

تاریخچه وگانیزم Veganism

تاریخچه ای شگفت انگیز که می تواند زندگی ما را تغییر دهد و سبب نجات زمین باشد

گیاهخواری، چیزی جدای از انسان نیست، چیزی نیست که برویم پیداش کنیم و به آن برسیم، از آغاز با ما بوده و خواهد بود

ما راهی جز اصالت خودمان، یعنی گیاهخوار بودن نداریم، وگانیزم اصالت انسان است

انسان های نخستین میوه خوار بوده اند و در جنگل های گرمسیری زندگی می کردند

پنجه های انسان مناسب میوه خواری هست و دلایل بسیار زیادی که ثابت می کنند انسان میوه خوار است از جمله دندان ها، طول روده انسان، آنزیم ها و دیگر ...

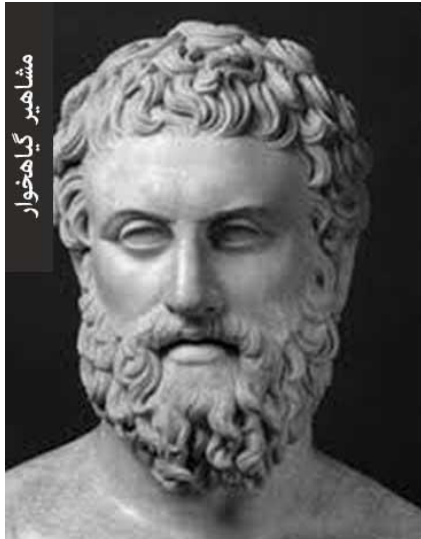
گیاهخوار بودن انسان توسط دانشمندان بزرگ و طبیعت شناسان تایید شده است

بر اثر عوامل گوناگون انسان از جنگل ها دور شده و به کویر یا یخبندان رسیده و با کشف آتش شروع به کشتار حیوانات و خونریزی کرده است

انسان از خوراک طبیعی خود یعنی میوه ها دور شد و بیمارتر

اما بازگشت به اصل یعنی گیاهخواری، از چند هزار سال پیش و توسط بزرگان و دانشمندان شروع شد

در یونان باستان، فیثاغورث استاد بزرگ و ریاضی دان، بطور جدی با خوراک گوشتی و کشتار مخالفت کرد و گیاهخواری را روش زندگی اعلام کرد



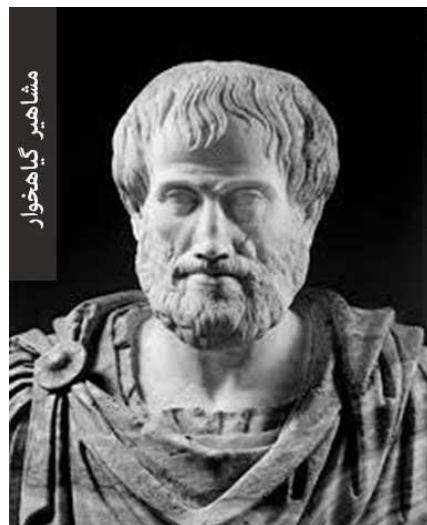
مشاهیر گیاهخوار

مادامی که انسان ها قاتل بیرحم موجودات
زنده رده پایین تر هستند، هرگز به سلامتی یا
صلح دست نخواهند یافت زیرا تا زمانی که
انسان ها حیوانات را قتل عام می کنند،
یکدیگر را هم خواهند کشت.

در حقیقت، آنکه بذر کشتن و رنج می کارد
نمی تواند عشق و شادی درو کنند.

فیثاغورث
Pythagoras
(فیلسوف - ریاضی دان کهن یونانی)

طوری که تا چند صد سال پیش، به گیاهخواری می گفتند، روش فیثاغورثی، و همچنین به پیروی از فیثاغورث، بزرگان دیگری از یونان باستان، گیاهخواری را ترویج کردند، مانند پلوتارک



مشاهیر گیاهخوار

آیا نمی خواهید به این کشتار منفور
پایان دهید؟
آیا نمی خواهید ببینید که در این
جهل کورکورانه ، روان خود را نابود
می کنید.

