

Percy B. SHELLEY

W OBRONIE DIETY NATURALNEJ*

Całość nauki, którą stworzył człowiek, streszcza się w jednym pytaniu: Jak pogodzić przewagę, jaką niosą intelekt i cywilizacja, z wolnością i czystą przyjemnością, które płyną z życia zgodnego z naturą? W jaki sposób czerpać korzyści z porządku, który został wpleciony w całą strukturę naszego życia, i odrzucać zło zeń płynące? Jestem przekonany, że powstrzymywanie się od spożywania żywności pochodzenia zwierzęcego i trunków spirytusowych w znacznej mierze uzdolniłoby nas do rozwiązania tej ważnej kwestii.

Prosty nasz żywot wymaga niewiele,
I smak nasz zdrowy tu się nie podściele,
Pod stopy zbytku, co ten świat pustoszy,
Pragnąc go zdobyć. Tu w cichej rozkoszy
Z swemi się dziećmi natura rozgości.

Percy B. Shelley, *Epipsychidion*¹

Synu Ijapetowy, co wszystkich
rozumem przewyższasz,
cieszysz się ognia kradzieżą i tym,
żeś oszukał me serce –
wielkie tobie zmartwienie i ludziom,
co się narodził:
zło im ofiaruję za ogień i oni wszyscy
w sercach swych się ucieszą
i zło swe ukochają.

Hezjod, *Prace i dni*²

Uważam, że zepsucie fizycznej i moralnej natury człowieka zaczęło się od nienaturalnych nawyków w jego życiu. Początek człowieka, tak jak początek wszechświata, którego jest on częścią, okrywa nieprzenikniona tajemnica. U początku ludzkości, jej następujących po sobie pokoleń, albo leży jakaś konkretna przyczyna, albo przyczyny takiej nie ma. Ciężar dowodów na rzecz

* Podstawa przekładu: Percy Bysshe Shelley, *A Vindication of Natural Diet: Being One in a Series of Notes to „Queen Mab”(a Philosophical Poem)*, F. Pitman – John Heywood – Offices of the Vegetarian Society, London–Manchester 1884. O ile nie wskazano inaczej, przypisy pochodzą pod tłumacza

¹ P. B. S h e l l e y, *Epipsychidion*, w: *Poeci angielscy (Wybór poezji)*, tłum. J. Kasprovicz, Księgarnia H. Altenberga – E. Wende i Spółka, Lwów–Warszawa 1907, s. 276.

² H e z j o d, *Prace i dni*, w. 54-59, tłum. J. Łanowski, w: tenże, *Narodziny bogów (Theogonia). Prace i dni. Tarcza*, Prószyński i S-ka, Warszawa 1999, s. 62.

każdego z tych przypuszczeń wydaje się właściwie taki sam; poza tym jest absolutnie nieistotny dla argumentacji, jaką tu podejmuję. Język mitologii niemal wszystkich religii zdaje się jednak wskazywać, że w jakiejś odległej przeszłości człowiek porzucił ścieżkę natury i poświęcił niewinność oraz szczęśliwość swojego istnienia na rzecz pragnień nienaturalnych. Wydaje się też, że czas, kiedy do tego doszło, był zarazem czasem wielkiej zmiany klimatycznej na ziemi, zmiany, z którą wydarzenie to wykazuje wyraźną zbieżność. Alegoria Adama i Ewy, którzy spożyli owoc z drzewa zła, co wywołało skutki dla potomności w postaci Bożego gniewu i utraty życia wiecznego, nie ma innego wytłumaczenia niż fakt pojawienia się choroby i występuku, których źródłem okazał się przeciwny naturze sposób odżywiania się. Milton był tego tak głęboko świadomy, że kazał Rafaelowi przedstawić konsekwencje nieposłuszeństwa Adama:

Natychmiast miejsce przed oczy się jawi
Smutne i mroczne, a zgiełkliwe wielce,
Które szpitalem się zdało; leżeli w liczbie ogromnej chorzy słabujący
Na wszystkie, jakie zna świat, przypadłości;
Spazmy okrutne, straszliwe cierpienia,
Nudności, serca choroby śmiertelne,
Wszelkie gorączki, konwulsje, katary,
Epileptyczne przypadłości, kamień
Wewnętrzny, wrzody, kolka, opętanie
Przez diabła, także melancholia ciężka
I księżycowe szaleństwo, niszczący
Uwiał, słabości ciała i szeroko
Zabijająca zaraza morowa,
Wodna puchlina i astma, reumatyzm
Wykręcający stawy³.

A ileż tysięcy więcej chorób można by jeszcze dodać do tego zatrważającego katalogu!

Podobnie opowieść o Prometeuszu, chociaż powszechnie uznaje się ją za alegoryczną, nie została jeszcze w zadowalający sposób wyjaśniona. Prometeusz ukradł ogień z niebios, a za swoją zbrodnię został przykuty do skały Kaukazu, gdzie codziennie orzeł wyjadał mu wątrobę, która odrastała, by zaspokajać głód ptaka. Hezjod mówi, że przed czasami Prometeusza człowiek wolny był od cierpienia; ludzie cieszyli się pełną wigoru młodością, śmierć zaś, kiedy nadchodziła po długim okresie życia, była niczym sen i delikatnie

³ J. M i l t o n, *Raj utracony*, ks. XI, w. 587-602, tłum. M. Słomczyński, Zielona Sowa, Kraków 2006, 335n.

zamykała im powieki. I znowu przekonanie to było tak powszechne, że Horacy, poeta czasu cesarza Augusta, pisał:

Audax omnia perpeti,
Gens humana ruit per vetitum nefas,
Audax Iapeti genus
Ignem fraude mala gentibus intulit,
Post ignem æthereâ domo
Subductum, macies et nova febrium
Terris incubuit cohors
Semotique prius tarda necessitas
Lethi corripuit gradum⁴.

