

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΒΔΟΜΟ

# Η κυριαρχία επί του θηλυκού

Σε αυτό το κεφάλαιο

- Ο εφιάλτης των γαλακτοκομικών
- Ωθώντας τις αγελάδες να παράγουν
- Οι τοξίνες στο γάλα
- Τέσσερις πορείες στην κόλαση
- Η Μάσκα του μουστακιού
- Αυγά: περισσότερη κυριαρχία επί του θηλυκού
- Ο ιστός των συνδέσεων
- Αναβιώνοντας τη Σοφία



Μπορεί κάποιος να θεωρεί ένα άλλο πλάσμα ως περιουσιακό στοιχείο, μια επένδυση, ένα κομμάτι κρέας, ένα «αυτό», χωρίς να εκφυλίζεται στην βαναυσότητα προς αυτό το πλάσμα;

- Karen Davis (1)

\*

Το γάλα ήταν προορισμένο να θρέφει τους απογόνους του ζώου και όχι ο άνθρωπος να το παίρνει δια της βίας για τον εαυτό του. Το κατσικάκι έχει το δικαίωμα να απολαμβάνει το μητρικό του γάλα και την αγάπη της μητέρας του, αλλά ο σκληρόκαρδος άνθρωπος, επηρεαζόμενος από την υλιστική και ρηχή οπτική του, αλλάζει και διαστρέφει αυτές τις αληθινές λειτουργίες. Έτσι το αθώο κατσικάκι δεν είναι σε θέση να λάβει την αγάπη της μητέρας του και να χαρεί το μεγαλείο της ζωής.

- Ραβίνος Abraham Kook, αρχираβίνος του Ισραήλ, 1865-1935

\*

Το κακό που γίνεται στον άλλο αντιδρά πιο έντονα στον ίδιο μας τον εαυτό. (2)

- Mary Baker Eddy

## **Ο εφιάλτης των γαλακτοκομικών**

Υπάρχουν άλλες δύο μεγάλες κατηγορίες προϊόντων ζωικής προέλευσης που τρώμε, αν και δεν είναι τροφή για τον άνθρωπο: τα γαλακτοκομικά προϊόντα και τα αυγά. Πολλοί άνθρωποι που είδαν από πιο κοντά τις επιχειρήσεις γαλακτοκομικών και αυγών λένε ότι κατά κάποιους τρόπους είναι πιο τοξικές και βάνουσες από όσο εκείνες που ασχολούνται μόνο με τη σάρκα των ζώων, επειδή οι αγελάδες και οι κότες κακοποιούνται σοβαρά για μεγαλύτερα χρονικά διαστήματα και αναπόφευκτα σφάζονται όταν μειώνεται η παραγωγικότητά τους.

Κατ' αρχάς, τα γαλακτοκομικά προϊόντα αποτελούν ένα εξαιρετικά μεγάλο και σύνθετο θέμα. Η υποδούλωση της θηλυκής γαλακτοπαραγωγού αγελάδας έχει συμβάλει στην υποδούλωση των ανθρώπων με μια σειρά τρόπων, και έτσι η ζημιά που προκαλείται από αυτή την πρακτική εκτείνεται πολύ πέρα από τις αρνητικές φυσικές συνέπειες της κατανάλωσης γάλακτος. Αν και πολλοί από εμάς σταματάμε να καταναλώνουμε γαλακτοκομικά προϊόντα μόνο για λόγους υγείας, είναι σημαντικό να δούμε το ευρύτερο πλαίσιο της συνεχιζόμενης τραγωδίας, γιατί αυτή η αλήθεια είναι τόσο παλιά όσο ο χρόνος: δεν μπορούμε να σπέρνουμε τους σπόρους της δουλείας και της σκληρότητας και να δρέπουμε τους καρπούς της ελευθερίας και της υγείας.

Ουσιαστικά, το αγελαδινό γάλα είναι μια ουσία σχεδιασμένη από τη φύση για τα μωρά των αγελάδων, όχι για τους ανθρώπους. Είμαστε το μόνο είδος που πίνει το γάλα που προορίζεται για τα νεογνά των άλλων ειδών, και είμαστε το μόνο είδος που επιμένει στο να πίνει γάλα πέραν του απογαλακτισμού. Φαίνεται ότι δεν μπορούμε να αντέξουμε τη σκέψη του να μεγαλώνουμε και να φεύγουμε από το σπίτι. Ίσως λαχταρούμε την παιδική ηλικία και την ειρηνική λήθη του μαστού της μητέρας μας, και αν ο δικός της δεν είναι διαθέσιμος, τότε θα χρησιμοποιήσουμε το στήθος κάθε μητέρας που θηλάζει, ακόμη και αν αυτή είναι αγελάδα και θα πρέπει να σκοτώσουμε τα μωρά της, για να το πάρουμε. Όπως ακριβώς είναι προφανές το πλήρως αφύσικο των ανθρώπων να σκοτώνουν και να τρώνε τα ζώα, αν σκεφτούμε ότι προσπαθούμε να το κάνουμε αυτό χωρίς εργαλεία, έτσι είναι και η κατανάλωση γάλακτος. Η εύκολη διαθεσιμότητα σε μοσχαρίσιες μπιριζόλες και φθηνά χάμπουργκερ κρύβει το πραγματικό τους κόστος και την σκληρότητα της καταγωγής τους από την γαλακτοβιομηχανία, όπως και οι περιποιημένες συσκευασίες τυριού, γάλακτος, κρέμας γάλακτος, και βουτύρου στο τμήμα των ψυγείων με τα γαλακτοκομικά προϊόντα.

Στη φύση, είναι αμφίβολο ότι θα μπορούσαμε ποτέ να βρεθούμε αρκετά κοντά σε μια θηλάζουσα αγελάδα, σε ένα δάσος ή σε χορτολιβάδια κάπου στην Ασία, όπου ζουν οι αγελάδες φυσικά, για να τους πάρουμε γάλα. Οι άγριοι ταύροι είναι βίαια προστατευτικοί και πρώτοι θα μας τρυπούσαν με τα κέρατά τους ή θα μας έδιωχναν μακριά. Αν καταφέρναμε να ξεφύγουμε από τους ταύρους, είναι απίθανο ότι οποιαδήποτε αγελάδα θα μας επέτρεπε να σκύψουμε κάτω από αυτήν και να πιούμε από τις θηλές της. Θα έπρεπε να ανταγωνιστούμε με το μωρό της αγελάδας, τον νόμιμο αποδέκτη του γάλακτός της, και να σπρώξουμε ή να κλωτσήσουμε μακριά το μοσχάρι, και με κάποιο τρόπο να κάνουμε τη μητέρα να παραμείνει ακίνητη για εμάς, ενώ εμείς θα πιπιλάμε ή θα πιέζουμε τις θηλές της. Η όλη εικόνα είναι τόσο παράλογη ώστε ακόμη και ο πιο αφοσιωμένος γαλακτο-πότης δεν θα σκεφτόταν ποτέ να το προσπαθήσει.

Είναι μόνο μέσα από μια συνεχή παράδοση φαύλης κυριαρχίας που οι άνθρωποι μπορούν να πίνουν αγελαδινό γάλα, μια πράξη κατ' ουσία νοσηρή και διεστραμμένη. Τα γαλακτοκομικά προϊόντα στα

καταστήματά μας είναι το αποτέλεσμα πολλών αιώνων ανθρώπινης χειραγώγησης και τρομακτικής βιαιότητας απέναντι στις αγελάδες - μια κτηνωδία η οποία προσωποποιείται από τις μηχανοποιημένες επιχειρήσεις γαλακτοκομικών σήμερα, μεγάλες ή μικρές.

### **Ωθώντας τις αγελάδες να παράγουν**

Οι αγελάδες σήμερα αναγκάζονται να παράγουν πολύ μεγαλύτερη ποσότητα γάλακτος από όση ποτέ θα παρήγαν σε άγρια κατάσταση. Αυτό επιτυγχάνεται μέσα από δύο είδη χειραγώγησης - της τροφής και των ορμονών.(3) Στην άγρια φύση, μια αγελάδα, όπως όλα τα θηλαστικά, θα παράγει γάλα μετά τον τοκετό ενός μωρού, και το κάνει σε μια κλασική καμπύλη καμπάνα για περίπου επτά μήνες, αρχίζει με λιγότερο από 4,5 κιλά γάλα την ημέρα, κορυφώνεται σε περίπου 11 ανά ημέρα, και στη συνέχεια πέφτει στα 4,5 και μετά στο μηδέν καθώς το μοσχάρι αρχίζει να τρώει στερεά τροφή. Στις γαλακτοκομεία σήμερα το νεογέννητο μοσχάρι αμέσως απομακρύνεται από τη μητέρα, προκαλώντας τεράστια αγωνία και στους δύο, και η μητέρα τεχνητά αναγκάζεται να παράγει 40 με 49 κιλά γάλα την ημέρα για 7-8 μήνες. Οι αγελάδες γαλακτοπαραγωγής καθίστανται έγκυες σε πολύ μικρότερη ηλικία από ό, τι θα μπορούσε ποτέ να συμβεί σε άγρια κατάσταση, και κρατούνται έγκυες σχεδόν συνεχώς, ακόμη και όταν θηλάζουν από την προηγούμενη εγκυμοσύνη. Η τεράστια πίεση του να εξαναγκάζονται τόσο σκληρά να παράγουν τόσο ασυνήθιστα μεγάλες ποσότητες γάλακτος γρήγορα καταστρέφει την υγεία αυτών των αγελάδων. Αν και φυσικά θα ζούσαν είκοσι πέντε χρόνια στην άγρια φύση, μετά από περίπου τέσσερα χρόνια σε αυτήν την γαλακτοκομική κακοποίηση η «παραγωγικότητά» τους πέφτει. Στη συνέχεια αναγκάζονται να υπομείνουν τη βαρβαρότητα του σφαγείου και να καταλήξουν φθηνό κρέας χάμπουργκερ, δέρμα, και ζωοτροφή.

Η τεράστια και διαρκής κακοποίηση στην οποία υπόκεινται οι μητέρες αγελάδες γαλακτοπαραγωγής κάνει το γάλα τους εξαιρετικά ανθυγιεινό για τους ανθρώπους. Εκτός από τις φυσικά παρούσες ανθρώπινες τοξίνες στο αγελαδινό γάλα, όπως ο αυξητικός παράγοντας IGF-1, η καζεΐνη, το οιστρογόνο, οι υπνωτικές ορμόνες, η λακτάση, το πύον, τα βακτήρια, τα παράσιτα, και οι εμφανώς εθιστικές καζομορφίνες που συζητήθηκαν στο Κεφάλαιο 4, υπάρχουν οι τοξίνες που είναι το άμεσο αποτέλεσμα του τόσο σκληρού καταναγκασμού των αγελάδων: τεχνητά εισαγόμενες αυξητικές ορμόνες, ορμόνες αύξησης γάλακτος, αντιβιοτικά, ηρεμιστικά, και τροφές με υψηλή περιεκτικότητα σε υπολείμματα φυτοφαρμάκων.

Το λεγόμενο βιολογικό γάλα μπορεί να περιέχει μικρότερες ποσότητες των τεχνητών τοξινών, αλλά όχι των φυσικών, των οποίων η παρουσία στο αγελαδινό γάλα μας υπενθυμίζει ότι αυτό είναι ένα τρόφιμο που έχει σχεδιαστεί για μοσχάρια, όχι για τον άνθρωπο.

Πώς οι μητέρες αγελάδες ωθούνται στην πραγματικότητα να παράγουν τέτοιες γιγαντιαίες ποσότητες γάλακτος; Αναγκάζονται να τρώνε χοληστερόλη στην τροφή τους και δέχονται ενέσεις με ένα μίγμα ορμονών, συμπεριλαμβανομένων των οιστρογόνων, της προγεστερόνης, της προλακτίνης, και της τεστοστερόνης. Οι καταναλωτές γαλακτοκομικών λαμβάνουν ελάχιστη προστασία από αυτές τις ορμόνες, αφού οι κανονισμοί σχετικά με τη χρήση τους είναι ελάχιστοι. Όπως οι Mason και Singer δείχνουν στο βιβλίο *Εργαστάσια Ζώων*, η Υπηρεσία Τροφίμων και Φαρμάκων (FDA) και το Υπουργείο Γεωργίας υπάρχουν για να εξυπηρετούν και να προστατεύουν τα συμφέροντα των αγροτικών επιχειρήσεων και όχι των καταναλωτών, του περιβάλλοντος, ή των ζώων.(4) Ως ένα μόνο παράδειγμα, ενώ ο Καναδάς και όλες οι ευρωπαϊκές κυβερνήσεις απαγόρευαν τη χρήση της rBGH, της ανασυνδυασμένης αυξητικής ορμόνης των βοοειδών η οποία είναι η αμφιλεγόμενη, γενετικά τροποποιημένη για να αυξάνει το γάλα ορμόνη της Monsanto, η FDA πειθήνια την ενέκρινε το 1985. Έχει χρησιμοποιηθεί σε γαλακτοκομεία σε αυτή τη χώρα από τότε, παρά τις επιστημονικές αποδείξεις ότι μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο καρκίνου τόσο των καταναλωτών όσο και των αγελάδων.(5)

Οι παραγωγοί γαλακτοκομικών προϊόντων, επίσης, ανακάλυψαν πολύ καιρό πριν ότι αν οι αγελάδες τρέφονταν με τροφές πλούσιες σε χοληστερόλη, έδιναν πολύ περισσότερο γάλα. Φυσικά, μια ενήλικη αγελάδα στην άγρια φύση είναι πλήρως φυτοφάγος και δεν θα έτρωγε τη σάρκα ζώων, γάλα, ή αυγά (οι μόνες πηγές χοληστερόλης, η οποία είναι απούσα σε όλες τις φυτικές τροφές). Αλλά οι αγελάδες γαλακτοπαραγωγής, όπως και πολλά άλλα ζώα εκτροφής τα οποία υπομένουν τον ευτελισμό της σύγχρονης βιομηχανοποιημένης κτηνοτροφίας, ταιάζονται με τροφή «εμπλουτισμένη» με σάρκα και εντόσθια ζώων, υποπροϊόντα από τη σφαγή των ψαριών, πτηνών και άλλων θηλαστικών, συμπεριλαμβανομένων ίσως και άλλων αγελάδων, ακόμα και των δικών τους μοσχάρων. Όλο αυτό είναι απεριγράπτα διεστραμμένο, παρόλα αυτά είναι τυπική διαδικασία για τις γαλακτοκομικές επιχειρήσεις για πολλά χρόνια. Σύμφωνα με τον πρώην γαλακτοπαραγωγό Tom Rodgers, ακόμη και οι μικρότερες επιχειρήσεις γαλακτοκομικών τροφοδοτούν τις αγελάδες τους με «εμπλουτισμένες» ζωοτροφές για να ενισχύσουν την παραγωγή τους, έτσι ώστε να μπορούν να ανταγωνιστούν οικονομικά.(6)