امپدوکلس
empedokls
(فیلسوف یونانی قرن ۵ قبل از میلاد)

در ۳ هزار سال پیش در هند کشتار حیوانات منع شده بود

بودا هم اولین قانون خود را نکشتن حیوانات می داند

در ایران باستان، زرتشت، خوراک خونین و کشتار را منع کرده است

همچنین جشن های باستانی ایران مانند نوروز و یلدا، گیاهی هستند و در آنها
اثری از خوراک خونین نیست

اما تاریخچه شکل گیری گیاهخواری در عصر نوین برمی گردد به قرن هفدهم در
انگلستان که تحرکاتی درباره گیاهخواری بوجود آمد

و در نهایت در قرن ۱۸، یعنی در سال ۱۸۴۷ میلادی، اولین انجمن گیاهخواری
بنیان گذاری شد

به نام Vegetarian Society



تاریخچه وگانیسم، گیاهخواری کامل
قرن 18 - نمونه هایی از اولین انجمن های گیاهخواری در
انگلستان و استفاده از واژه گیاهخواری (Vegetarian)

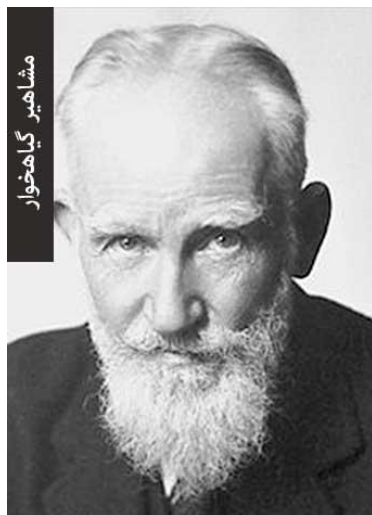
اینجا بود که روش فیثاغورثی، تغییر نام داد به گیاهخواری و همچنان بحث حقوق
حیوانات و دوری از کشتار هم شروع شد

هنری سالت Henry salt پدر حقوق حیوانات شروع به نوشتن کتاب هایی درباره حقوق
حیوانات کرد



تاریخچه وگانیزم، گیاهخواری کامل
پدر حقوق حیوانات Henry Salt

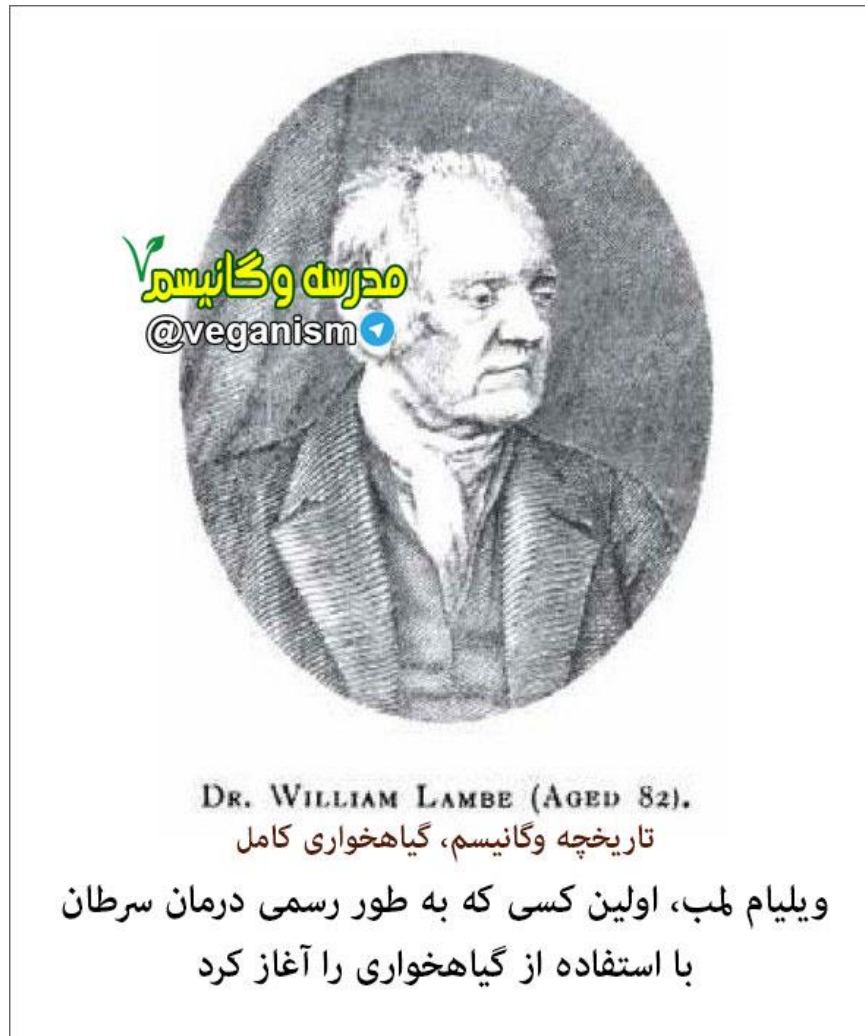
جرج برنارد شاو هم تاثیر یافته از این دوران است



