

**UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI**

**FILOZOFICKÁ FAKULTA**

**KATEDRA SOCIOLOGIE, ANDRAGOGIKY A KULTURNÍ ANTROPOLOGIE**

**VEGANSTVÍ JAKO ŽIVOTNÍ STYL V OLOMOUCKÉM KRAJI**

Bakalářská diplomová práce

Obor studia: Kulturní antropologie

**Autor:** Martina Doubravová

**Vedoucí práce:** Mgr. Kateřina Mildnerová, Ph.D.

Olomouc 2018

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem bakalářskou diplomovou práci na téma „Veganství jako životní styl v Olomouckém kraji“ vypracovala samostatně a uvedla v ní veškerou literaturu a ostatní zdroje, které jsem použila.

V Olomouci dne .....

Podpis .....

## **Poděkování**

Děkuji vedoucí své bakalářské práce paní Mgr. Kateřině Mildnerové, Ph.D. za odborné vedení práce, cenné rady a trpělivost. Dále bych chtěla poděkovat všem zúčastněným participantům, za jejich ochotu podílet se na výzkumu.

## **Anotace**

Cílem práce je interpretovat fenomén veganství v rámci Olomouckého kraje a především pochopit, jak tuto každodenní realitu vnímají sami aktéři daného jevu, jaké jsou jejich motivace, důvody vedoucí k praktikování veganství, jak je tento životní styl spojen s proměnou jejich hodnotové orientace a jejich postoje k současné české kultuře jídla a stravování, popřípadě jejich vymezování se vůči komunitě vegetariánů a ne-veganů. Práce staví na empirickém výzkumu, s jehož pomocí bude možno identifikovat nejdůležitější aspekty veganství, tj. charakteristické znaky komunity veganů, jejich motivační impulsy k přechodu na tento životní styl a aktivismus v komunitě. Hlavním cílem výzkumu je tedy interpretovat, co tento fenomén představuje pro jeho zástupce, jak se promítá do jejich každodenního života a jaké má sociální důsledky. Kvůli povaze cíle práce byl zrealizován etnografický výzkum. Empirická data z výzkumu jsou interpretována za využití teoretických konceptů z oblasti antropologie těla a zdraví a antropologie jídla. Fenomén je zkoumán v kontextu alternativního životního stylu současné české společnosti.

**Klíčová slova:** Veganství, životní styl, motivace, každodenní realita, sociální důsledky, aktivismus.

## **Annotation**

The aim of this thesis is to interpret the phenomenon of veganism in Olomouc region and to understand how is this everyday reality perceived by vegans themselves, to reveal their motivation and reasons to becoming a vegan and also how is this lifestyle connected to their value system and their attitude towards the present Czech culture of food and eating, eventually their elimination towards the community of vegetarians and non-vegans. This thesis is based on an empiric research by which we would be able to identify the most important aspects of veganism, their characteristic features, their motivational impulses to change their lifestyle and activism in the community. The main goal of this thesis is to interpret what does the phenomenon of veganism mean for their followers and how does it affect their everyday life with an aspect of their social consequences. Ethnographic research has been done because of the type of the goal. Empirical data from research are interpreted by theoretical concepts from the anthropology of body and health and anthropology of food. The phenomenon of veganism is researched in a context of an alternative lifestyle of nowadays Czech society.

**Key words:** Veganism, lifestyle, motivations, everyday reality, social consequences, activism.

# Obsah

Úvod .....	8
1 Variantnost životních stylů .....	10
1.1 Definice pojmu životní styl .....	11
1.1.1 Alternativní životní styl .....	11
1.2 Sdílení sociálních skupin .....	12
2 Antropologie jídla.....	14
2.1 Úloha jídla v životě člověka .....	15
2.2 Pojetí těla a zdraví v antropologii.....	16
2.2.1 Diskurz zdravého způsobu života.....	17
2.3 Dodržování veganských zásad .....	18
3 Veganství jako sociální konstrukt.....	20
3.1 Motivace k přechodu na veganství .....	20
3.1.1 Kulturní motivace.....	21
3.1.2 Etická motivace .....	22
3.1.3 Ekologická motivace.....	23
3.1.4 Náboženská motivace .....	23
3.1.5 Zdravotní motivace .....	24
4 Formování veganství .....	25
4.1 Teorie původní stravy člověka.....	25
4.2 Historický pohled na veganství.....	26
4.2.1 Veganství v České republice .....	27
4.3 Normativní systém české společnosti .....	27
5 Metodologické ukotvení výzkumu .....	29
5.1 Cíl práce .....	30
5.2 Výzkumný design.....	30
5.3 Techniky sběru dat .....	31
5.3.1 Zúčastněné pozorování.....	32
5.3.2 Polostrukturované rozhovory .....	33
5.4 Výzkumné otázky.....	34
5.5 Výzkumný vzorek .....	34
5.6 Charakteristika účastníků výzkumu .....	36

