

NOUS SOMMES DES ANIMAUX  
SOLIDAIRES DE TOUS LES ANIMAUX



# La vegefobia

Rifiuto del vegetarianismo per gli animali  
& discriminazione delle persone vegetariane

VEGGIE PRIDE

# La vegefobia - Rifiuto del vegetarianismo per gli animali & discriminazione delle persone vegetariane

## Indice

### I. Introduzione

Definizione | Il paragone con l'omofobia | Vittime di discriminazione e portavoce

### II. Gli strumenti della vegefobia

Derisione | Negazione | Discriminazione istituzionale

### III. Reazione dei vegetariani nei confronti della vegefobia

La vegefobia raggiunge il suo scopo | La vegefobia non viene percepita o viene negata

### IV. Conclusione

Prospettive | Che fare?

Il testo originale dell'opuscolo è stato scritto nel 2011 da Sara Fergé, Yves Bonnardel e David Olivier ed è disponibile su: <http://fr.vegephobia.info>

Questa versione è una ristampa ridotta redatta da Alexandra Brutsch, Karen Steinbach e Jérôme Dumarty per il Veggie Pride di Ginevra del maggio 2013. E' scaricabile su <http://www.veggiepride.ch> o su <http://it.vegephobia.info>  
Traduzione: Michela Pezzarini, Marco Reggio e Serena Torricelli

Illustrazione di copertina: Haydé

## Prospettive

Questa piccola panoramica è certamente limitata, e non esaurisce la questione; questo opuscolo è costituito da un'introduzione al tema, un tema che merita di essere esplorato, approfondito e valorizzato. Esiste un sito internet che ha l'obiettivo di raccogliere le varie testimonianze e analizzarle affinché sia più difficile negare la realtà della vegefobia e se ne possa rilevare l'importanza:

<http://it.vegephobia.info/>

## Che fare?

La lotta individuale è possibile, ma affinché la situazione progredisca è necessario che i vegetariani prendano coscienza della realtà della vegefobia e si organizzino per contrastarla, rendendosi visibili e rivendicando i propri diritti. La discrezione alimenta un circolo vizioso: più i vegetariani si nascondono, più il vegetarianismo viene considerato marginale, e più diventa difficile sostenere la propria pratica vegetariana.

Sono possibili iniziative collettive: nel 2011 è stato presentato un ricorso al Commissario Speciale per la libertà di religione o di opinione (un esperto indipendente designato dal Consiglio dei Diritti Umani dell'ONU), e gli verrà consegnata nuovamente una petizione in occasione del Veggie Pride 2013.

Il Veggie Pride ha lo scopo di denunciare la vegefobia e di agire per contrastarla. Si propone di dare visibilità a coloro che rifiutano di far uccidere animali per il consumo umano. Il suo obiettivo è quello di mostrare pubblicamente l'esistenza dei vegetariani (per gli animali) e la loro solidarietà con le vittime dello sfruttamento animale, della macellazione e della pesca.

Maggiori informazioni su: [www.veggiepride.it](http://www.veggiepride.it)

## IV. Conclusione

Si è visto che dietro ciò che qui chiamiamo vegefobia, si ritrovano comportamenti molto vari, sia personali che istituzionali. Pensiamo che sia tuttavia legittimo raggrupparli con un termine generico, perchè questi comportamenti costituiscono un dispositivo sociale complesso, interiorizzato ed accettato da tutti, che mira ad evitare che si sviluppi una critica dello sfruttamento animale. Si può per esempio paragonare la vegefobia al dispositivo di reazione analogo che serve a mettere sotto silenzio o delegittimare le tematiche femministe.

Inoltre, quella che noi chiamiamo vegefobia sembra essere solo un sottoinsieme particolarmente sviluppato e onnipresente di un fenomeno più vasto che non ha nome, ma che potremmo chiamare «animalismofobia». In effetti, se la questione della legittimità del mangiar carne è fondamentale e centrale nella questione animale, di certo non la esaurisce. E gli animalisti, vegetariani o meno, sono anche essi effettivamente svalorizzanti in quanto tali in modo rilevante.

Questa animalismo-fobia, e in particolare la vegefobia che ne costituisce buona parte, è pericolosa, dato che scoraggia molte persone dall'avvicinarsi alla messa in discussione dello status degli animali, ma è anche quello che non permette al discorso animalista di emergere a livello sociale e di poter essere ascoltato. In tal senso, questa animalismo-fobia è essa stessa un sottoprodotto dell'ideologia globale specista.

La situazione si è molto evoluta nell'ultimo quarto di secolo: il tabù sulla carne è in parte caduto, e la messa in discussione della legittimità della carne sembra di giorno in giorno più plausibile. Si può dire che la maggior parte dei dispositivi sociali di difesa del dominio perdono efficacia; non possono più impedire l'azione animalista, e si limitano a frenarla in modo significativo.

Tuttavia non ci possiamo aspettare che cadano da soli e muoiano di morte naturale: in solidarietà con gli altri animali, ma anche in solidarietà con le numerose persone che hanno difficoltà a diventare vegetariane, o che vivono male il loro impegno a causa di chi li circonda, è essenziale mettere in luce questa vegefobia per affrontarla meglio.