حیوانات دوستان من هستند،
من دوستانم را نمی خورم

برنارد شاو
George Bernard Shaw
(همایش نامه نویس برنده جایزه نوبل)
ایرلندی

اولین کسی که بطور رسمی، درمان سرطان با استفاده از گیاهخواری را شروع کرد، ویلیام لمب بود



در قرن بیستم، جنگ جهانی اول شروع شد و گیاهخواران با جنگ مخالف بودند و هر گونه کشتاری را قبول نمی کردند

گیاهخواران تاوان سنگینی برای مخالفت با جنگ پرداختند و حتی حدود ۷۰ نفر از گیاهخواران اعتصاب کردند و از گرسنگی مردند

دونالد واتسون Donald Watson در سال ۱۹۴۴ انجمن گیاهخواران مطلق انگلستان بنیانگذاری کرد و کلمه Vegan را برای اولین بار ابداع کرد

واژه وگان (vegan) از سه حرف اول و دو حرف آخر واژه Vegetarian ساخته شد

وگان یعنی گیاهخوار مطلق، یک وگان گوشت و تخم مرغ و لبنیات و عسل نمی خورد و از هیچ نوع ماده حیوانی استفاده نمی کند و چرم و خز و پوست و ابریشم و پر نمی پوشد



تاریخچه وگانیزم، گیاهخواری کامل

دونالد واتسون Donald Watson

در سال 1944، دونالد واتسون اولین انجمن وگان

(گیاهخواری مطلق) را پایه گذاری کرد و واژه Vegan

را از سه حرف اول و دو حرف آخر Vegetarian ابداع نمود



تاریخچه وگانیزم، گیاهخواری کامل
اولین سلبریتی گیاهخوار

همزندان و سلبریتی ها و افراد مشهور از گیاهخواری حمایت کردند



تاریخچه وگانیزم، گیاهخواری کامل
اولین کتاب آشپزی گیاهخواری توسط
دکتر Russel Trail نوشته شد در سال 1874

اولین کتاب آشپزی گیاهخواری توسط دکتر Russel Trail نوشته شد در سال 1874



تاریخچه وگانیزم، گیاهخواری کامل

دکتر هاروی کلاگ John Harvey Kellag
مبدع غلات صبحانه در امریکا و طرفدار گیاهخواری

دکتر جان هاروی کلاگ مبدع غلات صبحانه در امریکا و از طرفداران گیاهخواری

John Harvey Kellog



تاریخچه وگانیزم، گیاهخواری کامل

Gustav Schlickeysen

اولین خام وگان که به ترویج خام وگان پرداخت
او میوه خوار بود



تاریخچه وگانیزم، گیاهخواری کامل
کنگره جهانی گیاهخواران 1908

و در حال حاضر اتحادیه جهانی گیاهخواری با نام IVU هست که مخفف شده

International Vegetarian Union



تاریخچه وگانیسم، گیاهخواری کامل
جامعه وگان های هند



تاریخچه وگانیزم، گیاهخواری کامل

کنگره جهانی گیاهخواری 1913

IVU



تاریخچه وگانیزم، گیاهخواری کامل
یکی از مدیران اتحادیه گیاهخواران به مدت 12 سال

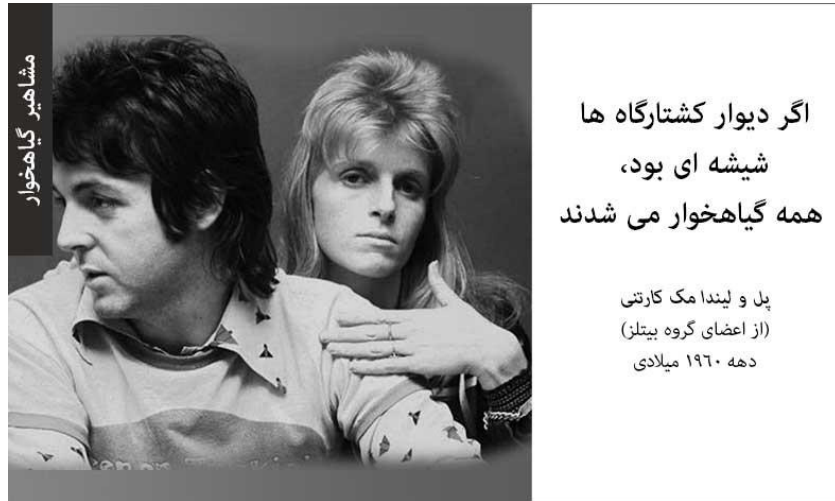
و سپس در بیشتر کشورها اتحادیه های رسمی گیاهخواری تاسیس شدند و فعالیت کردند

