

NILS-ERIC SANDBERG



Äta vår nästa?

Nils-Eric Sandberg,
frilansskribent, föredragshållare, författare.

Människan ska leva sunt så att hon håller sig frisk (tills hon eventuellt dör). Detta är en grundtanke bakom vegetarianismen.

Vegetarianismen har vad jag sett tre olika motiv.

Först ett medicinskt: Kött är skadligt för hälsan, medan grönsaker är nyttigt; alltså ska den som vill leva väl och länge äta grönt och frukt och tacka nej till kött.

Sedan ett motiv som man kan kalla politiskt: Djurhållningen i vissa länder – Sverige inte helt borträknat – ligger på gränsen till djurplågeri; de som ogillar detta måste avstå från kött, som protest.

Det tredje motivet är mer filosofiskt. Det säger att vi inte har rätt att exploatera andra arter, slakta dem, marinera och äta upp.

Först hälsan. Are Waerland, »hälsopedagog«, startade på trettioalet ett nordiskt frisksportarförbund och en tidning som argumenterade för hälsokost, dvs mat baserad på växter och mjölk. Förmodligen var han huvudmannen bakom den svenska vegetarianismen.

Min gamle morfar greps av budskapet. Han blev vegetarian – inte på heltid, utan då och då. Man kan kalla honom periodvegetarian. När han fick ett ryck sattes hela hushållet på råkost, dvs kruska och rårivna morötter.

Som smaksensation har rårivna morötter ett överdrivet rykte. Förmodligen är det vansinnigt nyttigt. Men ostron och champagne smakar bättre, enligt min mening. Jag har provat båda alternativen – det senare tyvärr betydligt mindre än det förra.

Utan att ha studerat medicin eller näringsfysiologi kan jag inte korrekt bedöma vegetarianismens hälsoeffekter. Men lite titt i litteraturen, och samtal med vänner inom specialiteterna, har lärt mig att vi är skapta som allätare. Vår brist på huggtänder är inget bevis på att vi passar som gräsätare. Vi är erkänt dåliga som idisslare.

Vegetarianerna har rätt på en del punkter. Frukt och grönsaker innehåller

vitaminer som vi behöver. Att dricka mycket apelsinjuice ger C-vitaminer, vilket är ett effektivt sätt att förhindra skörbjugg.

De tidiga vegetarianerna nöjde sig inte med resonemang om vitaminer. En hälsopedagog, Arvid Hallström, skrev 1946 en bok, »Det gäller din hälsa«, som fick stort inflytande. Den beskriver utförligt vilka fasor som drabbar dem som äter en köttbit eller en skiva lax.

Vår brist på huggtänder är inget bevis på att vi passar som gräsätare. Vi är erkänt dåliga som idisslare.

Kryddor är lika förskräckligt. Enligt Hallström leder kött, med peppar och salt, till begär efter alkohol. Så de som äter köttgryta hamnar obevekligen i alkoholism. Hallström glömmer dock att både snaps och rödvin är vegetariska drycker.

Men hominiderna – som vi tillhör, som sentida gren – har levt som jägare och samlare från början, dvs i flera miljoner år. Dvs vi har levt på en mix av kött och grönsaker. Det är inte så dåligt. Harfilé och tomatsallad är näringsmässigt bättre än falukorv med bearnaise och pommes frites.

Under flera sekler, till åtminstone 1940-talet, var sill fattigmanskost. Och sill är nyttig föda. Den innehåller vitaminer som har viss betydelse för hjärnans utveckling. Så delvis tack vare sillen kunde barn från de fattiga grupperna komma in på läroverk och universitet. På bara kålrötter och morötter hade de kanske inte klarat sig lika bra.

Det andra motivet för vegetarianism – protesten mot djurhållningen – ligger

det nog något i. Men misshandeln av djur är mycket värre i katolska länder än i protestantiska. Ett skäl är att katolska kyrkofäder förklarat att djuren har ingen själ.

Huruvida detta faktiskt stämmer vet jag inte. Ärkebiskopen borde ge besked.

Det tredje motivet för vegetarianism är principiellt. Det säger att vi har ingen rätt att äta andra varelser. För åtminstone yngre vegetarianer tycks detta vara ett huvudargument: Ingen art har rätt att exploatera en annan.

Vi kan givetvis förklara vårt beteende med att vi, dvs homo sapiens, är art-egoister. Detta är en överlevnadsfaktor. Kanske har det funnits artaltruister. Men de har försvunnit under utvecklingens gång, sannolikt uppätta.

Så här långt är resonemanget biologiskt, eller näringsfysiologiskt. Som medlemmar av arten allätare har vi alltid ätit både sparris och oxfilé. Sedan vi lärt oss lite näringsfysiologi vet vi att det, i rimliga proportioner, är inte bara gott utan också nyttigt.

Men vi har svårt att rent filosofiskt motivera vår rätt att exploatera andra arter. Visserligen är vi, kanske, mer intelligenta än lamm. Ger detta oss rätt att äta lammkött? Lammen undviker ju konsekvent att äta människor. De tycker inte om oss, rent gastronomiskt.

Skillnaden mellan oss och andra arter är att vi kan reflektera över våra matvanor. Lejonet reflekterar förmodligen inte över den moraliska aspekten av att fälla en antilop, utan ser hela affären bara som ett sätt att skaffa sig en supé.

Vi hade en tid några tonåringar i huset. De älskade alla djur och var övertygade vegetarianer. När jag en gång antydde att lejon kanske inte är vegetarianer blev de mycket upprörda.

Nils-Eric Sandberg