## I. Introduzione

Se ci si basa unicamente sulla giustizia e sulla ragione, nessuno può negare che gli animali non vogliono né soffrire né essere uccisi<sup>1</sup> e che gli esseri umani non hanno alcun bisogno di mangiarne la carne per vivere<sup>2</sup>. Per cui, ogni forma di sfruttamento degli animali per il nostro consumo, dalla pesca all'allevamento, dovrebbe logicamente cessare.

Se questa logica, malgrado gli sforzi e l'interesse di un numero sempre maggiore di persone, non fa ancora parte della realtà odierna e non è nemmeno lontanamente l'oggetto di un dibattito pubblico, è principalmente a causa di un insieme di dispositivi sociali a cui daremo il nome di «vegefobia».

I/le vegetariani/e<sup>3</sup> per gli animali tentano di dare voce a chi non ne ha: gli animali allevati per la loro carne. Ora, questa voce non solo non è ascoltata, ma addirittura ampiamente censurata. Nella società attuale, tutto fa sì che i vegetariani non siano ascoltati e che ogni dibattito sia dunque impedito. Non appena si comincia a menzionare la sorte degli animali negli allevamenti oppure semplicemente il fatto di poter evitare il consumo di carne ad ogni pasto, scatta una potente forma di censura.

Impedendo la diffusione delle idee e rovinando ogni possibile dibattito, l'atteggiamento vegefobico blocca ogni miglioria possibile per gli animali da carne. Questo opuscolo evoca le diverse forme che la vegefobia può assumere e le conseguenze che ne derivano non soltanto per i vegetariani, ma anche e soprattutto per gli animali.

---

1 Per la nozione di animale come essere senziente, si veda: OneKind.org, "Animal Sentience", [http://www.onekind.org/be\\_inspired/animal\\_sentience/](http://www.onekind.org/be_inspired/animal_sentience/)

2 Si veda la posizione dell'Associazione Americana di Dietistidca e quella dei Dietisti del Canada: "Vegetarian diets", [http://www.vrg.org/nutrition/2003\\_ADA\\_position\\_paper.pdf](http://www.vrg.org/nutrition/2003_ADA_position_paper.pdf)

3 Abbiamo utilizzato nei paragrafi seguenti il termine «vegetariani» al maschile, scegliendo di non appesantire il testo: vogliamo qui evidenziare, però, che il linguaggio è evidentemente discriminatorio rispetto alle differenze di genere (per cui sarebbe corretto scrivere sempre vegetariani/e, o – meglio ancora – vegetarian\*, che comprende tutti i possibili generi). Abbiamo anche utilizzato il termine «vegetariani», comprendendo vegetariani e vegan, poichè ai fini del presente discorso non è particolarmente importante la distinzione fra le due pratiche (su questo, si veda anche: <http://www.veggiepride.it/index.php/faq#11>)

## In che modo definire la vegefobia ?

Il termine «vegefobia» é stato formulato per la prima volta nel manifesto francese del Veggie Pride<sup>4</sup>. Come altre parole composte in cui compare il suffisso «fobia»<sup>5</sup>, tale parola indica il rifiuto di un comportamento che implica aspetti politici. Proprio come l'omofobia rifiuta l'omosessualità e comporta quindi una discriminazione delle persone omosessuali, la vegefobia é il rifiuto, spesso accompagnato da paura, disprezzo ed anche odio, del vegetarianismo per gli animali e la discriminazione delle persone vegetariane.

I vegetariani vengono discriminati perché, tramite il loro comportamento e senza bisogno di troppi discorsi, mettono in discussione il consumo di carne animale e dunque i principi stessi del dominio umano. Il fatto di mettere in discussione i privilegi del dominatore genera reazioni violente contro i vegetariani. È proprio questo fenomeno che chiamiamo «vegefobia».

Essere vegetariani per ragioni di gusto, salutistiche o ancora spirituali, ecologiche o di solidarietà con i Paesi in via di sviluppo é un fatto relativamente ben accettato socialmente. La vegefobia non é dunque una forma di ostilità verso il vegetarianismo inteso come stile di vita. Esso viene rifiutato ed osteggiato nel momento in cui tale comportamento rimette in discussione l'idea del dominio umano, ossia lo specismo<sup>6</sup>.

## Perché un paragone con l'omofobia ?

L'omofobia é garante di un ordine sociale fondato sull'assegnazione dei generi maschile e femminile e sulla costrizione all'eterosessualità. Essa consiste in una serie di dispositivi sociali violenti che mirano a reprimere (attraverso la ridicolizzazione, l'indifferenza...) l'omosessualità maschile e femminile poiché cosituono una minaccia all'ordine di genere e alla dominazione maschile.

<sup>4</sup> Cfr. Manifesto del Veggie Pride: [www.veggiepride.it](http://www.veggiepride.it).

<sup>5</sup> Anche se il termine «fobia» é comunemente utilizzato in ambito psicologico per designare delle paure irragionevoli (come per esempio l'aracnofobia), ci interesseremo qui al suo utilizzo nel campo sociale e politico per indicare un comportamento di rifiuto e di discriminazione (come nel concetto di islamofobia).