6	Empirický výzkum.....	38
6.1	Interpretace výsledků výzkumu.....	38
6.1.1	Veganství jako volba .....	38
6.1.2	Veganství v každodenním životě .....	42
6.1.3	Veganství a jeho sociální důsledky .....	47
6.1.4	Angažovanost v celospolečenském dění .....	50
	Závěr.....	56
	Použité prameny a literatura .....	58
	Přílohy .....	62

# Úvod

Cílem bakalářské práce je interpretovat fenomén veganství v rámci Olomouckého kraje a především pochopit, jak tuto každodenní realitu vnímají sami aktéři daného jevu. Fenomén je pojímán v kontextu alternativního životního stylu současné české společnosti, ale také je brán v potaz diskurz zdraví a jeho mocenské implikace. Ideový systém veganství pojímám zejména optikou koncepce sociální konstrukce reality, ale využívám také teoretické koncepty v rámci antropologie těla a zdraví a antropologie jídla.

Domnívám se totiž, že veganům by mělo být v společenskovedních oborech věnováno více pozornosti, jelikož téma veganství není v současné literatuře ještě stále dostatečně zpracováno. Fenomén veganství je přitom stále více aktuální a diskutovaný v současné společnosti. Počet vegansky se stravujících osob rok od roku stoupá, což naznačuje i stále se rozšiřující nabídka veganského sortimentu, rozrůstají se veganské restaurace, vychází časopisy s touto tematikou a permanentně se diskutuje o jeho vlivu na zdraví. Ačkoliv se ne vždy setkává s pochopením většinové společnosti, při dodržování správných dietních zásad, je jeho vliv na zdraví jedince, ale hlavně na planetu nezanedbatelný. Toto téma jsem si vybrala také z důvodu, že sama veganství praktikuji a chtěla bych rozšířit povědomí o zástupcích tohoto fenoménu i z antropologické perspektivy.

Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. V teoretické části se snažím uvést čtenáře do celé problematiky. Každý z nás totiž žije určitým životním stylem a je proto třeba si tento pojem přiblížit. Veganství v práci pojímám jako sociální konstrukt. Skrze teoretický koncept Mary Douglasové vytyčuji hranice toho, co vegané chápou jako čisté a nečisté, tedy vhodné a nevhodné ke konzumaci. Na tomto základě se ve „veganské filozofii“ objevuje několik druhů motivací k přechodu na rostlinný jídelníček. To, jak se k zvířatům vztahují vegani a vegetariáni, se totiž zdá odlišné od pojetí zvířat



ne-vegany. Skrze pohled na původní stravování člověka dále nastíním, na jakých základech veganství staví.

Cílem praktické části, která vychází z výzkumu veganů žijících v Olomouckém kraji, je interpretace jejich každodenní reality. Vegané se zdržují používání živočišných výrobků a svými přesvědčeními si vykonstruovali vlastní pojetí sociální reality i normality. V práci identifikuji, jaké motivace sehrály roli při výběru takového způsobu stravování, jakou zastává jídlo úlohu v životě vegana a jaké jsou s tímto stravováním spojené sociální důsledky, které vyvstávají při vymezování se od běžných stravovacích návyků české společnosti. Práce se dále zabývá analýzou toho, jak se fenomén veganství projevuje v celospolečenském dění. Výzkum byl realizován pomocí kvalitativní metody, jejímž cílem je porozumění problematice veganství jako životního stylu pohledem veganů. Prostřednictvím zúčastněného pozorování a polostrukturovaných rozhovorů se sedmi participanty, jsem v Olomouckém kraji zrealizovala etnografický výzkum.

