, de las medidas a medias, de los expedientes calmantes y desconcertantes, de los retrasos está llegando a su fin. En su lugar, estamos entrando en un período de consecuencias*».

Pero un momento, seguro que te estarás preguntando ¿qué tiene que ver esto con el veganismo?, ¿qué tiene que ver lo que la gente come con el *Calentamiento Global*⁴, la destrucción de

ecosistemas terrestres o marinos, o con la deforestación?, ¿qué podría hacer vegano al respecto? Eso es mucha presión para él, ¿no?

Puedes engañar a todo el mundo algún tiempo,
puedes engañar a algunas personas todo el
tiempo, pero no puedes engañar a todo el mundo
todo el tiempo.

SIN CAMA PA' TANTA GENTE

Es cierto, es necesario aclarar esto. Para empezar, y a pesar de haberlo dicho ya varias veces, que ser vegano no es solo no comer animales, aunque un vegano no los come. Ser vegano implica dejar de considerar a los animales como mercancía o seres a nuestra disposición, a los que podemos hacer lo que necesitemos para satisfacer nuestras necesidades, gustos o caprichos.

Lo sé, esto sigue sin explicar qué tiene que ver el veganismo con la encrucijada en la que nos encontramos como especie y habitantes de este planeta. Así que, para dar una respuesta que establezca esa correlación, debemos saber cuáles son exactamente esos problemas que dañan la tierra hasta el punto de tener que preocuparnos. Y, además, analizar si de verdad esos asuntos son para tanto.

Pero antes de continuar, debo hablar de algo que nos pondrá en perspectiva. La población mundial y cómo ha ido aumentando desde el principio de los tiempos. Tengamos en cuenta que, de forma paralela al incremento del número de personas, crece con él el impacto a nivel consumo de recursos y contaminación atribuible a cada ser humano.

Por lo tanto, vamos a colocar el contador en el año cero (punto de inflexión para establecer el asunto de A.C. y D.C.). En el mundo había *170 millones* de habitantes, y en el año 100 la población había subido a *180 millones* (o sea, 10 millones en 100 años).

Para el año 500 la cifra se encontraba en *190 millones* (lo que suponen sólo 10 millones en 400 años).

En el año 1000 la población mundial se estima en unos *265 millones*; lo que viene a decirnos que en 1000 años la población mundial aumentó en “solo” 95 millones de personas.

En el año 1500, habiendo sido América ya “descubierta” el censo mundial se encontraba en *425 millones* de habitantes.

A partir de aquí el crecimiento se produce de forma más abrupta; en 1800 los habitantes humanos del planeta se acercaban al millar de millones, en concreto *980 millones*.

En sólo 100 años más, para 1900 aumentó nuevamente, esta vez en 665 millones, dejando la cifra en *1.645 millones*.

Durante el siglo XX se produjo una explosión demográfica sin precedentes, ya que en 1960 la cifra estaba en *3.000 millones*, casi el doble, lo que significa que en 60 años había crecido casi lo mismo que en 20 siglos, no sé a vosotros, pero a mí esto me da pavor.



Sin embargo, se tardaron sólo 16 años (1976) en subir hasta los *4.000 millones* de habitantes, o sea, lo mismo en 16 años que en los primeros 1.000 años desde el año cero.

Este crecimiento no se detiene ahí, pues, para subir otros 1.000, hasta colocar la cifra en *5.000 millones* se necesitaron sólo 11 años más (1987).

Para el cambio de milenio, el año 2000, el contador se encontraba en *6.228 millones* de habitantes.

En octubre de 2012 la *ONU* declaró que la población humana mundial ya superaba los *7.000 millones de habitantes*.