Jakże prostym językiem zostało wszystko to wypowiedziane. Prometeusz, który symbolizuje rodzaj ludzki, doprowadził do wielkiej zmiany w kondycji jego natury i zaczął używać ognia w celach kulinarnych, odkrył zatem sposób na to, jak ukryć grozę jatki i nie dopuścić do odrazy, jaką ona wywołuje. Od tej chwili jego organy wewnętrzne zaczął wyžerać orzeł choroby. Trawiła go ona w swojej obmierzłej, nieskończonej różnorodności, powodując wyniszczający duszę, nieustannie powracający lęk przed przedwczesną i gwałtowną śmiercią. Ze zniszczenia zdrowie niosącej niewinności wyrosły wszelkie wady. I to właśnie wtedy, gdy rozum na próżno usiłował nadać kierunek rozbudzonej namiętności, poznano, co znaczy tyrania, zabobon, handel i nierówność. Tę część kwestii zakończę cytatem z pracy pana Newtona *Defence of Vegetable Regimen*⁵, to od niego bowiem zapożyczyłem powyższą interpretację mitu o Prometeuszu.

„Jeśli przyjmiemy pewną transpozycję zdarzeń opisanych w tej alegorii, możliwą po upływie pewnego czasu, gdy ważne prawdy, które ów fragment antycznej mitologii miał z założenia przekazywać, uległy zapomnieniu, to sens owej historii wydaje się następujący: W chwili stworzenia człowiek obdarzony został darem wieczystej młodości; nie był zatem uformowany tak, żeby być stworzeniem chorowitym i cierpiącym, jakim widzimy go dziś, lecz żeby cieszył się zdrowiem i żeby powoli, stopniowo wnikał ponownie w swoją rodzicielską ziemię bez choroby czy bólu. Prometeusz uczył jako pierw-

⁴ „Do znoszenia wszystkiego śmiale / plemię ludzkie rozbija występów szranki; // Ród Japeta beczelny przyniósł / ludom ogień zyskany podstępem niecnym. // Po tej ognia kradzieży z wyżyn / niebios nowy gorączek i suchot hufiec // spadł na biedną tę ziemię naszą, / a ponowna konieczność odległej niegdyś // śmierci kroki swe przyspieszyła”. *Horacego ody, satyry i listy*, ks. I, III, „Do okrętu mającego zawieść Wirgiljusza do Aten”, w. 25-33, tłum. M. Motty, J. Leitgeber, Poznań 1896, s. 8. Zachowano pisownię oryginalną.

⁵ Zob. J.F. N e w t o n, *The Return to Nature, or, A Defence of Vegetable Regimen: With Some Account of an Experiment Made During the Last Three or Four Years in the Author's Family*, Forgotten Books, London 2018.

szy wykorzystywania pokarmu pochodzącego od zwierząt (primus bovem occidit Prometheus⁶) i używania ognia, który pozwalał pokarm ów uczynić łatwiejszym do strawienia i przyjemnym dla zmysłu smaku. Zeusa oraz innych bogów, którzy przewidywali, jakie będą owych pomysłów konsekwencje, krótkowzroczne działania nowo uformowanego stworzenia bawiły bądź też irytowały, bogowie pozwolili mu zatem doświadczyć bolesnych skutków tych działań. Pojawiło się zatem pragnienie, ów konieczny towarzysz diety mięsnej” (a być może wszelkiej diety skażonej obróbką kulinarną); „zaczęto używać wody, a człowiek utracił nieoceniony dar zdrowia, który otrzymał z niebios; i dotknęły go choroby, jego udziałem stała się egzystencja przygodna, niepewna i przestał ku swojemu grobowi zmierzać krokiem powolnym”.

Lecz słusznych mu boleści rozpusta udziela;
Każda śmierć w nim swojego wylęła mściciela,
A gdy się krwi niesytą namiętnością wścieka,
Straszny znajduje potwór na sobie, człowieka⁷.

Nie tylko ludzie dotknięci zostali boleścią, ale również zwierzęta, które człowiek skaził swoim towarzystwem albo znieprawił swoją władzą. Wolne od boleści są dzikie świny, muflony, bizona i wilki, i bez wyjątku padają albo od przemocy zewnętrznej, albo wskutek naturalnie osiągniętej starości. Udomowione świny, owce, krowy i psy żyją tymczasem dotknięte niewiarygodną liczbą różnorodnych dolegliwości i, tak jak kaziciele ich natury, mają swoich lekarzy, którzy prosperują na ich nieszczęściu. Owa wyższość człowieka jest, niczym wyższość Szatana, wyższością poprzez ból; większość zatem przedstawicieli gatunku ludzkiego, skazana na nędzę, chorobę i występki, ma powód, by przeklinać ów niefortunny zbieg okoliczności, który dzięki uzdolnieniu człowieka do komunikowania swoich doznań, wyniósł go ponad poziom innych zwierząt. Kroki, jakie zostały wówczas poczynione, są jednak nieodwracalne. Całość nauki, którą stworzył człowiek, streszcza się w jednym pytaniu: Jak pogodzić przewagę, jaką niosą intelekt i cywilizacja, z wolnością i czystą przyjemnością, które płyną z życia zgodnego z naturą? W jaki sposób czerpać korzyści z porządku, który został wpleciony w całą strukturę naszego życia, i odrzucać zło zeń płynące? Jestem przekonany, że powstrzymywanie się od spożywania żywności pochodzenia zwierzęcego i trunków spirytusowych w znacznej mierze uzdolniłoby nas do rozwiązania tej ważnej kwestii.

Anatomia porównawcza uczy nas, że człowiek pod każdym względem przypomina zwierzęta owocożerne, a pod żadnym względem nie jest podobny

⁶ P l i n i u s z, *Naturalis historia*, ks. VII, rozdz. 57 (przyp. autora).