# 1 Variantnost životních stylů

Životní styl jsou názory, zájmy a způsob chování skrze orientaci jednotlivce. Odráží jeho postoje, způsob života, hodnoty nebo světonázor. Životní styl je prostředkem k sebeutváření a podílí se na vytváření kulturních symbolů, které rezonují s osobní identitou těch, jež ho vyznávají. Jak dále uvádí Gert Spaargaren a Bas VanVliet (2000), ne všechny tyto aspekty životního stylu jsou dobrovolné. V mnoha případech se totiž jedná o socio-kulturně podmíněný fenomén, jehož složky omezují svobodný výběr jedince (Spaargaren & VanVliet, 2000: 50-75). V životním stylu se můžou promítat názory na politiku, náboženství, zdraví, intimitu a mnoho dalšího. Všechny tyto aspekty však hrají roli při utváření, jak životního stylu, tak i sebe sama (Giuffrâe & DiGeronimo, 1999).

Odborné termíny v této souvislosti od sebe oddělují pojmy životní způsob a životní styl, ač jsou někdy považována za synonyma. Životní způsob můžeme chápat jako *„systém významných činností a vztahů, životních projevů a zvyklostí charakteristických pro určitý subjekt (jedince či skupinu, eventuálně i společenství či společnost coby konkrétního nositele životního způsobu)“* (Duffková, 2005: 80). Jedná se o typické činnosti, kterými lidé rozdílně uspokojují své potřeby, ale také o soubory vztahů, které vznikají v rámci interakcí. Souhrnem těchto činností a vztahů jsou pak s nimi spojené hodnoty, normy a ideje (Pácl, 1988: 5). Životní styl oproti tomu bývá chápán konkrétněji, jako vědomé uplatňování některých životních projevů, skrze které chce subjekt postihnout nestandardní životní způsoby jedinců či skupin (Pácl, 1988: 10).

Z toho můžeme vyvodit, že rozdíl je v tom, že životní způsob je specifický pro každou společnost, kdežto životní styl se projevuje spíše v individuální rovině jedince. Vzhledem k zaměření práce, v ní tedy operuji především s pojmem životní styl.

## 1.1 Definice pojmu životní styl

Pojem životní styl považuje Jaroslav Čihovský za mnohoaspektový fenomén, který představuje komplex psaných i nepsaných norem, identifikačních vzorců a souhrn životních podmínek, na které lidé berou ohled ve vzájemných vztazích a v chování (Čihovský, 2005: 51).

Životní styl můžeme rozlišovat na poli jedince nebo skupiny. Části životního stylu jedince mají společný základ a podstatu, udržují tak jednotný směr, který se odráží v aktivitách, vztazích a interakcích individua. Oproti tomu životním stylem skupiny se rozumí již zobecněné, společné, charakteristické rysy odkazující na životní styl a jeho podstatné, určující aspekty, které jsou typické pro většinu členů skupiny (Duffková, Urban & Dubský, 2008: 69).

### 1.1.1 Alternativní životní styl

Vegany a veganství je možné v české společnosti identifikovat jako projev alternativního životního stylu. Ten je obecně vnímán jako jdoucí mimo hlavní proud daného společenství a jeho kulturní normy. Alternativní životní styl je považován za protipól, zejména k tzv. konzumnímu životnímu stylu jako životnímu stylu ve společnosti převažujícímu. Alternativní je tedy takový, který je projevem nesouhlasu vůči tomuto celospolečenskému názoru (Duffková, Urban & Dubský, 2008: 120-121).

