

БЪЛГАРСКО ВЕГЕТАРИАНСКО ОБЩЕСТВО (БВО) е сдружение с нестопанска цел, създадено през 2009-та година. Основната ни задача е да работим за информираността на обществото по всички аспекти на вегетарианството и природосъобразния живот. Желанието ни е да обединим в една обща платформа различните течения във вегетарианството, защитавайки правата им и давайки глас на привържениците им.

За голяма част от българите е почти необяснимо защо някой би се отказал от употребата на месо или животински продукти – липсва добре систематизирана и аргументирана информация за вегетарианството в медиите и в пространството. Тук именно идва и ролята на БВО – да обясни на хората, че вегетарианството не е диета, а дълбоко мотивиран избор с етични, хуманни, екологични, здравословни, религиозни, духовни и други причини, както и да разсее битувашите митове около „ползите и вредите“ за здравето, около набавнето на протеините, мазнините, желязото, витамин В12 и т.н.

Не по-малко важно за нас е да се опитаме да ангажираме вниманието на институциите в държавата с някои важни проблематики, сред които е да се въведе задължително етикетирание на хранителните продукти, подходящи за вегетарианци, както и да се регулира законово естественото право на всеки да си избере при желание вегетарианска храна във всички, субсидирани от държавния и общинския бюджет, заведения – като училищни и студентски столове, към болници, детски градини и др. проблематики, които са успешно регулирани отдавна в други европейски държави.

Не на последно място поставяме работата в защита на животните, инициативите за опазването на околната среда и други каузи, касаещи здравето. Все повече се губи доверието на хората в съдържанието на хранителните продукти в масовото производство, заради количеството консерванти, оцветители и подобрители (така наречените Е-та) – затова смятаме, че е нужно да се повдигне обществен дебат, който да доведе до ревизиране на количеството разрешени вредни вещества в храните у нас, независимо дали са по международни или български стандарти. Важно е да потърсим и сериозен контрол върху ГМО производството, дори пълна забрана у нас; да изискаме задължително етикетирание на храните със съдържание на ГМО култури, заради спорните ползи на технологията и правото на потребителя да има възможност за информиран избор какво консумира. Заставаме също зад световната и европейска инициатива за криминализиране на престъплението срещу природата, известна като ЕКОЦИД.

ПОТЪРСЕТЕ И ТЕГЛЕТЕ БРОЕВЕТЕ НА НАШЕТО ДВУСЕДМИЧНО ОН-ЛАЙН



В брой 8 на „Зелени акценти“ спираме поглед върху екологичната тематика и рециклирането (гори в изкуството), върху музикантите-вегетарианци Аврил Лавин (поп-рок певица) и Кърк Хамет (соло-китаристът на Металика), върху това що е то агар-агар, добавяйки и уникални веган рецепти с него.



В брой 6 включваме интервю с Майка Тереза, избрани мисли от Нелсън Мандела, представяне на актьорите-вегетарианци Лиса Еделщайн (Лиса Къди в „Д-р Хаус“) и Питър Динклидж (Тирион Ланистър в „Игра на тронове“) и коледно-новогодишни предложения за трапезата.



7-ми брой на списанието е с акцент върху Теософското общество в лицето на Елена Блаватска и Ани Безант, Пътя на Сантсераха на Ганди – философията му на ненасилие (включваща вегетарианството и постигане на цели с мирна съпротива), върху не една добра новина и Джузинга в ежедневието ни.



Броеве 3 и 4 на двуседмичното издание „Зелени акценти“ хвърля светлина върху казуса съвместими ли са ФИТНЕСЪТ и ВЕГЕТАРИАНСТВОТО (ВЕГАНСТВОТО) или ДА ;). Ще научите още кои са добрите източници на полезни мазнини и протеини, какво ядат веганите и как да си направим Хумус сами.

Go Green

БЪЛГАРСКО ВЕГЕТАРИАНСКО ОБЩЕСТВО

Думата „вегетарианец“ е създадена и въведена в употреба от основателите на Британското вегетарианско общество през 1842 г. Базира се на латинската дума VEGETUS, превеждана като „кретък, здрав, свеж, жизнен“ – от словосъчетанието HOMO VEGETUS, название за развитата духовно и физически личност. Самото вегетарианство съществува още от зората на човечеството, а в по-близките времена вегетарианците често са наричани питагорейци – по името на прочутия гръцки математик и духовен учител Питагор, в чиято школа се усвоява този начин на живот.



ИЗДАНИЕ „ЗЕЛЕНИ АКЦЕНТИ“ — ОТ САЙТА НА СДРУЖЕНИЕТО

Сдружение „Българско Вегетарианско Общество“
Свържете се с нас на: bvo@vegebg.org и тел. 0877369393
WWW.VEGEBG.ORG

Не е важно колко голямо е предизвикателството. Няма значение какви обстоятелства ти е поднесъл животът. Няма пречка, която да не може да се преодолее и Ти си, който решава какъв човек ти е съдено да бъдеш!

~ Атлетът-веган Франк Меграно

Уаз, както и повечето хора, не бях запознат с подробностите около правилното хранене и си мислех, че човешкото тяло има нужда от някакъв вид месо или риба, за да е във форма, когато е натоварено с тренировките на атлет от първа величина. Представях си как ще премина към веганство след като приключа с активната състезателна дейност. Когато направих известни проучвания обаче и започнах да опитвам да се придържам към вегански режим на хранене, осъзнах колко е абсурдно схващането, че месото е необходимост в храненето. От този момент нататък не се обърнах повече назад.