⁷ A. P o p e, *Wiersz o człowieku*, List III, IV, w: tenże, *Poematy. Wybór*, tłum. L. Kamiński, Universitas, Kraków 2002, s. 89.

do mięsożernych: nie ma pazurów, którymi mógłby chwycić zdobycz, ani wydatnych, ostro zakończonych zębów, żeby rozrywać żywe włókna. Mandaryn najwyższej klasy, o paznokciach długich na dwa cale, nie zdołałby utrzymać w nich nawet zająca. Po zaspokojeniu swojego łakomstwa byk zostaje zdegradowany do wołu, a baran do skopa, a dzieje się to przez nienaturalną, nie-ludzką operację, przeprowadzaną po to, żeby zwiotczały włókna zwierzęcego mięsa stawiały mniejszy opór zbuntowanej naturze człowieka. Dopiero dzięki zmiękczeniu martwego ciała i zmianie jego wyglądu przez obróbkę kulinarną staje się ono możliwe do przeżucia czy strawienia, a widok jego krwawych soków, ów czysty horror, nie wzbudza nieznosnej odrazy i obrzydzenia. Niechby obrońca spożywania pokarmów zwierzęcych zmusił się do przeprowadzenia eksperymentu rozstrzygającego, czy rzeczywiście nadają się one do jedzenia, i – jak zaleca Plutarch – rozerwał żywe jagnię zębami, a następnie zatopił głowę w jego wnętrznościach i zaspokoił pragnienie jego gorącą krwią; a po czynie owym straszliwym niechby zwrócił się do nieodpartych instynktów natury, które by się przeciw niemu postawiły, i rzekł „To natura uformowała mnie do takiego działania”. Wtedy i tylko wtedy byłby konsekwentny.

Człowiek nie przypomina żadnego zwierzęcia mięsożernego. Zwierzęta roślinożerne bez wyjątku, chyba że będzie nim człowiek, mają wypuklenia okrężnicy.

Jeśli wziąć pod uwagę liczbę i kolejność zębów, to orangutan przypomina człowieka w sposób doskonały. Jest on najbardziej antropomorficzny spośród całego plemienia małp, które jest ściśle owocożerne. Nie ma innego gatunku zwierzęcego, który wykazywałby podobną analogię⁸. U wielu zwierząt owocożernych kły są ostrzej zakończone i bardziej wydatne niż w przypadku człowieka. Podobieństwo żołądka ludzkiego do żołądka orangutana jest również większe niż jego podobieństwo do żołądka jakiegokolwiek innego zwierzęcia.

Także jelita ludzkie są identyczne jak u zwierząt roślinożernych i wykazują dużą powierzchnię absorpcyjną oraz okrężnicę z obszernymi wypukleniami. Jelito ślepe, chociaż krótkie, jest większe niż u mięsożernych i nawet w tym przypadku zachowane zostaje podobieństwo do orangutana.

Struktura anatomiczna człowieka w każdym swoim zasadniczym szczególnie jest więc przystosowana do diety czysto roślinnej. Prawdą jest, że niechęć do unikania pokarmów pochodzenia zwierzęcego u tych, którzy przez długi czas nawykli do dostarczanych przez nie bodźców, jest u niektórych ludzi słabego umysłu tak wielka, że rzadko da się ją przezwyciężyć; to wszystko jednak

⁸ Zob. G. Cuvier, *Leçons d'anatomie comparée*, t. 3, s. 169, 373, 448, 405, 480; hasło „Man”, w: *The New Cyclopaedia, or Universal Dictionary of Art, Sciences and Literature*, red. A. Rees (przyp. autora).

ciągle jeszcze zbyt mało, żeby udowodnić jakąkolwiek tezę. Owca, którą załoga statku przez jakiś czas żywiła mięsem, po zakończeniu rejsu nie chciała powrócić do swojej naturalnej diety. Są liczne przypadki koni, owiec, wołów, a nawet gołębi grzywaczy, które nauczono żywić się mięsem, tak że zaczęły odczuwać wstręt do swojego naturalnego pokarmu. Od mięsa zwierząt małe dzieci najwyraźniej wolą ciasto, pomarańcze, jabłka i inne owoce, aż wskutek skażenia ich organów trawiennych swobodne żywienie się warzywami zaczyna łączyć się z poważną czasową niedogodnością; mówię c z a s o w ą, ponieważ nigdy nie było przypadku, żeby przejście od napojów spirytusowych i pokarmów pochodzenia zwierzęcego do warzyw i czystej wody ostatecznie nie wzmocniło ciała przez złagodnienie i uzgodnienie jego soków i nie przywróciło umysłowi pogody ducha oraz elastyczności, jakich obecnie brak organizmowi nawet jednego na pięćdziesięciu ludzi. Równie trudno jest zaszczerpić dzieciom upodobanie do mocnych trunków. Każdy chyba ma w pamięci twarze wykrzywione pierwszym kieliszkiem porto. Naturalny instynkt nigdy się nie myli; decydować jednak, że pokarm odzwierzęcy jest właściwy, czyniąc to na podstawie wypaczonych apetytów, które powstały wskutek narzuconego przyjmowania takich właśnie pokarmów, to jakby czynić przestępcę sędzią w swojej własnej sprawie; to nawet coś jeszcze gorszego, to jakby odwoływać się do opinii odurzonego pijaka w kwestii zdrowotnego charakteru brandy.

Co jest przyczyną patologicznego oddziaływania w przypadku organizmu zwierzęcego? Nie jest nią powietrze, które wdychamy, inni ludzie też je bowiem wdychają, a pozostają bez szwanku na zdrowiu; nie jest to woda, którą pijemy, jeśli czerpiemy ją ze źródeł wolnych od powodowanych przez człowieka zanieczyszczeń i leżących daleko od jego wynalazków, piją ją bowiem również zwierzęta; nie jest to ziemia, po której stąpamy, ani niczym niezakłócony widok wspaniałej przyrody, lasu, pól czy ogromu nieba i oceanu; nie jest to nic, co mamy wspólnego z niedotkniętymi chorobą mieszkańcami lasu lub co czynimy tak, jak oni. Musi to być zatem coś, czym się od nich różnimy – nasz nawyk obróbki jedzenia przez poddawanie go działaniu ognia, tak że nasz apetyt przestaje być sprawiedliwym kryterium oceny, czy zaspokajany jest w sposób właściwy. Instynkt ów, pozwalający wszystkim innym zwierzętom ocenić, który pokarm jest dla nich naturalny, pozostał jedynie w dzieciach i nigdzie indziej nie ma jego śladu, a w rozumnych, dorosłych osobnikach naszego gatunku został tak doskonale zatarty, że konieczne stało się zachęcanie ich do zastanowienia się, czy anatomia porównawcza aby nie dowodzi, że jesteśmy z natury owocożerni.