Alternativní životní styly se začaly projevovat v průběhu 20. století ve Velké Británii. Jak uvádí Lucy Bland (2013), byly spojené zejména s hnutím „flapper“.<sup>1</sup> V návaznosti na tyto „flapper“ začaly vznikat další alternativní životní styly, kterým bylo třeba hnutí hippies. V dnešní době si většina lidí

---

<sup>1</sup>Někdy také: ženské hnutí, emancipace žen a nezávislé ženy. Jako symbol osvobození od útlaku a starého způsobu života si tyto ženy začaly zkracovat vlasy a sukně, praktikovat předmanželský sex, řídit automobily, tančit a klít. Takové ženy disponovaly vlastním autem, chlapeckou postavou, mikádem a cigaretami (Holubec, 2009: 38).

tento termín spojuje s hudebními žánry, jakými je punk, gothic, hiphop, metal a další. Do alternativního životního stylu však můžeme zařadit jak nudismus, tak i různé modifikace těla, sexuální fetišismus, východní náboženství, ale také alternativní medicínu nebo alternativní výchovu a vzdělávání. Hojně zastoupený alternativní životní styl západních společností dnes představuje vegetariánství, veganství a další jiné výživové směry.

## 1.2 Sdílení sociálních skupin

Pokud se životní styl neprojevuje pouze na poli jedince a jeho subjektivních potřeb a hodnot, ale začne se promítat do společensko-sociální sféry, můžeme mluvit o životním stylu skupiny. Člověk je tvor společenský a sdílení sociálních skupin je pro něj příznačné.<sup>2</sup> Tyto skupiny ovlivňují své členy v jejich názorech, hodnotovém a normativním systému (Murda, 2006: 58). Sociální skupiny se tedy projevují ve vlastním životním stylu, ale také v rozdílnostech duchovního života a kultury, vůči normativní struktuře životního způsobu společnosti, ve které žijí. Kultura není homogenní celek, tak jsou tyto sociální skupiny základním kamenem individualizace společnosti, jejího rozvrstvení a odlišování se kultur uvnitř společnosti (Huláková, 1980: 44-52). Tuto různorodost v kulturách pak můžeme identifikovat jako projevy subkultur, kontrakultur nebo jiných alternativních směrů.

Subkultura sdružuje jedince, kteří mají společné specifické problémy. Ty jsou následně konstruovány jako vlastní pohled na sociální realitu. Kolektivní řešení těchto problémů pak dává základ pro vznik subkultur (Smolík, 2010: 32). Jedná se tedy o komplex specifických norem, hodnot, vzorců chování a životní styl, který je specifický pro určitou skupinu v rámci širšího

---

<sup>2</sup> V nejširším smyslu je sociální skupina pojímána jako jakékoliv lidské seskupení, ať v reálném prostoru a na základě reálných interakcí, nebo na základě určitých kritérií a společných znaků (Petrušek a kol, 1996: 994).

společenství nebo dominantní kultury, kterou je subkultura součástí a je od ní zjevně odlišitelná (Barker, 2006: 185).

Kontrakulturu uvádí *Velký sociologický slovník* (1996) jako kontrastní, opoziční typ kultury, respektive subkultury. Pro kontrakulturu je typický nesouhlas s normami, hodnotami a idejemi oficiální kultury. Zároveň však závislost na ní, neboť pouze v jejím rámci kontrakultura nabývá smysl a její základní premisy jsou srozumitelné a realizovatelné. Vznik kontrakultury je spjat s procesy kulturní změny a kulturní dezintegrací. Kontrakultura se projevuje odlišným životním stylem souvisejícím s odlišnými kulturními vzory. Možné je se setkat jak s umírněnější formou, tak i s radikálními. Kontrakulturní hnutí v mnoha případech usilují o vytvoření alternativní kultury, zejména s anarchistickými ideologiemi (Petrušek a kol., 1996: 526-527).

Tyto sociální skupiny, jejichž členové sdílí vzájemné interakce, pak můžeme dále definovat podle lokálního charakteru jako komunity. Komunita neboli společenství, je definována jako „sociální útvar charakterizovaný jednak zvláštním typem sociálních vazeb uvnitř a mezi členy, tak specifickým postavením navenek, v rámci širšího sociálního prostředí“ (Petrušek a kol, 1996: 512).

