

**Univerzita Pardubice  
Fakulta filosofická**

**Komunita veganů v České republice**

**Veronika Peclinovská**

**Bakalářská práce  
2012**

## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Veronika PECLINOVSKÁ**  
Osobní číslo: **H08445**  
Studijní program: **B6107 Humanitní studia**  
Studijní obor: **Komunitní studia**  
Název tématu: **Komunita veganů v České republice**  
Zadávací katedra: **Katedra sociálních věd**

### Z á s a d y p r o v y p r a c o v á n í :

Cílem práce je popsat fenomén veganství a jeho vývoje ČR. Následně pomocí empirického výzkumu identifikovat nejzávažnější problémy, které se s tímto způsobem života pojí a to pohledem samotných veganů. Klíčová slova: veganství, subkultura, alternativní strava, ochrana zvířat, alternativní způsob života, zdravý životní styl, enviromentální etika

Rozsah grafických prací:

Rozsah pracovní zprávy:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

Singer, Peter: Osvobození zvířat, Práh, 2001 Dvořáková-Janů: Lidé a jídlo, ISV nakladatelství, Praha 1999 Kolesár, Michal: Neublížuji, kde nemusím (michalkolesat.net) Jan Deckers: Vegetarianism, Sentimental or Ethical?, J Agric Environ Ethics (2009) 22:573?597

Vedoucí bakalářské práce:

**Mgr. Michal Trousil**  
Katedra sociálních věd

Datum zadání bakalářské práce: **30. dubna 2010**

Termín odevzdání bakalářské práce: **31. března 2011**



prof. PhDr. Petr Vorel, CSc.  
děkan

L.S.



doc. MgA. Tomáš Petrání, Ph.D.  
vedoucí katedry

V Pardubicích dne 30. listopadu 2010

Prohlašuji:

Tuto práci jsem vypracovala samostatně. Veškeré literární prameny a informace, které jsem v práci využil, jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

Byla jsem seznámena s tím, že se na moji práci vztahují práva a povinnosti vyplývající ze zákona č. 121/2000 Sb., autorský zákon, zejména se skutečností, že Univerzita Pardubice má právo na uzavření licenční smlouvy o užití této práce jako školního díla podle § 60 odst. 1 autorského zákona, a s tím, že pokud dojde k užití této práce mnou nebo bude poskytnuta licence o užití jinému subjektu, je Univerzita Pardubice oprávněna ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložila, a to podle okolností až do jejich skutečné výše.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v Univerzitní knihovně.

V Pardubicích dne 25. 6. 2012

Veronika Peclinovská

*Za trpělivost při vedení této práce a především za cenné rady a ochotu děkuji Michalovi Trousilovi.*

*Děk také patří všem veganům a vegankám, kteří se podíleli na výzkumu a otevřeně se podělili o své zkušenosti a postoje.*

*V neposlední řadě děkuji manželovi a dceři, kteří mi poskytovali povzbuzení a podporu.*

## Anotace

Práce popisuje pomocí kvalitativní strategie fenomén veganství a jeho vývoj v České republice. Prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů s devíti vegany analyzuje sociální vztahy veganů a jejich pohled na aktivismus. Definiuje jejich postoj k veganské komunitě a identifikuje její problémy.

### Klíčová slova:

aktivismus, alternativní životní styl, ekologická etika, etické spotřebitelství, komunita veganů, ochrana zvířat, práva zvířat, veganský životní styl, veganství, zdraví

## Abstract

This thesis with qualitative strategies describes the phenomenon of veganism and its development in the Czech Republic. Using semi-structured interviews with nine vegans analyzing social relations and their view of activism. Defines their position on the vegan community, and identifies its problems.

### Keywords:

activism, alternative lifestyles, animal protection, animal rights, community of vegans, ethics, ethical consumerism, health, vegan, vegan lifestyle

## Obsah

Úvod .....	2
<b>1. Cíl práce a metodika zpracování .....</b>	<b>7</b>
1.1 Metodologie .....	7
1.1.1 Výzkumné předpoklady a výzkumné otázky .....	8
1.1.2 Výzkumný postup .....	8
1.1.3 Vzorek informátorů .....	9
<b>2. Veganství a vegetariánství .....</b>	<b>11</b>
2.1 Veganství jako způsob stravování .....	11
2.1.1 Typy vegetariánství .....	11
2.1.2 Typy veganství .....	11
2.2 Motivace k veganství .....	12
2.3 Veganství a etika .....	12
2.3.1 Etika a ekologie .....	12
2.3.2 Etika úcty k životu .....	14
<b>3. Historie vegetariánství a veganství .....</b>	<b>17</b>
3.1 Historie a vybrané osobnosti vegetariánství .....	17
3.2 Historie vegetariánství v Čechách .....	18
3.2.1 Současnost .....	19
3.3 Vývoj veganství u nás a ve světě .....	20
3.3.1 Česká veganská asociace .....	20
<b>4. Vegani jako komunita .....</b>	<b>22</b>
4.1 Pojem komunita .....	22
4.2 Veganská komunita a občanská společnost .....	23
<b>5. Analýza a popis výsledků .....</b>	<b>26</b>
5.1 Charakteristika skupiny veganů .....	26
5.1.1 Představení skupiny veganů .....	27
5.2 Výstupy analýzy .....	28
5.2.1 Veganství jako volba .....	28
5.2.2 Rodina, partneři, děti .....	31
5.2.3 Přátelství .....	33
5.2.4 Aktivismus a komunita .....	34
5.4.5 Dopady na každodenní život .....	38
5.3 Další zjištění .....	39
5.4 Shrnutí výsledků .....	43
<b>6. Závěr .....</b>	<b>46</b>
6.1 Vegané a komunita .....	46
6.2 Etika .....	46
6.3 Doporučení .....	46

Seznam použitých zdrojů  
Příloha



## Úvod

Bakalářská práce se snaží zachytit fenomén veganství nejen jako kategorii pro způsob stravování, ale holistickým pohledem najít dopady tohoto specifického životního stylu na sociální realitu a každodennost svých devíti informátorů. Na základech dosavadních znalostí i zkušeností z oblasti vymezeného tématu bylo pro účely výzkumu definováno pět výzkumných otázek, které zastupovaly funkci pomyslného majáku po celou dobu tvorby práce a hledání odpovědí. *Jaký má dopad veganství na sociální realitu samotných veganů? Lze sledovat nějaké identické vlastnosti veganství jako alternativního životního stylu? Jaký je postoj veganů k aktivismu? Můžeme v České republice sledovat aktivní život této komunity? Dají se identifikovat zásadní problémy této komunity?*

Odpovědi jsem hledala pomocí metod kvalitativního vědeckého výzkumu. Jde o sondu, která si prostřednictvím polostrukturovaného rozhovoru klade za cíl pochopit téma pohledem veganů, nikoli majoritní společnosti. Při výběru jsem si stanovila jejich etickou motivaci jako primární důvod při cestě k veganskému životnímu stylu. Kvůli povaze cíle se polostrukturované rozhovory staly nejlepším způsobem získání informací. Celé téma zakotvují prostřednictvím literárních zdrojů, které zachycují souvislosti veganství v společenském kontextu. Ačkoli se práce týká výhradně veganství, cituji i ze zdrojů, které pojednávají také o vegetariánství, neboť je právě vegetariánství často chápáno jako zastřešující pojem pro různé typy bezmasého stravování. Omluvte generické maskulinum, které pro lepší čitelnost práce využívám, ačkoli jsem si vědoma existence možnosti psát text dle principů genderové korektnosti.

Způsob stravování jako téma pro vědecký výzkum se na první pohled může zdát jako nezajímavá či nepodstatná záležitost. Studium každodennosti (Giddens 1999), které sleduje a popisuje zdánlivě banální aspekty lidského života, má však pro

sociologii zásadní význam. Je třeba si uvědomit, že „zvyklosti dodržované ve všedním životě, v němž se neustále setkáváme s jinými lidmi, tvoří valnou část naší sociální aktivity“ (Giddens 1999: s. 87). Tyto zvyklosti a sociální interakce spoluutvářejí naše chování a pomáhají nám interpretovat lidské jednání a sociální život (Giddens 1999). To jak prožíváme každodennost se v průběhu let proměňuje. Právě příklad našeho postoje ke stolování a vztah k jídlu jako takovému tento vývoj ilustruje. Dnes se často zapomíná na pospolitostní funkci a význam společného stolování. „V procesu modernizace se jídlo stalo méně významným aktem, jenž je tak zprofanován, že se zdá směšné jej v každodenním životě sdílet s druhým“ (Dvořáková-Janů 1999: s. 18). Jídlo může být „rituálně pospolitostním aktem“ (Dvořáková-Janů 1999, s. 24). Stejně tak může být tím, co může v sociální interakci vyvolat konflikt a společné strážníky spíš rozdělovat. Tímto se mimo jiné zabývá diplomová práce Martina Macha „*Vegani ve společnosti masa*“. Autor zde sleduje „...jaké sociální interakce veganství vzbuzuje ve většinové společnosti, jak sami vegani vnímají sociální tlak a jak se s ním vypořádávají“ (Mach 2010). V sociálních a humanitních oborech můžeme v posledních letech sledovat vzrůstající zájem o studium jídla, především jeho sociální a kulturní aspekt (Dvořáková-Janů 1999: s.13).

Téma jídla jako sociokulturního fenoménu vhodného bližšího zkoumání v souvislosti s veganstvím se jeví jako velice zajímavé už při pohledu do pomyslného talíře. Vztah k masu může být různý. Je to potravina, kterou někteří lidé milují, je pro ně velice atraktivní a může se stát sociálním faktorem. Nelze ale říci, že je pouze preferováno, protože k němu určité skupiny lidí pociťují averzi. Fraňková popisuje v souvislosti s postojem k masu tzv. morální hnus, který lidé pociťují při představě pojídání masa některých domestikovaných zvířat, ke kterým si vytvořili pozitivní emoční vztah. Pocit morálního hnusu může vést u některých lidí k vegetariánství. (Fraňková 2003: s. 133) Nutno podotknout, že v případě veganství se tento „morální hnus“ rozšiřuje na představu pojídání či zneužívání všech zvířat, nejen domácích mazlíčků.

Je zajímavé, jak se proměňuje postoj civilizace k podávání a prezentaci masa. „V posledních 250 letech se změnila a vyvinula mentalita, a je zřejmé, že postupně došlo k útlumu všeho, co by při jídle připomínalo smrt zvířat anebo vůbec zvířecí těla. Dělení a porcování zvířat patřilo ve středověké Evropě k běžnému životu horních vrstev, později

však bylo pocíťováno čím dál tím víc jako trapné, soucit a odpor vzbuzující. Porážka zvířat a jejich dělení a porcování se ve 20. století skrylo za kulisami každodenního života“ (Dvořáková-Janů 1999: s. 20). V tomto konstatování se jeví zajímavá paralela s postojem naší společnosti ke fenoménu smrti obecně. Smrtelnost je něco, o čem se nemluví, co se skrývá. Neradi si připouštíme smrt a bolest tvorů na našich talířích, natož smrtelnost vlastní. Výrobci a prodejci zejména masa a masných výrobků jsou velice vynalézaví v tom, jak spotřebiteli fakt, že kvůli jeho obědu či večeři, zemřelo nějaké zvíře, zamaskovat. To je jedna z vlastností naší „moderní civilizace, jejíž výsledkem jsou např. „jemné karbanátky“, „rybí prsty“, „hot dog“ či „McDonalds“, z nichž málokdo pozná, že jde o produkt ze zabitého zvířete, natož ze kterého. Nic tu nepřipomíná živočicha, ani jeho „život“, ani usmrcení“ (Dvořáková-Janů 1999: s. 21). Jsme zvyklí běžně používat slovní spojení, že „kráva nám dává mléko“, zvířata se „chovají“ a příliš se nezamýšlíme nad tím, jaká je realita. Občas se chlácholíme teoriemi o welfare a biochovech, ale odtud je už jen krok k pokornému zodpovězení otázky: Má člověk právo jakýmkoli způsobem a pro jakýkoli účel zneužívat zvířata? Veganství ne tuto otázku odpovídá stručně: nemá.

Jaké místo určíme jídlu v systému hodnot je ovlivněno mnoha faktory – od primární socializace v rodině, vlastní individuality člověka, tlaku sociálního prostředí až po kulturní tradice dané společností, její ekonomickou a kulturní úroveň a životním styl (Fraňková 2003: s. 135). Pokud se člověk rozhodne stát veganem, děje se tak bez ohledu na nutriční zvyklosti společnosti, ve které žije. To je jeden z důležitých faktorů, který tuto zásadní změnu v každodenním životě vegana ovlivňuje. Musí se totiž každý den vyrovnávat s určitou formou sociální kontroly, která neprobíhá pouze v době socializace, ale při každodenní interakci (Jandourek 2001: s. 131). Mezi žádoucí chování ve společnosti patří i to, jakým způsobem se člověk stravuje a jaká skladba jídla je považována za normu. Veganství právě tento konvenční postoj k jídlu nabourává a nabízí zcela jiný pohled nejen na stravování, ale na životní styl obecně. V tuto chvíli se vegan dostává do konfliktu se zažitou společenskou normou a tím pádem i se značnou částí společnosti. Martin Mach (2010) ve své diplomové práci uvádí, že si „... vegani vytvořili nové normy spojené se stravováním a odmítli dále vyznávat normy majoritní společnosti. V oblasti stravovacích návyků tak vystoupili ze společenské konformity“ (Mach 2010). Je to velice dlouhý a často náročný proces pro každého jedince, který se

rozhodne přejít z konvenční stravy na stravování bez masa. Vegetariánství často veganství předchází. Takový jedinec nejprve musí zodpovědět spoustu otázek sám sobě a poté také své rodině, svým přátelům a často také širšímu okolí, se kterým přichází do kontaktu. Jak celý tento proces vnímají samotní vegani se snažím v této práci osvětlit. Je vhodné si povšimnout už úplně primárního rozdílu mezi vnímáním norem ve vztahu ke zvířatům, potažmo k definování toho, co je považováno za radikální. Z řad autorů je vnímán za radikála ve vztahu ke zvířatům Peter Singer, jehož dílo „*Osvobození zvířat*“ (1975) volá po definitivním opuštění pocitu lidské nadřazenosti nad ostatními živočišnými druhy. Pro řadu veganů se tato filosofie nenásilí vůči zvířatům stala realizovanou součástí všedního dne, definicí toho, co považují za normální a naprosto přirozené. Naopak jako radikální a nenormální vnímají krutost, která je na zvířatech páchána, i když nám naše společnost umožňuje toto jednání opustit a využít plnohodnotných alternativ. Ulevilo by se jistě nejen lidskému svědomí, ale také planetě, za jejíž stav neseme odpovědnost. Hana Librová v souvislosti s vegetariánskou a veganskou stravou dodává: „bylo spočítáno, že zatěžuje planetu mnohonásobně méně než strava masitá, jejíž energie je neefektivně přepasírovaná přes těla zvířat“ (Librová 2003: s. 95).

Z pohledu proměny sociálních norem je velice podstatné, že se „lidská krutost již stydí a skrývá se. Již není schvalována a povzbuzována. Dokonce i ti, kdož své pokusnictví na zvířatech ospravedlňují prospěchem člověka, se vylekaně skrývají před televizními kamerami“ (Librová 2003: s. 113). To, na co dříve bylo nahlíženo spíš jako na podivínství bojovníků za práva zvířat a fanatismus vegetariánů, je dnes vnímáno spíš jako přirozená součást morálních postojů dnešní civilizované společnosti. Librová píše, že tento posun je skutečnost, kterou lze badatelsky ověřit (Librová 2003: s. 113) Toto tvrzení ilustrují výsledky výzkumu, který zadala Svoboda zvířat. Výzkum „Češi o životě zvířat chovaných v zajetí“ (2006) ukázal, že kolem 70% české veřejnosti pociťuje malou míru informovanosti o životních podmínkách zvířat, která jsou chována na kožešinových farmách, ve výzkumných laboratořích a v cirkusech. Dokonce tři čtvrtiny oslovených respondentů soudí, že dnešní společnost kožešinovou módu nepotřebuje. Tato většina respondentů si myslí, že život zvířat chovaných na farmách a v cirkusech je nesrovnatelný s podmínkami, které mají zvířata stejného druhu ve volné přírodě. Celkem 68% dotázaných uvedlo, že nesouhlasí se zabíjením zvířat pro kožešinu

a pro úplný zákaz kožeshinových farem je 67% respondentů. Výsledky šetření ukázaly, že s drezúrou a chovem zvířat v cirkuse souhlasí třetina dotázaných, ale více než polovina se vyslovila proti. Jako nesrovnatelné vidí podmínky zvířat v cirkuse a volné přírodě cekem 77% respondentů. S alternativními metodami, které nevyužívají pokusů na zvířatech souhlasilo 72% dotázaných v oblasti kosmetiky, stejně tak u tabákových a alkoholových výrobků a výrobků pro domácnost (71%). U testování léčiv byly názory vyrovnané (42% se vyjádřilo kladně, 43% záporně). Veřejné mínění se ve většině názorů přiklání k tvrzení, že činnost organizací na ochranu zvířat je potřebná (CVVM 2006).