همچنین بسیار افراد دیگری برای وگانیزم تلاش کردند و انجمن های وگان و خام وگان Raw Vegan تشکیل دادند



گرو افسانه ای بیتلز از گیاهخواری و حقوق حیوانات دفاع کرد

مک کارتنی جزو اولین مخالفان آزمایش بر روی حیوانات بود



نام چند اتحادیه گیاهخواری در کشورهای اروپایی

انجمن گیاهخواران آلمان VEBU

اتحادیه گیاهخواران اروپا EVU

اتحادیه جهانی گیاهخواران IVU

اصول وگانیسم

- ۱- مخالفت و دوری از کشتار و آزار انسان و حیوان
- ۲- مصرف نکردن هیچگونه خوراک و مواد حیوانی، مانند گوشت، لبنیات، تخم مرغ، عسل، استخوان، روغن های حیوانی و هر چیزی که از حیوانات باشد
- استفاده نکردن از چرم، خز، پر، ابریشم، پوست و ..
- ۳- مخالفت با آزمایش بر روی حیوانات و هر گونه استعمار و بهره کشی از حیوانات
- ۴- حفظ محیط زیست و مخالفت با تخریب طبیعت
- ۵- خواهان صلح و مخالفت با جنگ
- ۶- خوراک طبیعی گیاهی

وگانیسم، عالی ترین راه زندگی و نجات سیاره زمین است

همه ابعاد وگانیسم، همزمان اتفاق می افتد

دوری از کشتار و شکنجه و اسارت

سلامتی و تناسب اندام

کاهش گرمایش زمین

کاهش کمبود آب

حفظ محیط زیست

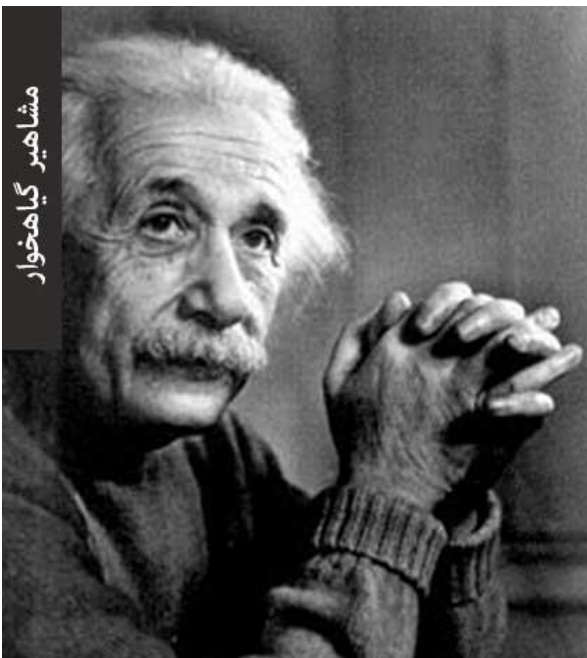
کاهش گرسنگی در جهان



مشاهیر گیاهخوار

سفره گیاهخوار منظره اسارت حیوان
و سلاخ خانه و کشتار و خون و
شکنجه طبیعت ماتم زده را نشان
نمی دهد.
خوراک او دورنمای باغ و بوستان و
کشت و درو و جشن طبیعت را
نمایان می سازد.

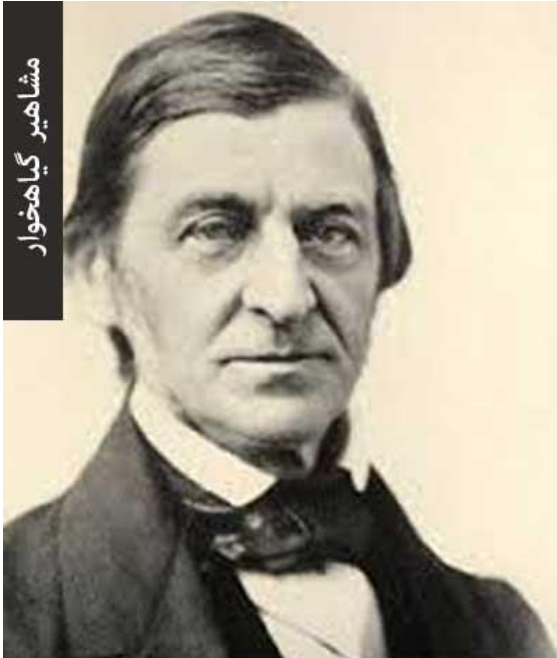
صادق هدایت
Sadeq Hedayat
(نویسنده ایرانی)