## 2 Antropologie jídla

Antropologie jídla je subdisciplínou sociální a kulturní antropologie. Zkoumá specifické funkce a symbolický význam tradičního jídla v dané kultuře nebo společnosti a pojímá ho jako nástroj, kterým mezi sebou lidé vyjadřují a vytváří určité vztahy. Tyto vztahy jsou pak plné sociálních významů. Antropologie jídla se však nezabývá jen samotným momentem konzumování, ale všemi způsoby lidského jednání, které jsou s jídlem spojeny. Například obstarávání jídla, výběr potravin, jejich zpracovávání a všechny rituály spojené s podáváním jídla a stolováním v době současné i minulé. Zahrnuje také gastronomii uzpůsobenou skladbě obyvatelstva, její vývoj ovlivněný migrací, ale i hladomory nebo stravovací nejistoty. V Evropě můžeme mluvit o antropologii jídla, kdežto v USA se v současnosti rozvíjí tato aplikovaná disciplína pod názvem nutriční antropologie.

Už v rámci funkcionalismu se problematikou potravy a stravovacích zvyklostí zabývala žákyně Bronisława Malinowského, *Audrey Richardsová*. Ta ve výzkumu u jihoafrických kmenů zaměřila svou pozornost na produkci, přípravu a spotřebu jídla, na její sociální a psychologický kontext, interpersonální vztahy a strukturu sociálních skupin. O utváření kulturních preferencí stravy psala i *Margaret Meadová*. Estetickým aspektem jídla a problematikou vkusu, jeho kulturním formováním a sociální kontrolou se zabývali strukturální antropologové *Claude Lévi-Strauss*, *Mary Douglasová* a *Roland Barthes* (Petrusek a kol, 1996: 1075).

Jelikož je jídlo zásadní věcí v lidském životě, mění se přístup k němu spolu s vývojem lidstva. Ačkoliv jídlo bylo v první polovině 20. století v antropologii obvykle zkoumáno jen ke zjištění dalších funkcí nebo jiných rysů té dané společnosti, nikoliv jako samostatné antropologické téma, od 60. let se této problematice dostává v antropologii více pozornosti. To nejen z důvodu vzrůstající popularizace potravin na Západě, ale také z důvodu velkého

množství problémů, které jsou s jídlem v současné masové kultuře spojeny (Siewicz, 2011: 143). Jídlo totiž nezahrnuje jen biologickou potřebu člověka, ale otevírá celou sociokulturní dimenzi.

Podle Věry Dvořákové-Janů (1998) v posledních letech vzrůstá zájem o kulturní a sociální aspekty jídla. Zejména bádání zabývající se sociálními a psychosociálními aspekty jídla (postoji a názory na stravovací zvyklosti, zdravotními a výživovými změnami, symbolickou funkcí jídla, charakteristikou národní stravy, atd.). Dodává však, že stále spíše převládá dominance tématu „výživa“ nad sociokulturními aspekty jídla. Tradice medicínsky koncipovaného jídla jako otázka tělesných potřeb pro metabolickou reprodukci či potřebu energie pro organizmus, která převládala v 19. století, je tak i v dnešním vědním zkoumání stále upřednostňována.

## 2.1 Úloha jídla v životě člověka

V teoretické části práce je třeba si uvědomit, jakou úlohu zastává jídlo v našem životě i v našem sociokulturním prostředí. Musíme jíst, jíme rádi, po jídle se cítíme dobře, je to biologická potřeba důležitější než sex (Fox, 2014: 1).<sup>3</sup> Jídlo je sdíleno, je událostí, kdy se lidé setkávají, společně hodují a sdílejí tak společně svou radost nejen z jídla, ale také z vlastní přítomnosti – to hezky vyjadřuje české přísloví „jedli, pili, hodovali, dobrou vůli spolu měli“. Je to také nejdůležitější věc, kterou dává matka svému dítěti, je to látka jejího vlastního těla. Tak se jídlo stává symbolem sociálního sdílení, lásky a bezpečí.

Všichni tvorové jedí. Lidé jsou ale jediní, kdo vaří. Claude Lévi-Strauss upozornil na tento aspekt, kdy se pro nás vaření stalo více než nutností, vyjadřuje naši lidskost a odděluje nás od zbytku přírody. A protože je

---

<sup>3</sup> V originále: „*We have to eat, we like to eat, eating makes us feel good, it is more important than sex*“ (Fox, 2014: 1).

jídlo a konzumace téměř vždy skupinová událost, potraviny zaujímají místo v naší společnosti a týkají se společenského a sociálního života (Fox, 2014: 1).