Επειδή κάθε αγελάδα γαλακτοπαραγωγής είναι αναγκασμένη να παράγει πολύ περισσότερα μοσχάρια από όσα μπορούν να χρησιμοποιηθούν στο γαλακτοκομείο, τα μοσχάρια της σφάζονται αμέσως, δημοπρατούνται σε επιχειρήσεις μοσχαρίσιου κρέατος, ή πωλούνται σε πλειστηριασμό για την δημιουργία κοπαδιών βοοειδών και σκοτώνονται σε ηλικία ενός έως δύο ετών. Σε όλες αυτές τις περιπτώσεις, μέρη των σωμάτων τους θα καταλήξουν στη μονάδα επεξεργασίας ζωικών υπολειμμάτων, όπου αναμιγνύονται με τα εντόσθια και τα άχρηστα μέρη του σώματος των ψαριών, των χοίρων, των πουλερικών, των ζώων που σκοτώνονται σε τροχαία, των πειραματόζωων, και των σκύλων, γάτων, αλόγων και άλλων ζώων από ευθανασία, και στη συνέχεια μαγειρεύονται,

αλέθονται, και προστίθεται στο καλαμπόκι, σιτάρι, σόγια, και άλλα δημητριακά, για να ταΐστουν οι αγελάδες. Έτσι, οι αγελάδες προγραμματισμένα έχουν αναγκαστεί να τρώνε άλλες αγελάδες, και πολύ πιθανόν τη σάρκα και τα όργανα των δικών τους παιδιών, στην «εμπλουτισμένη» τους τροφή. Ο μόνος λόγος που αυτό τώρα μπορεί να σταματάει είναι η επιδημία της νόσου των τρελών αγελάδων, ένα άμεσο αποτέλεσμα αυτών των τρελών κτηνοτροφικών πρακτικών. Παρόλο που η απαγόρευση της FDA για τη διατροφή της σάρκας μηρυκαστικών σε μηρυκαστικά έχει μειώσει την πιθανότητα αγελάδες να τρώνε άλλες αγελάδες, εξακολουθούν ακόμη να ταΐζονται με χοίρους, κοτόπουλα, γαλοπούλες, ψάρια, σκυλιά, και άλλα ζώα. Λαμβάνοντας υπόψη την χαλαρή κατά κοινή εκτίμηση εφαρμογή και επιθεώρηση αυτής της πολιτικής της FDA, μερικές είναι ακόμα πιθανό να εξαναγκάζονται σε κανιβαλισμό.

Αυτή η παράξενη και εξωφρενική σκληρότητα κρύβεται πίσω από κάθε μουστάκι γάλακτος. Θεωρείται συνήθης πρακτική, και κανείς δεν το έχει αμφισβητήσει επειδή τα ζώα που εμπλέκονται έχουν υποβαθμιστεί σε απλά αντικείμενα από τη βιομηχανία γαλακτοκομικών προϊόντων, με μοναδικό τελικό στόχο την παραγωγή του περισσότερου γάλακτος στη χαμηλότερη τιμή. (Και με το υπουργείο γεωργίας (USDA) να εγγυάται την αγορά του πλεονάσματος γάλακτος, η βιομηχανία μεγιστοποιεί την παραγωγή.)<sup>(7)</sup> Όλη αυτή η βιομηχανία είναι προφανώς τόσο αποτέλεσμα – όσο και συντελεστής - μιας σοβαρά μειωμένης πολιτισμικής νοημοσύνης που έχει χάσει την ικανότητά της να κάνει τις βασικές συνδέσεις.

## **Οι τοξίνες στο γάλα**

Όπως συζητήθηκε νωρίτερα, οι προσλαμβανόμενες χημικές ουσίες, τα παρασιτοκτόνα, τα μυκητοκτόνα, τα λιπάσματα, και τα βαρέα μέταλλα συσσωρεύονται στους ιστούς του σώματος, ιδιαίτερα στους λιπαρούς ιστούς και όργανα. Οι αγελάδες γαλακτοπαραγωγής συγκεντρώνουν έτσι όχι μόνο τις τοξίνες που ψεκάζονται στα δημητριακά και στο σανό που τρώνε, αλλά επίσης και τις πιο συγκεντρωμένες τοξίνες που έχουν συσσωρευτεί στα επεξεργασμένα υπολείμματα σωμάτων ζώων που αναγκάζονται να τρώνε. Όλα αυτά συσσωρεύονται στο γάλα τους, επειδή το γάλα έχει υψηλή περιεκτικότητα σε λίπος και οι τοξίνες κυκλοφορούν στο λίπος. Τα γαλακτοκομικά προϊόντα, ιδιαίτερα το βούτυρο, το τυρί, η κρέμα, και το παγωτό, είναι σαφώς ανθυγιεινά και επικίνδυνα να τα τρωει κάποιος, ειδικά για παιδιά και εγκύους ή τις θηλάζουσες γυναίκες.

Πέρα από όλα αυτά, υπάρχουν ισχυρές τοξίνες που απαντώνται φυσικά στο γάλα. Η Φύση δεν σκόπευε ποτέ να πιούμε το γάλα που προορίζεται για τους απογόνους άλλου είδους, κυρίως αγελάδες. Το αγελαδινό γάλα είναι ειδικά προσαρμοσμένο στις διατροφικές ανάγκες των ζώων αγέλης που διπλασιάζουν το βάρος τους σε μόνο σαράντα επτά ημέρες, ζυγίζουν 135 κιλά εντός δεκατεσσάρων εβδομάδων, και αναπτύσσουν τέσσερα υγιή στομάχια! Το αγελαδινό γάλα περιέχει

τρεις φορές περισσότερη πρωτεΐνη από το ανθρώπινο γάλα και περίπου πενήντα τοις εκατό περισσότερο λίπος. Το γάλα του σκύλου, για παράδειγμα, είναι διατροφικά πολύ πιο παρόμοιο προς το ανθρώπινο γάλα από το γάλα της αγελάδας. Το αγελαδινό γάλα είναι πολύ τραχύ, ειδικά για τα μικρά παιδιά που μεγαλώνουν λεπτεπίλεπτο εγκέφαλο, νευρικό σύστημα, καθώς και άλλους ιστούς. Τα ανθρώπινα παιδιά δεν είναι μοσχάρια! Ο εγκέφαλος και ο νευρικός ιστός του βρέφους αναπτύσσονται καλύτερα με τις θρεπτικές ουσίες στο ανθρώπινο γάλα. Η κύρια πρωτεΐνη στο ανθρώπινο γάλα, η λακταλβουμίνη, έχει μοριακό βάρος 14K. Είναι ιδανικό για την οικοδόμηση ευαίσθητου ανθρώπινου ιστού. Η βασική πρωτεΐνη στο αγελαδινό γάλα, η καζεΐνη, έχει ένα μοριακό βάρος 233K (8) και, επειδή είναι τόσο ανθεκτική και κολλώδης, χρησιμοποιείται ως συνδετικό υλικό σε χρώμα, και ως η κόλλα που κρατά μαζί το κόντρα πλακέ και κολλάει ετικέτες σε μπουκάλια. (9) Είναι ιδανική για την δημιουργία των ιστών ενός μοσχαριού, αλλά προκαλεί ανυπολόγιστη ζημιά στους ανθρώπους. Η καζεΐνη είναι μια τεράστια και δύσχρηστη πρωτεΐνη, δύσκολη για ένα ανθρώπινο παιδί (ή ενήλικα επίσης) να την αφομοιώσει κανονικά, δημιουργώντας ένα πολύ όξινο υπόλειμμα όταν μεταβολίζεται, και στην περίπτωση των μικρών παιδιών, προκαλεί πολλά και σοβαρά προβλήματα.

Ανησυχούμε όχι μόνο για το πλήθος των συμπτωμάτων της παιδικής ηλικίας, που έχουν συνδεθεί με τα γαλακτοκομικά προϊόντα, και περιλαμβάνουν κολικό, ωτίτιδες, πονόλαιμους, κρυολογήματα, πυρετό, αναιμία, διαβήτη, αμυγδαλίτιδα, σκληροειδίτιδα, αλλεργίες διαφόρων ειδών, φλεγμονή βλεννογόνων, διάρροια, αέρια, και κράμπες. (10) Ανησυχούμε επίσης για τη ζημιά που γίνεται στην πρώιμη ανάπτυξη των ιστών των μικρών παιδιών που αναγκάζονται να τρώνε και να πίνουν γαλακτοκομικά προϊόντα. Μπορούν οι ευαίσθητοι άνθρωποι ιστοί που απαρτίζουν το εγκεφαλικό-σωματικό σύστημα του νεαρού παιδιού ενδεχομένως να σχηματιστούν σωστά με την κολλώδη και δυσκίνητη καζεΐνη και την περίσσεια λίπους που προορίζονται για την ανάπτυξη των νεαρών βοοειδών; Είναι σαν να προσπαθούμε να δημιουργήσουμε ένα λεπτοδουλεμένο τοπίο ζωγραφικής με βούρτσες βαψίματος σπιτιών ως εργαλεία! Αυτό μπορεί σίγουρα να επηρεάσει την πρόωρη ψυχολογική ανάπτυξη των παιδιών μας - και με τις ορμόνες για βοοειδή, τις τοξίνες, και την δυστυχία στο γάλα, ένα από τα αποτελέσματα μπορεί κάλλιστα να είναι μια βασική απευαισθητοποίηση του παιδιού. Πόσο τραγικό να μολύνεται και να βλάπτεται το θαυμαστά ευαίσθητο ανθρώπινο όχημα σε νεαρή ηλικία, μειώνοντας την ικανότητά του να είναι ένας αγωγός για πνευματική ενέργεια, σοφία, και συμπόνια, και ίσως μειώνοντας την ικανότητά του να αισθάνεται τη λεπτή διασύνδεση για την οποία έχει δημιουργηθεί να αντιλαμβάνεται, να διερευνά, και να γιορτάζει. Το να συνεχίζεται η κατανάλωση γαλακτοκομικών προϊόντων στην εφηβεία και την ενήλικη ζωή επιδεινώνει και ενισχύει την τραγωδία.

Σε ένα βαθύτερο επίπεδο, αναγκάζοντας τα μικρά παιδιά να τρώνε γαλακτοκομικά φέρνει στα ευαίσθητα μυαλά και οργανισμούς τους δονήσεις από την πιο ατυχή και τρομερή ενέργεια της

βαθιάς θλίψης, της λύπης, του πανικού, της δυστυχίας και του φόβου που οι μητέρες αγελάδες πάντα βιώνουν στα γαλακτοκομεία, βιολογικά ή μη. Η όλη γαλακτοκομική επιχείρηση στηρίζεται στη κλοπή: κλέβοντας βίαια τα μοσχάρια από τις μητέρες τους και το μητρικό γάλα από μοσχάρια. Έχουμε απευαισθητοποιηθεί για το πόσο σκληρό είναι αυτό πραγματικά, και πώς υπογραμμίζει, ίσως σε μεγάλο βαθμό, την βασική καταπίεση, τον περιορισμό, καθώς και την εκμετάλλευση της γυναίκας και της θηλυκής αρχής που υπάρχουν στην κουλτούρα μας.

Οι μητέρες όλων των θηλαστικών αισθάνονται τρομερό συναισθηματικό στρες, εάν τα νεογέννητα παιδιά τους βρίσκονται σε κίνδυνο και θα κάνουν ό, τι μπορούν για να τα προστατεύσουν. Οι ανθρώπινες μητέρες γνωρίζουν πόσο βαθύ είναι αυτό το συναίσθημα, και πόσο αβάσταχτο θα ήταν να τους έπαιρναν τα παιδιά τους. Η αγάπη της Μητέρας συχνά θα δώσει την δική της ζωή για το παιδί της. Μπορούμε να δούμε αυτή την βαθιά μητρική φροντίδα σε σκυλιά, αρκούδες, ελέφαντες, μαϊμούδες, ελάφια, λιοντάρια, φάλαινες: σε όλα τα θηλαστικά είναι ένα καθοριστικό και προφανές χαρακτηριστικό των μητέρων. Το να το αρνούνται αυτό οι επιστήμονες, οι κτηνοτρόφοι, οι θεολόγοι, ή το να υποτιμούν τη σημασία του, δείχνει μόνο πόσο μειωμένη έχει γίνει η νοημοσύνη και η ευαισθησία τους, μέσω του πολιτισμικού τραυματισμού τους και της επακόλουθης ικανότητας για αποσύνδεση.

Από όλα τα θηλαστικά, η αγελάδα είναι αυτή της οποίας το μητρικό ένστικτο είναι ίσως το πιο προφανές και πιο ονομαστό: τα ευγενή και υπομονετικά μάτια της, ο φυσικός τρόπος της μητρότητάς της με το μοσχάρι της, το να γλείφει και να ταιζει και να προσέχει το μωρό της, και ο δυνατός της θρήνος, όταν της παίρνουν το μοσχάρι από αυτήν. Δεν μπορεί να πολεμήσει τα χέρια που της κλέβουν το παιδί της, ή να μας μιλήσει με ανθρώπινα λόγια, λέγοντας μας πόσο βαθιά την πονάει. Αλλά είναι προφανές σε οποιονδήποτε με μάτια να δει και αυτιά να ακούσει. Το να αγνοούμε εμείς το μαρτύριό της και τον πόνο του μοσχαριού της - εκατοντάδες, χιλιάδες, εκατομμύρια φορές - είναι το να αγνοούμε και να αρνούμαστε τη δική μας αξιοπρέπεια. Υπάρχει μια βαθιά και φοβερή παράβαση σε αυτό, ο αφύσικος πόθος για το γάλα της μητέρας του μοσχαριού αρκετές χιλιάδες χρόνια πριν, και η οικοδόμηση μιας ολόκληρης κουλτούρας γύρω από την κλοπή του γάλακτος, την δολοφονία της μητέρας και των παιδιών της, και η δικαιολόγηση όλου αυτού του φρικιαστικού πράγματος με την μυθοποίησή του: ο Κύριος να μας υπόσχεται τη γη του γάλακτος και του μελιού. Αυτή η βίαιη κλοπή του γάλακτος από υπόδουλες μητέρες φύτεψε σπόρους του πολέμου και της εκμετάλλευσης που είναι τραγικά σχεδόν εντελώς αόρατοι. Σήμερα, ο πολιτισμός μας παίρνει το γάλα ως δεδομένο! Προωθείται επιθετικά σε όλο τον κόσμο. Πώς μπορούμε ποτέ να ελπίζουμε για ειρήνη όταν ασκούμε τέτοια επαίσχυντη βία σε μια τέτοια μαζική κλίμακα;

## **Τέσσερις πορείες στην κόλαση**



Τα μοσχάρια που αρπάζονται από τις μητέρες τους πάντα προορίζονται για κτηνώδη κακοποίηση, και η μητέρα αγελάδα έχει βεβαίως επίγνωση αυτού του γεγονότος. Τα ζώα είναι εξαιρετικά ευαίσθητα, όπως αμέτρητοι πολιτισμοί έχουν αναγνωρίσει και όπως δείχνουν τα επιστημονικά στοιχεία όλο και περισσότερο. Οι μητέρες αγελάδες γνωρίζουν ότι τα χέρια που την περιορίζουν και την βιάζουν και την πιέζουν τόσο σκληρά για το γάλα της, δεν μπορεί να έχουν καλό σκοπό για τα παιδιά της. Το γεννημένο στο γαλακτοκομείο μοσχάρι θα ακολουθήσει μία από τις τέσσερις καταδικασμένες πορείες.