مشاهیر گیاهخوار

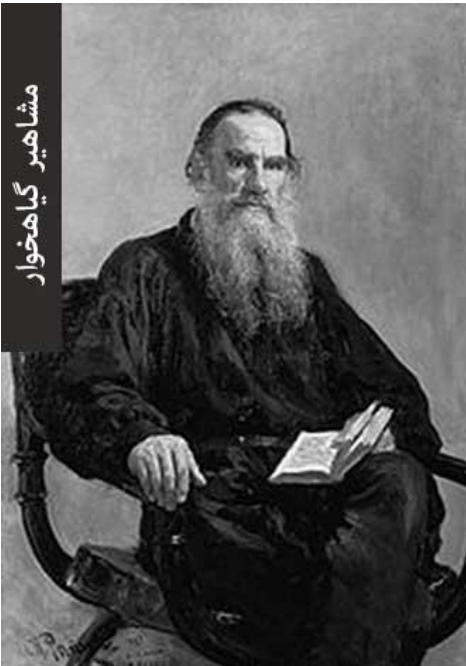
هیچ چیز جز تکامل در شیوه
تغذیه با مصرف خوراک گیاهی
به سلامتی انسان ها و یا
افزایش احتمال بقا بر روی
زمین کمک نمی کند.

آلبرت اینشتین
Albert Einstein
(فیزیکدان بزرگ و ارایه نظریه نسبیت)



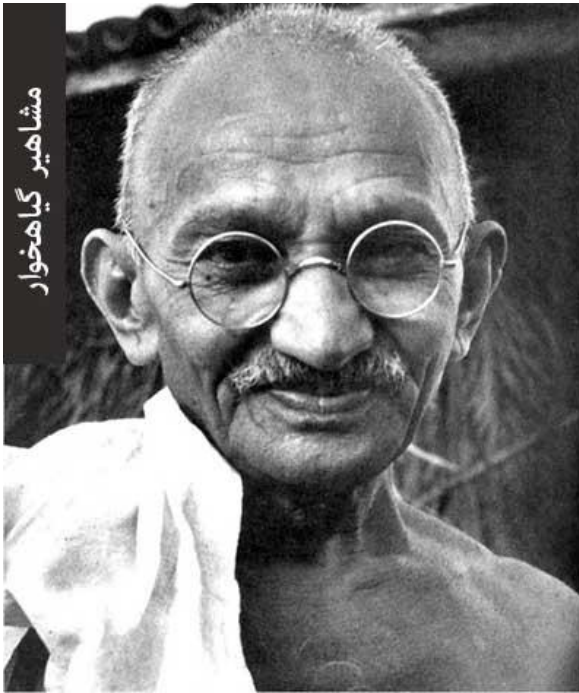
تو هم اینک شام خورده ای و
کشتارگاه چه زیبا و دقیق در
مایل ها مسافت پوشیده شده؛
همدستی در جرم برقرار است.

رالف والدو امرسون
Ralph Waldo Emerson
(فیلسوف و نویسنده آمریکایی)



اگر انسان بخواهد به راستی و به
طور جدی زندگی خوبی داشته
باشد، نخستین چیزی که از آن پرهیز
خواهد کرد مصرف خوراک حیوانی
است زیرا غیر اخلاقی است،
چون مستلزم کشتن، یعنی کاری
است در تضاد با حس اخلاقی.

لیو تولستوی
Leo Tolstoy
(نویسنده روسی - رمان نویس)



از دید من ارزش زندگی يك
بره کمتر از زندگی يك انسان
نیست. من تمایلی ندارم جان
يك بره به خاطر تن آدمیزاد
گرفته شود.

گاندی رهبر هند
Ganday

میلیون ها نفر در جهان گیاهخواری را روش زندگی خود می دانند و لیست بسیار طولانی از مشاهیر و دانشمندان پیرو گیاهخواری وجود دارد که همه نشان از برتری این راه است

منبع تاریخچه : اتحادیه جهانی گیاهخواران www.ivu.org

گردآوری، تهیه و ترجمه از : کانال مدرسه وگانیزم در تلگرام [telegram.me/veganism](https://t.me/veganism)

یا در قسمت جستجوی نرم افزار تلگرام تایپ کنید @veganism

مدرسه وگانیزم
@veganism