

**A: 動物肉は残すとかわいそうなので肉が好きな人にあげたりして食べています。しかし明らかに身体に悪いと思える動物肉を他人にあげる行為になんとか疑問を感じてきました。どうするのがベストでしょうか。**

A: もしも自分の飼っている犬、仮に「ポチ」が肉片になって、お皿の上に乗っていたら・・・と具体的に考えてみると、ポチの肉片を自分は口にできるか？人がポチを食べるのを見て、どう感じるか？と考え、どうしたらいいのか、一人ひとり答えが見つかるのでは・・・と思います。  
ちなみに、私は自分の手元に来たお肉やお魚は、基本的には土に埋めて、心の中で追悼の意を表しています。  
肉は動物であって、食べるものではないと私は思うので、私は人に食べさせることはしないです。友達にポチを食べるようにすすめると考えたら、やはり友達に(もちろんポチにも、自分にも)申し訳なくないでしょうか？

**Q: クジラやイルカを食べる人はみんな、「イルカやくじらが増えすぎると魚を食い荒らしてしまうので海の生態系がくずれてしまう。そういう害獣は頭数を減らすためにも人間が捕って食べるのは正しいことなんだ」といいます。**

**イルカや鯨は本当に害獣なんですか？**



A: 害獣とは害のある獣の事です。いったい誰が何に対して害をなしたというのでしょうか。  
生態系の中にいない命などありません。  
すべての生き物にとって唯一の害獣は人間です。  
多種を圧迫して今日も絶滅させつづけ、森を焼き、海を腐らせ、空を汚します。  
原子力や核兵器を作り、動物だけでは足りずに戦争と言う共食いを好みます。

人間に動物達を【害獣】と呼ぶ資格はありません。

**Q. 動物だって殺しあう。肉食獣は草食獣を殺して食べる人が動物を食べるのは、食物連鎖の正しい行為だ。**

A: 人間を「万物の霊長」とか「神の生き写し」とか「理性的存在者」などと言う人がいますね。  
まるで特権的地位を主張するような人もいます。そのような人が、ここで突然「根本においては同じ動物であり、なんといっても動物はお互いに食べ合う」と、いきなり動物に戻るのでしょうか。肉食に関して、人間と動物になんら類似性はありません。



真性肉食獣は肉を食べなければなりません、人間は違います。人間は豊かですから食べ物を選べますが、動物はできません。人間は道徳的に振る舞えますが、動物はできません。  
つまり人間は、道徳的に振る舞えない動物を道徳的にお手本としてみることはできないのです。

**Q:ベジタリアンは野菜しか食べないんでしょう？毎日野菜ばかり食べているのですか？**

ベジタリアンというと、野菜しか食べない人と言う意味にとらえられがちですが、イギリスのヴェジタリアン協会によると、ベジタリアンの語源は英語の野菜を意味する【ベジタブル】ではなく、ラテン語の【VEGETUS】(ラテン語で活気有る・生命力に満ち溢れた)と言う語源から来ているそうです。

日本では菜食主義者(菜食者)と訳されるのでベジタリアンが野菜だけを食べているという誤解を与えていますが、これはベジタリアンの実態を反映していない訳語です。

つまり、ベジタリアンの本義は「健康で活力のある人」であり、「そうなるために肉食を避ける者」であるということで、VEGETUSとは、「動物を屠殺、もしくは傷付けて得られる食品」を食べない人々のことです。

その思想をヴェジタリアニズム(vegetarianism)、ベジタリアン主義といいます。

ベジタリアンの食べ物は肉以外ですので、米、玄米、五穀(ひえ、あわ、麦...など多種)それに各種イモ類などの穀物類、豆類、海藻類、それに加えて野菜や果物などの種類などを入れると、動物とはちがってものすごく多い種類の食物があります。

**Q:肉食がダメというよりも、工業畜産の形態に問題がある。したがって畜産はみんな自然農法にするべき。劣悪な環境で育てられた家畜はかわいそうなので、肉の値段が少し高めでも私は国産の自然農法で育てた家畜を食べるようにしていますので、問題はないと思っています。**