Αν αυτή είναι θηλυκιά, μπορεί να κρατηθεί για να γίνει, όπως και η μητέρα της, μια σκλάβος στο γαλακτοκομείο. Θα απομακρυνθεί από τη μητέρα της όσο το δυνατόν νωρίτερα, έτσι ώστε να μην σπαταλήσει το εμπορεύσιμο γάλα της μητέρας. Θα της κόψουν τα κέρατα, συνήθως με τη χρήση ενός πυρωμένου ηλεκτρικού σίδερου που εφαρμόζεται στη βάση των κέρατων της. Αυτό περιγράφεται σε ένα σύγχρονο εγχειρίδιο γαλακτοκομικής διαχείρισης:

. . . Ξαπλώστε το μοσχάρι στην πλευρά του και βάλτε το γόνατο σας στο λαιμό. . . . Ο αποκερατωτής πρέπει να μείνει στη βάση για περίπου 5-20 δευτερόλεπτα. Ο χρόνος θα φανεί περισσότερος, λόγω του συνδυασμού της δυσάρεστης καύσης τριχών και του μοσχαριού που σφαδάζει. . . ο αποκερατισμός μπορεί να είναι πλήρης. . . όταν ακούσετε ένα διαπεραστικό ήχο καθώς ο αποκερατωτής έχει συστραφεί. Είναι ο ήχος της άκρης του αποκερατωτή που τρίβεται στο οστό του κρανίου. (11)

Σύμφωνα με την βιομηχανία γαλακτοκομικών προϊόντων, τα μισά περίπου από τα μοσχάρια γεννιούνται με "πάρα πολλές" θηλές στους μαστούς τους, και αυτές οι επιπλέον θηλές, οι οποίες είναι «άσχημες» και μπορεί να εμποδίζουν τις ηλεκτρικές μηχανές αρμέγματος, θα αφαιρεθούν από τα μοσχάρια χωρίς αναισθητικό, όπως περιγράφεται και πάλι στο βιβλίο της γαλακτοκομικής διαχείρισης:

«Πιάστε τη θηλή μεταξύ του αντίχειρα και του δείκτη σας. Ακόμη και στα μικρά μοσχάρια, η παροχή νεύρων στις θηλές τους είναι καλά ανεπτυγμένη. Βεβαιωθείτε ότι το μοσχάρι είναι καλά συγκρατημένο πριν προχωρήσετε. Τραβήξτε προς τα έξω τη θηλή και δώστε μια γενναιόδωρη ψαλιδιά με το ψαλίδι.» (12)

Η αποκεράτωση, το κόψιμο της ουράς, και η αφαίρεση θηλής όχι μόνο προκαλούν έντονο πόνο, αλλά επίσης αυξάνουν τον κίνδυνο λοίμωξης και έτσι την εξάπλωση της νόσου. Βοηθούν στην εξήγηση του διαδεδομένου προβλήματος του ιού της λευχαιμίας των βοοειδών, ο οποίος μολύνει τις αγελάδες σε ένα εκτιμώμενο ογδόντα εννέα τοις εκατό των γαλακτοκομείων στις ΗΠΑ (13) και,

σύμφωνα με τους ερευνητές του Πανεπιστημίου της Καλιφόρνιας, μπορεί να αποτελέσει απειλή καρκίνου για τους καταναλωτές. (14)

Ενώ στην άγρια φύση μια θηλυκή αγελάδα ενός έτους δεν θα ήταν έτοιμη να έχει το πρώτο της μοσχάρι για τουλάχιστον τρία έως πέντε χρόνια, αυτό είναι πάρα πολύ χρόνος για να την εκτρέφουν, χωρίς να παίρνουν χρήματα από το γάλα της. Η ζωοτροφή για αγελάδες είναι ακριβή, οπότε οι εκτροφείς θέλουν να την βάλουν στην παραγωγή γρήγορα, πράγμα που σημαίνει να την κάνουν έγκυο όσο το δυνατόν συντομότερα, μέσα σε μόλις ένα έτος ή λιγότερο, όταν είναι ακόμα απλά ένα παιδί με ανθρώπινους όρους. Αυτό επιτυγχάνεται μέσω της χειραγώγησης με ορμόνες, τη χορήγηση υπερβολικών ποσοτήτων οιστρογόνων και άλλων ορμονών, καθώς και προσταγλανδίνης, μια ορμόνη που χρησιμοποιείται για να φέρει τις αγελάδες σε οίστρο όταν οι εκτροφείς θέλουν δια της βίας να τις κάνουν να συλλάβουν. Στη συντριπτική πλειονότητα των περιπτώσεων, η αγελάδα γαλακτοπαραγωγής θα είναι περιορισμένη σε ένα στάβλο ή χώρο αρμέγματος όλο το χρόνο, συχνά εκτεθειμένη σε ακραίες θερμοκρασίες, χωρίς να κάνει τίποτα παρά μόνο να τρώει και να στέκεται σε ένα μέρος, υποβαθμισμένη στο καθεστώς της μηχανής γάλακτος. Η δια της βίας εγκυμοσύνη γίνεται με ένα όπλο σπέρματος που εισάγεται ως τον αγκώνα βαθιά στον κόλπο της και πυροδοτείται. Το σπέρμα προέρχεται από ένα ειδικό ταύρο που υπάρχει για να αρμέγεται - για το σπέρμα του - και ο οποίος σφαγιάζεται όταν η παραγωγικότητα του μειωθεί.

Από τη στιγμή που αυτή γεννά, το μωρό της αγελάδας θα κλαπεί γρήγορα από αυτήν, και αυτή θα αρμέγεται δύο έως τρεις φορές την ημέρα από τα μηχανήματα αρμέγματος. Το άρμεγμα δεν είναι πλέον κάτι που γίνεται από την ίδια, είναι κάτι που της επιβάλλεται. Τα μηχανήματα προκαλούν συχνά κοψίματα και τραυματισμούς και μπορεί να οδηγήσουν σε μαστίτιδα, δηλαδή λοίμωξη του μαστού, η οποία κάνει θραύση στα σύγχρονα γαλακτοκομεία. Μερικές φορές οι μηχανές αρμέγματος δίνουν σοκ ηλεκτροπληξίας επίσης, προκαλώντας αρκετή δυσφορία και φόβο. Η αγελάδα μπορεί επίσης να υποστεί «πλύση», μια διαδικασία ρουτίνας σε ορισμένες αγελάδες μετά τον τοκετό για να μειωθούν οι μεταβολικές ασθένειες σε πρώιμη γαλουχία. Πολλά γαλόνια θρεπτικού διαλύματος εισάγονται σε αυτήν δια της βίας μέσα από έναν σωλήνα δύο μέτρων ο οποίος σπρώχνεται από το λαιμό της. Αυτή μπορεί να πνιγεί εάν το υγρό ωθείται πολύ γρήγορα ή εάν ο σωλήνας κολλήσει στην τραχεία της. Μια παρόμοια διαδικασία που ονομάζεται πλύση μπορεί να επιβληθεί στο νεογέννητο μοσχάρι της επίσης, για να χορηγηθεί πρωτόγαλα.

Αμέσως μετά αφότου η αγελάδα αρχίσει να αρμέγεται, αυτή και πάλι υφίσταται σπερματέγχυση στη «συσκευή βιασμού» με το όπλο σπέρματος. Είναι, επομένως, και έγκυος και θηλάζουσα ταυτόχρονα, και θα απομακρυνθεί από την μηχανή αρμέγματος μόνο κατά τους δύο τελευταίους μήνες της εγκυμοσύνης. Από τη στιγμή που αυτή γεννά, το μωρό και πάλι απομακρύνεται, και αυτή πηγαίνει πίσω στη μηχανή αρμέγματος και πέφτει θύμα βιασμού και σπερματέγχυσης ξανά.

Όλα αυτά προκαλούν τεράστιο μαρτύριο για τις μητέρες αγελάδες, και η υγεία τους καταρρέει γρήγορα. Οι γαλακτογόνες ορμόνες και η φορτωμένη με χοληστερόλη ζωοτροφή και τα αφύσικα προγράμματα αρμέγματος κάνουν τους μαστούς των αγελάδων να πονούν επώδυνα και να είναι τόσο βαρείς που μερικές φορές σέρνονται στο έδαφος και στα δικά τους περιπτώματα, αυξάνοντας την επώδυνη μαστίτιδα και οδηγώντας σε υπερβολική χρήση αντιβιοτικών. Οι μαστοί τους είναι μόνιμα ξεχειλωμένοι πολύ πέρα από όσο θα ήταν στην φύση, οι αστράγαλοι τους πρήζονται και είναι ερεθισμένοι από την συνεχή ορθοστασία στο σκυρόδεμα. Μετά από τρία έως πέντε έτη, αυτές οι μητέρες αγελάδες, γαλακτοκομικοί σκλάβοι, έχουν καταπέσει και στέλνονται με υπερφορτωμένα φορτηγά για να αντιμετωπίσουν την τελική προσβλητική βαρβαρότητα του σφαγείου. Η πλειοψηφία των «καθλωμένων» (downed) βοοειδών που φθάνουν στα σφαγεία είναι αγελάδες γαλακτοπαραγωγής. Τα ζώα αυτά είναι πάρα πολύ αδύναμα, άρρωστα ή τραυματισμένα για να περπατήσουν από το φορτηγό. Τα οστά τους μπορεί να σπάσουν εύκολα, λόγω της οστεοπόρωσης που προκαλείται από τις ζωοτροφές με υψηλή περιεκτικότητα σε πρωτεΐνες και τον καταναγκαστικό υψηλό όγκο παραγωγής γάλακτος. Η μεταφορά μπορεί να διαρκέσει για αρκετές ημέρες χωρίς τροφή ή νερό με τσουχτερό κρύο ή υπερβολική ζέστη. Μερικές φορές οι αγελάδες κυριολεκτικά παγώνουν στις εσωτερικές πλευρές των φορτηγών. Εάν έχουν καταρρεύσει, αυτές οι «καθλωμένες» αγελάδες υφίστανται ηλεκτροσόκ με βουκέντρες που προκαλούν βασανιστικό πόνο. Αν εξακολουθούν να μην μπορούν να κινηθούν, κυριολεκτικά σέρνονται με αλυσίδες, που συχνά σχίζουν το δέρμα, ξεσκίζουν τους τένοντες και τους συνδέσμους, και σπάνε τα οστά κατά την διάρκεια της διαδικασίας. Δεν υφίστανται ευθανασία με ανώδυνο τρόπο επειδή τις βλέπουν μόνο ως κρέας, και τα νεκρά πτώματα δεν μπορούν να κρεουργηθούν (αν και αυτό επίσης συμβαίνει, σύμφωνα με τις καταθέσεις των εργαζομένων στο βιβλίο *Σφαγείο* του Gail Eisnitz). Σέρνονται στο χώρο της σφαγής, όπου τα σώματά τους θα διαμελιστούν για την παραγωγή κρέατος χάμπουργκερ, ζωοτροφών, τροφών για κατοικίδια, δερμάτων ειδών, ζελατίνης, κόλλας, και άλλων προϊόντων.

Τα ίδια σενάρια ισχύουν σε γαλακτοκομεία που παράγουν τα λεγόμενα βιολογικά προϊόντα γάλακτος, εκτός του ότι η τροφή είναι βιολογική, υπάρχει ένα όριο σε ορισμένες από τις ορμόνες και άλλες τοξίνες, και μπορεί να υπάρχει λίγο περισσότερος χώρος στον στάβλο φυλακή. Οι αγελάδες επίσης σφάζονται μετά από μερικά χρόνια, και ο ίδιος μηχανισμός τιμολόγησης οδηγεί τη βιομηχανία: να πάρουν το περισσότερο γάλα για την φθηνότερη τιμή. Οι μεμονωμένες αγελάδες αξίζουν πολύ λίγο, αφού η μεγιστοποίηση της εγκυμοσύνης αυξάνει την παραγωγή γάλακτος και πάντα υπάρχουν περισσότερα μοσχάρια διαθέσιμα από όσα μπορούν να χρησιμοποιηθούν.

Αυτό μας φέρνει στην δεύτερη πιθανή διαδρομή για μοσχάρια που έχουν γεννηθεί στα γαλακτοκομεία: μπορεί να θανατωθούν λίγο μετά τη γέννησή τους, εάν η ζήτηση στην βιομηχανία

μοσχαρίσιου και βοείου κρέατος είναι χαμηλή. Η πυτιά στα στομάχια των μικρών τους είναι πολύτιμη για την κατασκευή τυριού. Τα πτώματά τους μετά αλέθονται για ζωοτροφή, και το δέρμα τους χρησιμοποιείται για πιο ακριβό δέρμα. Μερικές φορές οι έγκυες αγελάδες στέλνονται στη σφαγή. Σε αυτή την περίπτωση, τα έμβρυα μοσχάρια που πέφτουν έξω από αυτές όταν τις σκίζουν στη μέση πρέπει να σφάζονται χωριστά από τους εργάτες του σφαγείου. Αυτά τα αγέννητα μωρά γδέρνονται για το μαλακό δέρμα στο μικρό, υγρό σώμα τους, το οποίο φέρνει αρκετά υψηλή τιμή.