## **1. Cíl práce a metodika zpracování**

### **1.1 Výzkumné předpoklady a výzkumné otázky**

V této části práce se budu věnovat popisu postupu při oslovování informátorů, metod získávání a zpracovávání informací, ze kterých vyvozují závěry, které však nelze zobecnit na celou populaci veganů. Mají jen naznačit jak jev veganského způsobu života prožívají sami jeho aktéři, které jsem pro výzkum oslovila. Výzkum byl realizován pod taktovkou kvalitativní výzkumné strategie, která se jevila pro jeho účely jako ideální vzhledem k tomu, že jeho cílem bylo porozumění nikoli generalizace. Tento postup jsem zvolila, protože jedním z cílů mé práce je zkoumání významu fenoménu veganství a zkušeností jedinců, od kterých čerpám mnohokrát až intimní informace ohledně postojů k aktivismu. Fenoménu veganství se v českých sociálně vědních kruzích zatím nevěnovalo mnoho výzkumníků a vědců, proto i dokument rozsahu bakalářské práce může přinést nové poznatky o tomto jevu, který se v české společnosti vyskytuje. Nejdetailnějších informací, které v rozsahu bakalářské práce i mých dosavadních kompetencí, můžu získat právě kvalitativní metodou zkoumání, která mě dovede k porozumění prožitkům a zkušenostem jednotlivých respondentů i zachycení fenoménu veganství v České republice. Funkci majáku mi zastaly definované výzkumné otázky, na které v průběhu práce s odbornou literaturou a především analýzou informací od veganů hledám odpověď.

Kvalitativní výzkum je ideálním nástrojem při popisu fenoménů každodenního lidského života a jeho zkoumání v přirozeném prostředí, při hledání příčinných souvislostí, při potřebě získání podrobného popisu události, skupiny, fenoménu. Často mu je ale vyčítáno, že jeho výsledky jsou snadněji ovlivnitelné osobou samotného výzkumníka a jeho subjektivními preferencemi a dojmy (Hendl 2008). Proto vnímám jako vhodné na začátku osvětlit můj osobní postoj ke sledovanému tématu. Ze svého jídelníčku jsem maso vyřadila před jedenácti lety. Vegansky se stravuji pět let. Přejít na veganství jsem vnímala jako přirozený a z etického hlediska přímo nevyhnutelný

krok, kterého jsem nikdy nelitovala. Moje pohnutky byly především etického charakteru, až s postupem času vnímám jako velký benefit rostlinné stravy i její zdravotní dopady na tělo i psychiku. Jelikož veganský způsob života zasahuje každodennost mnohem dál než jen za okraj talíře, sama jsem se snažila svým konáním být prospěšná ve věci osvěty a boje za práva zvířat. Právě možnost popsat fenomén veganství v České republice v rámci bakalářské práce jsem uchopila za účelem prospět této komunitě, pomoci osvětě a postavit se stereotypům, které téměř každou jinakost doprovází. Životní filosofie se zkušenostmi zraje, vyvíjí se. Stejně tak se vyvinul můj pohled na to, s jakými problémy se v každodenním životě vegani potýkají. Když jsem se v listopadu 2011 stala matkou, nastaly nové každodennosti, které jsem doposud z pohledu přesvědčené veganky neřešila v praxi. Samozřejmě, že si člověk v duchu mnohokrát představuje, jak bude určité situace, se kterými se nesetkal, řešit. Realita však přináší nové otázky, které člověk musí zodpovědět svému okolí a především sám sobě. Proto ve mně klíčí myšlenka, že by bylo nejen ze sociologického hlediska zajímavé probádat život veganských rodin s dětmi.

## **1.2 Výzkumný postup**

Pro účely mého kvalitativně vedeného výzkumu jsem vytvořila scénář otázek, který se stal nástrojem pro získávání dat prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů. Rozhovory se nijak významně od připraveného scénáře kladených otázek nelišily, pouze v případě nutnosti jsem kladla sondážní otázky. Rozhovory s vegany byly zaznamenávány po předchozí domluvě na digitální diktafon a respondenti byli ubezpečeni, že pokud v průběhu rozhovoru dojde na otázku, na kterou si nepřejí odpovídat, tak samozřejmě nemusí. Všem respondentům byla zaručena anonymita a byli předem seznámeni s účelem sběru dat, jejich cenných zkušeností a zajímavých postřehů. Pro dodržení avizované anonymity jsem všechny účastníky výzkumu pojmenovala v textu smyšlenými jmény. Na výslovné přání některých účastníků výzkumu jsem se rozhodla blíže neupřesňovat místo bydliště a bližší specifikaci oborů, které studují či profesi, kterou vykonávají s ohledem na citlivost informací, které mi otevřeně sdělovali. Přepis rozhovorů je jejich doslovná transkripce se zachováním hovorové češtiny, pouze jsem vynechala výplňová slova a doplnila text poznámkami případných emočních projevů – smích, důraz, přerušování hovoře. První částí rozhovoru zjišťují základní údaje

o informátorech, poté následují tematické okruhy zjišťující subjektivní vyjádření veganů na to, co pro ně znamená veganství jako volba, dále popisují, jaké byly reakce nejbližší rodiny a přátel, rozhovor se dotýká postojů k aktivismu a vnímání komunity. V rozhovoru se dále analyzuje dopad veganského životního stylu na běžnou každodenní realitu včetně koníčků a zaměstnání. Rozhovor končí myšlenkami o blízké či vzdálenější budoucnosti a její ideální podobě. Před rozloučením mají respondenti ještě možnost se případně vyslovit k něčemu, co v celém předchozím spektru otázek zmíněno nebylo a podle jejich soudu by to mělo být naopak. Rozhovory se konaly na přelomu května a června 2012. Jejich citace v textu jsou doslovné. Kompletní scénář otázek je součástí příloh.

### 1.3 Vzorek informátorů

Pro účely mé práce jsem si jako jediné kritérium při hledání respondentů pro rozhovory stanovila to, aby za jejich rozhodnutím pro veganství stála motivace etická. Autoři Atkins a Bowler (2001) v knize „*Food in Society*“ poukazují na to, že volbu vegetariánského životního stylu doprovází většinou kombinace více důvodů. Tradičně se však na první příčce vyskytuje volba morální (43%) (Atkins, Bowler 2001: s. 242).

Vegany, kteří byli ochotní participovat na výzkumu prostřednictvím rozhovoru, jsem našla pomocí techniky „sněhové koule“ (angl. „snowball sampling“), která nevede k vytvoření reprezentativního vzorku, ale k identifikaci populace. Princip „sněhové koule“ tkví v tom, že si najdeme informátora, který nás následně dovede k členům naší cílové skupiny, ze které vzejde výběr jedinců pro realizaci výzkumu (Disman 2008: s. 114).

Hledání informátorů začalo nejprve sdělením známým, mezi kterými byli i vegani, že hledám vhodné adepty pro svůj výzkum a požádáním, aby tuto informaci šířili dál mezi své známé – vegany a případně promysleli i vlastní účast na tomto projektu. V plánu byla také žádost o aktivní participaci veganů na výzkumu prostřednictvím diskusních fór na sociálních sítích, ale nakonec k tomuto kroku ani nedošlo, protože metoda „sněhové koule“ dostala svému názvu a vegani pro výzkum se našli prostřednictvím osobních pobídek a doporučení. Také vím o třech případech, kdy oslovení vegané odmítli případnou účast na výzkumu, takže se víceméně jedná o samovýběr. Odmítnutí participace byla zdůvodněna nedostatkem času a v jednom



případě se jednalo o to, že by se jednalo o velmi osobní informace. Samotní vegani si na základě svého uvážení rozhodli, zda se šetření zúčastní či nikoli. V počáteční fázi byla přislíbena účast od čtyř veganů – Tomáše, Lucie, Adély a Lindy, u které se výběr zastavil. V případě Lucie sněhová koule pokračovala do první fáze – oslovila Patrika. Adéla pro výzkum sehnala Adama a Markétu. Díky Tomášovi se „sněhová koule“ nabalila až do fáze třetí – oslovil Matěje a ten o výzkumu řekl Martinovi. Oslovení vegané, kteří participaci odmítli byli z okruhu mých známých.

## 2. Veganství a vegetariánství

### 2.1 Veganství jako způsob stravování

Veganství se často označuje jako forma vegetariánství. Vegetariáni vyřadili ze svého jídelníčku maso, zatímco vegani odmítají konzumovat veškeré potraviny živočišného původu. Tedy kromě masa také vejce, mléko a med a veškeré potraviny, které tyto živočišné složky obsahují.

#### 2.1.1 Typy vegetariánství

Samotné vegetariánství je dále diferencováno podle toho, které živočišné potraviny vegetarián přijímá a které nikoli. Tyto jednotlivé druhy vegetariánství přehledně ve své diplomové práci popsala Jitka Medřická (2008). Jako *semi-vegetariáni* se označují lidé, kteří se ze svého jídelníčku snaží vyčlenit přísun masa a masných výrobků, zejména pak maso vepřové a hovězí, konzumují však v různé míře nadále ryby a drůbež, plody moře. *Pesco-vegetariáni* konzumují ryby, plody moře, mléčné výrobky a vejce. *Lakto-ovo-vegetariáni* nekonzumují žádný druh masa ani masných výrobků, zato v jejich jídelníčku zůstává mléko, vejce a med. *Lakto-vegetariáni* odmítají maso a vejce. Nevyhýbají se však mléku a mléčným výrobkům. Lidé, kteří však ze svých talířů vyřadili mléko a maso a zůstávají u konzumace vajec, se označují jako *ovo-vegetariáni*. Mezi vegetariány bývají často řazeni také *makrobiotici*, kteří však mohou konzumovat i maso, zejména ryby. Vyhýbají se mléku a mléčným výrobkům.

#### 2.1.2 Typy veganství

Stejně jako u vegetariánství můžeme jednotlivé odchylky popsat i v případě veganského stravování. *Vegani* konzumují pouze rostlinnou stravu bez jakýchkoli živočišných přísad. *Fruitariáni* akceptují pouze ořechy, semena a ovoce. Tedy plody, které spadly z rostliny na zem, odmítají zeleninu a obilniny. *Vitariáni* konzumují zásadně syrovou, nevařenou rostlinnou stravu. Někteří vitariáni se však nebrání konzumaci syrové živočišné stravy, například syrového masa, pak už ale nejde o vegany ani vegetariány (Medřická, 2008). V případě vitariánství se můžeme setkat s označením

raw-food.

## **2.2 Motivace k veganství**

Motivace k tomu, aby se člověk rozhodl stát veganem, mohou být velice různorodé. Můžeme sledovat důvody etické, zdravotní, ekologické, náboženské, sociální. Často se ale jedná o jev, který každodenně prostupuje životem a neprojevuje se pouze výběrem stravy. Můžeme se setkat s odmítáním nakupování kosmetiky obsahující živočišné složky a té, která je testovaná na zvířatech. Vegani také odmítají nakupování kožených a kožešinových výrobků. Mohou se uchýlovat k preferenci bio-výrobků a lokálního zboží, zájmu o fair-trade a ekologické prostředky pro domácnost. Pro mnoho veganů se tedy způsob stravování mění v životní styl, kterému je přizpůsobeno jak spotřební chování, tak i další oblasti každodenního života. Člověk má možnost prostřednictvím stylu výživy vyjádřit své životní principy a způsoby (Dvořáková-Janů 1999: s. 30).

Jiří Kulhavý (2007) ve své práci popisující vegetariánské hnutí v České republice zjistil, že nejvíce zastoupeným motivem k bezmasé stravě jsou etické důvody (88%). Zmiňuje, že etickou motivaci uvedlo 94% respondentů, kteří se označili za vegany. Druhá v pořadí byla motivace duchovní (59%). Jako třetí nejčastější motiv uvedli respondenti ekologickou stránku (55%). V pořadí čtvrtá byla motivace zdravotní (55%) a pátá sociální (53%).

Velmi podrobně se zkoumání motivací vedoucích člověka k vegetariánské stravě věnuje Jitka Medřická (2008) v obsáhlé práci „*Psychologické a sociální aspekty vegetariánství*“. Uvádí, že motivace k vegetariánské stravě je většinou kombinací více důvodů, ale nejčastěji byly zmiňovány etické důvody (70% dotázaných je chápalo jako primární, 91% respondentů je uvedlo). Motivaci náboženskou či duchovní jako primární uvedlo 11% dotazovaných (37% ji zmínilo). Pouze 9% vegetariánů uvedlo jako hlavní důvod zdravotní motivaci (celkově 49%). Často se v odpovědích vyskytovaly i důvody ekologické, ale nikoli jako nejdůležitější (v celkovém výčtu je uvedlo 52% respondentů) (Medřická 2008).

## **2.3 Veganství a etika**

### **2.3.1 Etika a ekologie**

Veganství, které je pojímáno jako životní styl, klade velký důraz na etiku – především přístup ke zvířatům, etické spotřebitelství, ekologickou šetrnost. Hana Librová v knize „*Vlažní a váhaví*“ jako hlavní ekologickou ctnost označuje právě vegetariánskou a veganskou stravu. Říká ale, že je nutné si uvědomit širší souvislosti, které zájem o ekologicky šetrný životní styl nepřehlédnutelně přináší (Librová 2003). Když se člověk rozhodne stát vegetariánem, protože nechce, aby kvůli jeho stravě umírala zvířata, jistě si také dřív nebo později bude muset zodpovědět otázky etičnosti mlékárenského a vaječného průmyslu. Není vůbec snadné být v dnešní době důsledným vegetariánem či veganem s čistým svědomím (Librová 2003: s. 96). Jak je na tom z pohledu etiky oblečení, do kterého se strojíme, boty, co si obouváme, sbírka kosmetiky, kterou ošetřujeme sebe a další, kterou ošetřujeme svou domácnost? Jaký zaujmeme postoj k léčivům? Chceme svou ekologickou stopu snižovat také v oblastech každodenní dopravy, cestování? Máme sílu, čas a možnosti k tomu, abychom při nakupování četli drobné etikety, pamatovali si, jaká ingredience se skrývá pod jednotlivými aditivy, pídili se o původu zboží? Třídíme? Recyklujeme? Hana Librová to právem nazývá ekologickým luxusem, který znamená: „...*ekologicky příznivé chování, které uvědoměle zmenšuje ekologickou stopu, v různé míře je schopno sebeomezení a vztahuje se k nemateriálním, kulturou oceňovaným hodnotám. Ekologický luxus označuje spíše prvky či segmenty chování než celý životní způsob.*“ (Librová 2003: s. 62). Toto nelehké rozhodnutí (a následná realizace v každodenním životě) „...o luxusu ne-mít, ne-kupovat, ne-cestovat“ doprovází a spojuje dobrovolná skromnost (Librová 2003: s. 58-59).

Je mnoho důkazů pro to, že se vegetariánství v posledních letech těší stále většímu zájmu. Atkins a Bowler (2001) citují celkovou prevalenci vegetariánství v roce 1990 na 3.7%, což je nárůst o 23% oproti roku 1988. Můžeme sledovat trend „biopotravin“, i samo vegetariánství může být v módě a dokreslovat sociální status jedince. Řada známých osobností a celebrit se k vegetariánství či veganství hlásí veřejně – například herečky Lisa Edelstein, Natalia Portman, zpěvák Moby, boxer Mike Tyson či bývalý americký prezident Bill Clinton (PETA 2012). V Čechách takto veganství propaguje mistr světa v thajském boxu Jan Müller (ČVA 2008). Některé organizace propagující tento životní styl na nich staví své osvětové kampaně, čímž je známá především americká organizace za práva zvířat PETA (PETA 2012). Samozřejmě to

nenechává v chladné výrobce, dovozce, dopravce ani obchodní řetězce. Co je „in“ přináší velkou příležitost pro osvědčené kapitalistické praktiky, které jsou protkány globálním tržním systémem. Volání po alternativě a snižování ekologických dopadů svého jednání mohou beze stopy zmizet. Celé spektrum výrobků, které je vhodné pro vegetariány či vegany je produkováno a dováženo ze zahraničí. Lehce se může stát, že z ekologického luxusu se stane zpátky běžně chápaný luxus, jen ke konzumerismu připojíme adjektiv „zelený“. Příkladem může být tzv. greenwashing či ecolabeling. Je to otázka každodenní volby.

