

Io sono vegetariana

MARGHERITA HACK

Permettetemi di parlare, piuttosto che del vegetarianismo o dei vegetariani in generale, della mia esperienza di golosa di uova al tegamino.

Questo è il mio piatto preferito, e non ho mai trovato nulla di meglio, sebbene abbia avuto innumerevoli occasioni di assaggiare altri cibi da "carnivori" e di cambiare.

Anche i miei genitori erano vegetariani: lo erano diventati adulti per motivi igienici e per una specie di "illuminazione" o conversione religiosa. Invece, io, si può dire che sia nata e rimasta vegetariana, senza crisi e senza altre motivazioni. I genitori, anche in fatto di dieta, non mi imposero nulla, ma mi lasciarono la più ampia libertà di provare e decidere da me.

Se qualche volta mi sono sentita a disagio e ho perfino sofferto, è stato quando mi trovavo nell'impossibilità di scegliere fra un piatto e un altro. Allora ero costretta a fingere di ingoiare bracioline o lessi, che spesso con strane manovre e disastrosi risultati cercavo di nascondere perfino in tasca, per non sollevare la curiosità dei vicini commensali.

Spiegare perché la carne non mi piaceva ed essere oggetto, sia pur momentaneo, della curiosità canzonatoria e divertita degli altri, mi riusciva particolarmente difficile, specialmente da giovane. Allora siamo conformisti ed avevo paura di essere considerata troppo diversa. Ed io lo ero già fin troppo e per diverse cose, come per esempio, il mio ostico cognome e la statura un po' più alta del normale.

Quando scoprivano che ero vegetariana mi

dicevano: "Ma come, davvero la carne non ti piace? Ma è necessaria, ma fa bene, ma la nostra dentatura comprende anche i canini e gli incisivi". Alcuni aggiungevano: "Va là, mangia radicchio!"

Il fatto è che, pur essendo stata alquanto malaticcia nei miei primissimi anni, poi ho sempre goduto di una salute eccellente, e svolto delle attività piuttosto faticose, come l'atletica e il mestiere d'astronomo. Certo, non sono stata una grande atleta, tuttavia ci tengo quasi più ai miei titoli di campione universitario di salto in alto e in lungo, titoli che ho vinto per tre anni di seguito, che alla mia carriera scientifica.

La quale è stata fortunata, ma anche dura. Perché se ci sono degli astronomi che lavorano a tavolino, elaborando teorie, ce ne sono altri che osservano al telescopio e poi riducono e interpretano i risultati delle osservazioni. Specialmente d'inverno è un lavoro pesantissimo: fa freddo e le ore della notte sono lunghe, non di rado fino a tredici ore. L'occhio all'oculare, la mano sullo strumento dei movimenti fini, per mantenere un perfetto allineamento con l'oggetto celeste da studiare, lo sviluppo delle lastre appena prese, quelle nuove da inserire. Imbaccucati nelle tute imbottite, bisogna lottare contro la stanchezza e il sonno, pestare i piedi, tenere la radio a pieno volume perché questo stordimento aiuti a scacciare quello delle tre del mattino.

Sì, fare l'astronomo richiede una salute di ferro, ed una dieta appropriata. Ebbene, a tanti non sembrerà vero, ma quella vegetariana lo è, come dimostra chi scrive questo articoletto.

Del resto, io non sono una rarità nemmeno fra gli astronomi, perché ne ho conosciuti almeno altri tre o quattro, che erano anche più vegetariani di me. Come il noto astronomo olandese Marcel Minnaert, maestro di due o tre generazioni di astrofisica di varie nazioni, e cultore di altre discipline oltre l'astronomia, quali la biologia, le lingue (ne conosceva alla perfezione 7), l'arte. Era un acceso progressista in politica, tanto è vero che ormai vecchio si recò ad insegnare e riorganizzare scuole e istituti di ricerca ad Hanoi, proprio nel periodo dei più terribili bombardamenti.

Ma progressista (se così si può dire) lo era anche in fatto di vegetarianismo. Infatti, lui non mangiava nemmeno le uova né il burro, ma la sua dieta consisteva di verdure, una buona quantità di patate, formaggi e grassi vegetali, più un po' di frutta, ma di rado.