確かに産業動物として生産させられた固体は愛情をかけられることもなく、劣悪な環境で育てられ、殺される時まで外に出られません。

それに比べ、自然農法で愛情をかけて育てられた動物は、多少なりとも人間になつきます。ヤギや子牛が酪農家になつて愛を返しているという話もよく聞きます。

大切に育てられてもその目的が食肉である以上、最後には産業動物として育てられた家畜と同じ食肉処理場に運ばれてゆきますので結末は一緒です。親とも思って愛した人が、自分を屠殺場へ送り込む。最期の瞬間、動物達は何を思って亡くなったでしょうか。

まだ生きたいと願っている命を絶たれ、信用していた人間に裏切られる動物の哀れさを考えると、自然農法だから殺されてもよいという理由になるでしょうか。



**Q: 植物にだって命がある。動物だけ食べないというのは、おかしいではないか。植物も動物も平等にすべきです。**

A: 植物にも生命があります。感情もあります。

愛情をかければそれなりに育ち、憎しみを込めて育てた花はすぐ枯れると言う報告もあります。

でも、リンゴをもぐように、鶏の首をしめあげて殺せるでしょうか？

できると言う方は屠殺場で、実際の「殺し」を自ら体験し、自信をもって肉食を続けられることをお勧め致します。

トマトをもぎとる気分で鳥を殺せるのかどうか。稲を刈る気分で牛を殺めるのかどうか。芝生を踏むのと小鳥を踏むのは同じ気分かどうか。

本当に平等だとお感じになる方は迷わず肉食主義をつらぬかれています。



**Q: 動物達に成仏してねと思いつつ、残さず食べてあげるのも供養かと思うのですが？**

A: もちろん、すでに殺されてしまった動物達を粗末にするのは、とんでもないことです。

でも、もう1歩踏みこんで考えてみませんか？

殺人犯が、『殺すけど、あとでちゃんと供養するからいいでしょう』と言って、世の中がゆるすでしょうか？残された遺族は、納得するでしょうか？

私達は肉を食べなくては死ぬというわけではないのですから、供養するくらいなら始めから殺さないのがよいのでは？

**Q: 動物にはカルマがあり、人間は動物を食べる事によってその動物のカルマを解消してあげているのでは？**

A: もしそうだとしたら、畜生界の食物連鎖に人間が参加していると言う事になります。畜生と同列なわけです。これは**マハトマガンジー**も言っています。

そして、殺して食べてカルマを解消してあげても、間違いなくカルマを背負うことになります。

もし、殺す事によって相手のカルマを解消する事を善の行為とするならば、

地下鉄サリン事件で有名なオム教の『ポアしなさい』という行為を認めることになります。

(教祖: 麻原彰晃がとなえる救済計画として毒ガスやサリンなどを撒き、無差別殺人を行った。ポアの意味は悪業を積んでいる場合はそれ以上積ませないため殺害するという麻原彰晃の説法)

**Q:お肉を食べる時、感謝して食べていますので問題はないと思いますが？**

A:動物に何かしてもらったならば動物に感謝をしなければなりません。しかし動物からは強引に命を奪っている(動物が自殺のごとく食べられるために献体したのではありません。)何かを強引に奪ったものは罪になります。命を奪ったら感謝ではなく、謝罪または懺悔でしょう。



**Q:動物と人間は違う。**

A:動物は血の通った体を持ち、性格を持ち、殺される恐怖もあり、屠殺(とさつ)される時は激しく抵抗し、涙を流して泣きます。屠殺された牛や豚の死体は人間の死体となんら変わりがありません。あきらかに人間に近い生き物です。