Η τρίτη πιθανή διαδρομή για τα μοσχάρια που γεννιούνται στα γαλακτοκομεία είναι να δημοπρατηθούν στη βιομηχανία μοσχαρίσιου κρέατος. Και τα αρσενικά και τα θηλυκά αναγκάζονται σε αυτόν τον σκοτεινό και μίζερο δρόμο όταν δεν είναι απαραίτητα για το γαλακτοκομείο (αυτό περιλαμβάνει και τα βιολογικά γαλακτοκομεία). Η κακοποίηση που αυτά τα φτωχά πλάσματα πρέπει να υπομείνουν στην σύντομη ζωή τους είναι καλά γνωστή και τεκμηριωμένη. Εξαναγκάζονται να ζουν σε κλωβούς για μοσχάρια και αλυσοδένονται στο λαιμό με το που φτάνουν στην επιχείρηση μοσχαρίσιου κρέατος, ενώ έχουν ηλικία λίγων μόνο ημερών ή εβδομάδων. Αυτά τα κιβώτια κατασκευάζονται μικρά, για να περιορίζουν τα μοσχαράκια, ώστε να μην μπορούν να κινηθούν, κάνοντας τους μυς τους να είναι υπανάπτυκτοι και το «κρέας» τους πιο τρυφερό. Κρατούνται στο σκοτάδι και τρέφονται με δίαιτα σκόπιμα ελλιπή σε σιδήρο ώστε η σάρκα τους να είναι ανοιχτόχρωμη, κάτι το οποίο φέρνει υψηλότερη τιμή. Αυτά μανιωδώς πιπιλίζουν ή γλείφουν κάθε σίδηρο, όπως καρφιά, που τυχαίνει να είναι κοντά. Υπομένουν αυτόν τον σκληρό περιορισμό, συχνά καλυμμένα με τα δικά τους περιπτώματα. Οι φυσικά χαρούμενες και παιχνιδιάρικες ιδιοσυγκρασίες τους καταστρέφονται από τον πόνο και την απελπισία της κατάστασής τους. Η υγρή τους δίαιτα συνοδεύεται από χημικές ουσίες, φάρμακα, και αντιβιοτικά, και μετά από τρεις έως τέσσερις μήνες, μεταφέρονται με φορτηγά στο σφαγείο για να θανατωθούν για τις αγορές μοσχαρίσιου κρέατος και δέρματος.

Ο τέταρτος δρόμος για τα μοσχάρια που γεννιούνται στα γαλακτοκομεία, αν είναι αρσενικά, είναι να δημοπρατηθούν για τη βιομηχανία κρέατος και να εκτραφούν για βόειο κρέας. Σε αυτή την περίπτωση θα αντιμετωπίσουν το έντονο πόνο του ευνουχισμού χωρίς αναισθητοποίηση όταν είναι ακόμα μικρά. Αυτά τα κακόμοιρα ζώα μπορεί επίσης να μαρκαριστούν - συχνά αρκετές φορές, προκαλώντας εξαιρετικά επώδυνα εγκαύματα τρίτου βαθμού - και να υποστούν αποκεράτωση, η οποία είναι επίσης εξαιρετικά επώδυνη. Ξοδεύουν ένα με ενάμιση χρόνο, είτε περιορισμένα ή σε βόσκηση, μεγαλώνοντας σε ένα μέγεθος που τα καθιστά κερδοφόρα για σφαγή, και στη συνέχεια αποστέλλονται στο εκτροφείο για πάχυνση.

Στα εκτροφεία πάχυνσης, τα εκατοντάδες ή χιλιάδες ευνουχισμένα βοοειδή συνωστιάζονται για μερικούς μήνες με ελάχιστο ή καθόλου καταφύγιο, σε δυσώδη περιορισμό, και τρέφονται με οτιδήποτε μπορούν να επινοήσουν οι επιχειρηματίες του εκτροφείου για να τα κάνουν να κερδίσουν

όσο περισσότερο βάρος, όσο πιο γρήγορα και όσο το δυνατόν φθηνότερα (όταν πωλούνται, οι επιχειρηματίες πληρώνονται με το κιλό). Τα ατυχή πλάσματα, απλά αντικείμενα στο σύμπλεγμα του κρέατος, υφίστανται χορήγηση τεχνητών στεροειδών προαγωγών ανάπτυξης όπως Ralgro, Synovex, ή Rumensin έτσι ώστε να είναι πολύ βαρύτερα σε πολύ νεότερη ηλικία από ότι ποτέ στην φύση. (15) Ενώ οι αγελάδες είναι εκ φύσεως χορτοφάγες και ποτέ δεν θα έτρωγαν σιτηρά σε άγρια κατάσταση, οι επιχειρηματίες των εκτροφείων, όπως και οι επιχειρήσεις γαλακτοκομικών, έχουν βρει ότι ταίζοντας τες με σιτηρά ενισχύει την ανάπτυξη και τα κέρδη. Επειδή τα σιτηρά (κυρίως καλαμπόκι, σόγια, σιτάρι, βρώμη), είναι σχετικά δαπανηρά, αυτά συμπληρώνονται με πρόσθετα φθηνότερα για να προσθέσουν ακόμα περισσότερο βάρος στα βοοειδή. Γνωστά πρόσθετα ζωοτροφών των βοοειδών είναι το πριονίδι, η σκόνη τσιμέντου, κοπριά πουλερικών, και υποπροϊόντα του πετρελαίου. Όλες οι τοξίνες στα σιτηρά, καθώς και στις άλλες ουσίες, συγκεντρώνονται στο λίπος και στη σάρκα του μοσχαριού. Άλλα πρόσθετα ζωοτροφών είναι εξίσου δυσάρεστα να τα αναλογιστούμε: τα αλεσμένα όργανα και μέρη των ζώων που έχουν παραχθεί από τη βιομηχανία αξιοποίησης ζωικών υποπροϊόντων. Αυτά τα ζωικά προϊόντα είναι ιδιαίτερα υψηλά σε συμπυκνωμένες τοξίνες, καθώς και λίπος, χοληστερόλη, και ζωική πρωτεΐνη, η οποία βοηθά στην παραγωγή του κατάλευκου λίπους που φέρνει υψηλότερη τιμή. Τα νεαρά βοοειδή δεν αφήνονται να μετακινούνται, αφού αυτό σημαίνει κάψιμο θερμίδων και σκληραίνει τη σάρκα τους. Η αγροβιομηχανία έχει επίσης ανακαλύψει ότι, εάν στα ζώα χορηγούνται ως ρουτίνα αντιβιοτικά στις ζωοτροφές τους, μεγαλώνουν πιο γρήγορα, με αποτέλεσμα, σύμφωνα με την Ένωση Ανήσυχων Επιστημόνων, πάνω από εβδομήντα τοις εκατό του συνόλου των αντιβιοτικών που παράγονται στις ΗΠΑ να χορηγούνται στα ζώα που φυλακίζονται για τροφή. (16) Τα αντιβιοτικά χορηγούνται επίσης για να συμβάλουν στην καταπολέμηση των μολύνσεων και των ασθενειών που είναι ανεξέλεγκτες στο υπερσυνωστισμένο περιβάλλον του εκτροφείου όπου είναι φυλακισμένα τα βοοειδή. Και ενώ είναι κωμικό να σκεφτούμε αγελάδες να πλατσουρίζουν σε ρέματα για να πιάσουν ψάρια, η παράξενη αλήθεια είναι ότι ολόκληροι πληθυσμοί ψαριών έχουν αποδραστηριοποιηθεί τόσο στον Ατλαντικό και στον Ειρηνικό Ωκεανό με μεγάλης κλίμακας αλιευτικές δραστηριότητες με τράτες απλά για να τροφοδοτούν με ψάρια την βιομηχανία εκτροφής ζώων. Αυτά τα ψάρια περιέχουν το λίπος και τη χοληστερόλη που δουλεύει τόσο καλά στο να παχαίνει αφύσικα αυτά τα ατυχή μοσχάρια στα εκτροφεία.

Μόλις μπορούν, οι επιχειρηματίες των εκτροφείων στέλνουν τα βοοειδή που πάχυναν στο σφαγείο, έτσι ώστε η σάρκα τους να καταναλωθεί από τους ανθρώπους και άλλα φυτοφάγα ζώα, όλοι τους φυλακισμένοι σε μια μακάβρια επιχείρηση πάχυνσης και θανάτου που περικλείει και μολύνει ολόκληρο τον πλανήτη. Οι ωκεανοί, τα χωράφια, τα βοσκοτόπια, τα δάση, οι αυτοκινητόδρομοι, οι ζωολογικοί κήποι, τα αγροκτήματα, τα τσίρκο, τα εργαστήρια, οι υπηρεσίες ελέγχου των ζώων, οι εταιρείες αναπαραγωγής κατοικίδιων, και τα σχολεία συνδέονται με τις εγκαταστάσεις επεξεργασίας υπολειμμάτων σφαγίων και τα σφαγεία σε αυτό τον ιστό της βίας, και τα ζώα που υφίστανται

κυριάρχηση ή θάνατο σε αυτά τα μέρη συμβάλλουν στην πάχυνση αυτών των μοσχαριών έτσι ώστε αυτά να μπορούν να θανατώνονται πιο κερδοφόρα. Η σάρκα τους είναι το σπίτι μιας βέβηλης μιζέριας που μπορεί να μας καταριέται με διάφορους τρόπους, αν στηρίζουμε τον κλάδο με το να είμαστε πελάτες στα πανταχού παρόντα καταστήματα κρέατος που καθορίζουν την κουλτούρα μας.

Και οι τέσσερις από τις πιθανές διαδρομές που μπορεί να πάρει ένα μοσχάρι που γεννήθηκε σε γαλακτοκομείο είναι μονοπάτια κακοποίησης και πρόωρου θανάτου. Αφού τα βοοειδή στην άγρια φύση εύκολα ζουν 20-30 χρόνια, η βιομηχανία, με το να δολοφονεί μοσχάρια, βόδια, και αγελάδες γαλακτοπαραγωγής σε ηλικίες από μερικούς μήνες έως κάποια χρόνια, στην πραγματικότητα σκοτώνει βρέφη και παιδιά. Σε αυτό είναι ίδια με τις βιομηχανίες που περιορίζουν και σκοτώνουν αρνιά, χοίρους, κοτόπουλα, γαλοπούλες, και ψάρια: όλα ωθούνται να μεγαλώσουν υπερβολικά γρήγορα και σφάζονται νέα. Ομοίως, στους πολέμους που επιβάλουμε ο ένας τον άλλο, τα παιδιά υποφέρουν και πεθαίνουν περισσότερο, και περισσότερο από ποτέ, αυτά ακόμα αναγκάζονται να παίρνουν μέρος στον πόλεμο. Η κουλτούρα της διατροφής με ζωικά προωθεί την κυριαρχία και την εκμετάλλευση του θηλυκού και του γυναικείου, το οποίο είναι γεμάτο ζωοδότρες δυνάμεις ανατροφής, καθώς και των βρεφών και των παιδιών, που είναι γεμάτα από τις δυνάμεις της αθωότητας και της ανάπτυξης.

## **Η Μάσκα του μουστακιού**

Αυτό το φαινομενικά αθώο και αποτελεσματικό εργαλείο μάρκετινγκ, η διαφήμιση της γαλακτοκομικής βιομηχανίας με το μουστάκι του γάλακτος, είναι στην πραγματικότητα μια μάσκα που κρύβει την πιο αηδιαστική και απάνθρωπη βιομηχανία που μπορεί πρακτικά να φανταστεί κανείς. Αυτές οι υπάκουες χορτοφάγες μητέρες και τα ατυχή παιδιά τους κυριαρχούνται από τη γέννηση μέχρι το θάνατο, παχύνονται αφύσικα με την σάρκα άλλων ζώων, ώστε οι άνθρωποι να παχαίνουν τελικά οι ίδιοι με τα γαλακτοκομικά προϊόντα και το κρέας της αγελάδας. Κάποιος σχεδόν θα ήλπιζε ότι για την τεράστια θυσία τους, οι αγελάδες γαλακτοπαραγωγής θα μπορούσαν τουλάχιστον να προμηθεύουν τους ανθρώπους με κάτι ωφέλιμο. Και όμως, η βαθύτερη δικαιοσύνη είναι αναπόφευκτη: με το να τις σκοτώνουμε, σκοτώνουμε εμάς τους ίδιους. Με το να τις υποδουλώνουμε, υποδουλώνουμε τους εαυτούς μας. Με το να τις αρρωσταίνουμε, αρρωσταίνουμε τους εαυτούς μας.

Οι μητέρες αγελάδες, όπως και όλα τα θηλάζοντα θηλαστικά, παράγουν υψηλά επίπεδα οιστρογόνων στο γάλα τους. Δεν είναι υγιεινό για τον άνθρωπο να προσλαμβάνει αυτό το υψηλό φορτίο οιστρογόνου σε οποιαδήποτε ηλικία. Ένα προφανές αποτέλεσμα είναι ότι τα σώματα των νεαρών κοριτσιών ώθουνται αφύσικα να γίνουν σεξουαλικά ώριμα σε νεαρή ηλικία. Ο μέσος όρος ηλικίας της εμμηναρχής, της πρώτης έμμηνης ρύσης, αντί να είναι δεκαεφτά όπως ήταν στα μέσα

του δέκατου ένατου αιώνα, είναι τώρα τα 12,5 χρόνια. (17) Αυτό κατέστη εκπληκτικά φανερό στην Ιαπωνία μετά τον Δεύτερο Παγκόσμιο Πόλεμο, όπου σε διάστημα μόλις ενός ή δύο γενεών αφότου τα γαλακτοκομικά προϊόντα εισήχθησαν εκεί, ο μέσος όρος ηλικίας της εμμηναρχής πήγε από τα 15,2 στα 12.5. (18) Σύμφωνα με τον ερευνητή Kerrie Saunders, «Και τα αφρικανικά χωριά και οι Κινέζοι έχουν διατηρήσει πολλές από τις διατροφικές τους παραδόσεις του να καταναλώνουν τροφές φυτικής προέλευσης, και στους δύο η έναρξη της γυναικείας εφηβείας είναι κατά μέσο όρο στα δεκαεπτά έτη.» (19) Η αφύσικα πρόωμη εμμηναρχή στον πολιτισμό μας προκαλεί ανείπωτη οδύνη, με περιττές εγκυμοσύνες εφήβων, διλήμματα άμβλωσης και συζητήσεις, και αφύσικο σωματικό, ψυχολογικό, και κοινωνικό στρες το οποίο απλά είναι το αποτέλεσμα του να πιέζουμε τα κορίτσια μας σε σεξουαλική ωριμότητα πολύ νωρίς, όπως ακριβώς κάνουμε με τις νεαρές αγελάδες σκλάβους στο γαλακτοκομείο.