### **2.3.2 Etika úcty k životu**

Při procesu hledání cesty k žití s co nejčistším svědomím dřív nebo později narazíme na teorie zabývající se ekologickou etikou. Přední českou publikací v tomto oboru je „*Zelená svatozář*“ Erazima Koháka (1998). Nabízí soustavu poznatků k tomu, jak by se člověk „měl chovat ve svém obcování s mimolidským světem“ (Kohák 1998: s. 14, kurzíva E. K.). Ekologická etika nepopisuje jeden daný směr uvažování, ale nabízí několik variant podle toho, kdo či co je ve středu zájmu jednotlivé teorie. Antropocentrismus klade na první příčku člověka, což může vést k nadřazené panské formě uvažování, ale v umírněném přístupu může být výsledkem ekologicky udržitelný směr. Biocentrismus, jehož významným představitelem je Arne Naess, upřednostňuje život jako takový. Telocentrický přístup má hodnoty určené bohem, ale interpretovány jsou člověkem. Aldo Leopold je představitelem egocentrického pohledu, pro který je určující zájem Země (Mach 2010).

Biocentrismus je v nejširší definici „představa, že život sám, život jako takový, všechen život, je zdrojem smyslu a hodnoty“ (Kohák 1998: s. 86). V první polovině dvacátého století se touto koncepcí a filosofií začal zabývat Albert Schweitzer, který prožitek úžasu, údivu a pokory k životu pojmenoval a rozvinul v teorii *filosofie úcty k životu*. Etika podle Schweitzera znamená především to, že „prokazujeme všemu životu stejnou úctu jako svému vlastnímu. Základní přikázání, které z toho vyplývá je prosté: „*Je dobré chránit a milovat život, zlé je život ničit a zraňovat.*“ (Kohák 1998: s. 88; kurzíva E.K.) Schweitzer svojí etikou úcty k životu nabádá k ochraně všeho života. Nestačí cítit soucit, ale je nutné přistoupit k aktivní pomoci, sdílení a ochraně. Veganský životní styl může být způsobem, jak tuto filosofii žít v reálném životě a aplikovat ji do všedních dnů. Mezi etikou úcty k životu a veganstvím lze nalézt přímé souvislosti a

styčné body. Biocentrismus i veganská etika říkají, že lidé i ostatní zvířata jsou rovnoprávními členy společenství na Zemi, zpochybňují nadřazenost lidí a jejich potřeb nad potřebami ostatních živočichů. Každý živočich má svojí vlastní hodnotu a má právo prožít svůj život tak, jak to odpovídá jeho živočišnému druhu. Představa lidské nadřazenosti je výrazem lidského rasismu. Paul Taylor Schweitzerovy myšlenky systematizuje a mimo jiné nabádá k hledání udržitelného způsobu života (Kohák 1998). O to se veganství, které hledí dál než na skladbu jídelníčku, snaží také motivací k samozásobitelství, etickému spotřebitelství a dalším praktickým krokům, které eliminují ekologickou stopu jedince či celé domácnosti.

Rozvoj civilizace, díky níž máme možnost těchto zdánlivě triviálních voleb, doprovázely i různé pohledy a názory na to, jak člověk vnímá ostatní přírodu a zvířata. **„Tradiční evropský postoj je hluboce panský. Předpokládá především vlastní nadřazenost všem ostatním, jak mimoevropským národům, tak mimolidským bližním.“** (Kohák 1998: s. 30, zvýraznění E. K.) Postavení zvířat v lidské společnosti a vývoj našeho vztahu k nim by se dal popsat třemi stadii. V období středověku je soužití zvířat a lidí poměrně blízké, avšak na zvíře je nahlíženo jako na níže postaveného bližního. Novověk přináší pohled na zvíře jako na surovinu. Průmyslová revoluce přináší velký zvrat. Za kulisou strojů už není vidět naše přetrvávající závislost na zvířatech. S příchodem demokratické revoluce lidem přináší „moderní dilema: průmyslová revoluce si vyžaduje vykořisťování zvířat, demokratická revoluce vyžaduje soucit“ (Kohák 1998: s. 32). Jatka a výzkumné laboratoře, kde se provádí vivisekce jsou schována za ploty s ostnatými dráty a průmysl, který se stará o komfort našich domácích mazlíčků jen kvete. Veganství a hnutí za práva zvířat často poukazuje na toto pokrytectví, které některá zvířata diskriminuje a k jiným chová sympatie.

Na zmíněné moderní dilema nabízí Erazim Kohák (1998) trojí odpověď. První ožností je prohlásit, že je naprosto přirozené, že zvířata žádná práva nemají a nevidí důvod, proč by je nadále pro své potřeby a životní úroveň neměli využívat. Tímto se zbavujeme jakéhokoli pocitu viny. Tento postoj doprovází tvrzení, že to na světě prostě tak chodí, jsou to jenom zvířata. Na druhou stranu můžeme jakékoli utrpení zvířat razantně odmítnout. Tuto možnost volí lidé, kteří se nechtějí na žádném způsobu vykořisťování zvířat podílet, a kteří si stojí za názorem o rovnoprávnosti živých tvorů. Zmíněný postoj zastávají vegané a ochránci zvířat. Jde vlastně o Singerův přístup:

*Count me out! V tomhle nejedu!* Jednoznačný bojkot průmyslu, který je založen na krutosti a profituje z utrpení a smrti. Existuje také volba hledání kompromisů, kde je ale střet zájmů nevyhnutelný. Nelze uspokojit potřeby lidstva, aniž by nedošlo k okleštění potřeb jiných živých tvorů. Snažit se ale žít s co nejvyšší mírou ohleduplnosti ke zvířatům a přírodě obecně. (Kohák 1998)

Singerovo „*Osvobození zvířat*“ z roku 1975 je uceleným souborem logických argumentů pro přijetí vegetariánského způsobu života. V podstatě nabádá na postupný přechod na čistě rostlinnou, tedy veganskou, stravu. Sám ale podotýká, že slovní označení není zas tak důležité. Hlavní je uvědomit si, zda je užívání živočišných produktů morálně ospravedlnitelné. Singer také přikládá velký význam individuálnímu rozhodnutí přejít na vegetariánskou stravu v souvislosti se snahou o dosažení práv zvířat. „Dokud jsou lidé ochotni kupovat výrobky z velkochovů, všechny ostatní formy protestu a politických akcí žádnou zásadní změnu nepřinesou“...“ Vegetariánství je forma bojkotu“ (Singer 1975: s. 179). Nabádá k tomu, aby se vegetariáni za své postoje nestyděli a v co nejvyšší možné míře šířili v rámci sociálních interakcí osvětu.

### **3. Historie vegetariánství a veganství**

#### **3.1 Historie a vybrané osobnosti vegetariánství**

Vědci stále vedou diskuse o tom, jaká byla původní strava člověka. Dodnes není známa jasná a jednotná odpověď, ale je jasné, že vegetariánství prostupuje v různé míře celou naši historii. Pojem „vegetarián“ se začal vyskytovat poprvé kolem roku 1838 v souvislosti s komunitou „Concordium“. Starší záznamy o vegetariánství jsou obtížněji dohledatelné, neboť tento termín pro bezmasé stravování neexistuje. Informace o výskytu vegetariánství v dějinách tak nalézáme v životopisech významných a známých osobností, pokud se o nich taková informace vůbec uvádí. První dochované zmínky o vegetariánství nás zavedou až k Pythagorovi do 6. století před Kristem. Údajně byl vegetariánem po celý život a nekonzumoval ani vejce. Měl mnohé následovníky a výraz Pythagorejci někdy býval spojován právě s vegetariánstvím v dnešním slova smyslu. Jako další představitele vegetariánství z doby před Kristem si můžeme jmenovat Sokrata a Platóna. Seneca se o vegetariánství vyjádřil následovně: „Jestliže jsou pythagorejské zásady zdržování se masa správné, napomáhají nevinnému životu. Jestliže nejsou správné, učí nás alespoň šetřit život. A jestliže se zbavím ukrutnosti, není to vůbec žádná ztráta.“ Historie nám přinesla spoustu významných osobností, o kterých víme, že byly vegetariány: František z Assisi, Leonardo da Vinci, který bojoval proti zabíjení zvířat: „V mládí jsem se zřekl jedení masa a přijde ještě den, že lidé mně podobní se budou na zabíjení zvířat dívat tak, jako dnes se dívají na zabíjení lidí.“ Na přelomu 18. a 19. století začíná být vegetariánství obhajováno morální filosofií, zastání nalézá i díky novým poznatkům medicíny. Vegetariánství obhajuje John Frank Newton či Percy Bysshe Shelley, jehož díla měla významný vliv na další vývoj vegetariánství. Velmi známé je zdůvodnění vegetariánství slovy George Bernarda Shawa: „Zvířata jsou mí přátelé...a já své přátele nejím“. K významným propagátorům bezmasé stravy patřil Lev Tolstoj, Einstein či Mahatma Gándhí. Bez masa se obešel i Adolf Hitler, ovlivněný Nietschem a Wagnerem (Medřická 2008).



V roce 1847 vznikla britská organizace Vegetarian Society (Vegetariánská společnost) propagující vegetariánský způsob života. O tři roky později vznikla Vegetarian Society i v Americe. Vegetariánské společnosti se rychle rozšiřovaly a do poloviny dvacátého století našly zastoupení v mnoha zemích světa. V roce 1889 se konal první kongres vegetariánských organizací pořádaný v Německu. Mezinárodní vegetariánská unie zaštiťující národní vegetariánské společnosti vznikla v roce 1908 a tím se také upevnila tradice pořádání vegetariánských kongresů konajících se vždy jednou za dva roky (Medřická 2008).

Mnoho zajímavých informací přináší i zkoumání vegetariánství z pohledu náboženství, demografických údajů a dalších souvislostí. To ale není předmětem této práce. Podrobněji se rozboru vegetariánství věnuje například Jitka Medřická (2008), která přináší ucelený a podnětný pohled na tuto rozsáhlou tematiku.

### **3.2 Historie vegetariánství v Čechách**

Historie vegetariánství v českých zemích není bohužel nijak významně zmapovaná a zachycená v literárních dílech. Víme například, že svatá Anežka Česká nejedla maso, ale tyto případy byly často spojeny spíše s askézí. Jan Šťastný (2005) uvádí, že již v polovině devatenáctého století můžeme v knihách najít zmínky o vegetariánství, dokonce se o jeho prospěšnosti vedli lékařské spory. Baron Salomon z Friedbergu Mirohorský (1829-1908) sepsal v roce 1984 esej „*O vegetarismu*“, kde se vyslovuje také proti vivisekci. Mirohorský obhájí ve své práci vegetariánství je pohledu zdravotního, etického, ale i ekonomického. Kolem roku 1890 již existují vegetariánské restaurace a obchody, kde se už v té době dalo zakoupit například tofu. Pravděpodobně první vegetariánská restaurace byla otevřena ve Varnsdorfu a víme, že ji navštěvoval Franz Kafka. V této době také vzniká první česky psaná vegetariánská kuchařka. V Praze fungují vegetariánské jídelny a restaurace od roku 1899 (v letech 1918-1938 jich v Praze nalezneme celkem 15), v Brně se objevují o rok později. Nejméně 9 těchto zařízení můžeme do roku 1918 najít v různých městech českých zemí. Ctibor Bezděk (1873-1956) byl lékařem, který propagoval vegetariánství a v roce 1928 vydal publikaci „*Vegetarism – pro a proti*“. V letech 1929-1939 fungoval v Praze Československý vegetařský klub, který pomáhal organizovat Světový vegetariánský kongres v Kamenickém Šenově (1929), což pravděpodobně byla největší vegetariánská

akce v české historii. Československý vegetářský klub založil Emanuel Voňka, který provozoval 6 vegetariánských restaurací v Praze a zastupoval klub na zahraničních kongresech. Během druhé světové války byla situace mnohem obtížnější. Politika neumožnila činnost Vegetářského klubu. Alespoň díky MUDr. Bezděkovi probíhaly přednášky, které se konaly v rámci jeho abstinentní společnosti do roku 1944. Vývoj po válce je charakterizován vznikem Československé vegetariánské společnosti, ale po roce 1948 přichází zákaz jakýchkoli vegetariánských spolků (Šťastný 2005). Za významné osobnosti vegetariánského hnutí u nás můžeme jmenovat Franze Kafku, MUDr. Ctibora Bezděka, malíře Františka Kupku, T. G. Masaryka (Šťastný 2005).

### **3.2.1 Současnost**

V současné době lze zmínit aktivně působící Českou vegetariánskou společnost, Českou společnost pro výživu a vegetariánství. V Čechách existuje také řada nevládních neziskových organizací, které jako jeden ze svých cílů vytyčenou propagaci vegetariánství. Pro ilustraci lze zmínit celostátní neziskovou organizaci Svoboda zvířat, která se řadou svých úspěšných kampaní zapisuje do povědomí české veřejnosti již od roku 1994. Práva zvířat a podporu vegetariánství má v hledáčku nevládní sociálně-ekologická organizace NESEHNUTÍ, Nadace na ochranu zvířat nebo Děti Země se svojí kampaní na ochranu hospodářských zvířat. V Čechách stále přibývá množství vegetariánských restaurací a jídelen, obchodů se zdravou výživou a tento trend již není výsadou pouze Prahy, Brna či Ostravy, ale posunul se již do dalších měst. Například Pardubic, Jihlavy, Plzně, Olomouce a mnohdy i menších měst.

Na podporu a propagaci vegetariánství se konají různorodé veřejné akce. Jedna z nejdůležitějších a nejvýraznějších je Mezinárodní den vegetariánství, který připadá na 1. října a jeho organizace se ujímá Česká vegetariánská společnost. Od roku 2009 si v Čechách buduje tradici akce Veggie Parade, která je oslavou etického způsobu života a snaží se o prolomení bariér mezi vegany, vegetariány a majoritně se stravující společností. Příznivci etického způsobu života nebo lidé mající zájem o zdravou stravu mají během roku desítky příležitostí, kde načerpat nové informace, poznat nové chutě nebo se setkat s podobně smýšlejícími lidmi.

Podle socioložky Dvořákové-Janů (1999) se za vegetariány považovalo v roce 1998 2-3% české populace. Medřická (2008) uvádí, že v roce 2003 se v Čechách za

vegetariány označily 2% populace (via Vegetariánství 2008). Bylo by určitě zajímavé, kdyby informace o rozšíření vegetariánství v české populaci nabídl například Český statistický úřad, který ale zatím podobnou statistikou nedisponuje.

### **3.3 Vývoj veganství u nás a ve světě**

Doposud jsem se zmiňovala především o vegetariánských organizacích. Avšak ryze veganské hnutí začalo psát svoji historii v listopadu roku 1944, kdy Brit Donald Watson založil Veganskou společnost (The Vegan Society) a zároveň tak vymyslel slovo „vegan“ ze začátečních a konečných písmen slova „vegetarian“. K tomuto kroku se odhodlal poté, co se britská Vegetarian Society, jejímž byl členem, odmítla důkladněji zabývat problematikou mléčného průmyslu. Spolu s několika členy Vegetariánskou společnost opustili. Donald Watson se stal významnou osobností The Vegan Society, vydával čtvrtletník „Vegan News“. Na výročí založení The Vegan Society, které připadá na 1. listopad, se každoročně slaví Světový den veganství. Donald Watson zemřel v roce 2005 v úctyhodných 95 letech. Společnost, kterou založil, se stala inspirací pro vznik odnoží a asociací v mnoha dalších zemích. Britská Veganská společnost je velice aktivní a živou organizací, která má rozsáhlou publikační, edukační a osvětovou činnost (History 2003). Britská veganská asociace udržuje kontakt s ministerstvy a konzultuje s nimi důležité dokumenty týkající se například označování potravin, výživě a globální potravinové bezpečnosti a v neposlední řadě témata změn klimatu. Veřejnost má k dispozici velké množství letáků a informačních brožur, ale také může čerpat poznatky z četných výzkumů a studií, které pod záštitou Veganské asociace vznikly. Asociace vydává čtvrtletník „The Vegan“ a velké množství knih od kuchařek až po publikace zabývajícími se stravováním a výchovou dětí dle veganských principů. Veganská asociace má k dispozici také své právní poradce pro případy řešení citlivých situací – například hospitalizace či vazby. Také udržují svůj mediální obraz pomocí propracovanou PR strategií, pravidelně pořádají přednášky a prezentace po školách, mají k dispozici i pracovní materiály pro vyučující. Zajišťují catering, poskytují konzultace s lékaři. Jejich cílem je, aby se veganství stalo prostředkem k udržitelnému životnímu stylu prostřednictvím konstruktivních a věcných dialogů s jednotlivci i organizacemi (Vegan Society 2003).