Zbrodnia jest szaleństwem. Szaleństwo jest chorobą. Jeśli uda się odnaleźć przyczynę choroby, korzeń wszelkiego zła i nieszczęścia, które od tak dawna okrywają cieniem glob ziemski, ukaże się wyraźnie i będzie można wziąć go pod topór. Wszystkie wysiłki człowieka, poczynwszy od tej chwili,

można uznać za troskę o czysty zysk dla jego gatunku. Żaden zdrowy umysł w zdrowym ciele nie zdecyduje się na dokonanie rzeczywistej zbrodni. Tylko człowiek, którym rządzą gwałtowne namiętności, ktoś o nabiegłych krwią oczach i nabrzmiąłych żyłach, może chwycić za nóż, żeby dokonać morderstwa. System prostej diety nie obiecuje żadnych utopijnych korzyści. Nie jest po prostu reformą prawa, podczas gdy gwałtowne pasje i złe skłonności serca ludzkiego, które jest jej źródłem, nadal pozostają niezaspokojone. Uderza natomiast w sam korzeń zła i jest eksperymentem, który można starać się z powodzeniem wprowadzić, a mogą to uczynić nie tylko całe narody, ale również małe społeczności, rodziny, a nawet jednostki.

Nie było wypadku, żeby powrót do diety roślinnej spowodował choćby najmniejszą krzywdę: w większości wypadków przynosi on zmiany niezaprzeczalnie pozytywne. Jeśli narodziłby się kiedyś lekarz o geniuszu Locke'a, to jestem przekonany, że mógłby on wyprowadzić wszelkie cielesne i umysłowe zaburzenia z naszych nienaturalnych nawyków i uczynić to w sposób równie jasny, jak ten, w który filozof ów wyprowadził wszelką wiedzę z doznań. Czyż nie są aktywnymi źródłami choroby owe mineralne i roślinne trucizny, które zostały wprowadzone w celu jej ekstyrpacji? A ileż to tysięcy, przez używanie sfermentowanych trunków, stało się mordercami i rabusiami, bigotami i satrapami w swoim domu, rozpustnikami i samotnymi awanturnikami, którzy gdyby tylko zaspokajali pragnienie wodą z górskiego strumienia, nie czyniliby w swoim życiu niczego innego, jak tylko rozprzestrzeniać szczęście z niespaczonych uczuć płynące. Jakże wiele bezpodstawnych opinii i absurdalnych instytucji zostało usankcjonowanych przez pijaństwo i nieumiarkowanie jednostek? Czy ktoś mógłby autorytatywnie powiedzieć, że gdyby pospólstwo Paryża piło z czystego źródła Sekwany i zaspokajało swój głód ze stołu zawsze pełnego warzywnych darów natury, to brutalnie udzieliłoby swojego obywatelskiego poparcia listom proskrypcyjnym Robespierre'a? Czy grupa mężczyzn, których żądze nie zostały znieprawione przez nienaturalne bodźce, potrafiłaby spokojnie przyglądać się publicznemu wykonaniu wyroku śmierci i spaleniu heretyka? Czy mamy wierzyć, że stworzenie doznające łagodnych uczuć, wstawszy od posiłku, który stanowiły rośliny okopowe, szłoby rozkoszować się brutalnymi sportami walki?

Czy Neron był człowiekiem żyjącym wstrzemięźliwie? Czy można by dopatrzeć się spokoju i zdrowia na jego obliczu, poczerwieniałym wskutek niekontrolowanej skłonności do nienawiści wobec rodzaju ludzkiego? Czy puls Maulaja Isma'ila bił równo, czy jego cera była czysta, czy jego oczy promieniały zdrowiem oraz wiernymi zdrowia towarzyszami: pogodą ducha i łagodnością? Chociaż historia nie rozstrzygnęła żadnej z tych kwestii, nawet dziecko nie zawahałoby się odpowiedzieć na postawione pytania przecząco. Z pewnością nabrzmiały od żółci policzek Bonaparte'a, jego zmarszczona brew

i zażółcone oko, nieprzerwany niepokój jego układu nerwowego, świadczą o charakterze jego nienasyconej ambicji nie mniej wyraźnie niż morderstwa, których dokonał, i zwycięstwa, które odniósł. Gdyby Bonaparte był synem gatunku zjadaczy warzyw, niemożliwe byłoby, żeby odczuwał pragnienie osadzenia się na tronie Burbonów, bądź też zyskał władzę to uczynić. Niełatwo byłoby obudzić w jednostce pragnienie, żeby stać się tyranem; społeczeństwo nieupojone alkoholem czy też niepozbawione – wskutek choroby – siły czy też racjonalności z pewnością nie dawałoby swoim członkom mocy tyranizowania innych. Wyrzeczenie się naturalnego instynktu jest w istocie brzemienne w skutki i powoduje niekończące się kataklizmy, dotyka bowiem naszej natury fizycznej; arytmetyka nie potrafi wyliczyć, a rozum zapewne nie podejrzewa nawet, jak liczne są źródła choroby, która toczy cywilizowane życie. Nawet zwyczajna woda, nieszkodliwa do spożycia, okazuje się śmiertelna i staje się niepostrzeżenie działającym zabójcą, kiedy zostaje zanieczyszczona brudem płynącym z miast o dużej liczbie ludności⁹. Czyż można się dziwić, że zachęty do cnoty, które w Biblii daje Bóg, okazują się mniej skuteczne niż zwykła opowieść pielęgniarki i że dogmaty same, najwyraźniej sprzyjające nietolerancyjnym i gniewnym żądom, mają w tym zasadnicze znaczenie, a chrześcijaństwo, którzy utrzymują w swoim codziennym życiu wszystkie te siejące chorobę i występki nawyki, są nikczemnikami, mimo że są zarazem uprzywilejowanymi dziećmi miłości naszego wspólnego Ojca? Nawet wszechmoc sama nie potrafiła ich uchronić przed konsekwencjami owego pierwotnego i powszechnego grzechu.