<sup>6</sup> Lo specismo é un'ideologia dominante attualmente secondo la quale gli interessi degli umani, anche se futuri, primeggiano sistematicamente su quelli degli animali, anche quando ledono gravemente gli interessi fondamentali di quest'ultimi. Se si mettono sul piatto della bilancia gli interessi di un umano a mangiare carne e l'interesse di un animale a non voler finire nel piatto, una società specista considererà prioritario l'interesse gustativo dell'umano (non essendo la carne necessaria alla sopravvivenza) rispetto alle sofferenze che comportano all'animale l'allevamento, il trasporto e infine la macellazione. Secondo l'ideologia specista, quindi, gli interessi degli umani prevalgono sempre.

da ogni considerazione sulla libertà individuale.

## L'identità vegetariana

La pressione contro i vegetariani accentua chiaramente una tendenza incoraggiata dalle società «democratiche»: il comunitarismo. Le società liberali tollerano ogni «specificità sociale» con una benevolenza formale e relativa, e permettono che si crei un piccolo ghetto un po' separato dal resto della vita sociale, guidato da regole di vita, da pratiche e da valori un po' differenti – ma non troppo, altrimenti si rischia di essere paragonati ad una «setta».

Queste comunità permettono di sentirsi a proprio agio più che dentro una società globale poco incline ad accettare le deviazioni dalla norma. Raggruppare i vegetariani dentro un ghetto sulla base del loro «regime alimentare» o, più in generale, sulla base del loro «stile di vita», significa accettare di veder neutralizzata la forza sovversiva del rifiuto alla dominazione umana.

Il rifiuto dei vegetariani di partecipare allo sfruttamento animale non può essere puramente personale; ciò non ha senso. Se i vegetariani pensano che un'azione sia un «male», sia ingiusta o immorale, non lo sarà soltanto quando viene fatta da loro stessi, ma chiunque sia la persona che la faccia. In fin dei conti, non è tanto uno «stile di vita» che deve accomunarli, quanto invece il motivo per il quale hanno adottato questo «stile di vita»: la ragione politica.

I vegetariani non sono obbligati ad adottare per se stessi le categorie che la società impone loro. Sarebbe senza dubbio meglio che definissero se stessi tramite le loro rivendicazioni: un'altra società, senza sfruttamento, non oppressiva, che non procuri più tutta questa sofferenza agli animali per futili motivi.

pressione, essere gentili, non bisognerebbe parlare di etica nè di animali, non bisognerebbe cedere alle provocazioni, non bisognerebbe essere troppo grassi nè troppo magri, nè mal vestiti, e così via.... L'interiorizzazione della vegefobia diventa così l'interiorizzazione del discorso vegefobico che ci dice di non «agitare le acque».

Valutare l'efficacia dei nostri modi di fare e dire è difficile, tanto più che bisogna distinguere fra efficacia a breve, medio e lungo termine. Soprattutto, bisogna chiarire in rapporto a cosa vogliamo essere efficaci. Farsi accettare? Farsi comprendere? Convincere? Convincere a proposito di cosa? Di un regime alimentare? Di una questione morale? Di una questione di salute, di gola, o di politica? Stiamo cercando di cambiare il comportamento immediato della persona che abbiamo di fronte, o di cambiare la situazione sociale in generale, più a lungo termine? Questa è, per esempio, la differenza tra una campagna pubblicitaria che miri a fare acquistare immediatamente un prodotto (come per esempio il vegetarianismo), in un modo o nell'altro, e una campagna politica che si ponga come obiettivo di cambiare profondamente una società mettendo in discussione i rapporti di dominio sui quali si fonda, e che quindi agisce sul lungo periodo necessitando di una strategia pensata in termini di anni.

### L'auto-censura delle emozioni

I vegetariani evitano di mostrare alcune emozioni, come l'indignazione, la collera, e i comportamenti conseguenti, reazioni che verrebbero considerate quindi normali di fronte ad altre scene di sofferenza o di maltrattamento. Questa tendenza all'auto-censura è stata probabilmente sviluppata come reazione alle continue derisioni ed accuse di sentimentalismo. Mostrando sempre di avere le carte in regola, preferendo argomentare su questioni banali come la salute umana, i vegetariani loro stessi a diffondere il messaggio implicito secondo cui la questione animale non è così importante.

### La privatizzazione della questione animale

Qui opera un effetto molto importante della vegefobia sociale. La questione animale è sempre ridotta ad una questione personale («io rispetto te, tu rispetti me»). In tal modo si torna ad ammettere che la questione della carne non è di per sé importante, o meglio non è risolvibile se non in modo arbitrario, e dovrebbe essere lasciata alla discrezionalità dei singoli. Come non si può esigere che una persona preferisca il rosso al blu, così non si può esigere che una persona smetta di mangiare animali. Il tabù che impedisce di concepire la questione del consumo di carne come appartenente alle stesse regole morali delle questioni umane è molto forte: ha cioè una rilevanza universale. Una pratica che lede profondamente gli individui deve essere abolita, per tutti, indipendentemente

Allo stesso modo, la vegefobia è garante di un sistema fondato sulla differenziazione netta tra animali e umani, sul rifiuto di considerare gli interessi dei primi e sul dominio dei secondi. Anche la nozione di vegefobia raggruppa vari comportamenti che mirano a dissuadere chiunque volesse rimettere in discussione il consumo di carne animale, simbolo più importante della dominazione specista.