#### **3.3.1 Česká veganská asociace**

Česká veganská asociace (ČVA) byla založena v roce 2008. Vznikla jako odnož

britské The Vegan Society, se kterou spolupracuje stejně tak jako s dalšími zahraničními společnostmi, avšak funguje jako nezávislý subjekt. Toto občanské sdružení je striktně nenáboženská apolitická organizace, jejímž cílem je propagace a podpora životního stylu, který je označován pojmem veganství. Cíle si vytyčili ve třech hlavních oblastech, kterými jsou etika, ekologie a zdraví (ČVA 2008). České veganské hnutí samozřejmě neživí svou činností pouze ČVA, vyskytují se u nás i další subjekty, které se vyznačují dodržováním veganských principů. Často jde o krátkodobější projekty neformálně organizovaných skupin aktivních jedinců. Tyto počiny však rozhodně nejsou o to méně významné.

## 4. Vegani jako komunita

### 4.1 Pojem komunita

Pojem komunita se objevuje již v názvu práce, proto si zaslouží bližší pohled. Slovo komunita pochází z latinského *communitas*, což znamená společenství. Sociologický slovník nabízí definici komunity jako „sociální útvar, jehož příslušníci jsou spojeni s určitou spřízněností“ (Jandourek 2001: s. 127). Pro tento pojem můžeme nalézt spoustu významů, avšak komunita v kontextu této práce označuje spříznění jedinců, kteří často přicházejí do vzájemné integrace a sdílejí určitou konkrétní identitu, která ale není závislá na tom, kde momentálně žijí. Na rozdíl od charakteru tradiční komunity, která se vyznačuje prostorovými hranicemi a je často svázaná příbuzenskými vazbami a vzhližením k autoritě.

Běžně se můžeme setkat s označením komunita občanská, terapeutická, výcviková nebo spirituální. Spirituální komunitou definujeme „společenství osob, které sdílí podobné myšlenky a ideje a snaží se společně o spirituální rozvoj, někdy žijí i ve společném prostoru“ (Matoušek a kol. 2003: s. 154). Pojem komunita také může v dnešní době označovat společenství lidí, kteří žijí společně a rozhodli se tak s cílem najít alternativní životní styl v moderní konzumní společnosti (Jandourek 2001: s. 127). Matoušek a kol. uvádí, že „Komunita je vymezena hranicemi (mohou být geografické, politické, ekonomické nebo sociální), postavena na pilířích (sdílené hodnoty, společné kulturní dědictví, společné zájmy, společné problémy) a má strukturu (tj. formální a neformální organizace a sociální uskupení, skrze něž obyvatelé vykonávají určité funkce)“ (Matoušek a kol. 2003: s. 253 via Mattessich, Monsey, Roy, 1997).

Hartl (1997) definuje komunitu jako „... místo, kde člověk může získávat emocionální podporu, ocenění a pomoc v každodenním životě“ (Matoušek a kol. 2003: s. 253). Pro úspěšné zodpovězení výzkumné otázky pomůže i charakteristika vyvážené žijící komunity podle J. W. Gardnera (1999). Komunita „je různorodou jednotou, má společný základ sdílených hodnot, vyznačuje se vzájemnou péčí a týmovou prací, má

rozvinutou efektivní vnitřní komunikaci, usnadňuje lidem účast na veřejných věcech, vytváří si vlastní identitu a záměry, vytváří si vnější i vnitřní vazby, vychovává, je schopná předávat hodnoty i pro další generaci, je otevřená do budoucnosti, má vyvážené institucionální uspořádání“ (Matoušek a kol. 2003: s. 254).

Z těchto výčtů charakteristik komunity podle různých úhlů pohledů vyplývá, že společenství veganů znaky komunity disponuje. Mají vlastní identitu, se kterou se mohou ztotožnit. Sdílejí podobné hodnoty, které naplňují veganským způsobem života. Vegany mohou pojit i společné problémy, vyhledávání společných sociálních interakcí, veganství je jim alternativou k moderní společnosti. Praktická část práce ukáže, jak tyto předpoklady potvrzují či vyvrací postřehy samotných veganů oslovených pro výzkum.

#### **4.2 Veganská komunita v občanské společnosti**

Organizovaná občanská společnost můžeme označit také jako občanský, neziskový, dobrovolnický, nezávislý nebo tzv. třetí sektor. Tento sociální prostor chápeme jako „jednání a sdružování mezi rodinou, trhem a státem, zahrnuje řadu organizací. Spolky, nadace a církve nebo školy a muzea zřízené jako obecně prospěšné společnosti jsou jen některé z příkladů organizací patřících do občanské společnosti. Kromě této organizované části má občanská společnost také část neorganizovanou, do níž patří např. neformální společenství a sítě, veřejná shromáždění a demonstrace a v neposlední řadě také občané“ (Skovajsa a kol. 2010, s. 30).

Někteří členové ekologického hnutí a hnutí za práva zvířat se na politické moci odmítají jakýmkoli způsobem podílet kvůli tomu, že nesouhlasí s tím, jak je dnešní nejen politický systém nastaven. Librova (2003) připomíná, že ačkoli je odmítavý vztah k moci často jednou ze stránek ekologicky příznivého života, může být podíl na moci, kterými lze efektivně ovlivnit chování společnosti k přírodě. Příkladem mohou být sociální hnutí šedesátých let, která svojí myšlenkou přivedla k aktivitě širokou veřejnost a nabídla tak myšlenku občanské společnosti, která se stala atraktivní alternativou pro lidi, kteří nebyli spokojeni s konvenční politikou. Sociální hnutí jsou takové „formy formálně neorganizovaného kolektivního jednání občanů spojených mezi sebou více nebo méně volnou sítí vztahů; společně usilují o prosazení práv a zájmů svých nebo druhých skupin, politickou změnu a veřejné uznání dosud opomíjených nebo pronásledovaných sociálních identit“ (Skovajsa a kol. 2010: s. 76). Občanská sdružení jsou velice důležitým prvkem demokratického politického systému, kterému

často nastavují kritické zrcadlo a vstupují tak do veřejného prostoru, kde se podílí na spoluutváření politiky a obrazu společnosti a veřejného života.

Výjimkou nejsou ani občanská sdružení podporující a propagující veganský styl života či práva zvířat. Je dobré mít na vědomí, že občanská aktivita je jednou ze strategií, jak lze dosáhnout na vytyčené cíle nebo se jim postupem času přibližovat. Samozřejmě je to podmíněné nadšením, schopností organizovat a systematicky dlouhodobě pracovat. Jako příkladem dobré praxe a povzbuzením může být zmiňovaná britská Veganská společnost, která si vybuodovala stabilní a respektovanou pozici, ze které může usilovat o podstatné a zásadní změny.

Pokud nahlédneme na možné typy vztahů státu a občanské společnosti, tak nalézáme tři základní modely. Vedle „poptávky a nabídky“, který se zaměřuje na efektivitu směny, „modelu režimů sociálního státu“, který vnímá jako nejdůležitější, jaký politický režim se v dané společnosti usídlil a ovlivňuje tak oblast sociálního sektoru, existuje „model občanské společnosti a sociálních hnutí“. Tento model vnímá politické sdružování jako zásadní politickou aktivitu. Ukazuje na příkladu hnutí za ženská práva, že zprvu nestrukturovaná, neformální neorganizovaná skupina se v průběhu snahy dosažení požadovaných změn a svého cíle se institucionalizovala a dosáhla významných změn v sociální politice. Také dala platformu ke vzniku dalších občanských organizací a především dokázala transformovat soukromý problém na veřejný. Perspektiva sociálních hnutí je rozšířena přes hranice národního státu, protože usiluje na změnách vnímání společenských hodnot. Organizace, které mají podobné globální cíle (ženská práva, boj proti chudobě, práva zvířat, environmentální problémy) a dokážou kooperovat ve složitém systému jednotlivých států, nadnárodních korporací a velkých mezinárodních institucí, vyvolávají obavy u konzervativních proudů z „*moci skupiny nemnoha lidí*.“ (Skovajsa a kol. 2010: s. 103-107)

Pokud si veganská komunita a hnutí za osvobození zvířat obecně dokáže stanovit jasně definované cíle a prostředky, jak se k těmto cílům chce postupně přibližovat, může si z těchto historických kladných příkladů vzít přinejmenším povzbuzení, že lze dosáhnout společenských změn. Lze se dívat na hnutí usilující o svobodu komplexně, jednotlivé cíle jsou společně provázané a vzájemně spolu souvisí. Tím je definování především prostředků komplikovanější a náročnější, ale o to by výsledek mohl být efektivnější a změny důslednější. Socioložka Hana Librová (2003)

píše, že „Ekologický luxus obsahuje i výraznou dimenzi sociální, která se projevuje jako mezilidský, občanský altruismus“ (Librová 2003: s. 62). V Singerově „Osvobození zvířat“ (1975) se setkáváme s výzvou k absolutnímu mezidruhovému altruismu, k opuštění páčání zla na všech ostatních zvířatech. Teorie ekologické etiky nabízejí přístupy, jak se stavět k ochraně planety jako celku a vyzývají k udržitelnému rozvoji. Nelze se soustředit pouze na jednu dimenzi bezpráví a zcela ignorovat jiné. Je třeba vést konstruktivní diskuse o problémech, které se nás všech dotýkají, ale také přistoupit ke konkrétním krokům, které povedou k uspokojivému cíli. Je to náročný úkol, ale právě pozitivní příklady z minulosti ukazují, že velké strukturální změny a především změny pojmání norem a postojů společnosti jsou možné.



## 5. Analýza a popis výsledků

### 5.1 Charakteristika skupiny veganů

Výzkumná část seznamuje s devíti vegany, mezi kterými jsou čtyři ženy a pět mužů. Věkový průměr všech informátorů je 26 let, jejich věková rozmezí jsou od 20ti do 35ti let. Matěj, Adam, Tomáš a Lucie bydlí v městech, která mají více než 100 000 obyvatel, Markéta, Adéla, Patrik a Martin bydlí v menších městech České republiky. Linda žije na vesnici. Nikdo nebydlí v Praze. Mezi oslovenými vegany byli středoškoláci, vyučení, vysokoškolsky vzdělaná veganka, pracující, studující i nezaměstnaný.

I přes individualitu každého z oslovených veganů lze sledovat určité společné charakteristické znaky, které tyto jedince spojuje. Prvním příkladem této paralely je etická motivace jako primární impuls k veganství. To bylo jediným požadovaným kritériem pro účel výzkumu. Z informací také vykrystalizovalo, že všichni informátoři byli po různý čas vegetariány než se rozhodli k veganskému životnímu stylu. Na vegetariánství nyní dotázaní hledí kritickými očima. Téměř jedním dechem k tomuto tématu dodávají, že je to pouze přestupní stanice k veganství. Shodně ho označují za pokrytecké, pokud vegetarián disponuje dostatkem informací. Dalším shodným styčným bodem všech dotazovaných veganů je to, že chápou veganství jako životní styl přesahující složení rostlinného jídelníčku. Informátory také spojuje skutečnost, že je k přechodu na veganství motivovaly informace, videa, fotky či osobní zkušenost o krutostech páchaných na zvířatech. Pro oslovené vegany je důležité, aby jejich partner byl v ideálním případě také vegan. U přátel na tom v takovém měřítku nelpí. Jsou jednotní v tvrzení, že by chtěli své (budoucí) děti vychovávat jako vegany, kromě jedné veganky, která o tom ještě nepřemýšlela. Shodně tvrdí, že by nepřijali práci, která by zásadně neodpovídala jejich hodnotám. Ve všech rozhovorech se vysloveně objevuje kladný vztah k Animal Liberation Front jakožto ke skupině radikálních ochránců zvířat, která provádí přímé záchranu zvířat z velkochovů či laboratoří a působí ekonomické

škody jejich provozovatelům, nikoli však fyzické újmy. Každý účastník výzkumu se po přechodu na veganskou stravu cítí lépe. V dalších zkušenostech, názorech, postojích a hodnoceních se už v různém rozsahu rozcházejí.

### **5.1.1 Představení skupiny veganů**

Lucie

- ▲ 20 let, vzdělání: střední s maturitou, studentka, svobodná, bezdětná, veganka 10 měsíců (před tím vegetariánka 5 let)

Markéta

- ▲ 22 let, vzdělání: střední s maturitou, studentka, svobodná, bezdětná, veganka 4 měsíce (před tím vegetariánka 2 roky)

Tomáš

- ▲ 28 let, vzdělání: vyučen, prodavač, svobodný, bezdětný, vegan 2 roky (před tím vegetarián 4 roky)

Patrik

- ▲ 31 let, vzdělání: střední s maturitou, vedoucí směny, svobodný, bezdětný, vegan 1 rok (před tím vegetarián 13 let)

Adéla

- ▲ 22 let, vzdělání: střední s maturitou, studentka, svobodná, bezdětná, veganka 1 rok (před tím vegetariánka 2 roky)

Martin

- ▲ 20 let, vzdělání: vyučen, student, svobodný, bezdětný, vegan 2 roky (před tím vegetarián 3 roky)

Adam

- ▲ 28 let, vzdělání: vyučen, nezaměstnaný, svobodný, bezdětný, vegan 1 rok (před tím vegetarián 10 let)

Linda

- ▲ 35 let, vzdělání: vysokoškolské, OSVČ, rozvedená, syn 1,5 roku, veganka 1,5 roku (před tím vegetariánka 9 let)

Matěj

- ▲ 27 let, vzdělání: střední s maturitou, skladník, ženatý, dcera 6 měsíců, vegan 5 let (před tím vegetarián 8 let)

## 5.2 Výstupy analýzy

Výstupy analýzy podávám prostřednictvím osnovy, která byla využita i u scénáře otázek pro rozhovory s vegany. Tvoří tematické okruhy, kterým jsem věnovala pozornost a slouží jako vodítko k pochopení veganského životního stylu prostřednictvím devíti individuálních pohledů, které ve svém souhrnu inspirují k tvorbě závěrů.