Nie ma choroby, czy to cielesnej, czy to duchowej, której nie złagodziłoby niezawodnie przyjęcie sposobu odżywiania się opartego na warzywach i czystej wodzie, jeśli tylko eksperyment taki zostałby uczciwie przeprowadzony. Niemoc bowiem ulega w takiej sytuacji stopniowemu przekształceniu w siłę, choroba w zdrowie, a szaleństwo – we wszystkich jego odstręczających postaciach, od majaków zakutego w kajdany obłąkańca począwszy, do niewytłumaczalnych, irracjonalnych zachowań wynikających ze złego usposobienia, które życie domowe w piekło obraca – w usposobienie spokojne i w znacznej mierze umiarkowane, które samo już może stanowić pewną obietnicę przyszłej reformy moralnej społeczeństwa. Przy diecie naturalnej starość byłaby naszą ostatnią i jedyną bolączką: czas naszego życia wydłużyłby się; powinniśmy cieszyć się życiem i przestać odmawiać tego zadowolenia innym; wszelkie uciechy zmysłowe stałaby się wtenczas bardziej wyrafinowane i doskonalsze; samo poczucie istnienia byłoby nieprzerwaną przyjemnością, taką, jaką odczuwamy obecnie tylko w nielicznych, uprzywilejowanych momentach naszego życia. Na wszystko, co święte w naszych nadziejach dla rodzaju ludzkiego,

⁹ Zob. *Report on Cancer* doktora Lambe'a (przyp. autora).

zaklinam tych, którzy kochają szczęście i prawdę, by dali diecie roślinnej uczciwą szansę. W przypadku propozycji, której zalety raz na zawsze ustaliliby sześciomiesięczne doświadczenie, uzasadnienie jest niewątpliwie zbędne. Tak wielkiego jednak poświęcenia apetytu i uprzedzeń oczekiwać można jedynie od ludzi oświeconych i kierujących się dobrą wolą, mimo że ostateczna doskonałość takiej decyzji nie powinna dopuszczać dysputy.

Krótkowzroczne ofiary choroby sądzą, że łatwiej im złagodzić swoje udręki za pomocą medycyny, niż uniknąć ich przez sposób odżywiania się. Prostacy wszelkiej pozycji społecznej są ludźmi bez wyjątku preferującymi doznania zmysłowe i niechętnymi do nauki; nie mogą jednak pozbyć się przekonania, że kiedy zalety diety roślinnej zostaną matematycznie dowiedzione, kiedy jasne będzie, że ci, którzy żyją w sposób naturalny, są równie wolni od przedwczesnej śmierci, jak dziewiątka nie jest jedynką, wówczas nawet jednostki najbardziej zapite wśród rodzaju ludzkiego odczuwają preferencję życia długiego i spokojnego, stanowiącego kontrast wobec egzystencji krótkiej a bolesnej. Spośród każdego sześćdziesięciu osób przeciętnie cztery umierają w ciągu trzech lat. W kwietniu 1814 roku wydane zostanie oświadczenie, że sześćdziesiąt osób, z których wszystkie przeżyły ponad trzy lata na warzywach i czystej wodzie, pozostaje w d o s k o n a ł y m z d r o w i u. Teraz upłynęły już ponad dwa lata; ż a d n a z n i c h n i e u m a r ł a; przypadku takiego nie da się znaleźć wśród żadnej innej, przypadkowo wziętej grupy sześćdziesięciu osób. Siedemnaście osób w różnym wieku (rodziny doktora Lambe'a i pana Newtona) przyjęły dietę warzywną siedem lat temu, nikt z nich ani nie umarł, ani nie doznał najłżejszej nawet choroby. Jeśli weźmiemy pod uwagę, że wśród osób tych były niemowlęta, a jedna to ofiara astmy, teraz niemal już pokonanej, można niewątpliwie rzucić wyzwanie i poszukać podobnego przypadku w grupie dowolnie wybranych siedemnastu osób w całym mieście. Ci, których luźne te uwagi zainteresowały na tyle, by podać w wątpliwość ustalone reguły diety, powinni sięgnąć do świetnego i elokwentnego eseju pana Newtona. To właśnie z tej książki i z rozmów z jej wspaniałym, światłym autorem zaczerpnąłem materiały, które przedstawiam tu opinii publicznej.

Kiedy dowody te zostaną uczciwie przedstawione światu i zobaczą je wyraźnie wszyscy, którzy rozumieją arytmetykę, niemożliwe właściwie będzie, by powstrzymywanie się od pokarmów jednoznacznie szkodliwych nie stało się powszechne.

Liczba nowych zwolenników diety naturalnej proporcjonalna będzie do wagi dowodu, a kiedy uda się osiągnąć liczbę tysiąca osób żyjących na warzywach i wodzie destylowanej, osób, które nie muszą się obawiać choroby, a jedynie starości, świat zmuszony będzie uznać mięso zwierzęce i trunki fermentowane za powoli, lecz pewnie działającą truciznę. Wpływ, jaki te prostsze nawyki miałyby na ekonomię polityczną, wart jest odnotowania. Zagorzały

konsument mięsa zwierzęcego przestałby wyniszczać swój organizm, pożerając uprawy z akra ziemi podczas jednego posiłku, te zaś, które mogłyby przynieść niezliczone bochny chleba, przestałyby, w postaci kufla portera albo kieliszka dzinu, przyczyniać się do podagry, szaleństwa czy apopleksji i zamiast tego zaspokajałyby przewlekły głód, jakiego doświadczają dziś dzieci ciężko pracującego wieśniaka. Ilość substancji warzywnej zjadanej przez wołu w czasie jego wypasu pozwoliłaby na przygotowanie dziesięciokrotnie większej masy pokarmu, niż daje jego tusza, i to pokarmu nieszkodzącego i niewywołującego choroby, jeśli tylko pochodzi on bezpośrednio z serca ziemi.