Podle Alana Beardswortha a Teresy Keil (1996) je tedy jídlo převážně kulturním produktem. Každá kultura kategorizuje jídlo jinak a stanovuje co je a co není požitelné. To, co konzumujeme a jakým způsobem, nás charakterizuje jako členy určitého společenství. Jídlo má však mnoho dalších významů a funkcí, kromě sociální také psychosociální, kulturní, ekonomickou, náboženskou, uměleckou a metaforickou (Rozin, 1999: 22).

## 2.2 Pojetí těla a zdraví v antropologii

Antropologie je v nejširším pojetí vědou o člověku a o všech podobách lidství. Studuje člověka z mnoha různých hledisek (biologických, kulturních, sociálních, filozofických, aj.). *„Lidské tělo představuje základní a nejbližší prostředek, který doprovází člověka při všech jeho aktivitách“* (Soukup & Balcerová, 2011: 31) a je důležitá i rovina toho, jak člověk sám své tělo pojímá. Je totiž jeho nedílnou součástí, a pokud chceme studovat člověka v jeho celistvosti, musíme se zaměřit na biologickou, sociální a kulturní dimenzi těla v čase a prostoru. Tělo a s ním spojené pojetí zdraví a krásy, tak jak je pojímá antropologie, jsou kulturně specifické. To znamená, že každá kultura s tělem zachází rozdílně. Převádí jej tak různými způsoby z řádu přírodního do kulturního (Soukup & Balcerová, 2011: 31). Antropologie může zkoumat tělo na třech strukturálních úrovních, které odpovídají třem typům kulturních prvků: artefakty, normy a významy (Soukup & Balcerová, 2011: 32).

Stejně tak zdraví samo o sobě neexistuje bez vazby na určitý subjekt – zde člověka, čímž se dostává do spektra zájmu antropologie. Lidské zdraví může mít složku objektivní i subjektivní, důkazem čehož je naše každodenní zkušenost (Pelcová, 2004: 7). Zkoumání problematiky těla a zdraví je realizováno zejména prostřednictvím integrální antropologie. Z hlediska



biologického a zdravotního je problematika jídla předmětem věd o výživě a dietetiky. Sociální vědy se však zabývají hodnotou, která je připisována stravě v souvislosti s hodnotou zdraví i sociálními aspekty tělesné krásy (Petrušek a kol, 1996: 1075). Při studiu člověka se syntéza přírodních a společenských věd považuje za nezbytnou. Umožňuje totiž pohlédnout za svůj objekt zkoumání a vidět tak věci v jejich celistvosti.

### 2.2.1 Diskurz zdravého způsobu života

K jídlu je v dnešní době přistupováno jako k samostatnému způsobu života. Je propagováno, medializováno a komercializováno. Jídlo je diskutováno na celospolečenské úrovni a právě skladbou a složením svého jídelníčku si někteří lidé utváří i specifickou identitu, které pak přizpůsobují další části života. Konzumní životní způsob v dnešní době roste a jeho důsledkem jsou sociálně patologické jevy, kterými je například nadměrná obezita nebo poruchy příjmu potravy, nemluvě o dalších civilizačních chorobách spojených právě se špatnými stravovacími návyky nebo nezdravými potravinami.

Světová zdravotnická organizace v roce 1948 definovala lidské zdraví jako *„stav úplné, tělesné, duševní a sociální pohody a nikoli pouze nepřítomnost nemoci nebo vady“* (Machová, 2005: 242). Péče o zdraví a prevence nemocí jsou základními tématy naší existence. Přehnaná starost o zdraví se však v dnešní západní společnosti stává téměř nutností a způsoby prevence nemocí k nám pronikají téměř odevšad. Zdraví se však spíše stává novým trhem a výnosným průmyslem. Zuzana Parusniková (2000) uvádí, že došlo k významnému rozšíření pole působnosti tohoto diskurzu.<sup>4</sup> Dnes se totiž jedná o *„pěstování zdravého životního stylu“*. Zdraví tak ve společnosti nabývá nového významu

---

<sup>4</sup> V humanitních a sociálních vědách termín diskurz popisuje formální způsob myšlení, který lze vyjádřit jazykem. Diskurz je jakousi společenskou hranicí, která definuje, co lze o tématu říci. Je úzce spjatý s teorií moci a postavení, přinejmenším pokud definování diskurzu znamená definování samotné reality. Tato koncepce je z velké části odvozena z díla Michela Foucaulta.