### 5.2.1 Veganství jako volba

Už bylo řečeno, že pro všechny oslovené vegany je společná volba veganství především z **etických důvodů**. Vždy se jedná o odmítnutí osobního podílu na jakékoli formě **utrpení zvířat**. V pěti případech je zmiňováno také **zdraví** jako motivace, ve dvou **duchovno**, které ale není spojeno s žádnou konkrétní vírou či náboženstvím. Pak se objevuje motivace filosoficko-politická či ekologická. To potvrzuje už výše zmiňovaná tvrzení, že jde ve většině případů o kombinaci několika motivů. Martin svůj postoj k veganství popisuje jako: *„kladný vztah ke zvířatům, ale i lidem. Pro mě osobně jsou zvířata na stejné úrovni jako člověk a člověk by měl mít úctu k jiným živým bytostem jako sám k sobě. A jako životní styl je to velmi povzbuzující. Víím, že neubližuju sám sobě ani nikomu jinému.“* Linda na začátku naší rozmluvy říká, že veganství pro ní znamená *„eticky, duchovně a ekologicky a zdravotně ...jedinou možnost“*. Adam svoje mínění o tom, co se skrývá pod pojmem „veganský životní styl“ popisuje slovy: *„Nesouhlasím s termínem veganský životní styl, spíš vnímám veganství jako součást svého životního stylu, způsobu – je jeho prozatímním logickým vyústěním... jinak bych ho popsal slovy: třeba Kolesárovo „neubližuji kde nemusím“ je výstižný. Plus osvětová činnost, kterou v zásadě myslím dělá každéj vegan už jen svou samotnou přítomností plus konkrétní akce... Pro mě je v základu vegetariánství, veganství hodně o duchovnu... Když už veganský životní styl, tak ho vnímám jako určitou reakci na stav světa, vztah člověka ke zvířatům, přírodě – celku, zároveň vyhranění se, zároveň velká osobní věc, která časem spouští další dobré věci... Přitom návrat k něčemu co tady vždycky bylo, o čem to lidství z podstaty je, taky jako velkou specifickou pohodárnu, androš, čundr, pivo, punk, obyčejná čistota normální stravy - viz jabko ze stromu a pampeliška z louky až po grilovačku s přáteli v letní bouřce.“*

V dalších reakcích popisující veganský životní styl se setkávám s adjektivy „*soucitný, neublížující, přirozený, udržitelný, chutný, samozřejmý*“. Lucie mi o veganství s úsměvem říká: „*podle mě je to nejlepší rozhodnutí, které jsem v životě udělala a můžu na něj být pyšná*“. K pochopení **významu** veganství pomáhá Martinova myšlenka: „*V dnešní době celkově náročný společensky, to znamená nerespektování tohoto názoru majoritou. A také v nedostupnosti veganských alternativ „klasických“ surovin. A jako životní styl je to velmi povzbuzující. Vím, že neublížuju sám sobě a ani nikomu jinému.* Matěj po krátkém zamyšlení říká: „*Veganství je nutnost, je to to nejmenší co můžeme pro Zemi udělat. Problém je v lidech, jsou to paraziti hájící jen vlastní zájmy, bezduší uspěchaní turisté na Zemi*“. Markéta hovoří o životě dle veganských principů jako o cestě za zdravím a **duševní rovnováhou**: „*Veganský životní styl pro mě znamená stravu z čistě rostlinných surovin. Vyváženou! Nepodílet se na nepřirozeném zneužívání zvířat! Nelikvidovat nenahraditelné přírodní zdroje. Znamená pro mě zdraví, vitalitu a duševní spokojenost. A také nebýt součástí povrchní konzumní společnosti. Zvířata беру jako rovnocenné tvory, kteří mají naprosto stejné právo na plnohodnotný život na této zemi stejně jako my*“.

Jako impuls vedoucí k veganství uvádějí informátoři shodně informace o **podmínkách života zvířat** ve velkochovech a uvědomění si jejich utrpení. Tyto informace čerpali především z knih, dokumentů, internetu nebo i na základě vlastní zkušenosti. Markéta popisuje svojí zkušenost: „*Dostala jsem se do míst ne běžně přístupných, jako jsou kravíny, dojírny, prasečince, drůbežárny, různá velkoobjemová chovatelská zařízení zabývající se zvěrstmi za účelem co nejvíce vytěžit. Také jako „koňák“ jsem už zažila dost! Já zvířata miluji od malička. Také pro to jsem šla na zemědělskou školu, ale tohle jsem tam nečekala. Můj názor je, že kdyby to lidi viděli, tak jsou vegani všichni! Řekla jsem si, že tohle dělat nebudu!*“. Lucie si vybavuje chvíli, která rozhodla o veganské cestě: „*Impuls pro mě byl takový, že jsem viděla fotky nebo videa nosnic v kleci, který nemohly ani roztáhnout svoje křídla, a smutných kraviček s mastitidou, které přišly o svoje telátka.*“ Patrik říká, že impuls byl prostě takový, že pochopil smysl veganství. Tyto postřehy ukazují na důležitou funkci informací, respektive informovanosti. Původ zboží je skryt za působivými obaly, které odvádí pozornost od často děsivých praktik a postupech výroby a to se nemusíme bavit pouze o potravinách.

Zajímalo mě, co pro ně bylo **při přechodu** na veganskou stravu **nejobtížnější**. Kromě Matěje, který si na nic, co by bylo obtížné nevzpomíná, uvádějí ostatní vegani nejčastěji dovednost obejít se bez některých mléčných výrobků a **přesvědčit nejbližší** okolí o správnosti své volby. Martin říká, že nejtěžší bylo „*vycházení s ostatními lidmi*“. S větší mírou pochopení se setkali Martin a Adam, jejichž rodiny už měly zkušenost s vegetariánstvím či veganstvím prostřednictvím jiných členů. Lucie popisuje další z nástrah, které nejen vegany-začátečníky, čekají: „*Zdlouhavé bylo i čtení složení na etiketách. Ted' už tak nějak vím, co kupovat, na co si dát pozor a když ani to ne, mám na klíčkách klíčenku se všemi nevegetariánskými éčky.*“ Lucie, Adéla, Martin, Matěj a Linda přestoupili z vegetariánství ze dne na den, Markéta, Tomáš, Patrik a Adam tuto změnu realizovali postupně.

Pohled na lidi, kteří principy veganského stravování dodržují pouze jako typ diety, měli všichni spíše pozitivní, ve smyslu „alespoň něco“. Linda se zamýšlí: „*Měla bych být ráda za každý den, jídlo, nakup bez masa, ale bez vnitřního procítění, souvislosti a změny myšlení nenastane žádná změna. Na spotřebitelský bojkot v tomto měřítku nevěřím... Ale pro někoho může i toto být jen prvotní startovací impulz, který při rozšiřování informací může vést k etickému veganství.*“. Matěj tuto otázku komentuje s úsměvem: „*Ze zdravotního hlediska to chápu. Veganství je plnohodnotné a oproti jiným dietám i chutné. Pokud ta dieta bude trvat až do skonání, nemám s tím problém.*“ Je ale zřejmé, že etický aspekt veganství je pro oslovené vegany velice důležitý. Adam podotýká, že ani nikoho takového, kdo by se vegansky stravoval pouze za účelem redukce váhy, nezná.

K vegetariánství se shodně vyjádřili ve smyslu, že ho pojmají jako krok, který v případě **dostatku informací** zákonitě vede k veganství. Tomáš k tomu říká: „*Vegetariánství nic moc neřeší, a podle článků a vlastní zkušenosti je dost nezdravé, takže to беру spíš jako cestu k veganství.*“. Patrik se svěčuje, že lituje, že se nestal veganem dříve a doplňuje, že „*vegetariánství už беру jen jako okrajově spřízněnou záležitost, ale naprosto nedostačující ve vztahu k ochraně zvířat.*“. „*Vegetariánství je pokrytecké, často je to o špatné informovanosti. Málo kdo ví, že za kráva musí být uměle inseminována, tele je jí takřka ihned odebrané, býčci při tom putují okamžitě na jatka, všechny ty antibiotika ve stravě, vyčerpanost a bezmoc. Takto vidím vegetariánství nyní. Hodně vegetariánů se snaží omlouvat své jednání biochovy ty jsou na tom bohužel jen o*

*málo líp než chovy konvenční. Vegetariáni lžou a nejvíc sami sobě ..to byl i můj případ.“* komentuje moji otázku Matěj. Linda popisuje svůj postoj slovy: *„Vegetariánství je pouze přechodnou fází k veganství. Chápu vegetariány pokud se jim ještě nedostalo potřebných informací ohledně velkochovů na produkci mléka a vajec, ale pokud ano, mám velký problém je tolerovat“*. S Lindou se shoduje Lucie: *„Nevidím rozdíl mezi tím nejíst maso a jíst mléčné výrobky a vejce.“* Ukazuje se, že informace hrají velice důležitou roli. Postoje oslovených veganů k vegetariánství naznačují, že se vegani nemusí dostávat do konfliktu pouze s majoritně se stravující společností, ale také s vegetariány.

### **5.2.2 Rodina, partneři, děti**

Stolování s nejbližší rodinou či členy společné domácnosti je většinou prvním prostředím, kde vegan vysvětluje své přehodnocení dosavadních norem. Jak zaznělo v rozhovorech, často to vedlo ke **konfliktním situacím**, které obsahově překračují téma brokolice a tofu na talíři. Nepřímo se tak mohou řešit i otázky rodičovské autority, **překračování norem** a tradic (Jak se bude řešit vánoční tabule? Jak vysvětlíš babičce, že najednou nechceš jíst její koláč?). Vegani a veganky oslovené pro moji sondu shodně uvedli, že právě přijetí jejich veganství rodinou bylo obtížné. *„Reagovali negativně, a to tak, že všichni, myslí si že jsem magor a že umřu.“* popisuje Tomáš. S některými peripetemi se setkali i Adam s Martinem, ačkoli pro jejich rodinné příslušníky už nebylo **alternativní stravování** velkou neznámou. Adam k tomu říká: *„Samozřejmě o tom mluvíme, v normálním duchu rodinného sdílení věcí, které se nás týkají, přičemž spíše kladně – výjimky potvrzují pravidlo. Řešíme více stravu jejich než moji, čili jsem už vnímám jako standard, což je jediné dobře.“* Adéla má ale úplně jinou zkušenost: *„Byli absolutně proti. Už jsem se tenkrát o vegetariánství snažila před pěti lety, ale když jsem přijela domů na návštěvu, tak mě donutili sníst aspoň kousek masa, bylo to strašný.“* Často se od svých rodičů a prarodičů setkávají s obavami o jejich zdraví a s větami obsahujícími *„aspoň ryby/domácí vajíčka/budeš nemocný“*. Markéta popisuje svojí zkušenost slovy: *„Dříve mě hodně zpovídali a naráželi na toto téma při každém společném jídle, tak to bylo docela pruderní. Říkali mi, že prý onemocním, že mi bude chybět nějaký prvek nebo budu mít chudokrevnost...Takový typický narážky, že to není přirozený.“* V zápětí ale dodává, že už si zvykli a vycházejí jí vstříc. Ještě trochu intenzivněji to prožívají Matěj a Linda, kteří už mají děti a vedou je k veganství. Oba

pocitují tlak ze především ze strany rodičů. Linda popisuje: „*Moji rodiče, hlavně maminka, přes veškeré vysvětlování a její inteligenci, má hluboce zakořeněné obavy o zdraví mé a svého malého vnoučete, takže se občas nezvládne nevyjádřit.*“ Matěj to líčí tak, že občas cítí tlak kolem své půlroční dcery. Ale situace řeší operativně. Rodinné oslavy většinou všichni řeší tak, že menu předem konzultují nebo si přinesou jídlo vlastní. Také jsou jednotní v tvrzení, že se snaží nebo snažili v rámci rodiny o **osvětu a propagaci veganství**. Zajímalo mě, jestli je něco, co mohou označit za svůj úspěch v rámci rodiny a propagaci veganství. Adéla odpovídá: „*snad to, že ségra přestala jíst maso*“. Matěj se usměje a povídá: „*Jsmo krásná, šťastná, duševně i fyzicky zdravá rodina. Taky jsme svěží a sexy jako jarní zelenina.*“. Jako svůj úspěch popisuje Adam následovně: „*Babička nejenom vaří dobře vegansky, ale vědomě tak začla i jíst. Ne stoprocentně, ale víš co chci říct...taky sem byl překvapenej, když mi to říkala, jistě mile překvapenej.*“. Shodně uvádějí, že dbají na to, aby i jejich domácnosti fungovaly podle veganských zásad, včetně veganské drogerie netestované na zvířatech a podobně.

Rozhovory ukázaly, že je pro informátory velice důležité, aby jejich **partneři** byli také vegani. Tomáš svůj postoj vysvětluje svérázně: „*Ano, minimálně vegetarián, masouni páchnou.*“. Lucie se s Tomášem shoduje: „*Ano, ale v minulosti jsem měla vztah i s nevegetariánem a neklapalo to. Po několika letech, co maso nejím, je mi téměř odporné se sblížovat s někým, kdo měl mastnou pusou od bučku.*“. Tomáš i Lucie, ale také Adéla, Adam a Matěj uvádějí, že jejich partneři a partnerky se také stravují vegansky. Patrik sděluje, že si uložil „*společný stravovací styl jako jednu z priorit pro případný další vztah.*“. Martin respektuje to, že jeho partnerka maso jí se slovy, „*že by to bylo fajn, ale záleží na volbě jednotlivce*“. Linda o veganství svého partnera uvažuje se slovy: „*Původně mi stačila partnerova tolerance a podpora, momentálně jsem ve stádiu, kdy bych s neveganským partnerem být nemohla, považuju veganství za základ.*“

Otázky se týkaly také **dětí**. Ve dvou případech už jsou oslovení vegané rodiči. Matěj to popisuje následovně: „*Ano, je pro mě důležité aby má dcera vyrůstala s čistým svědomím. Pokud se však časem rozhodne stravovat jinak, nebudu ji v tom nijak zabraňovat.*“. Dodává, že půlroční dcera „*je zatím na prsu, batátech, mrkvi a tak. Bude veganka dokud bude chtít*“. Linda k tomuto tématu povídá: „*Můj syn bude vychováván v mojí životní filosofii, tak jak je to u jiných rodičů, kteří předávají to, v co věří... A s přibývajícím věkem počítám, že se začne osamostatňovat a nacházet vlastní cestu, ale*

*můj vliv v dětství snad poslouží jako dobrý základ.“* Když se později k rodičovství dostáváme, tak Linda ještě doplňuje, že *„malý je vychováván jako vegan, s tím že při speciálních příležitostech mimo domov jako dětské oslavy, tábory, školní výlety, nebudu pevně trvat na všem veganském, ale bude možná i vegetariánská varianta. Je to čistě proto, aby nebyl úplně vyřazen z kolektivu a mohl třeba ochutnat zmrzlinu, když moc bude chtít...“*. Všichni ostatní dotazovaní vegani a veganky, kromě Markéty, která o tématu mateřství v souvislosti s veganstvím ještě neuvažovala, shodně tvrdí, že by rádi svoje děti vychovávali jako vegany, ale také jednohlasně dodávají, že by jim samozřejmě respektovali, pokud by se rozhodly **veganství opustit**. Lucie říká: *„Miminko zatím neplánuju, ale i tak do budoucna vím, že veganská strava, která je dobře rozvržená, je mnohem zdravější i pro malé dítě. Navíc je i literatura a dá se o tom dopředu hodně načíst... Chtěla bych je tak vést už od malička, ale pokud se později rozhodnou, že maso chtějí jíst, tak je to jejich volba.“* Patrik chce, aby jeho děti byly přinejmenším vegetariány. Mluví se tu ale o situacích, které zatím nenastaly, zajisté by bylo zajímavé sledovat, jaká rozhodnutí by přinesl vývoj a čas. Také nezjišťuji, jak by oslovení vegané a veganky řešili výchovu a stravu dětí, pokud by druhý rodič nebyl veganské alternativě nakloněn. Takovou situaci neřeší ani Linda a Matěj, jelikož i jejich protějšky vyznávají veganský životní styl.

### **5.2.3 Přátelé**

Jedna z podstatných oblastí sociálních interakcí jsou **přátelství**. V rozhovoru zaznívá několik otázek, které obecně reflektují vztah mezi veganstvím informátorů a přátelstvími. Zdaleka nebylo veganství u kamarádů takovou prioritou jako například v oblasti partnerských vztahů. Ukázalo se, že vegani **nejsou uzavřenou** skupinou lidí, která by mezi sebe pouštěla jen lidi vyznávající veganský způsob života. Naopak udržují živé kontakty i s lidmi, kteří se stravují majoritním způsobem. Matěj to komentuje slovy, že *„i mezi vegany jsou pitomci“*, proto není důvod si cíleně hledat přátele jen mezi nimi. Martin říká, že se snaží vycházet se všemi vegany, ale podotýká, že ne všichni jsou podle jeho gusta. Tomáš se sice snaží s ostatními vegany stýkat, ale dodává, že *„ano, již jsme se párkrát sešli a proč? No protože máme mnoho společného, tedy alespoň někteří, je mezi nimi i mnoho idiotů“*. Objevují se názory, že sice vyhledávají kontakt s ostatními vegany, ale ani neopouští přátelství s konvenčně se stravujícími kamarády. Patrik to opatruje komentářem: *„Považuji svůj názor jako každý,*



*kdo něco vyznává za správný, uvítal bych tentýž názor i u svých přátel, ale nikomu nic nevnucuji.*“ a dodává, že *„přátelství není o jídle“*. To víceméně vystihuje postoj všech informátorů.