Najbardziej urodzajne rejony globu ziemskiego zamieszkałe przez ludzi są obecnie przez nich uprawiane w celu wyżywienia zwierząt, co powoduje niemożliwe do oszacowania marnotrawstwo żywności i opóźnienie w jej uzyskaniu. Nawet dziś jednak tylko ludzie bogaci mogą w dowolnym stopniu czerpać przyjemność z nienaturalnego łaknienia martwego mięsa, a za większą samowolę w realizacji tego przywileju płacą narażaniem się na nadliczbowe choroby. Ponownie więc naród, którego duch powinien przewodzić proponowanej tu wielkiej reformie, musiałby skupić się po prostu na rolnictwie: handel, ze wszystkimi swoimi nieprawościami, interesownością i zepsuciem, zacząłby stopniowo zanikać, bardziej naturalne nawyki prowadziłyby do szlachetniejszych manier, a nadmiernie skomplikowane życie polityczne uległoby w międzyczasie takiemu uproszczeniu, że każda jednostka mogłaby czuć i rozumieć, dlaczego kocha swój kraj, i stać się osobiście zainteresowana jego dobrobytem. Czy, na przykład, Anglia byłaby zależna od kaprysów władców innych krajów, gdyby stała się samowystarczalna jeśli chodzi o produkty absolutnie konieczne i mogła pogardzać posiadanymi przez te kraje luksusami życia? Czy mogłyby one wówczas, grożąc jej głodem, zmusić ją do podporządkowania się ich zapatrywaniom? Jakie konsekwencje miałyby odmowa zakupu przez nie jej produktów wykonanych z wełny, jeśli wielkie i urodzajne obszary wyspy przestano by marnować na paszę? W przypadku diety naturalnej nie musieliśmy sprowadzać przypraw z Indii ani win z Portugalii, Hiszpanii, Francji czy Madery; niepotrzebne byłyby żadne z owych nieprzebranych artykułów luksusowych, dla uzyskania których płacono jest dziś każdy zakątek globu i które stanowią przyczynę indywidualnej rywalizacji, owych nieszczęśnych a burzliwych dysput narodowych.

W historii nowoczesnej chciwość monopoli handlowych, w nie mniejszym stopniu niż ambicje słabych a niecnym wodzów, zdaje się podsycać powszechną niezgodę, przydawać uporowi błędom rządów oraz niesforności ludziom zaślepionym. Niech na zawsze zostanie zapamiętane, że bezpośrednim skutkiem handlu stało się poszerzenie przepaści między człowiekiem najbogatszym a najbiedniejszym i uczynienie owej przepaści jeszcze trudniejszą do przezwyciężenia. Niech zostanie zapamiętane, że handel jest wrogiem wszystkiego,

co prawdziwie wartościowe i doskonałe w ludzkim charakterze. Obmierzła i wstrętna arystokracja bogactwa zbudowana została na ruinach wszystkiego, co dobre w rycerskości czy republikanizmie, zbytek zaś zwiastunem jest barbaryzmu właściwie nieuleczalnego. Czy nie sposób wyobrazić sobie takiego stanu społeczeństwa, w którym wszelkie energie człowieka nakierowane zostaną na wytwarzanie jego czystego szczęścia?

Jeśli korzyść owa (będąca przedmiotem wszelkiej spekulacji politycznej) miałyby zostać w jakimś stopniu osiągnięta, to stanie się ona zapewne udziałem wspólnoty, która nie czyni żadnych fałszywych zachęt wobec chciwości i ambicji nielicznych jednostek i która wewnętrznie zorganizowana jest tak, żeby chronić wolność, bezpieczeństwo i wygodę ogółu. Nikomu nie można powierzyć władzy (a władza pieniądza to władza najpełniejsza), jeśli nie przyrzekł on używać jej wyłącznie dla dobra ogółu. Korzystanie z mięsa zwierzęcego i trunków fermentowanych jest jednak bezpośrednio przeciwne owej równości w prawach człowieka. Wieśniak nie jest w stanie zaspokoić tych modnych pragnień, nie wpędzając swojej rodziny w głód. Gdyby nie choroby i wojna dziesiątkujące liczbę ludności, nie byłoby nas stać na marnotrawstwo związane z przeznaczaniem upraw na paszę. Praca niezbędna do utrzymania rodziny jest dużo złej, niż się zazwyczaj przypuszcza¹⁰. Wieśniacy wykonują jednak pracę nie tylko dla siebie, ale również dla arystokracji, dla armii i dla fabrykantów. Zalety reformy sposobu odżywiania się są ewidentnie większe niż zalety wszelkich innych reform. Reforma ta uderza w sam korzeń zła. Aby zaradzić nadużyciom władzy ustawodawczej, zanim unicestwimy skłonności, które są owych nadużyć źródłem, trzeba przyjąć, że jeśli zlikwidujemy skutek, przyczyna przestanie działać. Skuteczność nowego systemu zależy jednak całkowicie od zaangażowania jednostek, a jego wartość zasadza się, w sensie korzyści dla wspólnoty, na całkowitej zmianie nawyków dietetycznych jej członków. Bezpiecznie przechodzi on od pewnej liczby poszczególnych przypadków do takiej, która jest uniwersalna, i ma tę przewagę nad systemem mu przeciwnym, że jeden błąd nie unieważnia wszystkiego, co było wcześniej.

