



VOIMAVEGAANIT VALLASSA

Yhdysvaltain entinen presidentti Bill Clinton julistautui vegaaniksi ja muutti eläinperäisistä tuotteista kieltäytymisen hippien touhusta salonkikelpoiseksi. Pitäisikö minun ottaa mallia?

TEKSTI *Jenni Arbelius* KUVITUS *Anja Reponen*

E

ELETÄÄN joulukuuta ta 2010. Seison tavatralon lihashylyn edessä ja katson edessäni kohoavaa kinkkukasaa. Kurkkuani kuristaa. Muiden suomalaisten tavoin olen nähnyt mediassa pitkin syksyä esitetyt Oikeutta Eläimille -järjestön sikakuvat, enkä voi enää väittää olevani tietämätön lihan tehotuotannon eettisistä ongelmista.

Viaton joulukinkku on muuttunut mielessäni kärsimyksessä kasvaneen sian pyllyksi. Jouluni on pilalla. Rakastan kinkkua, rakastan joulua, mutta en voi enää kuvitellaakaan valmistavani kinkkua joulupöytään. En edes luomuna. Pylly se luomupyllykin on.

Kävelen kotiin, ja takaraivossani pitkään kytenyt ajatus kasvissyönnistä tuntuu voimistuvan askel askeleelta. Ongelmani on, että paatuneena lihansyöjänä en oikein tiedä, mitä voisin lihan sijasta joulupöydässä syödä.

Kotona kasvissyöjämieheni ehdottaa, että tekisimme seitankinkkua. Kysyn happamana, mitä se on. Hän kertoo, että seitan on vehnä-gluteenijauhosta valmistettavaa runsasproteiinista ruokaa, ja vakuuttaa, että lihamainen seitankinkku maistuisi mahtavalta. Ja minä kun olin luullut, että seitania käytetään vain silloin, kun halutaan kiroilla englanniksi!

Lyhyen nettietiennän jälkeen saan selville, että seitania nautitaan nykyään hyvässä seurassa. Yhdysvalloissa, tehotuotannon taivaassa, on nimittäin viimeisen kahden vuoden ajan puhuttu voimavegaaneista, jotka lappaa-vat seitania lautaselleen tottuneesti.

Voimavegaanit ovat koulutettuja, tiedostavia ja menestyneitä oman alansa huippuja. Sellaisia kuin entinen presidentti **Bill Clinton**, näyttelijät **Natalie Portman** ja **Brad Pitt**, juontaja **Ellen De Generes** ja liuta maan rikkainta bisneseliittiä: Twitterin perustajajäsen **Biz Stone**, mediajätti Viacom:n toimitusjohtaja **Tom Freston**, Ford Motorsin hallituksen puheen-

johtaja **Bill Ford** ja lähestulkoon Las Vegasin omistava bisnesmoguli **Steve Wynn**.

He ovat kääntäneet veganismin imagon päälaelleen. Vähätellystä alakulttuurista on tullut tavoiteltavaa ja eksklusiivista. Miksi veganismissa on yhtäkkiä voimaa? Ja ennen kaikkea: olisiko minusta siihen?

ENSIMMÄINEN ASIA, mitä vegaaniksi ryhtymiseen tarvitaan, on tieto. Täytyy olla fiksu, aikaansa seuraava ja tiedostava, että ylipäätään tietää mikä vegaani on. Jos asiasta kiinnostuu, tietoa on tarjolla pilvin pimein.

Toisekseen tarvitaan aikaa, jota täysin uudenlaisen ruokavalion omaksumiseen väistämättä menee.

Kolmantena voisi kuvitella, että veganismi olisi kallista, mutta vegaaniruoka ei ole sen kalliimpaa kuin liharuoka. Kun joulukinkun kilohinta on 4-7 euroa, maksaa kilo vehnägluteiinijauhoa noin 6,50 euroa. Sitä tarvitaan pienen kinkun valmistamiseen vain 4 desilitraa. Kun on oppinut käyttämään runsasproteiinisia ruoka-aineita, kuten papuja, linssejä, tofua, soijaa, tempehiä ja siemeniä, ei ruoan valmistus ole kalliimpaa kuin ennenkään.

Pylly se on luomupyllykin.

Las Vegas -moguli Steve Wynn näkee veganismissa jopa taloudellista hyötyä. Hän kannustaa 10 000:tä alaistaan siirtymään kasvisruokaan, koska se vähentää tutkitusti sydän- ja verisuonisairauksia sekä riskiä sairastua suolistosyöpään.

”Kun alainen sairastuu, minä maksan laskun. Jos saan pidettyä heidät terveimpinä, olen viisas liikemies”, Wynn sanoi vuosi sitten Bloomberg Businessweekille.

Entä mitä sanoo veganismistaan Clinton?

”Olen laihtunut 10 kiloa. Painoin viimeksi saman verran lukiossa. Syön vihanneksia, hedelmiä, vegaanisia proteiinilisiä ja käytän manteliöljyä. Suurin syy muutokseen on kärsimäni sydänvaivat. Nyt kolesteroliarvoni ja verensokerini ovat laskeneet, olen paljon terveempi. Jos **Chelsea** saa lapsia, haluan olla **Hillaryn** kanssa näkemässä sen”, harmaatukkainen Clinton kertoi CNN:n lähetyksessä.

Tv-studiossa istui mies, joka vaikutti päättä-

väiseltä, tasapainoiselta, jopa liikuttuneelta ja nöyrältä. Se, mitä televisiokuva ei näyttänyt, olivat hänen jaloissaan todennäköisesti komeilleet nahkakengät ja housun vyötäröllä nahkavyö. Niin. Bill Clinton on vegaani vain ruokavalioltaan.