Zjišťovala jsem, zda přechod na veganství měl u informátorů nějaký dopad na přátelství. Tomáš říká: *„Ano, pár lidí to prostě nezkouslo. Já je bral takové jací jsou, ale oni to prostě nezkousli, pořád museli prudit a nějak se to posralo. Docela mě to u jednoho člověka dost mrzí.“* Lucie, Adam, Adéla, Patrik a Matěj nezaznamenali žádné negativní reakce na jejich veganství z okolí svých přátel. Patrik povídá: *„Část vegany nebo alespoň vegetariány je, část to přinejmenším zvažuje a část o tom vede alespoň diskuze, ale nikdy nepadla jasně záporná reakce.“* Rozpačitější odezvy se dočkali Linda, Markéta, Martin a Matěj. Adam, Patrik, Matěj, Adéla, Lucie ani Tomáš nepocítují, že by se v souvislosti s veganstvím změnil **okruh jejich přátel**. Linda říká: *„Přibyli veganští známí a přátelé, u mnohých starých známých cítím jistou bariéru a tomuto tématu se vyhýbáme.“* *„Určitě, začal jsem vyhledávat lidi se stejným názorem“* hodnotí situaci Martin. Linda vyhledává přátele mezi vegany z důvodu, že *„přátelství s vegany mohou být upřímnější, protože je tam společný základ chápání věci.“* Lucie, Adam, Tomáš, Martin, Linda i Adéla se snaží setkávat s ostatními vegany. Jako příležitosti pro taková setkání udávají **demonstrace**, veganské společenské večery, koncerty, festivaly, přednášky. Markéta na to nemá dostatek volného času. Matěj dříve snahu měl, nyní už nikoli, protože mu *„vadí jejich nábožensko-skautský přístup“*. Patrik tuto oblast sociálních interakcí komentuje následovně: *„Veganství beru jako součást svého života a svého politického přesvědčení a ne sebe jako součást nějaké „veganské sekty“. K tomu, abych se svým postojem distancoval od tradiční společnosti ještě nemusím jezdit na nějaké srazy“*.

Rozhovory ukázaly, že oslovení vegani mají přátele i mezi majoritní společností. Na veganství přátelství nestaví, ani ho nikdo veganstvím nepodmiňuje. Není to tedy uzavřená skupina osob, která by se vyhýbala sociálním vztahům s lidmi, kteří nevyznávají hodnoty veganského způsobu života.

#### **5.2.4 Aktivismus a komunita**

V této skupině zjišťuji přístup k **aktivismu** a postoje k jeho formám. Snažím se nalézt odpověď na jednu z hlavních výzkumných otázek týkající se fungování komunity a pohledu veganů zainteresovaných do výzkumu na její existenci.

Ve všech rozhovorech v této části zazněly slova „**přímá akce**“ a otevřený souhlas s činností Animal Liberation Front (dále jen ALF). Přímá akce je druh činnosti, která se pomocí ilegálních prostředků snaží prosadit zájmy určité skupiny. V souvislosti s anarchismem jde o spontánní narušení sociálního řádu prostřednictvím jedince, kterého společnost staví určitým tlakům. V kontextu syndikalismu se jedná o taktiku, která prostřednictvím činů jednotlivců bojuje pasivním odporem, demonstracemi či sabotážemi proti stávajícímu kritizovanému systému (Jandourek 2001: s. 16-17).

Existují různé způsoby, jimiž se aktivisté snaží dosáhnou svého **cíle**. Některým však už s rozdáváním letáků, účasti na demonstracích, zasílání petic či otevřených dopisů do novin a zároveň vidiny jen titěrných výsledků, došla trpělivost. Chtěli pomoci zvířatům hned. Už se na dále trvající nepráví a krutost nemohli dívat. Proto někteří aktivisté, ať s maskou na tváři či bez ní, konali/konají přímé akce, které jsou často za **hranicí legality**. Jejich cílem není fyzické utrpení lidí, ale ekonomické sabotáže, přímé záchrany zvířat z laboratoří a velkochovů. Často zdokumentovanými podmínkami a praktikami dostali důkazy o zneužívání zvířat, které by jinak zůstaly utajeny. Peter Singer (1975) takto popisuje ALF a dále říká, že je třeba zodpovědět otázka, zda nejde o falešné gesto, které nemá dlouhodobější perspektivu a vybízí k tomu, aby si každý ochránce zvířat uvědomil, že „...*naděje na vítězství naší věci spočívá v její správnosti, a ne ve strachu z bomb*“ (Singer 1975: s. 16). Narážíme zde na téma spadající do nechvalných -ismů: terorismu, extremismu, i když zeleného.

V tomto tematickém okruhu se názory jednotlivých veganů a veganek začaly výrazně rozcházet především v názorech na komunitu. Jednotně označili přímou akci jako způsob aktivismu, který má **smysl**. Dále uváděli, že určitě jeden ze způsobů aktivismu je samotné veganství, které jde příkladem. Matěj, Adam, Patrik, Lucie, Adéla, Linda, Martin a Tomáš uvádějí, že jsou či v minulosti byli nějakým způsobem aktivní v oblasti propagace veganství a práv zvířat – pořádání přednášek, promítání, tvorba kuchařky, internetové stránky, food not bombs (vaření veganského jídla pro potřebné v konkrétním městě, především pro bezdomovce). Adam říká: „*Přirozeně mi jde hlavně o věci lokální.*“ a dodává, že „*způsob projevu u mě vychází ze situace. Jinak může záležet na tom, kolikáté piju pivo – právě tento, protože jsem sociální eko alkoholik... Momentálně za sebou mám týdenní šňůru hospodských rozmluv na naše vaganský téma. Bylo to krásný, byť fyzicky, psychicky, sociálně, ekonomicky nejen nabíjející, ale i*

vyčerpávající. *Ale na zdraví! (smích)*“. Matěj se k otázce aktivismu a ALF vyjadřuje následovně: *„Podporuji Animal Liberation Front, jsem Animal Liberation Front.“*. Matěj, Patrik a Adam uvádějí, že si myslí, že by byli schopní sami podniknout aktivitu v duchu ALF. Linda odpovídá: *„Promiňte, ale tahle otázka, jestli bych byla ochotná překročit hranici zákona zůstane bez odpovědi...“* po chvíli ještě dodává: *„plus možná, že považuju za stejné nebo větší hrdiny ty, kteří si na dožití vezmou zachráněné zvíře, starají se o něj na úkor peněz, času, společenského života a tak podobně.“* Tomáš se vyjadřuje následovně: *„Pokud by byla dobrá parta tak rozhodně ano, ale lidí se mi neodstává, aspoň ne takových, kterým bych věřil.“* *„Dříve jsem vytvářel nějakou osvětu, pořádal jsem několik ročníků akcí proti testování na zvířatech, nějaké promítání, přednášky, koncerty, vařilo se food not bombs, momentálně jsem v útlumu...“* říká Matěj, ale pak se usměje a dodává: *„Je to však jen ticho před bouří, kterou rozpoutám. Soustředil jsem se a do budoucna se chci soustředit především na přímé akce.“* Adéla, Martin, Markéta a Lucie nevěděli, jestli by toho byli schopní, ale nikdo se nevyslovil proti. Markéta říká: *„Sama bych to asi nezvládla, muselo by mi pomoci spoustu lidí, protože já sama nemám takový přehled, jaký by to vyžadovalo. Netroufám si.“*

Markéta uvedla, že se demonstrací a dalších veřejných akcí propagujících práva zvířat nebo veganství neúčastní, ale pouze z časových důvodů. Jinak se všichni ostatní vyjádřili, že nyní nebo v minulosti tyto akce vyhledali a navštívili. Kromě jednoho respondenta se všichni vyjádřili kladně ke kampaním, které mají šokovat nebo být provokativní. Matěj k tomu říká: *„Některé se mi velmi líbí. Například ukázky testování na zvířatech pomocí lidských modelů ve výkladních skříních. Šokují myslím všechny kampaně. Aspoň by měly, jestli už nenastal totální morální úpadek...“* Adéla popisuje vlastní zkušenost: *„Jsem pro, ale osobně si myslím, že lidská zbedněnost je tak obrovská, že radši zavřou oči a dělají, že o ničem neví. Málokdo se u takových akcí či kampaní pozastaví a zapřemýšlí. Mluvím z vlastní zkušenosti přístupu veřejnosti k těmto tématům.“* Adam mi na otázku, zda se účastní veřejných akcí za práva zvířat odpovídá: *„Ano, účastním - práva zvířat ale беру za zcestný termín, například na Vege parádě (demonstrace Veggie Parade, pozn. V.P.) v Praze – teď tam nejedu, protože už nechci být součástí davu připomínající pochod zombiků monotónně odříkávajíc zařikávadla typu „když nebudete maso žrát, u srdce vás bude hřát“.* Matěj vidí účast na demonstracích takto: *„Nemyslím si, že by významněji pomohly. V Čechách je to o pár*

*lidech, spíš tam chodí prožít jakési dobrodružství. Nebo jde o egocentrické skauty a skautky, hehe, aspoň to tak na mě působí, někdy se nedivím lidem, že nás mají za idioty.“*

Otázky zaměřené na to, jaký způsob aktivismu má podle oslovených veganů smysl, byly zodpovězeny v následujícím duchu: Matěj označil „*přímé akce, které působí vysoké finanční škody, přímé akce, které osvobozují zvířata, ničení propagačních ploch, třeba u cirkusů, ničení majetku majitelů velkochovů, kožešnických farem. Samozřejmě i výroba a distribuce materiálů.*“ Tomáš, Martin a Adéla se shodují, že smysl mají „*přímé akce, sabotáže, masové demonstrace, osvěta a jítí osobním příkladem*“. „*Ten nelegální, přímé akce*“ tvrdí Lucie. Markéta za smysluplné označila **protesty** a Adam si jen zabloumal nad pivem. Linda svůj postoj k aktivismu momentálně řeší: „*...nejsem si úplně jistá, jestli lákat lidi na jídlo a zdraví, šokovat... nakolik taktizovat, nakolik je aktivismus pro aktivisty samotné, aby měli pocit, že něco dělají...Věřím, že upřímně míněný aktivismus si najde své následovníky a posluchače*“. Patrik odpovídá: „*Od samotného veganství až po přímou akci, je na každém, na kolik se cítí.*“

Martin uvažuje o **komunitě** v tomto duchu: „*Zatím existuje pouze virtuálně, ale už se ukazují náznaky spolupráce i ve skutečném světě. Slabá stránka je určitě nejednotnost.*“ Patrik se považuje za **individualistu** a komunita ho nezajímá, nemá potřebu se žádným způsobem sdružovat. Matěj odpovídá: „*Asi ano, existuje. Někteří lidé se sjednotili a začali spolupracovat v projektu Veggie Parade a pořádají spoustu akcí. Pak stojí za zmínku určitě projekt Realita TV, kde si myslím, fungují úplně jiní lidé, kteří naopak vsází na přímé akce, které dokumentují a zveřejňují*“. „*Ano, ve větších městech, okolo lidí z různých veg sdružení, která mi až tak sympatická nejsou. Už jsem slyšela i o neschopnosti se navzájem dohodnout, rozepřích jako všude. Já osobně se raději nikde neorganizuju*“ říká Linda. Adam na otázku, zda pociťuje existenci komunity veganů u nás takto: „*Vnímám to třeba v tom, že veganství už není tak cizí nebo prosté slovo. Celkově je ve všeobecném povědomí a na různých akcích bývá veganská strava standardem. Stejně tak obchody mají mnohem lepší nabídku veganskýho žrádla, čas od času se dá vidět i označení typu vegan friendly. Na druhou stranu je to posranej byznys, i když zelenej. Jídlo je drahý, ne vždycky kvalitní a zdravý, přičemž je avizován opak. Nakonec i to označení bylo někdy lživé. V minulosti jsem byl*

*minimálně svědkem komunity fejsbukových veganů.*“. Tomáš na otázku, zda v Čechách existuje **komunita veganů** odpovídá: „*Rozhodně ano, na Facebooku si píšeme pravidelně, dělají společenské večery a Veggies pochody a demošky*“ a dodává, že „*slabou stránkou je jedna jediná věc a to že je nás málo.*“. Tomáš, Martin, Linda a Lucie označují **sociální síť** Facebook jako jeden z prostředků, díky kterým mohou být v kontaktu s komunitou, kde se setkávají s ostatními vegany a tuto možnost hodnotí pozitivně. Adam a Matěj mají k Facebooku vysloveně odmítavý postoj. Adam ho vysvětluje tímto způsobem: „*Považuji sociální síť v důsledku za asociální, z tohoto důvodu už na nich nefunguji.*“ Adéla, Markéta a Lucie nevěděly, jak téma fungování komunity posoudit. Ačkoli Patrik a Matěj fungování komunity hodnotili spíše pozitivně, nechtějí být její součástí, protože se označili za individualisty.

Problém komunity veganů vidí Matěj následovně: „*Lidé okolo Veggies Parade mi přijdou přehnaně pacifistický. K párku vám dají květinu a ještě vás obejmou. To myslím s nadsázkou, ale takhle nějak na mě jejich akce působí. Kolikrát mi přijde, že přišli pobavit spíš sami sebe než poukázat na nějaký problém. Mně osobně dělá problém smát se a mluvit o utrpení. Jinak jsem samozřejmě rád, že fungují, věnují tomu spoustu času a jsou mediálně vidět, což je velmi důležité. Když o tom tak přemýšlím, tak tyto dvě komunity (druhou komunitou myslí lidi kolem projektu Realita TV a přímých akcí, pozn. V.P.) se vzájemně výborně doplňují*“. Tomáš tvrdí, že „*slabou stránkou je jedna jediná věc, a to, že je nás málo*“. Martin s Lindou za slabou stránku označují nejednotnost.

### **5.2.5 Dopady na každodenní život**

Všichni se cítí být hrdí na to, že jsou vegani. Neskrývají to před svým okolím, shodují se na tom, že se nemají za co stydět a právě naopak svým osobním příběhem konají osvětu a propagaci veganství. Martin říká: „*Pro mě je to velmi důležité. Chci aby to vědělo co nejvíce lidí, protože je dost lidí, kteří o tom nikdy neslyšeli*“. Adam s úsměvem vysvětluje: „*Je to pro mě důležité, aby to okolí vědělo, protože jinak by mi nabízeli párek s hořčicí.*“ „*Ano, rád se pochlubím, hehe. Když to mám říct někomu cizímu, koho neznám tak se necítím nijak zvláštně. Kdybych byl třeba upír, asi by to bylo jiný (smích).*“ podotýká Tomáš. Pro Adélu není nijak zvlášť důležité, aby ostatní lidé věděli, že je veganka, ale „*většina lidí to ví, protože se to hned rozkřikne. A cítím se dobře, jsem ráda, že to tak je (že je veganka, pozn. V.P.)*“. Linda popisuje svůj postoj: „*Jako vegetarián jsem to třeba dlouho tajila, abych se vyhýbala případným konfliktům.*

*Jako vegan s dostatečnou informační základnou a možná i vyšším věkem se konfliktů nebojím. Ani k nim nedochází a myslím, že to, že říkám otevřeně, že jsem vegan a co to znamená, je to nejmenší, co můžu pro šíření veganství udělat. (...) Když to o sobě sděluju, tak je to směsice trošky hrdosti, přiznávám. S tím, že ale oznamuji něco, co mi přijde naprosto přirozené.“* Ani ostatní informátoři se tím netají. Patrik s Matějem to dávají svému okolí najevo i tetováním nebo stylem oblékání.

Za dobu, co jsou vegani, tak shodně tvrdí, že vykazují lepší fyzickou i psychickou aktivitu, cítí se spokojenější, vitálnější, pozorují na sobě i zlepšení zdravotního stavu. Patrik, Lucie, Adam, Tomáš a Adéla uvádí i přiměřenou redukci váhy a ještě společně s Martinem, Lindou a Matějem tvrdí, že prakticky nedochází k lékařům, protože nebývají nemocní. **Jídelníček** se stal vyváženějším a zdravějším i z toho důvodu, že musí o stravě přemýšlet. Linda, Matěj, Adéla, Adam, Martin a Tomáš prozradili, že v souvislosti s rostlinnou stravou se začali zabývat určitou formou samozásobitelství, pěstují zeleninu a ovoce, snaží se hledat lokální zdroje a co nejvíc si vyrobit sami doma. Dopady veganství na každodenní život shrnuje Linda: *„Myslím, hlavně, že člověk na sobě musí zároveň dost pracovat i v jiných oblastech, jako vegan mnohem víc přemýšlí o souvislostech, fungování celého systému, zažitých zvycích a normách, a musí přehodnocovat svůj život i v jiných oblastech.“* Patrik na konec přidal poznámku: *„Slovní spojení „komunita veganů“ mi zní hodně divně, zvláště pro ty, kteří neví, o co jde; už takhle na nás většina společnosti v ČR pohlíží jako na mimozemšťany, když člověk odmítne maso a ostatní živočišné produkty a tohle zní skutečně, jakoby byl členem nějaké ilegální sekty. V podstatě jsem relativně normální, jen jím něco jiného, než ostatní a pojem „komunita“ mi v tomto případě zní jako nějaké uzavřené společenství renegátů“*.