„stává se morální povinností civilizovaného jedince“ (Parusniková, 2000: 131,132). Dále také uvádí, že tento kult zdraví otevírá celou ekologickou dimenzi, kdy „zdravě žít se dá jen na zdravé planetě“ a překrývá se tak i se zeleným diskurzem.<sup>5</sup>

Pro diskurz zdraví je specifická kontrola vyváženosti a složení potravin, které lidé konzumují. Například potravinová pyramida, která udává obecná výživová doporučení, je pro mnohé pomůckou při sestavování tohoto vyváženého a zdravého jídelníčku. S touto „posedlostí“ zdravou výživou souvisí také požadavek štíhlosti, který nejvíce postihuje ženy, ale také potřeba pravidelného cvičení, které má formovat svalnaté a silné tělo. Dále třeba i tzv. anti-aging produkty, které mají potlačit stárnutí kůže. Příčinou těchto jevů může být mediální diskurz, který určuje, jak má vypadat zdravé lidské tělo a udává tak mýtus krásy coby normalitu společnosti.

S tímto pojetím zdravé výživy a zdravého životního stylu je stejně tak často spojováno i vegetariánství, veganství a vitariánství.<sup>6</sup> V současné době se k těmto alternativním výživovým směrům hlásí čím dál větší počet jedinců a jejich popularita stoupá. Odmítání živočišných produktů se tak začíná jevit jako strategicky výhodný obchodní tah, pro prodej rostlinných náhražek tradičního jídla. Zařazení těchto alternativních výživových směrů do daného diskurzu je však sporné. To především z toho důvodu, že pohnutky vedoucí k těmto formám stravování nekorelují vždy jen se zdravou výživou.

### 2.3 Dodržování veganských zásad

Veganství je praxe zdržování se používání živočišných produktů. Vegané se zříkají potravin jako je maso, mléčné výrobky, vejce, med a odmítají také

---

<sup>5</sup> Zelený diskurz je označení pro environmentální ochranu životního prostředí a možnosti jejího řešení a opatření, které se staly globálním tématem. Jak je toto téma skutečně naléhavé, lze odhadovat nejen z mediální diskuze, ale také zvýšeným zájmem veřejnosti (Tušková, 2012: 2).

<sup>6</sup> Vitariánství je výživový směr, který je specifický přijímáním pouze raw potravin, tedy syrové, tepelně neupravené rostlinné stravy.

všechny potraviny, které tyto složky obsahují. Není to však jen výživový směr, jedná se především o druh filozofie, který odmítá zacházet se zvířaty jako s komoditami. Veganské přesvědčení zasahuje i do oblastí jakými jsou kosmetika, textilnictví, lékařství, věda či zábavný průmysl. I z toho důvodu můžeme mluvit o veganství jako o životním stylu, který zasahuje do všech sfér života.

Vegané nepoužívají kosmetiku testovanou na zvířatech, ta ale nesmí obsahovat ani žádné živočišné složky. Z ekologického hlediska se také snaží vyhýbat chemickým čisticím prostředkům, které obsahují fosfáty a zatěžují jak vodní zdroje, tak i prostředí. Vegani nekupují kožichy a produkty z pravé kůže, vlny ani hedvábí. Odmítají konzumovat také některé druhy léčiv obsahující laktan (mléčná složka, která drží léčivo pohromadě) nebo obsahují želatínu. Věda a výzkum je v rozporu s veganským přesvědčením zejména z důvodu výzkumů na zvířatech. Odmítání zábavného průmyslu, kterým jsou zoologické zahrady, cirkusy (pokud pomineme drezuru) nebo nepřijímaná složka stravy med, mají také svá opodstatnění. Všechny tyto výhrady totiž spojuje myšlenka odmítání zvířat jako komodit. Zvířata a jejich produkty nebo těla by se totiž podle veganů neměla využívat pro žádný lidský zisk, prospěch, práci nebo zábavu.