Ακόμη καθώς τρώνε γαλακτοκομικά προϊόντα, τα οποία υποκινούν τον βιασμό, την εκμετάλλευση, και τον θάνατο των άλλων θηλυκών ζώων, οι γυναίκες μπορεί ταυτόχρονα να εκλαμβάνονται από τους άνδρες, ως κρέας, απλά αντικείμενα που θα χρησιμοποιηθούν. Κατά ειρωνικό τρόπο, ακριβώς όπως οι αγελάδες καταναγκάζονται να έχουν αφύσικα μεγάλους και πρησμένους μαστικούς αδένες για να υπερπαραγωγή γάλα για τη βιομηχανία γαλακτοκομικών, τα τρόφιμα που προκύπτουν παράγουν αφύσικα μεγάλους μαστικούς αδένες στις γυναίκες που τα καταναλώνουν - ένα χαρακτηριστικό που εκτιμάται ιδιαίτερα από την αγελαία κουλτούρα μας και ενισχύει περαιτέρω την κατάσταση των γυναικών ως απλά αντικείμενα για τα μάτια των ανδρών. Οι διασυνδεδεμένες βιομηχανίες γαλακτοκομικών και κρέατος διαιωνίζουν την πατριαρχική νοοτροπία της αγέλης που βλέπει και τα ζώα και τις γυναίκες ως «κρέας», για να αρμεχθεί ή να φαγωθεί στη μία περίπτωση και να χρησιμοποιηθεί σεξουαλικά στην άλλη.

Υπάρχουν κι άλλες καταστροφές που συνδέονται με την κατανάλωση γαλακτοκομικών προϊόντων αγελάδας από τους ανθρώπους. Οι ιατροί Charles Attwood, MD, και T. Colin Campbell, Ph.D., έχουν γράψει,

Ανθρώπινες επιδημιολογικές μελέτες έχουν έντονα συνδέσει την κατανάλωση της ζωικής πρωτεΐνης με διάφορες μορφές καρκίνου. Από όλες τις ζωικές πρωτεΐνες, υπάρχει ισχυρή πειραματική απόδειξη ότι η καζεΐνη, η κύρια πρωτεΐνη του γάλακτος, είναι ιδιαίτερα ικανή να προάγει την ανάπτυξη του καρκίνου. . .

Ποια είναι τα άλλα προβλήματα με το γάλα και τα γαλακτοκομικά προϊόντα; Η πλειονότητα των ενεργεία παιδίατρων αλλεργιολόγων επιμένουν ότι περισσότερο από το ήμισυ των ασθενών τους είναι αλλεργικοί σε μία ή περισσότερες από τις 20 και πλέον πρωτεΐνες του γάλακτος. Τα αλλεργικά συμπτώματά τους περιλαμβάνουν έκζεμα, άσθμα, λοιμώξεις του μέσου ωτός, λοιμώξεις ιγμόρειου,

ρινίτιδα, γαστρεντερίτιδα, και αλλεργική κολίτιδα - παθήσεις υπεύθυνες για 80-90 τοις εκατό των επισκέψεων στα ιατρεία τους. . . . (20)

Ογδόντα με ενενήντα τοις εκατό των επισκέψεων στα ιατρεία τους - δεν προκαλεί έκπληξη το γεγονός ότι τα γαλακτοκομικά προϊόντα προωθούνται σε τόσο μεγάλο βαθμό από το φαρμακευτικό-τραπεζικό σύμπλεγμα και ότι αποθαρρύνονται οι φυτικά βασισμένες διατροφές.

Το τεράστιο παθογόνο φορτίο που επιτρέπεται στο παστεριωμένο γάλα - πέντε εκατομμύρια παθογόνα ανά φλιτζάνι, περισσότερες από διακόσιες φορές το φορτίο που βρίσκεται στα λαχανικά, δημητριακά, φρούτα, όσπρια, και κελυφωτούς καρπούς, αν παραμείνουν αμόλυντα κατά την διακίνηση (21) - είναι ένα συνεχές στρες για το ανοσοποιητικό σύστημα και μπορεί να αυξήσει τους κινδύνους για ένα ολόκληρο φάσμα ασθενειών, καθώς και καρκίνους όλων των τύπων, ιδιαίτερα του μαστού και του προστάτη. (22) Το γάλα της αγελάδας περιέχει μεγάλες ποσότητες από πύον, το οποίο είναι αναπόφευκτο λόγω των υψηλών επιπέδων βακτηρίων στους τραυματισμένους μαστούς των γαλακτοφόρων αγελάδων, και η παστερίωση δεν ανακόπτει το εισερχόμενο παθογόνο κύμα. Μερικά δείγματα παστεριωμένου γάλακτος που αγοράστηκαν και δοκιμάστηκαν από την Consumer Reports (ένωση καταναλωτών) περιείχαν από 30 εκατομμύρια έως 700 εκατομμύρια μικρόβια ανά φλιτζάνι! (23) Αυτά τα παθογόνα, εκτός από την αύξηση των κινδύνων για γαστρεντερίτιδα, στρεπτόκοκκο, και μια σειρά από άλλες ασθένειες, είναι επίσης γνωστά για την προώθηση της φθοράς των δοντιών, και έτσι τα μωρά που πηγαίνουν για ύπνο θηλάζοντας το μπουκάλι με αγελαδινό γάλα είναι γνωστό ότι κινδυνεύουν με μερική ή ακόμη και την πλήρη διάλυση των δοντιών τους! (24) Σύμφωνα με τους ερευνητές που παραθέτει ο γιατρός Frank Oski, MD, η κατανάλωση γαλακτοκομικών προϊόντων συνδέεται με διάρροια, αναιμία λόγω έλλειψης σιδήρου, γαστρεντερική αιμορραγία, νεφρική νόσο, έκζεμα, βρογχίτιδα, αλλεργίες, άσθμα, αλλεργική ρινίτιδα, ρευματοειδή αρθρίτιδα, κνίδωση, αλλεργία στην πενικιλίνη, λευχαιμία, σκλήρυνση κατά πλάκας, και τερηδόνα, καθώς επίσης και διαβήτη, παχυσαρκία, και αθηροσκλήρωση που προκαλείται από το υψηλό περιεχόμενο σε λίπος και χοληστερόλη. (25)

Η πρωτεΐνη του γάλακτος, ιδιαίτερα η καζεΐνη, ενώ είναι ιδανική για τα μοσχάρια, είναι πάρα πολύ μεγάλη και δύσκολη για μας να την αφομοιώσουμε. Τα μοσχάρια έχουν ένα συγκεκριμένο ένζυμο, την ρεννίνη, που δεν απαντάται στον άνθρωπο, η οποία πήζει και βοηθά στην διάσπαση της καζεΐνης. Σύμφωνα με τον διάσημο ερευνητή της διατροφής T. Colin Campbell, «οι πρωτεΐνες του αγελαδινού γάλακτος μπορεί να είναι το πιο σημαντικό χημικό καρκινογόνο στον οποίο εκτίθενται οι άνθρωποι.» (26)

Επιπλέον από αυτό, το αγελαδινό γάλα είναι πλούσιο σε φυσική αυξητική ορμόνη, η οποία ωθεί το νεογέννητο μοσχάρι να πάρει πολλές εκατοντάδες κιλά μόλις στον πρώτο χρόνο της ζωής. Αυτή η



προωθητική της ανάπτυξης ουσία, που ονομάζεται από τους επιστήμονες αυξητικός παράγοντας ένα και η οποία μοιάζει με ινσουλίνη (IGF-1), είναι απολύτως ταυτόσημη, μοριακά, με την IGF-1 στους ανθρώπους που ωθεί την ανάπτυξη μας ως παιδιά. Η επιπλέον δόση του αυξητικού παράγοντα που λαμβάνουμε στο αγελαδινό γάλα μας αναγκάζει να αναπτυσσόμαστε αφύσικα, και όχι μόνο σε ύψος. Θυμάμαι, ως παιδί που μεγάλωσε στο τυπικό σπίτι με την πλούσια σε γαλακτοκομικά διατροφή, ότι τα δόντια μου ήταν πολύ πιο μεγάλα για το στόμα μου και ο ορθοδοντικός μου, τοποθετώντας τα σιδεράκια που απαιτούνταν για να τα ισιώσουν, αναφώνησε, «Ω! Φαίνεται ότι έχεις δόντια αγελάδας!»

Σε ενήλικες, οι μελέτες έχουν δείξει ότι η περίσσεια IGF-1 από την κατανάλωση γαλακτοκομικών προϊόντων μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο του καρκίνου. (27) Επειδή δεν αναπτυσσόμαστε, ως ενήλικες συνήθως έχουμε πολύ λίγο, ή καθόλου, IGF-1 στο αίμα μας για να προωθεί την ανάπτυξη νέων κυττάρων. Ο IGF-1 που εισέρχεται στο αίμα μας όταν τρώμε γαλακτοκομικά προϊόντα έχει σοβαρές συνέπειες. Θυμηθείτε ότι στα τρισεκατομμύρια των κυττάρων στο σώμα μας, υπάρχουν εκ του φυσικού ορισμένα καρκινικά κύτταρα τα οποία εμφανίζονται εδώ και εκεί όλη την ώρα. Με ένα υγιές ανοσοποιητικό σύστημα, αυτά τα κύτταρα εύκολα ανακαλύπτονται και καταστρέφονται. Εισάγετε τώρα τον IGF-1 από το αγελαδινό γάλα. Αυτός ο αυξητικός παράγοντας είναι όπως η βενζίνη που ρίχνεται σε φωτιά, αφού διεγείρει την αιφνίδια, ταχεία κυτταρική διαίρεση σε μια μέχρι πρότινος μικρή, εύκολη στο χειρισμό καρκινική κυτταρική ανάπτυξη. Το ανοσοποιητικό σύστημα, που είναι ήδη καταπονημένο από το παθογόνο φορτίο και τις τοξίνες στα γαλακτοκομικά προϊόντα, μπορεί να μην είναι σε θέση να το αντιμετωπίσει. Ο IGF-1 στα γαλακτοκομικά προϊόντα μπορεί στην πραγματικότητα να προωθεί τον καρκίνο – παρόλα αυτά διάσημοι άνθρωποι, συμπεριλαμβανομένων των επαγγελματιών της υγείας, εμφανίζονται σε ακριβές διαφημιστικές καμπάνιες να προωθούν τα μουςτάκια του γάλακτος, υποστηρίζοντας την βιομηχανία γαλακτοκομικών!

### **Αυγά: περισσότερη κυριαρχία επί του θηλυκού**

Όπως συμβαίνει και με τα γαλακτοκομικά προϊόντα, όταν αγοράζουμε αυγά υποκινούμε την κλοπή και τη βία κατά τρομερά κακοποιούμενων θηλυκών και συμβάλουμε στην μόλυνση του περιβάλλοντος, στην κοινωνική παθολογία, και στην ασθένεια. Στην βιομηχανία αυγών, ισχύουν οι ίδιες αρχές που έχουμε αναφέρει για τη βιομηχανία γαλακτοκομικών, μόνο που ωθούνται ακόμη περαιτέρω στα άκρα. Τα αισθανόμενα θηλυκά κατηγοριοποιούνται και υποβαθμίζονται σε απλές νομισματικές μονάδες παραγωγής, φυλακίζονται σε αφάνταστα συνωστισμένες, στρεσαριστικές, και άθλιες συνθήκες, τους κλέβονται τα αυγά τους και στη συνέχεια, όταν δεν είναι πλέον σε θέση να παράγουν σε ένα αρκετά υψηλό επίπεδο, θανατώνονται βάνουσα.

Τα αυγά της κότας είναι τοξικά για τον άνθρωπο με τον ίδιο τρόπο που είναι όλα τα ζωικά προϊόντα. Πρώτον, αυτά είναι φτιαγμένα από ζωική πρωτεΐνη, κορεσμένο λίπος και χοληστερόλη, και τα τρία από τα οποία φράζουν αρτηρίες, κάνουν όξινο το αίμα και τους ιστούς, βλάπτουν το ανοσοποιητικό σύστημα, και στρεσάρουν το σώμα με πολλούς τρόπους, όπως έχει συζητηθεί. Τα αυγά, στην πραγματικότητα, είναι τα πιο συμπυκνωμένα πακέτα χοληστερόλης που διατίθεται στα σουπερμάρκετ. Δεύτερον, τα αυγά συγκεντρώνουν επιβλαβή χημικά, ορμονικά, και βακτηριακά υπολείμματα και υπολείμματα από φυτοφάρμακα. Τρίτον, τρώγοντας αυγά ισοδυναμεί με το να τρώμε τις δονήσεις της δυστυχίας, όπως θα γίνει φανερό παρακάτω, όταν θα εξετάσουμε τις μεθόδους παραγωγής αυγών.

Όπως όλα τα ζώα των οποίων τα σώματα χρησιμοποιούνται για την παραγωγή τροφίμων για τα τραπέζια μας, τα κοτόπουλα θεωρούνται ως απλά προϊόντα. Τα μεμονωμένα κοτόπουλα στις επιχειρήσεις αυγοπαραγωγής είναι τόσο φθηνά να αντικατασταθούν ώστε είναι σχεδόν άνευ αξίας και αντιμετωπίζονται ως τέτοια. Περνούν τη ζωή τους σε κλωβοστοιχίες, μικρές συρμάτινες φυλακές 35-40 εκατοστά σε ύψος και 45-50 εκατοστά πλάτος, που η καθεμία περιέχει από τέσσερις ως οκτώ κότες στοιβαγμένες τόσο σφιχτά που δεν μπορούν ποτέ να ανοίξουν τα φτερά τους. Τα σύρματα από τα κλουβιά τους συγκρατούν τα περισσότερα από τα φτερά τους, αφήνοντας τις γυμνές, πληγωμένες, και απροστάτευτες. (28) Μπορεί το κεφάλι, τα φτερά τους, ή τα πόδια να κολλήσουν ανάμεσα στα σύρματα και έτσι πεθαίνουν από την πείνα, και οι άλλες κότες στο κλουβί τους να υφίστανται τα αποσυντιθέμενα πτώματά τους. Τα πόδια τους κόβονται επίπονα από τα σύρματα, τα οποία μπορούν να μπουν στη σάρκα τους, καθώς τα πόδια τους μεγαλώνουν γύρω τους. Οι κλωβοστοιχίες στοιβάζονται σε τέσσερις ή πέντε ορόφους, με τις κουτσουλιές και τα ούρα των πάνω να πέφτουν πάνω στα κεφάλια και στα σώματα των πτηνών κάτω από αυτά, και τελικά να προσγειώνονται σε ένα βρωμερό λάκκο αποβλήτων στον οποίο πέφτουν μερικά κοτόπουλα τα οποία καταφέρνουν με κάποιο τρόπο να ξεφύγουν από τις φυλακές τους και πεθαίνουν σιγά-σιγά.

