

Miért lettem vegetárius?

2010 március 18. Flag

Szöveg méret

90
Mentés

- 0

Értékelés kiválasztása

Még nincs értékelve

Mérték

Két évtizede még csodabogárnak tekintettek bennünket. Különcnek, aki nem eszik húst. Ma már alig találni olyan közösséget, kisebb-nagyobb baráti társaságot, ahol ne lenne legalább egy vegetárius.

1988. szeptember 19-e. Nevezetes dátum az életemben. Ekkor határoztam el, hogy vegetáriusan fogok étkezni,

élni. Kollégiumba jártam, vasárnap volt és amikor este megérkeztem a koleszba, még megettem az otthon elcsomagolt rántott szeletek közül az egyiket. A másik kett?t elajándékoztam. Azóta nem eszem húst..
De miért is lettem vegetárius?

Visszagondolva több esemény és gondolat is befolyásolt a döntésben. Az egyik, a hosszú élet vágya... Ez természetesen örök emberi vágy, bár talán nem annyira jellemz?, hogy egy kamaszt ennyire foglalkoztasson a kérdés.

Körbenézve a családomban nem is találtam igazán hosszú élet? embereket. S 15 esztend?sen tört rám ez a depresszív gondolat, hogy milyen gyorsan száguld az élet, Hiszen már el is telt bel?le tizenöt év. Középiskolásként, a világban helyét keres? emberként nagy világfájdalmamban csak a szenvedést láttam. Bár reménykedve néztem tenyeremen a hosszú életvonalamat, mi van, ha mégsem igaz? Mi van, ha az élet csak egy villanás?

Ha eltelt 15 év, el fog telni a következ? is. S ha elszáguld a harmadik adag, már 45 leszek. Majd, ha megérem, 60 és már a nyugdíjon gondolkodom. Megrémített az elmúlás gondolata. Igaz, a Biblia (isten szava) 120 évet jegyzett el? nekünk, de nem láttam sehol még egy száz esztend?s embert sem.

S ekkor került kezembe néhány könyv, mely választ adott (vagy választ találtam) a felvetett kérdésre: Az élet valóban lehet hosszú, hosszabb, mint amit magunk körül látunk, de ehhez szükséges, hogy változtassunk a táplálkozásunkon. Ha nem megfelel? táplálékot viszünk be a szervezetünkbe, az nem épít bennünket, hanem rombol.

Olvastam sok-olyan emberr?l, aki vegetáriusan étkezett és tisztes kort megélt. Az ókorban Platon és Pithagorasz 80 esztend?sen halt meg. Diogenész 89 évesen. No, de könny? volt nekik, amikor tiszta volt a leveg? és nem volt tele az étel adalékanyagokkal.

Ariusz, az eretnek pap 86 évig élt. Majd ha egy nagyot ugrunk az id?ben, akkor Scott Nearing norvég író 100 esztendeig. Beatrice Woods amerikai színészn? meg 105 évig. De a magyar Szent-györgyi Albert, aki szintén vegetárius volt is tisztes kort ért meg.

Persze erre válaszként „mindenkinek” volt egy nagyapja, aki pipázott és szalonnát evett, mégis megélt 80-90 évet. S vajon meddig élt volna, ha ezt nem teszi?

Évtizedek óta gyakorlom a jógát, a Jóga a mindennapi életben rendszert. Jógaiskolám alapítója, Sri MahaprabhuJi 135 esztendeig élt. Ez már olyan hihetetlen életkor. De Indiában szokás, hogy a gyermek születésekor asztrológust hívnak, mert a szül?k kíváncsiak, milyen sorsot szánnak az égiek a gyermeknek. Így Mahaprabhuji születési dátumát feljegyezték: 1828. november 8. S magam is találkoztam olyan emberrel, aki 135 esztend?vel kés?bb, 1963. december 5-én jelen volt MahaprabhuJi eltávozásánál. 135 év...

Tehát étkezzünk vegetáriusan és hosszú ideig fogunk élni. Olyan egyszer?nek t?nt ez a recept, hogy ki kellett próbálnom. Ennek már lassan 22 esztendeje.

Stresszes világunkban nem vagyok benne biztos, hogy megérem a 120 esztend?t. (Ezt majd megbeszéljük 2093-ban...) Rájöttem, itt is igaz, nem a mennyiség, hanem a min?ség számít.

De jó vegetáriusan élni...

Kapcsolódó anyagok:

Híresvegi www.hiresvegi.uw.hu
Jóga a mindennapi életben magyarországi honlap: www.joga.hu

Nawesh
Szerz? a Flag Polgári M?hely tagja



Ajánló