Nie oczekujemy jednak od tego systemu zbyt wiele. Nawet najzdrowszy pośród nas nie uniknie choroby dziedzicznej. Nawet ktoś o najbardziej symetrycznej budowie, atletyczny i długowieczny jest osobnikiem niewyraźnie słabszym od tego, jakim by był, gdyby nienaturalne nawyki jego przodków nie wywołały w nim pewnej porcji bolączek i degeneracji fizycznej. Fizjolog

¹⁰ Autor zauważył, że robotnicy pracujący na nasypie w północnej Walii, którzy rzadko otrzymywali tygodniówkę, gdyż właściciel nie był im w stanie płacić, niekiedy utrzymywali swoje duże rodziny, uprawiając małe kawałki ziemi przy świetle księżyca. W notatkach Samuela J. Pratta do wiersza *Bread for the Poor* [Chleb dla ubogich] znajduje się z kolei informacja o pewnym zapobiegliwym robotniku, który dzięki uprawie ogrodu, podejmowanej przed rozpoczęciem dnia pracy i po jego zakończeniu, osiągnął godny pozazdroszczenia stan niezależności (przyp. autora).

o nastawieniu krytycznym zawsze znajdzie jakiś brak nawet w najdoskonalszym okazie człowieka cywilizowanego. Czy zatem powrót do natury może natychmiast wypłenić skłonności, które powoli a niewidocznie zakorzeniły się przez niezliczone stulecia? Z całą pewnością nie. Wszystko, o co tu walczę, to, że z chwilą gdy odstawimy od naszych nienaturalnych nawyków, nie powstanie żadna nowa choroba, a skłonność do niedyspozycji dziedzicznych stopniowo zaniknie z powodu braku obecności czynników, które je napędzały. Jeśli chodzi o przypadki suchot, raka, podagry, astmy czy zółt, to taka właśnie bez wyjątku jest tendencja w przypadku diety opartej na spożywaniu warzyw i czystej wody.

Ci, których niniejsze uwagi być może skłonią do tego, żeby dać uczciwą szansę roślinnemu systemowi odżywiania się, powinni przede wszystkim odnotować, kiedy tę nową praktykę rozpoczęli, czyli zapamiętać datę przekonania się do niej. Wszystko zależy od przełamania zgubnych nawyków stanowczo i raz na zawsze. Doktor Trotter twierdzi, że nigdy jeszcze nie udało się uzdrowić pijaka, stopniowo odmawiając mu kieliszka¹¹. Mięso zwierzęce jest w swoim oddziaływaniu na ludzki żołądek analogiczne do kieliszka. Podobne, jeśli chodzi o rodzaj działania, aczkolwiek różni się co do jego stopnia. Człowieka nawróconego na dietę czystą ostrzec należy, żeby spodziewał się czasowego osłabienia siły mięśniowej. Odpowiada za to odjęcie mocnego bodźca. Jest to jednak tylko tymczasowe, a później następuje równomierny powrót zdolności do wysiłku, która znacznie przekroczy swoją uprzednią, zróżnicowaną i chwiejną siłę. Przede wszystkim człowiek nabierze łatwości w oddychaniu, która powoduje, że ten sam wysiłek wykonywany będzie bez owej bolesnej i uciążliwej zadyszki, jakiej doznaje dziś niemal każdy po szybkim wspięciu się na zwykłą górę. Człowiek będzie równie zdolny do wysiłku fizycznego i umysłowego tak przed swoim prostym posiłkiem, jak i po nim. Nie będzie odczuwał żadnego z narkotycznych skutków, jakie przynosi zwyczajna dieta. Rozdrażnienie, bezpośrednia konsekwencja działania bodźców wyczerpujących człowieka, podda się sile naturalnych, uspokajających impulsów. Przestanie on ulegać apatii wywołanej nudą, owym nieprzezwyciężalnym znużeniem życiem, znużeniem budzącym lęk większy niż śmierć sama. Uniknie wówczas człowiek owego epidemicznego szaleństwa, które lęgnie się w jego własnych, szkodliwych pojęciach bóstwa, i „zda sobie sprawę, że piekło duchowni i wiemy zmyślają”¹². Każdy człowiek jak gdyby tworzy

¹¹ Zob. T. Trotter, M. D., *A View of the Nervous Temperament: Being a Practical Inquiry Into the Increasing Prevalence, Prevention, and Treatment of Those Diseases Commonly Called Nervous, Bilious, Stomach & Liver Complaints*, Wright, Goodenow & Stockwell, Boston 1808 (przyp. autora).

¹² S. Rogers, *The Pleasures of Memory: In Two Parts*, Printed by P. Wogan, No. 23, Old Bridge, Dublin 1804, s. 57. Tłum. fragm. – D.Ch.

swojego boga na podstawie swojego własnego charakteru; bóstwu, jakim jest jeden z prostych ludzkich nawyków, żaden dar ofiarny nie będzie miłszy niż szczęście jego stworzeń. Przyjawszy dietę roślinną, człowiek nie byłby zdolny nienawidzić ani prześladować innych w imię miłości Boga. Ponadto zdałby sobie sprawę, że system prostej diety to system epikureizmu doskonałego. Przestałby bezustannie osłabiać i niszczyć swoje organy wewnętrzne, od których oczekuje zaspokojenia.

Przyjemność dla zmysłu smaku płynąca z obiadu, na który składają się ziemniaki, fasola, groszek, rzepy, sałaty i deser w postaci jabłek, agrestu, truskawek, porzeczek, malin, a zimą pomarańczy, jabłek i gruszek, jest o wiele większa, niż się przypuszcza. Ci, którzy nie mogą się doczekać, żeby ów prosty posiłek spożyć z apetytem, raczej nie dołączą do zwolennika przyjemności zmysłowych i hipokryty, który zachwala uciechy stołu podczas uczty wydanej przez burmistrza. Salomon trzymał tysiąc konkubin i w rozpacz przyznawał, że wszystko to marność. Człowiek, któremu szczęście zapewnia towarzystwo jednej miłej kobiety, znajdowałby pewną trudność w odczuwaniu współczucia wobec rozczarowania owego czcigodnego rozpustnika.

Zwracam się tu nie tylko do młodego entuzjasty, zagorzałego czciciela prawdy i cnoty, niewinnego i żarliwego moralisty, którego nie zepsuło jeszcze skażenie świata. Przyjmie on system czystej diety już to z powodu jego ogólnej prawdziwości, jego piękna, prostoty i jego obietnicy szeroko rozciągających się korzyści; jeśli jego zwyczaje nie zmieniły trucizny w jedzenie, instynktownie znienawidzi brutalną przyjemność polowania; z przerażeniem, doznając zarazem rozczarowania, myślał będzie, że istoty zdolne do najdelikatniejszych i najbardziej podziwu godnych uczuć radować może widok śmiertelnych mąk i ostatnich konwulsji umierających zwierząt. Człowiek starszy, którego młodość zatruta została przez nieumiarkowanie albo który żył w pewnym umiarkowaniu i dotknięty został teraz różnymi bolesnymi przypadłościami, odnalazłby korzyść w dobroczynnej zmianie, dokonanej bez ryzyka przyjmowania trujących medykamentów. Nieuleczalnie nieszczęśliwa matka, odczuwająca nieustanny niepokój z powodu chorób jej dzieci oraz ich niewytłumaczalnego umierania, doświadczyłaby dzięki tej diecie zadowolenia płynącego z widoku ich nieprzerwanego zdrowia i naturalnej swawoli¹³.