Όπως με τη βιομηχανία γαλακτοκομικών προϊόντων, η βιομηχανία αυγών στηρίζεται στην απόλυτη κυριαρχία του θηλυκού, και πάνω στην χειραγώγηση των θηλυκών σωμάτων για να μεγιστοποιούνται τα κέρδη χωρίς να λαμβάνεται υπόψη η εξωφρενική βαναυσότητα που μεσολαβεί. Και επειδή τα κοτόπουλα είναι μικρότερα και βρίσκονται σε ακόμη χαμηλότερη εκτίμηση από τις αγελάδες, κακοποιούνται ακόμα πιο κραυγαλέα στην αναζήτηση για φθηνά αυγά. Οι θηλυκοί νεοσσοί συνήθως υφίστανται κοπή του ράμφους, μια εξαιρετικά τραυματική διαδικασία στην οποία περίπου τους κόβεται το μισό του ράμφους. Η καυτή λεπίδα κόβει τον πιο ευαίσθητο νευρικό ιστό στο ράμφος τους, προκαλώντας οξύ πόνο, σε σημείο που η καρδιακή συχνότητα των πουλιών αυξάνεται σε πάνω από εκατό παλμούς ανά λεπτό. Πολλά πτηνά πεθαίνουν επί τόπου. Για όσα επιβιώσουν, ο χρόνιος πόνος από τη διαδικασία αυτή μπορεί να διαρκέσει ολόκληρη τη ζωή τους και γίνεται εμφανής όταν τρώνε. Τα αρσενικά κοτόπουλα δεν χρειάζονται, έτσι οι εργάτες τα

εξολεθεύουν μαζικά, είτε με ασφυξία και ζωντανή σύνθλιψη σε μεγάλες πλαστικές σακούλες σκουπιδιών ή ρίχνοντας τα ζωντανά σε μηχανήματα με περιστρεφόμενα πτερύγια όπως οι θρυμματιστές ξύλου που τα μετατρέπουν σε άμεση ζωοτροφή για κοτόπουλα ή λίπασμα. Οι κότες που δεν παράγουν πλέον αρκετά αυγά, επίσης, έχουν πεταχτεί έτσι με το να ρίχνονται ζωντανές στις περιστρεφόμενες λεπίδες των μηχανών τεμαχισμού.

Η βιομηχανία αυγών αναγνωρίζει τον τεράστιο αριθμό των ασθενειών και συνδρόμων που είναι εγγενείς στο σύστημα των κλωβοστοιχειών: επίμονες παραμορφώσεις στα πόδια και στις πατούσες, καθώς και σπασμένα και μαγκωμένα φτερά και πόδια, από τα συρμάτινα κλουβιά. Ανεπάρκεια ασβεστίου, καθώς και επώδυνα προπίπτουσες και διογκωμένες μήτρες, από τον καταναγκασμό να παράγουν αφύσικα μεγάλες ποσότητες αυγών. Οστεοπόρωση, η οποία είναι η απώλεια του οστίτη ιστού που αποδίδεται άμεσα στην ακινητοποίηση. Σύνδρομο λιπώδους ήπατος και σύνδρομο πρησμένου κεφαλιού λόγω της κακής ποιότητας των τροφίμων και του αέρα και του ότι είναι αναγκασμένες να ζουν συνεχώς στη βρωμιά και στο στρες. Προβλήματα στους πνεύμονες και τα μάτια από τον γεμάτο αμμωνία αέρα. Απώλεια ματιών από τα τσιμπήματα των άλλων απελπισμένων πτηνών στο κλουβί. Και σαλμονέλα, στην οποία οι σάλπιγγες της κότας μολύνονται με βακτήρια σαλμονέλας, περνώντας τη μόλυνση στους καταναλωτές μέσα από τα αυγά. Είναι καλά τεκμηριωμένο ότι δίνονται αντιβιοτικά στις όρνιθες σε κλωβοστοιχίες στο εκατό τοις εκατό των επιχειρήσεων αυγών για τον έλεγχο των βακτηριακών ασθενειών που αναπτύσσονται σε αυτές τις άθλιες συνθήκες. Τα αντιβιοτικά έχει επίσης βρεθεί ότι αυξάνουν την παραγωγή αυγών, αλλά, όπως και με όλα τα πλάσματα, συμπεριλαμβανομένων των ανθρώπων, τα αντιβιοτικά αυξάνουν άλλα προβλήματα, αφού διαταράσσουν και σκοτώνουν την εντερική μικροχλωρίδα που είναι απαραίτητη για την πέψη και την αφοδευση, εξασθενίζοντας έτσι το ανοσοποιητικό σύστημα. Τα τοξικά υπολείμματα φυτοφαρμάκων από την ζωοτροφή, τα κατάλοιπα αντιβιοτικών, και ορμονικά, χημικά και παθογόνα βακτηριακά κατάλοιπα όλα συγκεντρώνονται στο λίπος και στα αυγά αυτών των πτηνών, κάνοντάς τα εξαιρετικά ανθυγιεινά για κατανάλωση. (29)

Τα δεκάδες χιλιάδες κοτόπουλα στριμωγμένα σε ένα υπόστεγο παραγωγής αυγών δεν έχουν πουθενά να κινηθούν και δεν υπάρχει τρόπος να κάνουν φωλιά, να δημιουργήσουν την κοινωνική τους ιεραρχία, ή με οποιοδήποτε τρόπο να εκφράσουν την φυσική νοημοσύνη ή τον σκοπό τους. Ο τεχνητός φωτισμός που είναι προγραμματισμένος να τα κρατά σε σχεδόν συνεχές σκοτάδι, και η ζωοτροφή και τα φάρμακα είναι όλα σχεδιασμένα με ένα και μόνο στόχο: να μειώσουν το κόστος και να μεγιστοποιήσουν τον αριθμό των αυγών που πέφτουν από τις μήτρες των ορνίθων και να κυλήσουν στον κεκλιμένο πυθμένα του συρμάτινου κλουβιού και να οδηγηθούν στον μεταφορικό ιμάντα. Στις σύγχρονες επιχειρήσεις αυγών, αυτό είναι πάνω από 250 αυγά ετησίως, πάνω από δυόμισι φορές τον αριθμό που οι κότες θα έκαναν υπό πιο φυσικές συνθήκες. (30) Στη φύση, η κότα φροντίζει ιδιαίτερα τη φωλιά της και συχνά επιλέγει το σωστό μέρος για να κάνει το πολύτιμο

αυγό της σε συνεργασία με έναν κόκορα. Όταν πραγματικά κάνει το αυγό στην προσεκτικά προετοιμασμένη φωλιά της, είναι «προφανώς για την κότα μια στιγμή γεμάτη περηφάνια και ικανοποίηση.» (31) Αντιπαραθέστε αυτό με την ακόλουθη περιγραφή της ωτοκίας για ένα κοτόπουλο σε κλουβί.

Η φοβισμένη κότα της κλωβοστοιχίας αρχίζει να πανικοβάλλεται καθώς ψάχνει μάτια για απομόνωση και ένα κατάλληλο μέρος ωτοκίας στο συνωστισμένο αλλά γυμνό συρμάτινο κλουβί. Τότε φαίνεται να πέφτει σε αμνησία για το περιβάλλον της, αγωνιζόμενη ενάντια στο κλουβί σαν να προσπαθεί να ξεφύγει. . . .

Φανταστείτε για μια στιγμή τον εαυτό σας ως ένα κοτόπουλο αυγοπαραγωγής. Σπίτι σας είναι ένα γεμάτο κλουβί με ένα σύρματινο πάτωμα που κάνει τα πόδια σας να πονάνε και να παραμορφώνονται. Δεν υπάρχει κανένας χώρος για να τεντώσετε τα πόδια σας ή να τινάξετε τα φτερά σας και αυτά γίνονται αδύναμα από την έλλειψη σωματικής άσκησης. Αλλά την ίδια στιγμή, ποτέ δεν μπορείτε να σταθείτε ακίνητοι γιατί υπάρχει πάντα ένας από τους άθλιους συγκρατούμενούς σας που χρειάζεται να μετακινηθεί. Ένα από τα άλλα κοτόπουλα πάντα σας τσιμπάει και δεν μπορείτε να του ξεφύγετε, - εκτός εάν αφήσετε τα άλλα να καθίσουν πάνω σας. Ο αέρας είναι γεμάτος με σκόνη και φτερά που κολλάνε στις πλευρές του κλουβιού πιτσιλισμένες με κουτσουλιές από τους κρατούμενους στο επάνω κλουβί. Είναι δύσκολο να αναπνεύσεις - υπάρχει η πνιγηρή μυρωδιά της αμμωνίας στον αέρα από τους σωρούς κουτσουλιάς κάτω από τα κλουβιά και δεν αισθάνεσαι καθόλου καλά. Οι μύγες είναι αφόρητες, παρά το εντομοκτόνο που ψεκάζεται στον αέρα και ρίχνεται στα τρόφιμά σας - για να σκοτώσει τις προνύμφες των μυγών πριν ωριμάσουν. Το φαγητό, ποτέ πράσινο και φρέσκο - σπάνια διαφέρει και έχει πάντα τη γεύση από τα χημικά πρόσθετα και τα φάρμακα που απαιτούνται για να σας κρατήσουν ζωντανό. Τελικά, παρά την αθλιότητα και την αγωνία σας, και το βασανισμένο ορυμαγδό από χιλιάδες πτηνά που τσιρίζουν τον πόνο τους όλα μαζί, κάνεις ένα αυγό και το παρακολουθείς να κυλάει και να χάνεται. Αλλά η χαρά του να κάνεις μια φωλιά, του να γεννάς, του να καθαρίζεις στους νεοσσούς σου απουσιάζει - η γέννα του αυγού είναι ένα άδειο, απογοητευτικό, και εξαντλητικό τυπικό. (32)

Όλη η οικογενειακή και κοινωνική και φυσική ζωή καταστρέφεται. Αυτές οι κότες δεν γνωρίζουν ούτε μητέρες ούτε παιδιά, ούτε φίλους ούτε γη ούτε ήλιο. Γεννιούνται σε εκκολαπτήρια, τους κόβονται τα ράμφη και στη συνέχεια καταδικάζονται στη δουλεία της παραγωγής αυγών σε κλουβί.

Όταν ένας πληθυσμός χιλιάδων ορνίθων σε μια επιχείρηση αυγών είναι στο τέλος του κύκλου αυγοπαραγωγής του, οι όρνιθες θα εισαχθούν σε θάλαμο αερίων και θα θανατωθούν, αφού τα τόσο βασανισμένα σώματά τους έχουν τόσο λίγη σάρκα που δεν αξίζουν να σταλούν για σφαγή, ή μπορεί να σφαγούν για το χαμηλής κατηγορίας κρέας που χρησιμοποιείται στην κοτόσουπα και στις

τροφές για κατοικίδια. Συχνά, όμως, οι όρνιθες πρώτα υφίστανται αναγκαστική απώλεια των φτερών τους, για να σοκάρει το σώμα τους σε έναν νέο κύκλο ωτοκίας. Αυτό γίνεται με το να μη τους δίνουν φαγητό και νερό και με τη χορήγηση ενός συνδυασμού φαρμάκων, συμπεριλαμβανομένων των ορμονών. Η αναγκαστική πείνα μπορεί να διαρκέσει μέχρι και δύο εβδομάδες, και συνήθως σκοτώνει πολλά πουλιά στη διαδικασία. Αφού έχουν υποστεί αναγκαστική απώλεια φτερών μία ή δύο φορές, για να σφαγούν σύντομα για σούπα κοτόπουλου, τα πτηνά αρπάζονται βίαια από τα κλουβιά τους, πετιούνται σε φορτηγά, και απομακρύνονται για να κάνουν χώρο για το επόμενο κύμα των κοτόπουλων σκλάβων. Δεν θα μπορούσαμε ίσως να γεννηθούμε σε καμία χειρότερη κόλαση σε αυτό το σύμπαν από το να είμαστε ένα θηλυκό κοτόπουλο σε βιομηχανική φάρμα αυγών στις Ηνωμένες Πολιτείες.

Στις λεγόμενες ελεύθερης βοσκής επιχειρήσεις αυγών όλες οι κότες τυπικά υφίστανται κοπή του ράμφους, όπως και στις συμβατικές επιχειρήσεις αυγών, και όλα τα αρσενικά θανατώνονται βάνουσα κατά τη γέννηση. Τα κοτόπουλα εξακολουθούν να αντιμετωπίζονται ως αντικείμενα, πιέζονται να παράγουν, και θανατώνονται βάνουσα όταν δεν είναι πλέον κερδοφόρα. Ο όρος ελεύθερη βοσκή έχει εκπληκτικά μικρή νομική σημασία, και επομένως δεν υπάρχουν κανόνες που να διέπουν το μέγεθος του χώρου που μια κότα ελευθέρως βοσκής πρέπει να έχει, έτσι αν και ο εγκλεισμός τους μπορεί να είναι λιγότερο ακραίος από τις συνήθεις κλωβοστοιχίες, παρ'όλα αυτά είναι συνήθως συνωστισμένες σε τεράστια, βρωμερά υπόστεγα, όπου ποτέ δεν βλέπουν το φως της ημέρας. (33)

### **Ο ιστός των συνδέσεων**

Οι θηλυκές αγελάδες και κότες κυριαρχούνται ανηλεώς για να παρέχουν προϊόντα που είναι ζωτικής σημασίας και υγιή για τους απογόνους τους, την κοινότητά τους, και τα είδη τους αλλά προκαλούν ασθένεια, ρύπανση, πείνα, και δυστυχία όταν καταναλώνονται από τους ανθρώπους. Όταν κλέβουμε το γάλα και τα αυγά τους και σκοτώνουμε τα παιδιά τους, δημιουργούμε τις προϋποθέσεις για να συμβεί το ίδιο και σε εμάς. Οι τύχες των μητέρων αγελάδων και των ανθρώπινων μητέρων, των μωρών των αγελάδων και των ανθρώπινων μωρών, τελικά λειτουργούν παράλληλα. Αν επιτρέπουμε σε εταιρείες να κλέβουν, να χρησιμοποιούν, και να σκοτώνουν τα μωρά των αγελάδων και των κοτόπουλων, αυτό θα συμβεί και στα μωρά μας επίσης. Στην πραγματικότητα, αυτό συμβαίνει ήδη.