La vegefobia è una strategia sociale, cosciente o no, che vuol evitare ad ogni costo di far vacillare le certezze speciste attuali. In altri termini, essa permette di evitare ogni rimessa in discussione dello sfruttamento degli animali e della loro posizione nella nostra società.

## Soggetti discriminati vs portavoce dei soggetti discriminati

Contrariamente alle vittime di altre ingiustizie sociali che hanno operato per la loro stessa liberazione, gli animali hanno praticamente solo i vegetariani che li difendono. La vegefobia si ripromette di mettere a tacere la rimessa in discussione dell'onnipotenza della specie umana rispetto agli altri esseri viventi. Così, attaccare i vegetariani significa attaccare gli «avvocati» degli animali, e alla fin fine sono proprio gli animali le prime vittime di questi attacchi.

## II. Gli strumenti della vegefobia

### 1. Scherno e derisione

La derisione è la reazione vegefobica più frequente. Nonostante quello che si possa pensare, queste prese in giro incessanti non sono né leggere né innocenti.

La derisione è spesso il primo stadio dell'aggressività, difficile da evitare dato che le battute sembrano spesso innocenti, simpatiche o scherzose. Se il vegetariano si lamenta, rischia di passare dalla parte del torto e di fare la figura del rompiscatole, permaloso, suscettibile, aggressivo. Spesso ricorrenti, queste battute spiacevoli possono trasformarsi in vere e proprie molestie, a tal punto che molti vegetariani preferiscono lasciar perdere ogni tipo di risposta o argomentazione.

Qui di seguito, un inventario (non esaustivo) delle diverse forme di derisione e scherno che i vegetariani devono affrontare quotidianamente.

## Quelle che prendono di mira la sensibilità (il famoso «sentimentalismo»)

*E la carota, urla quando la strappi? Non vuoi mangiare Bambi?*

Ogni emozione in sintonia con ciò che possono provare dei non umani viene considerata fuori posto, ridicola e tacciata di «sentimentalismo». Si sottintende quindi che il rifiuto di mangiare carne sia fondato su emozioni illegittime. La scelta del vegetariano è dunque spogliata di ogni parvenza di razionalità e non merita quindi di essere nemmeno discussa.

A ciò si aggiungono pure dei pregiudizi sessisti: il sentimentalismo, emozione considerata totalmente irrazionale, è per natura tipicamente femminile, mentre, il «vero uomo», razionale e padrone delle proprie emozioni, deve per forza mangiar carne senza provare alcuno stato d'animo. L'accettazione sociale del vegetarianismo delle donne (che sembra un po' più facile di quella del vegetarianismo degli uomini) si spiega forse allora con il fatto che le donne sono comunque già svalorzate e delegittimate solo per il fatto di essere donne: sospettate di provare comunque sempre e solo emozioni poco razionali, non si capisce perché i loro propositi debbano essere presi sul serio.

## Quelle che negano la possibilità di essere vegetariani

*Ma allora cosa mangi, i sassi? Avrai sicuramente delle carenze. I vegetariani che conoscevo erano pallidi e scheletrici e sono morti a 40 anni.*

I consigli alimentari forniti dalle persone che non ne sanno niente e che credono con certezza di sapere tutto sono doppiamente nefasti. In primo luogo, perché questi individui sono quasi sempre in mala fede e quindi assolutamente non disposti ad ascoltare qualsiasi cosa si possa obiettare. In secondo luogo, perché tali personaggi cercano sempre di evidenziare le possibili conseguenze negative del vegetarianismo sugli umani tralasciando bellamente la questione degli animali.

La possibilità di essere vegetariani viene anche negata in maniera concreta: spesso succede che i vegetariani, alle feste di famiglia o al ristorante, debbano affrontare il fatto di non poter scegliere un piatto vegetariano, nemmeno se ne hanno fatto richiesta con anticipo. Spesso, gli viene servita della carne in maniera discreta e subdola, come della pancetta o del tonno in una semplice insalata.

L'impossibilità di mangiare senza carne salta così agli occhi di tutti. Rifiutando di mangiare il contenuto del loro piatto, i vegetariani dimostrano che il

dobbiamo affrontare, non siamo molto inclini a presentarci come vittime di discriminazione, ancora una volta per via delle reazioni di derisione e di disprezzo cui questo ci esporrebbe.

## La mancanza di solidarietà fra i vegetariani

Le persone che non vogliono riconoscere la pressione esercitata su di loro, screditano i vegetariani che non riescono ad affrontarla. Anziché essere solidali nelle difficoltà, perdono la capacità di solidarizzare con i compagni di lotta, prendono le distanze per valorizzare se stessi e fuggire dallo status di vittima

Invece è essenziale mettere in campo dei dispositivi collettivi per contrastare questa discriminazione sociale; la prima necessità a riguardo è quindi quella di sottolineare che tale pressione non è una questione personale, che dipende da ciascuno di noi e dalla sua abilità sociale, ma è una questione sociale e politica, legata al fatto che i vegetariani si oppongono ad un sistema di dominazione che è alla base della società attuale.