Era un lavoratore infaticabile, e trovava tempo per tutto e per tutti. A oltre 60 anni di età era capace, la domenica, di farsi 20 km. a piedi senza accusare il minimo sforzo, solo per visitare un monumento o vedere un quadro. Gli bastavano 5 minuti di orologio su una seggiola per rilassarsi e riacquistare energie. Suonava il piano e gli piaceva cantare duetti, che a me facevano un po' ridere quando non mi addormentavo, dato che io non distinguo una campana da un campanello elettrico e confondo la Marsigliese con l'Internazionale e l'Inno di Mameli; però estasiavano lui e gli tingevano le guance di rosa. Lungo lungo (era alto più di un metro e novanta) si può affermare che era una perfetta "macchina a patate", come io lo sarei a "insalata e uova fritte".

Con ciò non voglio affermare che la buona salute ed il successo di questo e di quel vegetariano sia tutto merito della sua dieta, ma più semplicemente, privarsi della carne e dei pesci,



per molti come me, non è affatto una privazione, ma una deliziosa fortuna.

Che poi ci siano anche motivi religiosi, morali, economici che possano far preferire il regime vegetariano a quello carneo, è stato fin troppo detto e ripetuto. Comunque credo che uccidere qualsiasi creatura vivente, sia un po' come uccidere noi stessi; le loro sofferenze sono le nostre. Chissà se i cacciatori lo intuiscono, quando per un errore balordo, si feriscono fra di loro.

Margherita Hack, astrofisica di fama mondiale, è Direttrice del CIRAC di Trieste. È figlia di Roberto Hack, che fu Segretario Generale della Società Teosofica Italiana dal 1962 al 1971.

Tratto da "L'Idea Vegetariana" anno VI n. 24.

Ricordo di Fabrizio Mariani

CLAUDIO MONACHESI

Nel numero di novembre della "Rivista Italiana di Teosofia" abbiamo annunciato il passaggio al di là del velo di materia del fratello Fabrizio Mariani, componente del Comitato Esecutivo della Società Teosofica Italiana e protagonista della presenza teosofica in Roma. Il fratello Claudio Monachesi, Presidente del Gruppo "Saint Martin" di Roma ci ha inviato un sentito e condivisibile ricordo di Fabrizio, che volentieri pubblichiamo di seguito (n.d.r.).

*Una gran pena ho per te,
fratello mio Gionathan,
tu mi eri sommamente caro,
e l'amore tuo per me
era più meraviglioso
che l'amore delle donne.
(Samuel 1,26)*

A desso che non ci sei più quante cose ho da dirti, che non ho fatto in tempo a dirti, quanti consigli avrei da chiederti... E molte immagini percorrono il mio andare sulla via che tu sei stato capace di aprire sugli orizzonti dell'anima.

Ci hai sempre detto che non esistono maestri, tutt'al più fratelli più avanti sulla strada, capaci di indicarci gli ostacoli o le oasi presso cui refrigerarsi, che il Maestro è all'interno d'ognuno ed è a Lui che dobbiamo fare riferimento: ed è vero; però andandotene da qui hai lasciato un gran vuoto per la mole di lavoro che hai svolto in questo ed in altri ambiti, sotto l'egida di: "Tanto mi tocca..." o "Non posso fare altrimenti..."

Eri immerso non solo nella gioia del dare nell'insegnamento spirituale (dove i più sono propensi), ma ponendo attenzione agli interessi comuni che la "fisicalità" impone: dall'interesse per la scadenza della bolletta da pagare della sede della Società Teosofica di Roma o dell'acquisto della bombola del gas per far riscaldare d'inverno i soci durante le chiacchierate, allo svuotamento dei cestini e alla risistemazione delle sedie prima d'andarsene, finita la conferenza.

O *frater*, volavi tanto in alto quanto riuscivi a convivere con estrema accettazione la realtà quotidiana, a volte pesante ed in tutto questo sei riuscito a vivere una vita piena, non comune, ricca di esperienze, fatta di cadute all'impiedi ma anche di penetrazione e di certezze nei punti fondamentali della vita che sei riuscito a ridarci a piene mani, spesso, più che con il parlare, con quel tuo porti speciale di fronte a te stesso, agli altri, al mondo, ai mondi...

Seppure la tua fisiognomica lasciava trasparire una caratterizzazione marziale, il rapporto tra *noi*, ma costantemente tra tutti, era basato sulla carica luminosa dell'*amore* (non dell'amore scritto o verbalizzato, ma di quello realizzato) e non nel "*volemos bene*", troppo scontato e umidiccio; per questo non ammettevi tutto ciò che era mosso da prevaricazione, sopraffazione, mancanza di *caritas* ed al cospetto di ciò usciva da te, impetuoso, tutto il tuo furore guerriero, d'antico combattente.

Malgrado tutto sei stato capace di amare anche chi ti ha voluto male; anzi hai sempre