Οι αρνητικές επιπτώσεις της κατανάλωσης γαλακτοκομικών προϊόντων και αυγών στην ατομική υγεία συνδέονται με τις αρνητικές συνέπειες για τα οικοσυστήματα του κόσμου μας και για την κουλτούρα μας. Τα πάντα συνδέονται. Η κατανάλωση γαλακτοκομικών προϊόντων και αυγών συνδέεται με: αλλεργίες, διαταραχές του δέρματος, καρκίνο, καρδιακές παθήσεις, εγκεφαλικά

επεισόδια, διαβήτη, και έναν μεγάλο κατάλογο με άλλες ασθένειες. Συνδέεται με το οπλοστάσιο των προϊόντων και διαδικασιών που διατίθενται στο εμπόριο από την ιατρική βιομηχανία για την καταπολέμηση αυτών των περιπτώσεων ασθενειών (οι οποίες είναι σημαντικές πηγές ρύπανσης και αποδυνάμωσης). Συνδέεται με τα τεράστια κέρδη που συσσωρεύτηκαν από την αγροβιομηχανία, τις βιομηχανίες χημικών και φαρμακευτικών, και τις τράπεζες από την κυριαρχία μας επί των θηλυκών ζώων. Συνδέεται με την κοινωνική ανισότητα και την αδικία που αυτό προάγει, και που δίνει ώθηση στον ελιπισμό και στην περαιτέρω σύγκρουση. Συνδέεται με τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις και τις επιπτώσεις στην ανθρώπινη υγεία από τα κτηνοτροφικά απόβλητα, τα οποία δηλητηριάζουν τα ποτάμια, σκοτώνουν τα ψάρια, συμβάλλουν στην ανάπτυξη καρκίνου, και προκαλούν ερυθρές παλίρροιας που επιφέρουν αναπνευστικές νόσους. Συνδέεται με τις ζωές που χάθηκαν στους πολέμους που προκαλούνται από την απότομη αύξηση της ζήτησης για πετρέλαιο και από την απελπισία, καθώς τα δικαιώματα νερού πηγαίνουν στις πλούσιες αγροβιομηχανικές επιχειρήσεις γαλακτοκομικών και πτηνών οι οποίες χρηματοδοτούνται από τράπεζες των ΗΠΑ σε χώρες του Τρίτου Κόσμου, ενώ οι φτωχοί άνθρωποι αντιμετωπίζουν χρόνια δίψα και μολυσμένο νερό. . . .

Ο ιστός των συνδέσεων που περικλείει την κατανάλωσή μας σε γαλακτοκομικά και αυγά είναι τεράστιος και περιλαμβάνει όλα τα όντα. Όταν τρεφόμαστε με το γάλα και τα αυγά των άλλων ζώων, τρεφόμαστε με τον φόβο και την απελπισία τους, με τη βία που μια πατριαρχική νοοτροπία συστηματικά τους επιβάλλει. Αν κοιτάξουμε βαθιά, θα δούμε ότι αυτή η νοοτροπία αναπαράγει τη βία στη ζωή μας. Εμείς που επιθυμούμε την ευσπλαχνία, την ελευθερία και τη χαρά, και μια πιο φωτισμένη κοινωνία που θα στηρίζει την ειρήνη και το σεβασμό για τη γη μας και την ιερότητα όλης της ζωής, μπορούμε να είμαστε οι παράγοντες αυτής της βίας; Όταν κάνουμε τη σύνδεση μεταξύ της πολιτισμικά επιβεβλημένης μας επιθυμίας να τρώμε γαλακτοκομικά και αυγά και της βαναυσότητας απέναντι σε ευάλωτες μητέρες που αυτό αναγκαστικά συνεπάγεται, η ευφυΐα και η συμπόνια μας αναπτύσσονται, και εμείς φυσικά αρχίζουμε να κάνουμε νέες επιλογές. Υπάρχουν πολλά υποκατάστατα για τα ζωικά προϊόντα που προέρχονται από το γάλα και τα αυγά, και διατίθενται όλο και περισσότερο καθώς όλο και περισσότεροι από εμάς κάνουμε αυτές τις συνδέσεις.

### **Αναβιώνοντας τη Σοφία**

Η κυριαρχία επί των άλλων απαιτεί από εμάς να αποσυνδεθούμε από αυτούς, και από πτυχές του εαυτού μας, επίσης. Εκμεταλλευόμενοι αγελάδες γαλακτοπαραγωγής και κότες, τις κυριαρχούμε όχι μόνο για τη σάρκα, το δέρμα, τα οστά τους, και τα άλλα μέρη του σώματος που μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε ή να πουλήσουμε. Εκμεταλλευόμαστε ειδικά τις μήτρες τους και τους μαστικούς αδένες τους. Αυτή η απάνθρωπη βεβήλωση των πιο ενδόμυχων και ζωογόνων λειτουργιών της θηλυκής αρχής, αυτή της γέννησης μιας νέας ζωής και της τρυφερής ανατροφής αυτής της ζωής,

ίσως μας βλάπτει τόσο βαθιά όσο και τις αγελάδες, αν και οι πληγές μας μπορεί να είναι λιγότερο προφανείς. Πολλοί πνευματικοί δάσκαλοι έχουν επισημάνει ότι όταν βλάπτουμε τους άλλους, βλάπτουμε εμάς τους ίδιους ακόμα πιο σοβαρά. Η σκληροκαρδία του δολοφόνου και εκμεταλλευτή είναι από μόνη της μια τρομερή τιμωρία, επειδή είναι η απώλεια της ευαισθησίας στην ομορφιά και στην ιερότητα της ζωής. Αυτή η απώλεια μπορεί να περνάει απαρατήρητη, αλλά η ίδια η ζωή, θωρακισμένη, βίαιη, και ανταγωνιστική, βιώνεται ως ο αγώνας της χωριστικότητας και του υποκρυπτόμενου φόβου, και οι σχέσεις με τους άλλους δηλητηριάζονται.

Με την υποδούλωση και την σκληρή εκμετάλλευση των μητέρων αγελάδων και τα μωρών τους στις επιχειρήσεις γαλακτοκομικών, επιτιθέμεθα και τραυματίζουμε το ιερό θηλυκό μέσα μας, καθώς και στη φύση. Πρόκειται για μια επίθεση στην ουσία της ύπαρξής μας, στην αίσθησή μας για την φροντίδα της ζωής και την προστασία των ευάλωτων. Αυτά είναι φοβεροί σπόροι για να σπείρουμε, γιατί η θηλυκή αρχή μέσα σε όλους μας είναι η έδρα της στοργικής καλοσύνης, της δεκτικότητας, της φροντίδας, και της ανάγκης να γαλουχούμε και να προστατεύουμε.

Επιτιθέμενοι στην εσωτερική θηλυκή αρχή μας, γινόμαστε ως κουλτούρα πιο βάνουση και πιο χωριστική, ανταγωνιστική, επιθετική, και εγωκεντρική. Κατά ειρωνικό τρόπο, γινόμαστε εμείς οι ίδιοι εμπορεύματα, ελεγχόμενα και υποδουλωμένα από ένα σύστημα δικής μας επινόησης, παρόλα αυτά εμείς δεν το αντιλαμβανόμαστε, επειδή έχουμε διδαχθεί να αποσυνδεόμαστε. Μαθαίνουμε να καλύπτουμε τα αυτιά μας για να μπλοκάρουμε τις θρηνώδεις κραυγές των μητέρων αγελάδων στα γαλακτοκομεία. Μπλοκάρουμε τις κραυγές των ανθρώπινων μητέρων των οποίων τους παίρνονται τα βρέφη – χιλιάδες κάθε μέρα - από εύκολα αποτρέψιμη πείνα. Μπλοκάρουμε τις κραυγές των μητέρων των οποίων τα μωρά σκοτώνονται από βόμβες και σφαίρες από αγόρια που υπηρετούν τη στρατιωτική μηχανή του θανάτου. Ποιος θα ακούσει ή θα λάβει σοβαρά υπόψη τις κραυγές μας, εάν δεν λάβουμε σοβαρά υπόψη τις κραυγές αυτών των μητέρων;

Απελευθερώνοντας και τιμώντας την θηλυκή αρχή είναι ίσως το πιο πιεστικό καθήκον στην εξέλιξη του πολιτισμού μας προς την ειρήνη, τη βιωσιμότητα και την πνευματική ωριμότητα. Η θηλυκή αρχή, διαπολιτισμικά, ασχολείται ουσιαστικά με την φροντίδα, τη δεκτικότητα, με το να κάνει τις συνδέσεις, με την διαίσθηση, και με το να φέρνει την νέα ζωή. Στην δική μας κουλτούρα της αγέλης, αυτές οι ιδιότητες δεν γίνονται σεβαστές, γιατί η πρακτική της εκμετάλλευσης των ζώων απαιτεί οι άνδρες να γίνονται τραχείς και σκληροί, και να τονίζουν την χωριστικότητα και την υπεροχή τους από τα ζώα, τη φύση και τις ζωογόνες διαδικασίες του θηλυκού. Αυτό έχει οδηγήσει σε μια πατριαρχική νοοτροπία η οποία σχετίζεται θεμελιωδώς με την κυριαρχία, τον έλεγχο, το διαχωρισμό, την ορθολογική ανάλυση, την εμπορευματοποίηση, τον πόλεμο, και τον φόνο. Η βασική της αντίληψη για τις ανθρώπινες υποθέσεις πηγάζει από την βασική κατεύθυνση της εκμετάλλευσης των ζώων, που είναι το δίκιο του ισχυρού. Και όμως, η θηλυκή αρχή είναι ακόμα

ζωντανή, επιθυμητή, και αγαπημένη, γιατί στα βαθύτερα επίπεδα γνωρίζουμε ότι αυτή είναι μια ζωτικής σημασίας πτυχή της ουσιαστικής φύσης μας.

Η λατρεία του ιερού θηλυκού πηγαινει πίσω πολλές χιλιετίες, είναι προγενέστερη της ανόδου της κουλτούρας μας της αγέλης, και ακόμα την θυμόμαστε παρόλο που οι αρχαίες θεές έχουν αντικατασταθεί από τις αρσενικές θεότητες που τώρα αναγνωρίζονται από την συμβατική Δυτική θρησκεία και επιστήμη, τον Κύριο Θεό / Ιεχωβά και τον Λόγο. Η ελληνική λέξη για το τρίτο πρόσωπο της Αγίας Τριάδας, το Άγιο Πνεύμα, η Αγία Σοφία, ήταν θηλυκή, αν και αυτό χάθηκε όταν αργότερα μεταφράστηκε στα λατινικά ως το αρσενικό Spiritus Sanctus, πράγμα το οποίο έκανε και τις τρεις πτυχές της χριστιανικής τριάδας αρσενικές εις βάρος των γυναικών, των ζώων, της φύσης, και του πνευματικού βάθους του πολιτισμού μας. Η απώλεια της Σοφίας - η Αγία Σοφία - ήταν αναπόφευκτη καθώς η κυριαρχία και η αρσενική βία που απαιτούνται από την εμπορευματοποίηση των ζώων συνέχισαν να εξαπλώνονται και να εντείνονται. Αλλά η Σοφία, αν και υπό καταστολή, δεν θα μπορούσε ποτέ να πεθάνει, και έχει συνεχίσει να ζει, μεταμφιεσμένη ως Μαρία, ως Βεατρίκη, και ως η Παράκλητος, ένας άλλος όρος για το Άγιο Πνεύμα, μια Ελληνική λέξη για τον «παρηγορητή». Μια μορφή που παίρνει αυτό είναι το ευπροσάρμοστο αρχέτυπο του Νεράιδας Νονάς, που συμβολίζει την καλοπροαίρετη θηλυκή διαδικασία η οποία διαμεσολαβεί μεταξύ των ορατών και αόρατων κόσμων. Η Φιλοσοφία, κυριολεκτικά η «αγάπη της σοφίας», ήταν αρχικά μια αναζήτηση για την Σοφία ως διαισθητική σοφία που θα είναι πνευματικά απελευθερωτική και σημαντική. Όμως, καθώς η θηλυκή αρχή και διαίσθηση όλο και περισσότερο ευτελιζόταν και περιφρονούνταν, η Δυτική φιλοσοφία έχασε ένα μεγάλο μέρος του δυναμικού της βάθους και τελικά έγινε μια ρηχή συνεργός στην επιστήμη.

Το σύμβολο της Σοφίας είναι το κύπελλο, δισκοπότηρο, ή κύλικας, το οποίο, σε αντίθεση με το παραδοσιακό σύμβολο της ανδρικής θεότητας, το ξίφος, το δόρυ, τη λεπίδα, ή τον κεραυνό - είναι μη βίαιο και μη-απειλητικό. Περιέχει, καλλιεργεί, γεμίζει, αναμιγνύει, συνδέει, και δίνει γέννηση. Το καζάνι και το κύπελλο αντιπροσωπεύουν την θηλυκή δεκτικότητα που είναι απαραίτητη για την διαισθητική σοφία και την πνευματική ωριμότητα. Το Φλιτζάνι Σοφίας έγινε τελικά η κεντρική εικόνα μιας από τις πιο θεμελιώδεις ιστορίες μας, αυτής του Άγιου Δισκοπότηρου, στην οποία ιππότες με σπαθιά έψαχναν μάτια να βρουν το χαμένο κύπελλο Δισκοπότηρο. Σε βαθιά επίπεδα, αναγνωρίζουμε ότι αυτό που έχει χαθεί είναι η θηλυκή προσέγγιση στη σοφία και ότι η μη ισορροπημένη αρσενική προσέγγιση της αχαλίνωτης υποβάθμισης φέρνει τον πόλεμο, την ασθένεια, και την διαστροφή σε βαθμό που έχει καταστείλει την θηλυκή αρχή και έχει απορρίψει την σύμπραξη με τη σοφία που συνδέει, καλλιεργεί, και δίνει μορφή στη ζωή.