**Q:肉を食べない生活を続けると、つかれやすくなったり力が出ないのでは？**

A:肉を食べると力が出ると思えるのは肉に含まれる尿酸のためです。動物の老廃物の尿素と尿酸を大量に含んでいます。尿酸、別名尿酸化合物三酸化プリン、カフェインや、尿酸化合物二酸化プリンと同じく、一時的に興奮しますので力が出たように思えますが、実は大量に筋肉を疲労させます。疲労と老化をもたらし活力を損失させます。肉を食べる方がつかれやすく、力がでなくなるのです。持久力は菜食の方が断然アップします。オリンピック水泳で4つの金メダルを取ったマレーローズ、マラソンのアベベ、カールルイス、テニスのナブラチロワ、陸上競技のモーゼスといった世界的に有名な多くのスポーツ選手が、人間が本来もっている能力を最大限に生かすために菜食主義を実践しています。

また、肉のかたまりは消化されるのに数時間かかり、刺激物も解毒されるのに同じくらいかかるのでエネルギー低下の原因となります。ミシガン州立大学の故L.H.ニューバーグ博士は、全体の25%が肉で占められた食事を与えられたネズミは、普通の餌を与えられたネズミよりも大きくなり行動も活発であることを指摘しました。ところが数ヶ月後、肉食のネズミは肝臓をひどく冒されてしまいました。肉類の摂取によるガン・糖尿病・心臓病・高血圧などは肉類を一切採らない人々よりも発生率が高いという事は周知のとおりです。

(参考資料:ニュースタート健康法 医学博士 O.S.パレット「どうしてお肉を食べないの」より)

**Q:自分ひとりが肉食をボイコットしたとてなんの力になるうか。**

A:私も肉食の時はそう思っていました。

しかし、一人の人間が肉食をやめれば、年間80頭の動物が屠殺されずにすみます。またそういう行動が、まわりの人たちの気づきのきっかけともなるかも知れません。そしてそれが一定の数に達した時、**猿の芋洗いのように**(下記 参照)世界がかわってゆきます。そしてそれは地球や生命への影響力は大きいのです。

#### 猿の芋洗い現象

ある所で1匹の猿が芋を海水で洗って食べて見ると美味しかったのでその食べ方を真似して島中の猿に伝わっていききました。それが一定の数に達した頃、何万キロも離れた猿の意識に伝わり、遠く離れた猿が、芋を海水で洗って食べるという異例の行動をしはじめました。生科学者ライアル・ワトソン「ある群の個体が新しい行動や文化を受け入れる。そして、その数が群の一定数を超えると突然他の群にもその行動や文化が伝わり広まっていくのだ。」これは潜在意識の中で他の生命体とつながっていると言う事を証明しています。

**Q:自分は毎日あえぎ苦しみながら人生を生きていて、食べる自由までうばわないでほしい**

A:いま飽食の時代に食べる事でストレスを発散している方が多いですが、この体は過去食べたものの蓄積の結果です。太る食べ物ばかり食べる人は太っており、肉食する人は気分、コレステロール、屍肉特有の悪玉菌発生によるさまざまな成人病、ガンなどの原因を作ります。食生活(たべ方)もまたその人自身の気質を表しています。厳格に食べ物を選ぶ事は自分を大切にする(自分を愛する)ことにもつながります。イライラするからたばこを吸う、むしゃくしゃするから肉を食べる、では人生の課題を置き去りにして一時的な逃避にすぎないと私は考えます。また、本心から理解するまでは禁煙もむずかしいように、肉食も本心から考え直して理解することが必要だと思えます。

**Q:肉食しなくても健康は守られますか？**

**栄養のバランスが悪いから体に支障が来るのでは？**

A:本来人間は、穀物と少量の豆類で、たんぱく質のもととなる必須アミノ酸を全て摂取できます。人類は穀菜食が適しており、肉食をしなくても健康に生きていけますが現在の日本ではあまり知られていません。

肉食は解毒のため腎臓などに負担をかけるので様々な病気の原因を引き起こします。また、屠殺時の恐怖により分泌されたアドレナリンも残留しているので、食すると穏やかな心を保つのがむずかしくなり、怒りやすく切れやすい性格になります。