¹³ Zob. książkę pana Netwona. Jego dzieci są najpiękniejszymi i najzdrowszymi stworzeniami, jakie można sobie wyobrazić: dziewczynki mogłyby być doskonałymi modelami dla rzeźbiarza; także ich usposobienie jest łagodne i zgodne; dodatkową przyczyną tego stanu może być rozsądne wychowanie, jakie otrzymują w innych kwestiach. Spośród osiemnastu tysięcy nowo narodzonych dzieci w ciągu pierwszych pięciu lat umiera ich wskutek różnych chorób siedem i pół tysiąca, a jakże wiele z tych, które przeżywają, cierpi z powodu dolegliwości nie bezpośrednio przynoszących śmierć? Spożywanie martwego mięsa ma wpływ na obniżenie jakości i ilości mleka matki. Na pewnej wyspie niedaleko Islandii, gdzie brak jest w ogóle warzyw, dzieci zwykle umierają na

Choroby niosące dolegliwości, których uśmierzenie jest niebezpieczne, a wyleczenie niemożliwe, codziennie przyczyniają się do niszczenia najcenniejszych nawet żywotów. Jak długo jeszcze człowiek, niczym stręczyciel, zaspokajał będzie łakomstwo śmierci, swojego najbardziej skrytego, nieprzejednanego i wieczystego wroga? Nowy zwolennik prostej i naturalnej diety, który pragnie zachować zdrowie, musi od chwili swojego nawrócenia przyjąć następujące reguły:

Nigdy nie wprowadzać do żołądka substancji, w której było kiedyś życie.

Nie przyjmować żadnego innego napoju niż woda, której wskutek destylacji przywrócono jej pierwotną czystość.

APENDYKS

Osoby, które przyjęły dietę warzywną, znane są z długowieczności. Pierwsi chrześcijanie praktykowali powstrzymywanie się od spożywania mięsa zwierzęcego, stosując zasadę samoumartwienia. Inne przykłady to: Old Parr¹⁴ (152), Mary Patten¹⁵ (136), pewien pasterz na Węgrzech (126), Patrick O’Neale (113), Joseph Elkins (103), Elizabeth de Val (101)¹⁶, Aurangzeb¹⁷ (100), św. Antoni¹⁸ (105), Jakub Pustelnik (104), Arseniusz¹⁹ (120), św. Epifaniusz²⁰ (115), Symeon (112), Rombald²¹ (120).

Sposób myślenia o długowieczności, który demonstruje pan Newton, jest genialny i rozstrzygający. „Old Parr, zdrowy niczym dzikie zwierzęta, osiągnął wiek stu pięćdziesięciu dwóch lat. Wszyscy ludzie mogliby być tak zdrowi, jak dzikie zwierzęta. Dlatego też wszyscy ludzie mogą osiągnąć wiek stu pięćdziesięciu dwóch lat”. Wniosek ten jest jednak dość skromny. Trudno przypuszczać, by Old Parr uniknął dziedzictwa choroby narosłego wskutek nienaturalnych

tężec, zanim przeżyją trzy tygodnie, i aby zachować populację, ludność dowożona jest z kontynentu. Zob. G.S. Mackenzie, *Travels in the Island of Iceland: During the Summer of the Year 1810*, Printed by Thomas Allan and Company, for Archibald Constable and Company, Edinburgh 1811. Zob. też: J.J. Rousseau, *Emile*, rozdz. 1, s. 53, 55n. (przyp. autora). Por. tenże, *Emil, czyli o wychowaniu*, tłum. W. Husarski, Zakład Imienia Ossolińskich – Wydawnictwo Polskiej Akademii Nauk, Wrocław 1955, t. 1, s. 39-41.

¹⁴ Thomas „Old Tom” Parr (1483-1635).

¹⁵ Margaret Patten (1596-1739).

¹⁶ Zob. T.L.O Davies, *An Old Southampton Newspaper*, http://www.hantsfieldclub.org.uk/publications/hampshrestudies/digital/1900s/Vol_6/Davies.pdf, s. 16.

¹⁷ Aurangzeb (1618-1707).

¹⁸ Antoni Wielki (250 lub 251-356).

¹⁹ Św. Arseniusz Wielki (ok. 354-445-449).

²⁰ Św. Epifaniusz z Salamin (315-403).

²¹ Por. O. Gouldsmith, *A History of the Earth and Animated Nature*, t. 3, J.B. Lippincott & Co., Philadelphia 1863, s. 302.

nawyków jego przodków. Można zatem oczekiwać, że czas życia ludzkiego mógłby być nieskończenie dłuższy, jeśli wziąć pod uwagę okoliczności, które przyczyniły się do jego skrócenia nawet w przypadku Parra.

Można tu też napomknąć, że autor obecnego tekstu i jego żona od ośmiu miesięcy jedzą wyłącznie warzywa. Rezultatem jego własnego doświadczenia jest poprawa stanu zdrowia i usposobienia.

Tłum. z języka angielskiego *Dorota Chabrajka*

Percy B. SHELLEY, *A Vindication of Natural Diet* (trans. Dorota Chabrajka)

DOI 10.12887/35-2022-1-137-16

A Polish translation of Percy Bysshe Shelley's essay *A Vindication of Natural Diet: Being One in a Series of Notes to "Queen Mab" (a Philosophical Poem)*. Translated from Percy Bysshe Shelley, *A Vindication of Natural Diet: Being One in a Series of Notes to "Queen Mab" (a Philosophical Poem)*, London and Manchester: F. Pitman, John Heywood and Offices of the Vegetarian Society, 1884.