~ MMA бовецът и веган Мат Данци

ЗДРАВЕ

Мишел Пфайфър признава в свое неотдавнашно интервю, че суетата изиграва отчасти роля в избора ѝ да премине към вегански начин на хранене, но допълва, че повече от всичко я води желанието ѝ да живее здравословно и природосъобразно. Петдесет и четири (вече 55) годишната актриса споделя с г-р Санджай Гупта във вечерното шоу на Пиърс Морган, че е изгледала документалния му филм „Последният сърдечен удар“, който ѝ е дал богата храна за размисли. „Тъкмо завърших снимките по Тъмни сенки, струва ми се беше“, казва тя. „Гледах CNN и започна Последният сърдечен удар.“ Гледайки документалния филм, посветен на превенциите при сърдечно-съдовите заболявания, разказът за бившия тържествен глава – Бил Клинтън, истински я замисля. Пфайфър, която счита себе си за човек, обичаш да се храни добре, гледайки Клинтън си казва: „Добре, Бил Клинтън обича храната, значи трябва да има нещо в това, за да го накара да се придържа към него. А също е и умен човек, така че не би се впуснал да прави нещо такова, освен ако не мисли действително, че има някаква наука в основата.“ След като изчита книгата „Превенция и лечение на сърдечни заболявания“, която препоръчва растителен режим на хранене, без животински мазнини, Пфайфър приема, че съзнанието ѝ е готово за промяната. „Просто има усещането, че в основата стои наука“, казва тя. „И, знаете ли – бе един вид неопровержимо.“ „Не можех да не се вслушам. Баща ми почина от рак и колкото повече годините минават, толкова повече болести се появяват. Виждаш хора, борещи се с хронични заболявания. Виждаш хора, умиращи от нелечими болести. И ако по някакъв начин... има истина в това, то тогава трябва да се опиташ да се вслушаш.“

~ www.marquee.blogs.cnn.com, 2012

НЕНАСИЛИЕ

За предпочитане е вегетарианската храна. Защо? Едно от научните обяснения, с които се поддържа вегетарианството, е обстоятелството, че съзнанието на животните, които се колят, е доста развито. Те искат да живеят, не се подават доброволно на колене. Въпреки това върху тях се упражнява насилие. Насилието внася в организма на тия животни отрови, които минават в човешкия организъм.

~ Петър Дънов



ВСЕКИ ЖИВОТ Е ВАЖЕН!

„Ако кланиците имаха стъклени стени, всички щяха да бъдат вегетарианци.“

~ Сър Пол МакКартни, бивш член на Бийтълс

„Ако можехте да усетите или видите страданието, не бихте се двоумяли. Върнете обратно живот – не се хранете с месо!“

~ Ким Бейсинджър, холивудска актриса

ЕКОЛОГИЯ

Селското стопанство, в частност производството на месни и млечни продукти, е отговорно за 70% от консумацията на питейна вода по света, 38% от общото използване на земя и 19% от емисиите на парникови газове, се казва в доклада, който беше публикуван на 5 юни (2009) – международният ден на околната среда на ООН.

И още: „Очаква се влиянието на селското стопанство да нарасне значително, поради увеличаващата се консумация на животински продукти от населението. За разлика от изкопаемите горива, е трудно да се открият техни алтернативи – хората трябва да ядат. Устойчиво намаляване на щетите може да бъде постигнато само със съществена промяна в световен мащаб в начина на хранене – в посока към намаляване на животинските продукти.“

~ www.theguardian.com

Леонардо Ди Каприо, холивудски актьор

Награда на VegNews за Най-добра причина да станеш вегетарианец, 2007: **Опазването на околната среда**

Изчистването на човешкото тяло за поносимост на събуждения Кундалини е една от най-важните стъпки. И безспорно вибрационността е, която създава и лудости, която създава и внезапна смърт. **Не е грешката, че има събудена потреба, а че няма отработена поносимост!** Това са много съществени знания и затова външният храм трябва да се научи на йерархическо понасяне на посвещенията! Ето защо потребата от вегетарианството не е да не се убиват животните, а защото астралната вибрация нито вода я стопява, нито огън я изгаря. Нищо не я унищожава! Тя остава. И когато влезе в човека, в когото се събужда Кундалини, страховата психоза го отклонява.

~ сп. Нур 2/2010, Ваклуш Толев

ДУХОВНОСТ

Човекът обитава различни носители (тела) – физически, астрален и мисловен. Фините тела на човека образуват в своята съвкупност онова, което обикновено наричаме аура на човешкото същество. Тя зависи изцяло от степента на еволюция, достигната от човека, от развитието на телата му, от нравствената и умствената природа, която е развил у себе си.

Тъканта на човешкото тяло бива фина или груба в зависимост от това какви материали от физическата област участват в неговото изграждане. Всяко подразделение на материята дава по-фини или по-груби материали. Тялото непрестанно се изменя, всяка частица е живот. Когато човекът промени честотата на трептенето си, тялото постепенно започва да изхвърля съставките, които не могат да влязат в новия ритъм. Чрез мислите си той задава основния тон на музикалната си композиция и определя ритмите – най-мощният фактор в непрестанното изменение на телата му. С нарастването на знанията си той се научава да изгражда физическото си тяло с чиста храна и така способства за хармонизирането му.

Прекратява се употребата на по-груби храни – например животинска плът и кръв, алкохол. Чистата храна ще изгради и чисто тяло. Постепенно нисшите трептения ще спрат да намират материали, способни да им отвръщат. **Така физическото тяло се превръща във все по-пълноценен носител на съзнанието, в чувствителен отговорник на всички трепети на мисълта.**

Във физическата област съзнанието може да прояви само онова, което физическият носител може да поеме.

~ Из „Древната мъдрост“, Ани Безант