### **5.3 Další zjištění**

V rozhovoru se vyskytla i otázka zkoumající to, jak se oslovení vegané a veganky vyrovnávají s **negativními reakcemi** lidí. *„Ano, když někomu rozbijete výlohu nebo zalepíte zámek od obchodu, tak většinou reaguje negativně. Je to ale pořád lepší než abych ho spatřil, stáhnul z kůže a snědl jeho tělo včetně mozku a varlat a z jeho kůže si ušil legíny. Reakce lidí jsou asi různé, ale neřeším to.“* odpovídá svérázně Matěj. Adam povídá: *„Vyrovnávám. Lidi jsou jak buňky v těle, každé něco dělá, každé má svůj*

*starosti, spolupracují a dohromady tvoří celek, který je přesahuje...některý buňky jsou dost mimo.“ Lucie, Linda, Tomáš a Markéta to neřeší. Martin a Adéla říkají, že záleží na náladě – buď to neřeší, nebo se hádají. Patrik říká: „Neznám žádné 100% negativní reakce. Normální člověk se slušně zeptá, vede diskuzi nebo si nechá vysvětlit můj názor.“*

Na otázku, jak se vyrovnávají se skutečností, že na veganství velká část majoritní společnosti nahlíží jako na něco **extrémního** Matěj namítá: *„Myslím, že na sebe nahlížíme podobně, ale zeď mezi námi staví spíše oni. Někoho zabít a sníst jeho ostatky mi přijde extrémní a nechutný. Lidé milují kočky a psi, zatímco o pár států dál prase nejedí, že je nečisté a kočku si dají s chutí. To je zvrácený a asi i extrémní“.* Lucie, Adéla a Markéta to neřeší. Martin a Patrik tvrdí *„vysvětlovat a vysvětlovat“.* Linda se kolikrát nediví: *„Chápu jejich pohled. Při projití prodejnou potravin se zdravou výživou se veganské stravování opravdu jako extrémní jeví. Vysvětlovat někomu, že na zelenině, ovoci, obilovinách, luštěninách oříškách a semínech nic extrémního není by zabralo čas... Zvyklosti, vliv většinové společnosti a vymytí mozku nezmezí při jednom rozhovoru.“* Adam s povzdechem povídá: *„Vyrovnávám. Všichni jsme se už narodili v už značně zničeném, zašmodrchaném, zmutovaném, zdegradovaném, paradoxním, egoistickým, zmanipulovaném, zvrhlém, cynickým, pokřiveném, zpřeházeném, přetechnizovaném, necitlivém, otráveném, vysterilněným nelidsky lidským světě, za což nikdo z nás nemůže.“*

Patrik svoje pocity vůči **konvenčně** se stravující společnosti pociťuje jako pohrdavé. Adam tvrdí, že *„ve skutečnosti jsou nekonvenční oni“.* Linda říká, že *„postoje prochází různými vlnami, kdy si schválně vzpomínám na svoje období, kdy jsem jedla maso, abych je mohla chápat a tolerovat. Jindy se regulérně zlobím na nedostatek soucitu a inteligence. Stále ale věřím, že pokud jsem dokázala prohlédnout já a lidé z mého okolí, může to dokázat každý.“* Tomáš se smíchem povídá: *„Serou mě ti barbaři.“* *„Trochu začínám vidět, jak se lidi v dnešní době stravují, je to otrěsné, všude samý éčko. Přemýšlím, jak s tímhle dokáže lidský organismus bojovat. Ale většina lidí si to nenechá vymluvit a já jim to nenutím“* říká Lucie. Martin a Adéla se shodují s Matějem, který svoje pocity popisuje slovy: *„Kdyby si jen huntovali tělo, je to jejich věc, ale že kvůli nim vyhasne miliardy životů ročně?! Nejspíš cítím znechucení a stud“.*

Na dotaz, jak je veganství ovlivnilo jako **spotřebitele**, reaguje Patrik odpovědí,

že „časově při studování složení každého výrobku“. Martin prý kupuje kvalitnější výrobky a jen v potřebném množství. Linda to vnímá jako zásadní změnu: „*Nenakupuju v supermarketech nic kromě zeleniny, pečtu vlastní chleba, potraviny nakupuju ve zdravých výživách.*“ Tomáš, Adéla, Markéta a Adam se vyjádřili podobně ve smyslu, že nakupují jinde a jiné věci a hodně si toho snaží vyrobit doma a nekupovat polotovary. Lucie a Adéla tvrdí, že je pro ně veganská strava dražší než ta konvenční. Matěj se začal soustředit na kvalitní místní potraviny, Markétě to přineslo více informací o pestré a zdravé výživě.

**Dostupnost** veganských potravin hodnotí dotazovaní celkem kladně. Pro Lindu je „*ve větších městech dostatečná. Pokud ale člověk nemá možnost dojíždět na nákupy nebo objednávat z netu, tak na malých městech nebo vesnicích to může být problém.*“ Martin cítí zlepšení za posledních pár let, ale také podotýká, že na menších městech by to mohlo být lepší, především v nabídce kosmetiky, což ale řeší tak, že si nakoupí dopředu. Matěj to komentuje slovy: „*Dostupnost není tak špatná, stále se zlepšuje. Ovšem například s Německem se v tomto ohledu nemůžeme rovnat, ale dost surovin si můžu udělat sám doma.*“ Lucie připomíná, že mnohem horší je situace, pokud se chce vegan najít v restauraci, s čímž souhlasí i Adam, Adéla, Linda a Tomáš.

Stravování v **zaměstnání** komentuje Tomáš slovy: „*Ano, je to jediný a obrovský problém. Řeší to snad každý vegan a dost mě to sere.*“ Matějův pohled je ale jiný: „*Stravování ne, nosím si svoji sváču.*“. Patrik v tom problém také nevidí, stravuje se po práci. Stejně tak Lucie, Martin, Linda, Adéla, Adam a Markéta takové situace řeší vlastním jídlem. V zaměstnání ani ve škole se žádný z oslovených nesetkal s tím, že by jim veganství působilo vysloveně problémy. Matěj říká: „*Někteří reagují dobře, jiní dělají naschvály, podle toho, kdo je jakéj vůl.*“ „*Vědí to, že začátku reagovali kolegové skepticky. Byla jsem „divná“.* Časem si zvykají a zvyknou.“ říká Markéta. Každý z oslovených veganů a veganek ale odhodlaně tvrdí, že by byli schopní odmítnout zaměstnání, které by bylo v rozporu s veganskými principy. Nikdo z dotazovaných ale takovou zkušenost zatím nemá.

Lucie a Tomáš se svěřují, že v souvislosti s veganstvím značně omezili konzumaci alkoholu a Tomáš přestal kouřit. Adéla, Lucie, Matěj, Adam, Markéta a Patrik tvrdí, že se veganství nemělo žádný **vliv na zájmy** nebo zábavu, kterou vyhledávají. Martin říká: „*Tak určitě, více se zajímám o přírodu a její ochranu.*“ „*Snad*



*jedině, že jsem se naučil vařit a začal si pěstovat zeleninku.*“ povídá Tomáš. Linda zas ráda sbírá informace z oblasti veganské problematiky a stravování.

*„Můj cíl je veganský život, protože je pro mě nepředstavitelný, že bych měl ještě někdy jíst maso a živočišné výrobky“* odpovídá Martin na otázku, zda je pro něj veganství prostředek k nějakému **cíli**. Patrik to vnímá jako *„krok na cestě proti vyhlazování zvířat“*. Linda se zamýšlí: *„Veganství by mělo být jen přirozeným životním stylem, určitě to není cíl ani žádná zásluha... Někomu může stačit, ale boj za práva zvířat se neděje na talíři“*. Lucie, Markéta a Adéla říkají, že by rády víc pomohly. Pro Tomáše je veganství cesta k uzdravení těla a duše. Adam s Matějem se shodují, že je to cesta *„k vnitřní harmonii, když už se svět kolem úplně zbláznil“*.

V rozhovoru se objevila také otázka týkající se **ideálního** stavu společnosti, na kterou Martin říká: *„Určitě plně veganským, ale je to utopie. Bylo by ale dobré, kdyby lidi věděli více o týrání zvířat a situacích, který nastávají třeba na jatkách“*. Takto to vidí i Lucie, Patrik, Markéta, Tomáš a Adéla. Adam dodává: *„každý jiný, všichni rovní, respekt, cit a nebrat zvířatům evoluční svobodu“*. *„Ideálně legislativně uznaná práva zvířat. Tak jako když došlo ke zrušení otroctví v Americe.“* popisuje Linda. Matějovo přání je následující: *„Byl bych spokojený, kdyby to nebyly dva pojmy, ale společnost tvořili jak zvířata tak lidé, jen jde o vzájemný respekt jak zvířat, tak životního prostředí.“*

Lucie, Martin, Patrik, Tomáš, Linda, Matěj ani Patrik si nemyslí, že by ve společnosti byla vůle k **etičtějšímu přístupu** ke zvířatům. Matěj to opatřuje komentářem: *„Ne, myslím, že dnešní životní styl je příliš uspěchaný a agresivní. Lidi mají co dělat, aby poplatili všechny dluhy kapitalismu a nezbyvá jim čas cítit, přemýšlet ani milovat.“* Adam a Adéla to vidí pozitivněji: *„Myslím, že ano, protože jsou tu lidi a organizace, který o to usilují“* říká Adéla. *„Snad ano, společnost se vyvíjí, lidé postupně berou zvířata jinak než je braly naše prababičky, nebo než tomu bylo ve středověku. Ale jde to příliš pomalu, nelze čekat až to každému člověku dojde. Ani se zrušením otroctví nebo uznání práv ženám se nečekalo až to každému jednotlivci dojde. Myslím, že jde o to, aby se to ustanovilo zákonem a pak dbát na jeho dodržování a postupné zažití třeba i několik desítek let.“* popisuje své myšlenky Linda.

Matěj, Patrik, Lucie a Markéta si nevybaví žádné změny, které by hodnotili pozitivně. Martin udává, že někteří jeho přátelé se začínají zajímat o vegetariánství a

veganství. Linda hodnotí: „welfare změny a bioprodukce, která je pro zvíře sice více snesitelnější, ale je určena v první řadě pro spotřebitele a finanční zisk. Bohužel nejsou cesta. Nevidím jinak žádné výrazné pozitivní změny, snad kromě nárůstu počtu veganů a lidí, co se o tuhle problematiku zajímají.“ „Občas nějaký zákon se upraví, ale je toho zatím málo.“ tvrdí Tomáš a Adéla s Adamem se s ním shodují.

Lucie, Tomáš, Patrik a Markéta nijak zvlášť nesledují změny v oblasti **práv zvířat** v zahraničí. Matěj k tomu říká: „Jsou to malé omluvné krůčky. Zrušení kožešinových farem v některých zemích, zvětšení klecí pro nosnice, omezení býčích zápasů, zákazy rybolovu v určitých časech. Jsou to jen malé krůčky spíš aby lidem dokázali jak moc zvířata milují a my jací jsme rabiáti a extrémisti.“ Linda zaregistrovala zrušení zvířat v cirkusech v mnohých zemích a „jakýsi zákon na ochranu domácích mazlíčků v ČR a zákon, který mění definici zvířete jako věci, ale nevidím moc změn.“ „Zaujalo mě, že například v Kanadě se chtějí alespoň pokusit udělat takový zákon, že by měli vegané právo na veganské jídlo ve státních institucích.“ povídá Martin. Adéla a Adam hodnotí pozitivně každou **změnu** nebo aktivní činnost, která pomůže zvířatům kdekoli na světě.

„Ano, je pro mě důležitý i globální pohled a souvislosti, nejsem sobec a myslím i na to, pokud se mi někdy stane to, že budu mít děti, tak aby měly kde být, co jíst a dýchat.“ povídá Markéta. Martinův pohled je takový: „Samozřejmě. Ale teď, v tomto okamžiku, kdy je lidstvo nastavené na konzum a spotřebitelství obrovského množství masa, je vlastně ochrana tzv. hospodářských zvířat v podstatě jen výkřik do ticha. A ochrana přírody je taky velmi důležitá, protože dnes velké korporátní firmy ničí pralesy a moře, což bude mít podle mého názoru velký následky na fungování světového ekosystému a klimatu.“ „Jednej lokálně, mysl globálně, jojo, to je pravdou“ podotýká Matěj. Patrik, Adéla, Lucie, Adam, Tomáš i Linda to cítí stejně.

## 5.4 Shrnutí výsledků

Všichni vegani, se kterými jsem vedla rozhovor se prakticky shodují na základních postojích ohledně veganství jako životního stylu, důvodech, které je k veganství vedly, postojích k vegetariánství jako kroku na cestě k veganství, a vnímání veganství jako způsobu aktivismu ve smyslu „Coming Out!“ neboli „v tom nejedu“.

Vegané a veganky, které se zapojili do výzkumu, tak v různých mírách

popisovali, že byli především zpočátku vystaveni sociálnímu tlaku nejčastěji z okruhu rodiny. Ti, co uváděli, že se snaží o aktivní osvětu v rámci svého nejbližšího okolí zmiňovali také, že jejich snažení přineslo výsledky v podobě úpravy stravovacích návyků dalších rodinných příslušníků. Ve všech rozhovorech zaznělo, že veganství u svého partnera či partnerky považují za důležité. Pro vegany je pocit, že jednájí správně hnacím motorem, díky němuž se vyrovnávají se sociálním tlakem. Vytvořili si vlastní pojetí normality, které jim se všedním životem splývá.

V rozhovorech se ukázalo, že činnost Animal Liberation Front jakožto radikálních postupů, které často překračují hranice legality, je oslovenými vegany pozitivně přijímána a hodnocena. Tento fakt může ilustrovat i další zjištění v oblasti přístupu k aktivismu. Přímé akce jsou označovány za jedny z nejsmyslnějších způsobů aktivismu spolu s nutností konstruktivních debat a obhajobu veganského způsobu života především vlastním příkladem. Na názory ohledně existence a fungování komunity se rozcházejí, stejně tak v pohledu na sociální sítě jako prostředku k aktivismu nebo aktivizaci lidí sledující společný cíl. Vegané, kteří se o sociálních sítích vyjadřovali pozitivně zároveň vykazovali vyšší tendenci k vyhledávání a setkávání se s dalšími vegany. Ti, kteří byli více kritičtí k současnému fungování hnutí za práva zvířat spíše tíhli k radikálnějším postupům a názorům z pohledu majoritní společnosti. Zároveň tito vegané byli méně nakloněni ke sdružování se v organizacích či fungování v komunitě. Sami o sobě prohlásili, že jsou individualisté. Kromě Markéty všichni vyhledávají či v minulosti vyhledali veřejné akce, které vyjadřují podporu veganskému životnímu stylu nebo mají v hledáčku práva zvířat. Matěj, Adam, Adéla, Lucie a Martin sami takové akce již v minulosti pořádali nebo jinak podíleli na jejich realizaci.

Často vidí souvislost veganství s ekologií, etickým spotřebitelství, snahu o samozásobitelství a zmiňují princip „*mysli globálně, jednej lokálně*“. Adéla, Martin, Linda a Matěj dotazovaní se snaží získávat informace o hnutí za práva zvířat v zahraničí a sledují kroky v ochraně zvířat v celosvětovém měřítku a ti, kteří se o to zajímají, tak změny v zákonech vidí sice jako dílčí úspěchy, ale nedostačující. Jako nezbytné považují změnu v postojích celé společnosti. Zároveň dodávají, že ačkoli ideální společnost by byla celá „veganská“, je to spíš utopistické přání.