SEISON VAATEKOMEROLLANI ja silitän **Marc Jacobsin** nahkaista käsilaukkuani. Nyt sekin on alkanut näyttää pyllyltä.

Varsinaiset vegaanit kieltäytyvät kaikesta eläinperäisestä, myös vaatteissa ja kosmetiikassa. He eivät käytä turkkisia, nahkaisia vaatteita tai asusteita, eläinkokeilla testattua kosmetiikkaa eivätkä he tue yrityksiä, joiden toiminta riistää eläimiä.

Olen tutkinut vegaanisia vaatetateriaaleja, ja nyt huomaa vaatekaappini olevan täynnä kärsimystä. Merinovillapaitani takia australialaisia merinolampaita on liotettu myrkkyyvesialtaissa turkisloisten vuoksi. Rakastamani silkkipaidat ovat vaatineet jopa tuhansia henkiä, sillä Vegaaniliiton mukaan silkkiperhosten toukkia on tapettava 1500, jotta saadaan aikaan sata grammaa silkkiä. Silkkitoukkien näkökulmasta olen vaarallisempi kuin atomipommi.

Minua ällöttää. Rakastan kauniita asusteita, enkä halua luopua nautinnosta tiedostamiseni kasvun myötä. Inhoan halvan näköisiä tekonahkalaukkuja, joita ketjuvaateyritykset ovat pullollaan. En pidä muovikengistä, joissa varpaat ovat yhtä aikaa hikiset ja kylmät. Haluan ympärilläni kauniita esineitä.

Onneksi on netti. Sieltä löydän **Stella McCartneyn** upeat vegaanikorkokengät. Eksyn eettisiä vaatteita myyvän Missquan sivuille ja löydän tyylikkäitä nahattomia käsilaukkuja. Ihanaa! Minun ei tarvitsekaan näyttää reppuselkäläiseltä luonnonsuojelijalta!

ON JOULUKUU 2011. Olen flirttaillut veganismin kanssa vuoden. Nykyään syön pääsääntöisesti kasvisruokaa, mutten kieltäydy kokonaan lihasta, maitotuotteista tai kananmunista. Joulupöytäni oli vegaaninen.

Vuoden aikana olen tutustunut uuteen ruokamaailmaan vähitellen. Olen vaihtanut aamukahvini maidoksi kaurajuoman, tehnyt maidottoman ja munattoman juustokakun sekä syönyt pizzaa soijajuustolla. Hekumoin newyorkilaisista vegaanisista pikaruokaketjuista ja toivon pääseväni syömään Lontoon Safiin, joka on vegaaninen gourmet-ravintola. Suomessa vegaanisia ravintoloita ylipäätään on vain muutama.

Megatrendi nimeltä eettisyys on muuttanut kaiken.

Ihmettelen, ettei ruokateollisuus ole älynnyt iskeä isommin vegaanisille ruokamarkkinoille. Jos vegaanit ovat valmiita etsimään eksoottisia papuja etnisistä pikkupuodeista, kuinka paljon vegaanisten tuotteiden kulutus nousisi, jos niitä olisi enemmän markkinoilla? Voisimmeko me seurata Bill Clintonin jalanjäljillä? Voisiko eläinperäisten tuotteiden käyttäminen olla pian yhtä mautonta kuin tupakointi? Tupakointi kiellettiin ravintoloissa vasta vuonna 2007, ja jo nyt valtavirta ajattelee tupakoinnin olevan pikemminkin säälyttävää kuin ihailtavaa. Ajan henki muuttuu joskus kovin nopeasti.

Ainakin Suomessa tahti on vielä hidasta. Saan huomata, että jo kasvissyönnistä puhuminen herättää voimakkaita tunteita. Joidenkin mielestä kaikkien ”ruokavammaisten” laktoosi-intolerantikoista lähtien tulisi syödä kiltisti sitä samaa mitä muutkin tai ainakin olla hiljaa.



Alan ymmärtää, mitä voimavegaani todella tarkoittaa. Vaatii aikamoista mielenlujuutta pysyä tyyneenä ja järkkymättömänä, kun valtavirta kokee oman elämäntapansa uhatuksi ja puolustautuu.

Kansainvälisen konsulttifirman McKinseyn yhtiökumppani, yhdysvaltalainen **Tom Anderson** on kertonut pitäneensä vegaanismsa pitkään liikemaa-

ilmassa salassa. Hän pelkäsi tulevansa leimatuksi hipiksi. Mitä korkeammalle Anderson on urallaan noussut, sitä vapautuneemmin hän on elämäntavastaan puhunut. Ja nyt, kas kummaa, hän on löytänyt liikemaailman huipulta joukon samat arvot jakavia vaikutusvaltaisia kollegoja.

Vai että eläin- ja ihmisoikeuksista kiinnostuneita liike-elämän vaikuttajia? Jotka joutuvat jopa hieman häpeilemään omaa kiltteyttään?

Sillä kiltteydestähän vegaanisissa on lopulta kyse. Vegaani valitsee tietoisesti, ettei halua satuttaa toisia elollisia olentoja. Siinä missä aiemmin omaa statustaan saattoi osoittaa turkeilla, veritimanteilla ja katumaastureilla, on megatrendi nimeltä eettisyys muuttanut kaiken.

Nyt ihaillaan henkistä voimaa ja epäegoistisuutta. Sitä, että ihminen tiedostaa omien valintojensa seuraukset ja on valmis toimimaan arvojensa mukaan, johdonmukaisesti ja varmasti, ilman tarvetta sen suurempaan julistamiseen.

Se jos mikä kertoo sisäisestä voimasta. ♦