## La vegefobia induce i vegetariani ad avere comportamenti di cui non si rendono conto

### La negazione del fatto di essere vegetariani per gli animali

Abbiamo visto che il vegetarianismo per ragioni animaliste suscita reazioni molto più accese rispetto al vegetarianismo per l'ambiente, per la salute, o per altre ragioni ancora. Questo spiega perché molti vegetariani privilegino altre motivazioni rispetto alla questione animale, per conformare il proprio discorso ad una presa di posizione personale che costerà loro molto meno sul piano sociale.

Probabilmente, i vegetariani hanno tutti una percezione più o meno vaga dell'esistenza di qualcosa come la vegefobia, che sembra giustamente una avvertenza contro la quale è molto difficile combattere a causa del suo carattere generalizzato, diffuso e diversificato. Si aggiunga il fatto che dovrebbero sempre confrontarsi in un modo che si rivelerebbe logorante, e impediscono a se stessi di riflettere su certi temi e di sottoscrivere dei ragionamenti che sentono che li condurrebbero a posizioni socialmente insostenibili. La pressione sociale impedisce loro di riflettere a mente fredda sulle proprie idee e pratiche. Gli esempi che seguono possono essere analizzati in questo contesto.

### La polarizzazione sull'«efficacia»

Molti vegetariani sostengono di preoccuparsi soprattutto dell'efficacia: non bisognerebbe parlare di cose che sconvolgono, bisognerebbe fare buona im-

## Il vegetariano: una vetrina per il vegetarianismo

Intrappolato dal suo desiderio di convincere, il vegetariano vuole essere una vetrina per il vegetarianismo. Egli ha la tendenza a voler far credere alle persone che è facile essere vegetariano, che tale scelta rende la vita più bella, il che è falso. La vita è in realtà più facile per chi mangia la carne. Rifiutarsi di assaggiare la torta di compleanno della collega d'ufficio, rifiutare l'invito a un barbecue con gli amici, non essere invitati perchè considerati troppo problematici, sono situazioni sociali difficili da affrontare (senza parlare di vedersi togliere i propri figli o essere sospettati di appartenere ad una setta). Soprattutto, non è per nulla semplice essere consapevoli della sofferenza animale ovunque ed in ogni momento, quando i mandanti di queste uccisioni sono i nostri parenti, i nostri amici, i nostri vicini.

Infatti, di sicuro non è unicamente il desiderio di convincere gli altri che ci porta a mostrarci come vetrine. Si può legittimamente pensare che è perchè noi abbiamo perfettamente integrato la vegefobia che vogliamo tanto essere dei modelli. Quale altra lotta sociale esige che i suoi rappresentanti siano irreprensibili? Nessuna! Una causa non è più o meno giusta a seconda delle persone che la sposano. Tuttavia, i vegetariani devono essere in buona salute, sportivi, essere integrati socialmente, avere un buon lavoro, essere felici e cortesi in tutte le circostanze. Perchè crearsi tanti problemi? Crediamo che la nostra causa non possa essere compresa? Che essa non sia giusta?

Ci siamo lasciati definire da uno stile di vita, che alla fine è ciò che ci unisce; ciò spiega l'entusiasmo in reazione al tale studio che «prova» che i vegetariani hanno un QI più alto degli altri, o alle affermazioni secondo le quali sarebbero più sexy, etc.

Di conseguenza, è purtroppo logico che il vegetarianismo sia percepito dalla popolazione come una identità particolare e non come una presa di posizione. Pertanto, non sorprende i vegetariani si presentino spesso nelle loro vesti migliori per giocare il ruolo di «vetrine» del vegetarianismo, piuttosto che porre al centro il carattere politico delle loro rivendicazioni.

## Il rifiuto di essere vittime

Un'altra ragione per negare la vegefobia deriva dal fatto che resistiamo all'idea di rivendicare diritti e rispetto. Diciamo volentieri che confrontare la nostra situazione con quella degli altri animali è indecente, poichè essi sono torturati ed uccisi. A dispetto della pressione sociale, della mancanza di rispetto e della marginalizzazione di cui siamo oggetto, e delle difficoltà quotidiane che

loro stile di vita è improponibile socialmente e che il vegetarianismo é dunque, in qualche sorta, «impraticabile».

## Quelle che lodano il sapore della carne

*Io non potrei mai, la carne mi piace troppo. Non sai quello che ti perdi. Il tofu é proprio insipido! Secondo me, ci sono volte in cui non ce la fai a resistere.*

Queste «riflessioni» mirano a ridurre il divario tra gli interessi degli animali a voler vivere e l'interesse degli umani a volersene cibare. Se mangiare la carne é un piacere eccezionale, il fatto di uccidere animali per soddisfare tale piacere diventa meno riprovevole. L'interesse di questo genere di commenti sta nel fatto che essi sottintendono una certa consapevolezza del divario tra il piacere relativo ed effimero di mangiare carne e l'importanza per l'animale di disporre della propria vita. Ma simultaneamente, essi riaffermano il diritto assoluto ad uccidere o a far uccidere un non umano per soddisfare quello che, alla fin fine, é solo un capriccio.