Veganství nikomu nebývá „na obtíž“, necítí ho jako sociální handicap, naopak prožívají pocitu hrdosti. V souvislosti s konvenčně se stravující společností zaznívají

slova jako „*zklamání, znechucení, stud, opovržení, laxnost, pohrdání*“. Nebylo vyřčeno žádné tvrzení, které by ukazovalo na to, že by veganství působilo informátorům problémy v zaměstnání, ve škole nebo třeba u lékaře. Můj subjektivní dojem ze setkání s těmito vegany je vcelku kladný, byla to skupina vitálně působících, přemýšlejících, veselých mladých lidí, kteří nejsou nijak sociálně izolovaní, ani o to nestojí. K lidem přistupují individuálně a dokážou být kritičtí i k jedincům „z vlastních řad“. Ačkoli hodnotí kladně skoro každou snahu o osvětovou práci v oblasti práv zvířat nebo veganství jako celku, nemají výraznou potřebu být součástí organizované skupiny.

## 6. Závěr

### 6.1 Vegané a komunita

Jedním ze znaků této komunity je to, že odmítli dál vyznávat normy majoritní společnosti. Výzkum ukázal, že vegané a veganky sdílejí společné hodnoty především v oblasti toho, co vnímají jako etické. Nastavili si vlastní sociální normy a pohled na pojetí normality. Vyhledávají společnou interakci a to nezávisle na tom, kde aktuálně žijí. Tato komunita nalézá alternativu k dnešní společnosti právě ve veganském životním stylu. Problémem této komunity se na základě uskutečněných rozhovorů jeví především to, že jedinci často odmítají překročit hranici individualismu. Další překážku k aktivnímu fungování komunity veganů u nás vnímám fakt, že zatím nedokázala nalézt způsob, jakým se efektivně zasazovat o změny norem majoritní společnosti v oblastech, které považují za naléhavé. Příčinou může být i vnitřní nejednotnost.

Vzorek informátorů, kteří se zúčastnili rozhovorů ukazuje, že komunita veganů není homogenní skupina, která by byla izolovaná od majoritní společnosti. I přes to vykazují některé jednotné znaky, které ale nemají dopad na konkrétní existenci komunity či fungování hnutí. Ačkoli některé situace jsou z pohledu vegana složitější, přesto rozhodnutí nelitují a tvrdí, že jim veganství přináší benefity vyplývající z hodnocení svého psychického, zdravotního a sociálního stavu po přechodu na veganství.

Z informací od tak omezeného počtu informátorů nelze vyvodit obecnější závěry platné pro celou komunitu, ale i přes to vnímám jako svým způsobem alarmující fakt, že jako nejsmyslnější z možných variant protestu či aktivismu vnímali oslovení vegané přímou akci, která je spíše za hranicí zákona než před ní. Může to vypovídat o určité frustraci z pohledu na dnešní společnost. V souvislosti s tím považuji za důležité, aby vznikla konstruktivní diskuse ve společnosti, ale i uvnitř veganské komunity, jakým způsobem spolupracovat na úrovních neformálních skupin, ale také nestátní neziskové organizace zabývajícími se ochranou zvířat mezi sebou a v neposlední řadě vést dialog i

s příslušnými státními institucemi.

## **6.2 Etika**

V průběhu realizace a analýz rozhovorů jsem opakovaně řešila otázku etiky. Respondenti se vyjadřovali velice upřímně a několikrát se mi dostalo až intimních odpovědí především týkajících se hodnocení přímých akcí a vlastních aktivit, jejichž publikací jsem si nebyla jistá. I proto jsem přistoupila k omezení základních údajů o účastnících výzkumu.

## **6.3 Doporučení**

Komunita žije ve filosofické a virtuální rovině, v reálném životě v současné době spíše existují jen individuální aktivity bez jakéhokoli formálního zaštitění či organizace. Komunita je roztržštěná v názorech o efektivitě a významnosti jednotlivých typů protestů a vyjádření a jejich dopadů na požadované cíle. Komunita není schopná definice jednotné strategie dosahování cílů a jejich prostředků, nelze proto mluvit o hnutí, které by bylo schopné výrazných a udržitelných systémových změn. Nutné je ale zmínit, že podle výstupů z rozhovorů má tato komunita potenciál k tomu, aby se v po konstruktivních debatách ve vlastním středu stala inspirativním životaschopným hnutím, které bude schopné definovat reálné cíle a pomocí spektra aktivit jich postupně dosahovat s využitím pozitivních trendů ve společnosti.

Podle mého soudu by bylo zajímavé uvažovat o komunitním prostoru pro setkávání veganských rodin, vyšší podporu pro možnost komunikace a přenos této komunikace z virtuální roviny zpátky do reálného světa. Určitě by stálo za studii zabývající se významem a dopadem sociálních sítí na aktivismus. Zajímalo by mě například i pohled vegetariánů na veganství či veganství z pohledu majoritní společnosti. Chybí demografické souvislosti a informace pohledem kvantitativní metody. Uvítala bych statistické údaje, které by mohly více vypovědět o stavu společnosti podporující rostlinnou stravu prostřednictvím statistik popisujících počet veganských restaurací v České republice, množství nevládních neziskových organizací na ochranu zvířat, které propagují vysloveně veganství, akce, které na obhajobu veganství probíhají, obsahové analýzy veganství z pohledu médií a množství publikací českých autorů souvisejících s veganstvím či obhajobou práv zvířat. V neposlední řadě by bylo zajímavé vypracovat

studii o dopadech veganství na zdravotní stav veganů. Naši společnost rozhovory reflektují jako špatně přijímající jinakost, ale pokud s ní přijde do bližšího osobního kontaktu, tak je v některých případech svolná k přehodnocení svých původních postojů.

Seznam použitých zdrojů:

ATKINS, J.; BOWLER, I. *Food in Society: Economy, Culture, Geography*. Arnold, 2001. 328s. ISBN 0340720034.

Česká veganská asociace, 2008 [online].[cit. 2012-04-10]. Dostupné z: <http://www.veganska-asociace.cz>

DVOŘÁKOVÁ – JANŮ, V. *Lidé a jídlo*. 1. vydání. Praha: ISV, 1999. 182 s. ISBN 8085866412.

FRAŇKOVÁ, S. *Psychologie výživy a sociální aspekty jídla*. Praha: Karolinum, 2003. 256 s. ISBN 80-246-0548-1.

GIDDENS, A. *Sociologie*. Praha: Argo 2001. 595 s. ISBN 80-7203-124-4.

HENDL, J. *Kvalitativní výzkum. Základní metody a aplikace*. Praha: Portál, 2008. 408 s. ISBN 978-80-73-67-485-4.

*History*. [online]. The Vegan Society, 2003. [cit. 2012-04-10]. Dostupné z: <http://www.vegansociety.com/about/history.aspx>.

JANDOUREK, J. *Sociologický slovník*. Praha: Portál, 2001. 288 s. ISBN 80-7178-535-0.

KOHÁK, E. *Zelená svatozář. Kapitoly z ekologické etiky*. Praha: SLON, 1998,2000. 204 s. ISBN 80-85850-86-9.

LIBROVÁ, H. *Vlažní a váhaví (kapitoly o ekologickém luxusu)*. Brno: Doplněk, 2003. 319 s. ISBN 80-7239-149-6.

KULHAVÝ, J. *Vegetariánské hnutí v České republice a v Církvi adventistů sedmého dne*. Závěrečná práce. Teologický seminář Církve adventistů sedmého dne, 2007. 86 s. Vedoucí práce: Roman Mach.

MATOUŠEK, O. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál, 2003. 384 s. ISBN 80-

7178-548-2.

MACH, M. *Vegani ve společnosti masa. Zkušenosti veganů s reakcemi majoritní společnosti*. Praha: 2010. Diplomová práce na Fakultě humanitních studií, Katedře sociální a kulturní ekologie Univerzity Karlovy Vedoucí práce: Markéta Vaňková.

MEDŘICKÁ, J. *Psychologické a sociální aspekty vegetariánství*. Praha: 2008. Diplomová práce na Filosofické fakultě Univerzity Karlovy na katedře psychologie. Vedoucí práce: Tamara Hrachovinová.

PETA, Media Center [online] PETA, 2012. [cit. 2012-05-18] Dostupné z:  
<http://www.peta.org/mediacenter/default.aspx>

SINGER, P. *Osvobození zvířat*. Praha: Práh, 1975,1990. 259 s. ISBN 80-7252-042-3.

SKOVAJSA, M. *Občanský sektor*. Praha: Portál, 2010. 376 s. ISBN 978-80-7367-681-0.

ŠŤASTNÝ, *Vegetariánská výročí v roce 2004*. [online]. Publikováno 6. 9. 2005 [cit. 2007-11-02]. Dostupné z:  
<http://www.vegspol.cz/view.php?cislocclanku=2005090004>



## Příloha

### Scénář otázek:

#### ▲ **Identifikační otázky**

- ▲ pohlaví
- ▲ věk
- ▲ bydliště
- ▲ nejvyšší dosažené vzdělání + obor
- ▲ profese
- ▲ rodinný stav

#### ▲ **Veganství jako volba**

- ▲ Co pro Vás veganství znamená?
- ▲ Jak byste popsal veganský životní styl?
- ▲ Naplňujete tento ideál? Pokud ne, v čem vidíte největší problém?
- ▲ Jak dlouho jste vegan?
- ▲ Byl jste před tím vegetariánem? Pokud ano – jak dlouho?
- ▲ Jaký je nyní Váš pohled na vegetariánství?
- ▲ Jaký impuls vedl k tomu, že jste se rozhodl pro veganství?
- ▲ Byl někdo nebo něco, co Vás ovlivnilo? V čem?
- ▲ Byl ve Vašem případě přechod na veganství postupný nebo ze dne na den?
- ▲ Co bylo nejtěžší?
- ▲ Vedlo veganství k přehodnocení žebříčku hodnot?
- ▲ Jaký je Váš pohled na to, když si někdo zvolí veganství pouze jako dietu?

#### ▲ **Rodina**

- ▲ Jak na Vaše rozhodnutí reagovala nejbližší rodina?
- ▲ Má Vaše rodina potřebu s Vámi o veganství hovořit? Pokud ano, v jakém duchu? Pokud ne, jak si to vysvětlujete?
- ▲ Jak na to reagoval Váš partner/ka?
- ▲ Snažíte se o to, aby principy veganského životního stylu ovlivňovaly fungování celé domácnosti? Pokud ano – jak? Pokud ne – proč? V čem vidíte největší problém, bariéry? Jak řešeny?
- ▲ Snažíte se nějakou formou o to, aby se s Vaším postojem ke stravování ztotožňovali i ostatní členové Vaší rodiny?
- ▲ Děláte osvětu v rámci rodiny?

- ▲ Jakým způsobem řešíte například volbu menu na rodinných oslavách, svátcích apod?
- ▲ Jak je pro Vás důležité, aby Váš partner byl také vegan? Je jím?
- ▲ Přemýšlel jste o tom, zda byste vytrval na veganském způsobu života i při výchově dětí?
- ▲ Máte děti? Vychováváte je jako vegany? Pokud ne, proč? Pokud ano, setkal jste se s kritikou? Od koho? Jak jste reagoval?
- ▲ Pokud děti nemáte, v budoucnu je plánujete? Pokud ano, budete je vychovávat směrem k veganství?
- ▲ Je něco, co byste v souvislosti s rodinou a veganstvím mohl označit za svůj úspěch?

#### ▲ **Přátelé**

- ▲ Jak na Vaše rozhodnutí ohledně veganství reagovali Vaši přátelé?
- ▲ Mělo Vaše rozhodnutí nějaké pozitivní/negativní dopady na některá přátelství?
- ▲ Změnil se Váš okruh přátel a známých po tom, co jste se rozhodl pro veganský životní styl?
- ▲ Máte mezi svými přáteli také vegany?
- ▲ Je pro Vás důležité, aby jimi Vaši přátelé byli? Proč?
- ▲ Vyhledáváte si přátele mezi vegany? Proč?
- ▲ Snažíte se setkávat s ostatními vegany při nějakých příležitostech? Pokud ano – kde, pokud ne- proč?

#### ▲ **Aktivismus a komunita**

- ▲ Máte potřebu se nějakým způsobem projevat v oblastech, které Vám nejsou lhostejné? Pokud ano – jaké to jsou oblasti, pokud ne – proč?
- ▲ Jaký způsob projevu využíváte? Proč právě tento?
- ▲ Jaký je Váš postoj k přímým akcím Animal Liberation Front? Znáte je? Odkud?
- ▲ Byl byste sám ochoten a schopen něco podobného podniknout?
- ▲ Účastníte se demonstrací za práva zvířat? Pokud ano – jakých, pokud ne – proč? Kde se o nich dozvídáte?
- ▲ Jaký způsob aktivismu má podle Vašeho mínění smysl?
- ▲ Zajímáte se o veřejné akce, které probíhají podle veganských principů či zásad?
- ▲ Navštěvujete tyto akce? Pokud ano – jaké, pokud ne – proč?
- ▲ Je nějaká aktivita, kterou provozujete Vy osobně?
- ▲ Jak se vyrovnáváte s negativními reakcemi lidí?
- ▲ Jaký je Váš názor na kampaně či akce, které mají lidi šokovat, možná i pohoršit, a tím je přinutit přemýšlet o daném problému?
- ▲ Vyhledáváte vegany a veganské skupiny na sociálních sítích? Jakých? Zapojujete se? Proč?
- ▲ Pociťujete, že v Čechách existuje komunita veganů? Jak? V čem?
- ▲ Máte nějakou představu, jak tato komunita funguje? V čem přínosná? V čem problémy, slabé stránky?
- ▲ Máte vizi, jak by fungovat měla nebo mohla?
- ▲ Chcete být její součástí? Ano – proč? Ne – proč?
- ▲ Angažujete se ještě v nějakých jiných činnostech? Jakých? Proč? S jakým úspěchem, problémy...?

## 6) Dopady na každodenní život

- △ Jaké na sobě pozorujete změny za dobu, co jste vegan? - psychické, fyzické, sociální
- △ Jaké jsou Vaše pocity vůči konvenčně se stravující společnosti?
- △ Je pro Vás důležité, aby Vaše okolí vědělo, že jste vegan nebo si to spíš necháváte pro sebe?
- △ Jak se cítíte, když neznámému člověku (či v cizí společnosti) sdělíte, že jste vegan?
- △ Nastala nějaká situace, kdy by Vám veganství bylo „na obtíž“?
- △ Jak hodnotíte dostupnost veganských potravin?
- △ Jak Vás veganství ovlivnilo jako spotřebitele?
- △ Nákup kterého zboží je pro Vás nejobtížnější z pohledu vegana?
- △ Jak se k Vašemu rozhodnutí pro veganství vyjádřil Váš praktický lékař?
- △ Jaké máte pocity, když lékařům sdělujete, že se stravujete vegansky?
- △ Jak se vyrovnáváte s faktem, že hodně lidí pohlíží na veganství jako na něco extrémního?
- △ Je pro Vás v každodenním životě snadné dodržovat všechny zásady veganského životního stylu? V čem největší problém? Jak řešíte?
- △ Jsou nějaké situace, ve kterých se obáváte sdělit, že jste vegan nebo by Vám to bylo nepříjemné?
- △ Přistupujete v některé z oblastí ke kompromisům?
- △ Jsou nějaké situace, které jste zatím jako vegan neřešil a máte z nich obavu?

## 7) Zaměstnání a koníčky

- △ Není Vám veganství překážkou v zaměstnání? - např. Stravování
- △ Vědí Vaši kolegové, že jste vegan? Jak reaguji? Liší se to v průběhu času?
- △ Je pro Vás důležité, aby Vaše zaměstnání bylo v souladu s principy veganského životního stylu?
- △ Byl byste schopný odmítnout zaměstnání, které by s těmito principy bylo v rozporu?
- △ Změnil se typ zábavy, kterou vyhledáváte od doby, kdy jste vegan? V čem např.?
- △ Mělo veganství nějaké dopady na Vaše zájmy? V čem např.?

## 8) Budoucnost

- △ Je veganství cíl nebo prostředek k nějakému cíli? Jakému?
  - △ S jakým stavem společnosti a jejím vztahem ke zvířatům byste byl spokojený?
  - △ Myslíte si, že je ve společnosti vůle k etičtějšímu přístupu ke zvířatům? Ano – proč? Ne – proč?
  - △ Jsou nějaké změny, které proběhly či probíhají, které hodnotíte pozitivně?
  - △ Sledujete, jaké změny (např. legislativa v oblasti ochrany a práv zvířat) probíhají v zahraničí? Kde? Co se Vám líbí?
  - △ Je pro Vás důležitý globální pohled a souvislosti i v ochraně zvířat, prostředí,...?
- △ Je ještě něco, co v našem rozhovoru nezaznělo a považujete to za podstatné?

