

Io vegetariano

Marco Durante

IO VEGETARIANO

Saggio

BOOK
SPRINT
E D I Z I O N I

www.booksprintedizioni.it

Copyright © 2022

Marco Durante

Tutti i diritti riservati

A tutte le persone speciali della mia vita.

*“Nulla darà la possibilità
di sopravvivenza sulla terra
quanto l’evoluzione
verso una dieta vegetariana.”*

Albert Einstein

Prefazione

Scrivere è l'unico modo di poter tramandare ai posteri la nostra sapienza, senza rischiare che venga dimenticata o rivisitata, ciò che accadrebbe se si usasse solo la voce per dar seguito alla conoscenza. L'uomo ciò lo ha capito fin da subito, e ha cominciato dapprima ad incidere nelle tavole di pietra per poi passare alla vera e propria carta, integrata nell'epoca moderna dall'uso della tecnologia. Il segreto per evitare che vada perso qualche manoscritto è conservarlo accuratamente così come poterlo condividere anche con gli altri.

Nel periodo di pandemia, in corso, il mondo ha dovuto cambiare, le nostre

abitudini sono state stravolte; nel passato accadeva che i candidati, ad uno dei due esami, sosteneva dapprima due prove scritte ed una orale, per concludere.

Il cambiamento riguardava gli esami che rappresentano la fine del ciclo di studi, sia di terza media che di maturità. Le due prove scritte sono state sostituite da un maxi orale, come è stato soprannominato, che racchiudeva cinque parti, tutte con un minimo comune denominatore: il percorso scolastico fatto nell'anno. Una di queste parti, se non la più importante era l'elaborato d'indirizzo, conosciuto volgarmente col termine di tesina. L'argomento, variava a seconda dell'istituto e veniva deciso dal consiglio di classe, la traccia era l'unico vincolo posto; a me è stata affidata la dieta vegetariana, che ha in sé un mondo di diversi stili.

Essere vegetariani è qualcosa di più di decidere di seguire la moda. Significa cambiare stile alimentare perché convinti, fermamente, della propria idea, frutto di proprie riflessioni profonde legate alla propria salute psicofisica e alla ricerca del benessere animale e ambientale.

Ovviamente il cambiamento porta in dote aspetti positivi e negativi, è un concetto universale. Decidere di smettere di mangiare carne può essere difficile perché occorre gradualità e calma, non si può pensare che basti qualche giorno.

Pensate poi ai disagi sociali che possono nascere, perché etichettati come diversi, nella maggior parte dei casi; sta nella propria forza di volontà superare questo luogo comune, non vacillare e rendere salda la propria ideologia, nemmeno quando quegli amici di una vita decidono di escluderti.

Poi completato il percorso, lento e graduale, per essere vegetariani e superate le varie difficoltà, che possono palesarsi, matura la voglia di convincere anche gli altri sulla bontà del proprio regime alimentare e proprio ciò può porre fine a rapporti sociali. Il motivo è semplice, esistono, fondamentalmente, due modi di convincere le persone: uno, illustrando i pro e contro, mettendo sempre al centro il rispetto della libertà di scegliere che ognuno ha diritto di avere; oppure fare del vero e proprio terrorismo psicologico. Quale sia il migliore sta ad ognuno capirlo sempre nel rispetto degli altri e delle libertà altrui.

Prima di proseguire, con l'analisi tecnica e dettagliata di questo regime alimentare, è doveroso fare una citazione alle nuove tendenze alimentari. La storia insegna, che a seguito di periodi particolari le abitudini alimentari cambiano,