**Q:ベジタリアンが増える事によって食物連鎖にどのような影響を与えるのですか？  
人間がみんな草食になれば地球の植物は全滅するのではないのでしょうか？**

A:このまま肉食を続けているほうが、穀物の生産量は増え続け、植物の全滅危機の可能性が  
あります。

牛肉1kgを生産するためには16kgの穀物が必要です。

地球上には現在200億頭もの家畜がいますが、この数は世界総人口の3倍以上ですので肉の生  
産を減らせば穀物の消費も減り、またその分、発展途上国で飢餓に苦しんでいる人達にまわすと畜  
産で使われていた穀物分で途上国の飢餓を充分救えます。詳しくは**肉食をやめたワケ「飢餓に苦し  
む人々」**をお読みください。

**Q:ペットを飼っています。  
ペットも菜食主義にさせるべきでしょうか**

A:動物は、人間のように善悪の判断ができず、ただ自然の本能に基づいて行動する  
ので、動物に責任ありません。

ですので私の場合は、動物の生態は尊重しています。

ただ間違いやすいのは、だから人間も肉食をしても良いものなのだと思います  
ところがこの問題の隠れたメッセージです。

猫は猫の食べ物があり、ライオンはライオンの食べ物を食べたいと思います。

猫が肉食するから自分も肉をたべていいのでは？と言うことはおかしいですね。

自分が菜食だから愛するペットのライオンにも菜食を・・・と言う人はペットを飼わなければいいと思  
います。(ペットの種類によってはエサを間違えると死亡します。)

私達のように猛獣ではなく、進化してきた人間、しかも、未開の土地ではなく肉以外にも食べ物があ  
ふれている状況になってきた私達にとって、とどめのない飽食による肉食は、体内だけではなく、地  
球規模でのなんらかの形でしわ寄せが来ると言う事を知っておかねばなりません。



**Q:ベジタリアンは紙を使うのもやめてください。ガソリン使うのもやめてください。  
そうでなければ菜食主義っていうのは偽善だな。**

A:もしベジタリアンが偽善なら、肉食者のことはなんと呼べばよいのでしょうか？

私達は皆、他に迷惑をかけなければ生きてゆけない存在です。

その「迷惑」を、少しでも減らせれば・・・というのが菜食者の心です。

質問者さんのように、肉食を否定するならば虫も殺すな、道も歩くな、生き物たちの生活を奪って、  
バイクや車、電車に乗っているならアスファルトの上を歩くこともするな、偽善め。と言う方が本当に  
多いです。

そのような議論は、英語でいう「All or nothing」。

(すべてやる、それが無理なら何もやらない)。・・・極論です。

それに対して、私達ベジタリアンの考え方は、「Better than nothing」。

(なにもやらないよりは、まし)という考え方です。

**Q:犬猫などのペットとは違い、牛や豚などは食べるために作った動物なのでは？**

A:日本では犬や猫を愛玩動物と置いていても、外国ではそれらを食べるものとして見ている国もあります。また、日本は馬やクジラやイルカを食べますが、外国から見ると、犬・猫を食べていると同等に残酷な事なのです。牛などはインドでは神とあがめられ、絶対に手をかけることはありません。畜産動物に生まれようが、ペットとして生まれようが、どちらも同じ生き物には変わりありません。国が変われば価値観が変わるのに人類がどんな動物を食べて良いといたい誰が決めることができるのでしょうか？

国や地域の風習や地域によって異なる価値観、先入観の無い自然界のレベルから見ると、ペットを殺す行為と、家畜を殺す行為はまったく同じものだと思います。

**Q:なぜ もどき肉 があるのですか？  
肉に未練があるのなら肉を食べればいいのでは？**

A:いずれ皆さんが菜食して、素朴になっていけばだれもがシンプルな精進料理に落ちつくのかもしれませんが。

しかし、現状はお肉やお魚を食べるのが好きな人も多く、なじみのあるメニューを食べ続けたいという気持ちがある人も多いわけなんです。その方々が一気に質素な精進食に転換するというのは無理なので、もどき料理が重宝なのだと思います。

いろいろな価値観、いろいろな家庭事情、味覚の好みがありどんな人でも、少しずつベジに移行できるように、ということを考えているわけなんです。