## Quelle che svalorizzano l'etica deridendola

*... non mi ero nemmeno ancora seduta che già mi prendevano in giro. Si sono messi in quattro e e per venti buoni minuti non l'hanno smessa di ridere come dei pazzi, brandendo gli spiedini che cuocevano sul grill; me li mettevano sotto il naso e imitando le urla degli animali dicevano: 'senti come urla il vitello che brucia!'....*

È facile coalizzarsi contro i vegetariani che si trovano spesso messi in difficoltà da persone che li aggrediscono verbalmente. Dietro un commento apparentemente leggero e scherzoso, si nasconde la negazione di ciò per cui lottano i vegetariani: il destino degli animali e le preoccupazione per la loro sorte diventano oggetto di derisione e scherno. Comunque reagiscono, i vegetariani escono sempre perdenti da questo genere di situazioni.

Se il vegetariano accetta il commento e si fa pure quattro risate, per evitare conflitti o perché non viene riscontrata nessuna cattiva intenzione negli interlocutori, non fa che confermare che la condizione animale non é da prendersi seriamente. In questo caso, la vegefobia ha raggiunto il suo scopo: la sofferenza degli animali e l'importanza morale del problema sono minimizzati.

Se invece il vegetariano fa notare il cattivo gusto del commento e cerca di rispondervi in maniera seria, l'atmosfera cambia e immediatamente viene accusato di essere aggressivo, troppo serio, suscettibile e fuori luogo dato che non sa nemmeno accettare il carattere scherzoso della conversazione.

## La derisione assurda

*Ma tu lo sapevi che Hitler era vegetariano? Gli animali sono contenti di sacrificarsi per noi. Se non si mangiasse più carne, le città sarebbero invase da mucche e maiali!*

Anche gli argomenti idioti, illogici e fondati su fatti assurdi, che i vegetariani si trovano spesso a dover ascoltare, contribuiscono a gettare discredito sul vegetarianismo. Utilizzare argomenti totalmente privi di ogni conferma e fondamento, sottintende che né l'interlocutore né le sue idee sono prese sul serio. Il destino degli animali è dunque considerato come un soggetto che non merita alcun rispetto né serietà.

Del resto, i vegetariani non reagiscono tutti allo stesso modo di fronte a tali assurdità. Un vegetariano alle prime armi, un bambino, una persona timida, isolata in un gruppo o di fronte al suo superiore gerarchico, una persona vulnerabile socialmente quindi, si troverà a replicare con difficoltà. Non si può quindi affermare, come spesso fanno molti vegetariani, che tali derisioni non hanno alcun impatto, solo perché essi sono in grado di rispondere in maniera pertinente. Ci sono ancora molte persone vegetariane che non sono in grado di rispondere a tono e si sentono soli, isolati e aggrediti da queste prese in giro incessanti.

## 2. La negazione

Si potrebbe facilmente credere che i vegetariani non esistano. Nessun menù previsto per loro nelle mense, nessun consiglio per un'alimentazione corretta nelle guide di salute pubblica, parole allarmiste sulle diete senza carne imperanti tra i medici, ecc. La lista è lunga.

### I vegetariani invisibili

*Non saresti sempre malato / stanco se mangiassi la carne!*

Questa «invisibilizzazione» comincia con questo tipo di riflessioni solitamente rivolte ai vegetariani, come pure con le reazioni di chi nega la sofferenza animale negli allevamenti affermando che «bisogna pur mangiare!». Negare la possibilità di una dieta senza carne significa negare l'esistenza stessa delle persone vegetariane. Si tratta di una violenza simbolica, come lo è ogni negazione di una realtà evidente, che equivale a «Voi non esistete, non dovete esistere poiché il consumo di carne è un imperativo».

La negazione della loro esistenza pare incomprendibile ai vegetariani che si trovano in carne ed ossa di fronte ai loro interlocutori, che hanno sicuramente

Lo scopo della vegefobia, ricordiamolo, è di evitare la messa in discussione dello specismo (poiché esso è ingiustificabile e un dibattito onesto ne distruggerebbe l'importanza apparente) e della pratica specista principale, che è il consumo di carne

La vegefobia ottiene i suoi scopi imponendoci di tacere, ma anche inculcandoci l'idea di non essere legittimati, scoraggiandoci quindi a pensare ciò che comunque pensiamo, scoraggiandoci ad esprimerlo. Noi interiorizziamo la sensazione di essere nel torto, siamo insicuri, tentiamo di evitare lo scontro, di addolcire ciò che pensiamo, etc. Non essendo liberamente noi stessi, come potremmo essere liberi su altre questioni? E anche quando riusciamo a superare queste difficoltà e arriviamo a fare un discorso diretto, senza ambiguità, le prese in giro che suscita hanno l'effetto di convincere l'insieme dei presenti che queste parole sono ridicole e illegittime.

Il vegetariano che tace ad ogni battuta dei suoi colleghi, che a malincuore dà la carne a suo figlio, che nasconde al medico il suo vegetarianismo, che evita di definirsi attivista (e dunque di manifestare pubblicamente la sua solidarietà agli animali); o ancora, il vegetariano che afferma di esserlo per la sua salute o a causa di un semplice disgusto per la carne, il vegetariano che preferisce scambiare ricette invece che parlare degli animali nel piatto degli altri; vedere il vegetariano che mangia carne sotto pressione psicologica o smette finalmente di rinunciarvi: brevemente, questo campionario di vegetariani che in altre circostanze avremmo potuto essere noi, è fatto di vegetariani che abbandonano l'idea di parlare per gli animali e si rassegnano, nel migliore dei casi, a ridurre il loro rifiuto ad una pratica puramente personale. Cedono alla pressione sociale e smettono di lottare contro lo sfruttamento degli animali. E perdendo queste innumerevoli voci a favore della loro causa, gli animali perdono una leva potente per far cessare, un giorno, il loro sfruttamento.