Στους μύθους, στα παραμύθια, στη ποίηση, στο δράμα, στη τέχνη, και σε άλλες βαθιές πολιτιστικές εκφράσεις, μπορούμε να δούμε την απώλεια η οποία θρηνείται παντού, από τον Οδυσσέα, τον



Ορέστη, την Αντιγόνη, και τη Ραμαγιάνα, εν συνεχεία από τον Φάουστ, τον Γκάλαχαντ, τον Ληρ, και τον Πάρσιφαλ έως στα σύγχρονα έπη όπως οι Πόλεμοι των Άστρων και ο Άρχοντας των Δαχτυλιδιών. Ο αληθινός εαυτός της ακτινοβόλου εσωτερικά ευρισκόμενης φύσης του Χριστού καταστέλλεται ή χάνεται και αντικαθίσταται από ένα ψεύτικο εαυτό, ένα πρόσωπο ή μάσκα που είναι ανασφαλής, κατακερματισμένη, υπερήφανη, και πεισμένη για την χωριστικότητα της και την ανάγκη να κυριαρχεί και να ελέγχει. Στα παραμύθια, ένας τρόπος με τον οποίο εκφράζεται αυτό είναι μέσα από αρχέτυπες ιστορίες που αφορούν έναν παράνομο κυβερνήτη ο οποίος σφετερίζεται το θρόνο και οδηγεί τη χώρα και το λαό σε πόλεμο, φτώχεια και καταστροφή. Βλέπουμε μερικές φορές αυτό το μυθικό αρχέτυπο να ωθείται εντυπωσιακά στην πραγματικότητα στην πολιτική σκηνή του κόσμου, με ψευδείς και νοθευμένες εκλογές και τις καταστροφικές συνέπειες κυβερνήσεων οι οποίες προωθούν την καταπιεστική και βίαιη νοοτροπία της αγέλης με το να αναπαράγουν τον πόλεμο και τα συμφέροντα μιας προνομιούχας ελίτ σε βάρος των λιγότερο ευνοημένων ανθρώπων, των ζώων, των οικοσυστημάτων και των μελλοντικών γενεών.

Σε ένα βαθύτερο συμβολικό επίπεδο, η μάσκα και ο σφετεριστής αντιπροσωπεύουν όχι μόνο το εξαπατημένο και προσποιούμενο εγώ, αλλά και την αγελαία κουλτούρα μας, η οποία έχει εξαπλωθεί και κατακτήσει τους λιγότερο επιθετικούς πολιτισμούς και εξακολουθεί να ενισχύει τη νοοτροπία της κυριαρχίας και της κύριας πρακτικής του να εμπορευματοποιεί και να καταναλώνει ζώα. Ο σφετεριστής συνεχίζεται και σήμερα, επιτιθέμενος στη φύση, στις γυναίκες, στα ζώα, και στον ευάλωτο, καθώς προσπαθεί να εδραιώσει τον έλεγχο σε μια μικρή ελίτ. Αντλεί δύναμη από την κρυμμένη βία των καθημερινών γευμάτων των ανθρώπων. Η κατανάλωση και η θανάτωση έχουν γίνει καθοριστικές δραστηριότητες, οι οποίες θρέφονται από την αποσύνδεση και την καταπιεσμένη ενοχή που συνοδεύουν την καταστολή από εμάς της θηλυκής αρχής. Όντα που είναι τα υποκείμενα της ζωής τους κατανάγκαζονται στο ρόλο των απλών αντικειμένων, και τόσο οι άνθρωποι όσο και τα ζώα καταλήγουν να γίνονται πράγματα. Ο τρόπος που οι κυνηγοί, οι ψαράδες, και οι κτηνοτρόφοι βλέπουν τα ζώα, ο τρόπος με τον οποίο οι γραφειοκράτες των εταιριών βλέπουν τη φύση, και ο τρόπος με τον οποίο οι άνδρες συνήθως διδάσκονται να βλέπουν τις γυναίκες, και πώς οι γυναίκες συνήθως μαθαίνουν να εκλαμβάνονται από τους άνδρες, είναι όλα μέρος αυτής της διαδικασίας.

Το τεράστιο μαρτύριο είναι αναπόφευκτο σε όλα αυτά, το οποίο ρυπαίνει τις σχέσεις και διαβρώνει την πνευματική ευαισθησία που μπορεί να διακρίνει πέρα από τους υλιστικούς δυϊσμούς του εγώ-αυτό, τα ιερά υποκείμενα που είναι πάντα παρόντα στα έμβια όντα. Ως άτομα και ως πολιτισμός, η ικανότητά μας να θεραπεύσουμε, να μεταμορφωθούμε, και να εξελιχθούμε πέρα από αυτή την παλιά βέβηλη νοοτροπία συνδέεται με τις διατροφικές επιλογές μας περισσότερο από οτιδήποτε άλλο. Το να διαλογιζόμαστε για την παγκόσμια ειρήνη, να προσευχόμαστε για έναν καλύτερο κόσμο, και να παλεύουμε για την κοινωνική δικαιοσύνη και την προστασία του περιβάλλοντος, ενώ

εξακολουθούμε να αγοράζουμε το κρέας, το γάλα, και τα αυγά των φρικτά κακοποιούμενων ζώων εκθέτει μια αποσύνδεση που είναι τόσο θεμελιώδης ώστε να καθιστά τις προσπάθειές μας παράλογες, υποκριτικές, και καταδικασμένες σε βέβαιη αποτυχία.

Ακούμε ένα κάλεσμα από την εσωτερική μας σοφία να αναζωπυρώσουμε τον σεβασμό για την θηλυκή αρχή. Θα μπορούσαμε ποτέ να είμαστε επιτυχείς στο να απαντήσουμε αυτό το κάλεσμα, ενώ εξακολουθούμε να φυλακίζουμε, να βιάζουμε, να κακοποιούμε, και να σκοτώνουμε εκατομμύρια μητέρες μόνο για την ευχαρίστησή μας, συνεχίζοντας την υποταγή μας στην κοινωνική πίεση και κατήχηση; Το εσωτερικό θηλυκό είναι η διαίσθησή μας, η ευαισθησία μας και η ικανότητά μας να αισθανόμαστε την βαθιά διασύνδεση των γεγονότων και των όντων, και είναι ζωτικής σημασίας για την ειρήνη, τη σοφία, τη χαρά, τη νοημοσύνη, τη δημιουργικότητα, και την πνευματική αφύπνιση. Με κάθε μωρό μοσχάρι το οποίο κλέβεται από τη μητέρα του και σκοτώνεται, με κάθε λίτρο γάλακτος που κλέβεται από σκλαβωμένες και συντετριμμένες μητέρες, με κάθε ώθηση βιασμού του όπλου σπέρματος, με κάθε αυγό που κλέβεται από μια αβοήθητη, σε αλλοφροσύνη κότα, και με κάθε μωρό κοτοπουλάκι που σκοτώνεται ή κλειδώνεται για όλη τη ζωή στη κόλαση ενός εφιαλτικού κλουβιού, σκοτώνουμε το ιερό θηλυκό μέσα μας. Με το να παραγγέλνουμε και να τρώμε προϊόντα που προέρχονται από το βιομηχανικό σύμπλεγμα της αγέλης το οποίο κυριαρχεί επάνω στο θηλυκό με σιδηρά πυγμή, θα εξαλείψουμε τις ευκαιρίες μας να ωριμάσουμε σε υψηλότερα επίπεδα κατανόησης, ευαισθησίας, και συμπόνιας. Και θα παραμένουμε απλά ειρωνικοί στις αναζητήσεις μας.

Η ευημερία μας εξαρτάται εν τέλει από την ευημερία των άλλων. Με την απελευθέρωση και την ενθάρρυνση των άλλων απελευθερωνόμαστε και ενθαρρυνόμαστε κι εμείς. Ποτέ δεν μπορούμε να διακόψουμε τη σύνδεσή μας με όλα τα όντα, αλλά μπορούμε να την αγνοήσουμε και να την παραβιάσουμε, φυτεύοντας τους σπόρους της τραγωδίας και της δυστυχίας. Τιμώντας την φυσική μας θέση στον ιστό της ζωής με την κατανάλωση των τροφών που προορίζονται για μας θα φυτέψουμε τους σπόρους της αφθονίας, της αγάπης, και της ελευθερίας, όποια και αν είναι η θρησκεία μας. Οι προσευχές μας για την ειρήνη θα αποδώσουν καρπούς, όταν ζούμε την προσευχή για την ειρήνη και, το σημαντικότερο, όταν προσφέρουμε την ειρήνη σ' αυτούς που είναι στο έλεός μας και οι οποίοι επίσης λαχταρούν την ειρήνη και την ελευθερία να ζήσουν τη ζωή τους και να εκπληρώσουν τους σκοπούς τους.

Η επίτευξη της ειρήνης μεταξύ των ανθρώπων, από το νοικοκυριό μέχρι τα διεθνή πεδία μαχών, εξαρτάται από τη μεταχείριση του ενός προς τον άλλο με σεβασμό και ευγένεια. Αυτό θα είναι δυνατόν όταν πρώτα επεκτείνουμε αυτό τον σεβασμό και τη καλοσύνη σε αυτούς που είναι στο έλεός μας και οι οποίοι δεν μπορούν να προβούν σε αντίποινα εναντίον μας. Αν είμαστε ειλικρινείς, στην προσπάθειά μας για την ανθρώπινη ειρήνη, την ελευθερία, και την αξιοπρέπεια, δεν έχουμε

άλλη επιλογή από το να προσφέρουμε αυτό στους γείτονές μας, τα ζώα αυτής της γης. Καλλιεργώντας την επίγνωση, μπορούμε να ξεπεράσουμε την επιβληθείσα άποψη ότι τα ζώα είναι απλά αντικείμενα τροφής. Με αυτό, θα δούμε να εξατμίζονται ο καταναλωτισμός, η πορνογραφία, και η αποσύνδεση που οδηγούν αναπόφευκτα στη δουλεία και στην αυτο-καταστροφή. Και όσο η νοοτροπία της κυριαρχίας και της αποκλειστικότητας εξασθενίζει, θα είμαστε σε θέση να θεραπεύσουμε τους διχασμούς του φύλου, της φυλής, και της τάξης.

---

## ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ

### **Chapter 7—The Domination of the Feminine**

1. Karen Davis, *Prisoned Chickens, Poisoned Eggs: An Inside Look at the Modern Poultry Industry* (Summertown, TN: Book Publishing, 1996), p. 50.
2. Mary Baker Eddy, *Science and Health with Key to the Scriptures* (Boston: The First Church of Christ, Scientist, 1903), p. 449.
3. Thomas Lynn Rodgers, forty-year dairy farmer, in a recorded and transcribed interview in August 1997 in Salt Lake City.
4. Jim Mason and Peter Singer, *Animal Factories* (New York: Harmony Books, 1990), p. 92.
5. See [www.organicconsumers.org/monlink.html](http://www.organicconsumers.org/monlink.html).
6. Rodgers interview.
7. Mason and Singer, *Animal Factories*, p. 129.
8. Rodgers interview.
9. Ibid.
10. Frank Oski, *Don't Drink Your Milk: Frightening Medical Facts About the World's Most Overrated Nutrient* (Brushtown, NY: Teach Services, 1983), pp. 15–45.
11. *Practical Techniques for Dairy Farmers*, 3rd Edition, University of Minnesota, 2000. See <http://www.ansci.umn.edu/practical-techniques/book.htm>.

12. Ibid.
13. Shirley Roenfeldt, "Stop BLV," Dairy Herd Management, December 1998.
14. Journal of Infectious Diseases 161 (1990): 467–472. Cited in Michael Greger, "Latest Meat and Dairy Infection Risks: Have Millions of Americans Been Infected with a Cow Cancer Virus?" Dr. Michael Greger's Monthly Newsletter, January 2004.
15. Rodgers, op. cit.
16. Mason and Singer, Animal Factories, p. 14.
17. Jeramia Trotter, "Hogwashed," Waterkeeper Magazine, Summer 2004, p. 23.  
Trotter adds in the article, "That's twenty-five million pounds of antibiotics for uses other than fighting illness, compared to the roughly three million pounds humans consume."
- 18 J. M. Tanner, "Trend Towards Earlier Menarche in London, Oslo, Copenhagen, the Netherlands, and Hungary," Nature, 243 (1973), pp. 75–76. Cited in Kerrie Saunders, The Vegan Diet as Chronic Disease Prevention (New York: Lantern Books, 2003), p. 137. Saunders writes, "The World Health Organization has been gathering statistics on the age of puberty worldwide for many years. In 1840, the average age of puberty in female humans was 17 years of age. Today, it is 12.5 years. The age of puberty is also dropping in England, Norway, Denmark, and Finland—other countries that eat the 'western' diet."
19. Kagawa, Y., "Impact of Westernization on the Nutrition of Japanese: Changes in Physique, Cancer, Longevity, and Centenarians," Preventive Medicine, 7 (1978), pp. 205–217. Cited in Saunders, The Vegan Diet as Chronic Disease Prevention, p. 137.
20. Saunders, The Vegan Diet as Chronic Disease Prevention, p.137.
21. Vicki Griffin, Diane Griffin, and Virgil Hulse, Mooove Over Milk, foreword by Attwood and Campbell (Hot Springs, NC: Let's Eat!, 1997), p. vii.
22. See [www.lifesave.org](http://www.lifesave.org) for more information on the low numbers of pathogens in grains, vegetables, fruits, legumes, and nuts.

23. Oski, *Don't Drink Your Milk*, p. 54. The U.S. Public Health Service allows 20,000 bacteria per milliliter of pasteurized milk, which is 4,800,000 bacteria per cup.
24. "Milk: Why is the Quality so Low?" *Consumer Reports*, January 1974, p. 70.
25. Oski, *Don't Drink Your Milk*, pp. 64–65.
26. *Ibid.*, pp. 17–59.
27. T. Colin Campbell, "New York Times: Reality Check Needed," [www.vegsource.com/articles/campbell\\_nyt\\_brody2.htm](http://www.vegsource.com/articles/campbell_nyt_brody2.htm), November 28, 2000.
28. Cited in Griffin, Griffin, and Hulse, *Mooove Over Milk*, p. 102.
29. Davis, *Prisoned Chickens, Poisoned Eggs*, p. 54.
30. *Ibid.*, pp. 56–64.
31. USDA NASS, *Agricultural Statistics 2001*.
32. Page Smith and Charles Daniel, *The Chicken Book: Being an Inquiry into the Rise and Fall, Use and Abuse, Triumph and Tragedy of Gallus Domesticus* (Boston: Little, Brown, 1975), p. 180, cited in Davis, *Prisoned Chickens, Poisoned Eggs*, p. 39.
33. C. David Coats, *Old McDonald's Factory Farm: The Myth of the Traditional Farm and the Shocking Truth about Animal Suffering in Today's Agribusiness* (New York: Continuum, 1989), pp. 93–94, cited in Davis, *Prisoned Chickens, Poisoned Eggs*, pp. 39–40.
34. For more information on "free-range" practices, see [www.upc-online.org/freerange.html](http://www.upc-online.org/freerange.html).