## Quando non ci si accorge della vegefobia o la si nega

Perché tanti vegetariani negano l'esistenza di un impianto sociale generalizzato mirato a farli tacere o a screditare quello che hanno da dire? Perché minimizziamo così spesso il suo impatto?



un bambino, compreso ciò che mangia, può subire un'intrusione da parte del personale educativo. Tantissimi sono i casi di genitori vegetariani accusati di maltrattamenti sui propri figli, con le conseguenze drammatiche che si possono immaginare.

## L'appartenenza presunta ad una setta

Nel 2009 è stato reso noto, in Francia, un rapporto della commissione interministeriale di vigilanza e di lotta contro le derive settarie, in cui si cita la scelta vegetariana come uno degli indizi che permettono di determinare l'appartenenza ad una setta. Il vegetarianismo (e soprattutto il veganismo) desta il sospetto: esso infatti «indebolisce fisicamente» e «rende difficile l'interazione sociale con altre persone esterne al movimento».

Qui si opera un ribaltamento stupefacente della situazione. Si accusa il vegetarianismo di essere una pratica settaria, facendo ciò si marginalizzano i vegetariani, gli si impedisce di nutrirsi correttamente nelle mense pubbliche, data la mancanza di menù adattati, e poi li si rimprovera di non avere interazioni sociali con il «mondo esterno». Si dichiara che il vegetarianismo è invivibile, che indebolisce fisicamente e che minaccia «il potenziale fisico ed intellettuale» del bambino e si ci stupisce che i vegetariani non si fidino della medicina allopatrica e di tutto l'ambiente sanitario. L'ideologia dominante è vegefobica e vuole restare garante dello status quo. Che a nessuno venga in mente di rimettere in discussione la dominazione degli umani sugli altri animali se non vuole imparare a proprie spese che la lotta contro una società profondamente specista non è per niente ad armi pari.

## III. Reazione dei vegetariani nei confronti della vegefobia

### La vegefobia raggiunge i suoi scopi

*Siccome le conversazioni che hanno per soggetto la carne tendono a mettere la gente a disagio, molti vegetariani non fanno proselitismo.*  
Jonathan Safran Foer, *Se niente importa*

già sentito parlare di popoli o persone che rifiutano di mangiare la carne (basti pensare all'India, dove almeno 40 milioni di persone sono vegetariane).

Quando ci fu lo scandalo della mucca pazza e le immagini di mucchi di carcasse fumanti fecero il giro del mondo, la popolazione scioccata invocò una responsabilità collettiva, come se tutti mangiassero la carne e i vegetariani non esistessero.

A forza di sentire dire ovunque che i vegetariani non esistono, questi ultimi si sentono isolati, marginali, anormali. Tuttavia non sono i soli a essere resi invisibili, ma anche tutte le ragioni che li spingono ad adottare lo stile di vita vegetariano: il diniego non riguarda solo la loro esistenza, né la possibilità di vivere normalmente ma anche le ragioni stesse che li spingono a rifiutare il consumo di carne.

## Motivazioni etiche invisibili

*Smettila con il tuo vegetarianismo, a me non piacciono le carote ma mica rompo le scatole agli altri, se le vogliono mangiare, che le mangino!*

Il fatto che i vegetariani agiscano spinti da motivazioni morali viene negato in tutte le maniere possibili. Anche quando la propria scelta vegetariana ha delle motivazioni etiche, il rifiuto morale di mangiare carne viene spesso ignorato e giustificato dagli altri, che vegetariani non sono, con ragioni di gusto, eccesso di sentimentalismo, desiderio di mangiare sano, bisogno di farsi notare o distinguersi dagli altri ecc.

Tale negazione ha uno scopo: spoliticizzare il vegetarianismo, ossia mettere a tacere gli argomenti che potrebbero spiegarlo, annullare la portata contestataria del rifiuto presentandolo come il risultato di una scelta meramente personale.

Il fatto che i vegetariani siano spesso dipinti come degli originali o dei marginali accentua tutto ciò e permette di bloccare efficacemente la diffusione delle idee che essi promuovono. Negando la validità delle motivazioni etiche, attribuendole alla specificità di personalità considerate «fuori norma», si finisce col negarne l'universalità.

## Il relativismo il ritornello della « scelta personale »

*Io rispetto il fatto che tu sia vegetariano, allora tu rispetta il fatto che io mangi la carne.*

Le argomentazioni etiche universaliste invocate dai vegetariani sono sistematicamente ricondotte a delle semplici «scelte personali». Il relativismo consiste così ad affermare semplicemente: uccidere o non uccidere, che ognuno faccia la sua scelta. È la scelta di ciascuno che conta mentre le conseguenze di tale scelta non hanno importanza.

Il relativismo lascia intravedere un barlume di rispetto della scelta dei vegetariani: tutte le opinioni sono certamente rispettabili e la loro non meno di altre. I vegetariani potrebbero essere tentati di accettare questa mano tesa, preferendo il rispetto alla derisione. Tuttavia, il rispetto accordato consiste, ancora una volta, nella richiesta di tacere, di non esporre le ragioni della propria scelta, di non colpevolizzare l'interlocutore e una volta di più di rendere invisibile la sorte che tocca agli animali.

## Il vegetarianismo come « religione »?

Si rispetta il vegetarianismo proprio come si rispetterebbe una religione, perché di quest'ultima non si discute. Invece, ce ne sarebbe da discutere, dato che i vegetariani hanno molti argomenti da vendere in favore della loro scelta a chi si prende la briga di ascoltare. Ma dato che la religione appartiene alla sfera privata di ciascuno, non c'è niente da discutere. Chi infrange questa regola tacita e vuole a tutti i costi provocare un dibattito, viene immediatamente accusato di essere settario ed estremista, anche se il rifiuto di consumare carne non proviene da nessuna rivelazione o verità assoluta: è solo un concatenamento logico di idee perfettamente condivisibili.

In verità, considerare il vegetarianismo come una religione od un sacerdozio, fa parte delle strategie più sottili della vegefobia. Alcune persone esprimono la loro ammirazione per i vegetariani riconoscendo la nobiltà della loro lotta. Mostrandosi condiscendenti e motivati da una sincera curiosità, si interessano volentieri agli aspetti pratici della scelta vegetariana: Cosa mangiate? Dove comprate le scarpe? Tuttavia, ancora una volta, la questione politica è messa da parte. Quando i vegetariani spiegano come sostituire le uova negli impasti per i dolci, non parlano del sessaggio dei pulcini; quando spiegano dove comprano le biscette vegetali, non parlano degli animali sgozzati nei macelli o asfissati sulle barche da pesca. In pratica, se si parla solo degli aspetti pratici del vegetarianismo, la sofferenza degli animali rimane ancora invisibile. Ma se non sono i vegetariani a parlare della questione animale, chi altri lo farà?

## 3. Le discriminazioni istituzionali

### La discriminazione in ambito medico

Moltissimi vegetariani si scontrano con le affermazioni perentorie dei loro medici; numerose testimonianze mettono a nudo uno degli aspetti più problematici della realtà: chi mangia vegetariano non riceve le cure cui ha diritto.

Molto spesso, infatti, i medici disapprovano la dieta vegetariana e nello stesso tempo sono totalmente incapaci di fornire dei consigli o prescrivere analisi complete ed adeguate: tutto ciò evidenzia una totale impreparazione e delle lacune della formazione nei campi dell'alimentazione e della nutrizione. Di fronte a medici impacciati ed incompetenti, ci sono due opzioni possibili.

La prima è ammettere di seguire una dieta vegetariana, con il rischio di sentirsi dire che tutti i problemi di salute sono imputabili a questo fatto. Comunque vada, il vegetarianismo verrà considerato come la causa della malattia e questo potrebbe portare ad errori di diagnosi anche gravi.

La seconda opzione è quella di nascondere di essere vegetariani, ma il rischio è quello di non essere curati né consigliati adeguatamente. Molti vegetariani evitano di dire ai medici di essere vegetariani per paura di farsi rimproverare. Tuttavia, più medici avranno a che fare con vegetariani, più saranno stimolati a rivedere i loro pregiudizi e quindi ad agire in conseguenza.

Il vegetariano si sente vulnerabile di fronte al medico poiché da quest'ultimo dipende la sua salute. Il medico è colui che sa e che dunque rassicura. La vegefobia raggiunge quindi facilmente il suo scopo dato che molti vegetariani hanno abbandonato il vegetarianismo su consiglio del medico.

## I genitori vegetariani, prime vittime di discriminazione

Il vegetarianismo è spesso stigmatizzato ed i vegetariani sono trattati da irresponsabili: mettono in pericolo la loro salute, hanno delle carenze, dicono sciocchezze. E soprattutto sono degli irresponsabili nei confronti dei loro figli: con il pretesto della protezione dell'infanzia ci si immischia tranquillamente nella vita delle famiglie, anche se in altre occasioni questa intrusione sarebbe vista come un abuso.

La marginalizzazione del vegetariano, descritta più su, ha un impatto importante sulla percezione dei genitori vegetariani. Il ritratto che ne viene fornito dai media crea una separazione tra loro ed i lettori, che non possono in alcun caso identificarsi con essi, dato che appaiono come totalmente fuori norma. Uno dei rimproveri comuni rivolti ai genitori vegetariani è quello di non consultare i medici allopati e di rivolgersi invece a chi pratica le medicine alternative. Ora, la maggior parte dei medici convenzionali non è in grado di consigliare correttamente un vegetariano e ancor meno un vegan per quanto riguarda l'alimentazione.

I vegetariani non si pongono ai margini di loro spontanea volontà: è la società ad escluderli a causa del loro rifiuto di sfruttare gli animali.

Le famiglie vegetariane sono le prime ad essere toccate da questa forma di vegefobia ed è importante che ricevano sostegno. Infatti, se non è possibile costringere un adulto a consumare carne, tutto ciò che riguarda l'educazione di