### 3 Veganství jako sociální konstrukt

Pohled na stravování člověka v dnešní době nabírá nových rozměrů. A v současnosti, v stále více hektické a uspěchané době, se spousta lidí uchyluje k nejrůznějším způsobům alternativního života i stravování, jež mají dát jejich životu smysl a směr. V této sociální realitě,<sup>7</sup> tak vzniká sociální konstrukt vegetariánského způsobu stravování. Veganství je jeho striktnější formou. Jak už jsem zmiňovala výše, není to jen výživový směr, ale druh filozofie, který odmítá chápat zvířata jako komodity. Toho chce dosáhnout zejména praxí zdržování se používání živočišných výrobků.

Vegani si tak touto filozofií, která zejména závisí na morálních imperativěch, vytvořili vlastní konstrukci reality, jež je odlišná od všech ostatních. *„Biologická konstituce umožňuje lidem hledání potravy, ale neříká jim, co mají jíst. Jídlo proniká mnohem více sociálními než biologickými kanály“* (Berger & Luckmann in Dvořáková-Janů, 1998). Realita tedy není jen jedna, která je pevně daná, ale je jich nepřeberné množství. Je definována jako *„vlastnost náležející jevům, kterým přisuzujeme existenci nezávislou na naší vůli“* (Berger & Luckmann, 1999: 9). Každodenní život je tedy realitou, které lidé přiřkládají subjektivní význam, nutné je však dodat, že tento svět musí být jejich myšlenkami a činnostmi jako reálný udržován.

#### 3.1 Motivace k přechodu na veganství

Motivací k přechodu na veganství může být hned několik. Proč a především jaké důvody vedou vegany k vyřazení živočišných potravin ze svého

---

<sup>7</sup> Specifikum sociální reality spočívá v tom, že je průnikem objektivních daností se subjektivními interpretacemi a definicemi (Petrušek a kol, 1996: 171). Sociální konstruktivismus předpokládá, že sociální svět není individu, tedy sociálnímu aktéru jako aktivnímu účastníkovi společenského života, prostě objektivně dán jako fakt nebo jako věc, ale je neustále znovu, kontinuálně konstruován v procesu sociální interakce a sociální komunikace (Petrušek a kol, 1996: 524).

jídelníčku, je potřeba zdůvodnit. Lidé si totiž na rozdíl od zvířat, které se stravují instinktivně, své jídlo racionálně vybírají. Vliv na volbu potravin může mít rodinná výchova, osobní zvyklosti a sociokulturní a psychologický kontext (Dvořáková – Janů, 1999, 26). To jaká jídla si volíme ke konzumaci a která naopak ne, je často kulturně podmíněné. Konzumace potravy není tedy pouze uspokojováním životních potřeb jedince, ale může skrývat mnohem hlubší význam (Beardsworth & Keil, 1996: 193).

Motivace k přechodu na veganskou stravu v práci rozlišuji na vnitřní a vnější, tedy takové motivace, na které působí vnitřní nebo vnější činitele. Milan Nakonečný (1997) definuje motivaci jako „*intrapsychický proces, který má svůj zdroj ve vnitřní a vnější situaci individua*“. Ač na sebe oba tyto činitele působí a vzájemně se ovlivňují, motivace vnitřní bývají spíše konstantní. Činitele vnitřní motivace přicházejí z organismu a jsou výsledkem potřeb a zájmů člověka, jakými je například poznávání a seberealizace. Tato motivace se pak může projevat jako konkrétní pohnutka nebo bezprostřední příčina určitého jednání (Petrušek a kol, 1996: 651). Kdežto motivace vnější jsou vyvolávány činiteli z okolí, neustále se mění a měly by být často ožiovány.

### 3.1.1 Kulturní motivace

„*Je nutno rozlišovat mezi nečistým a čistým, mezi živočichy, kteří se smějí jíst, a těmi, kteří se jíst nesmějí.*“ (Lv 11,47 in Caha, 2012: 55). Otázkami jídelních zákazů a tím co je tabu v určitých kulturách, se ve své antropologické studii „*Čistota a nebezpečí: analýza konceptu znečištění a tabu*“ (2014, orig. 1966) zabývala Mary Douglas, zejména v její analýze třetí knihy Starého zákona: „*Ohavnosti knihy Leviticus*“. Dále však především tím, jak lidé rozhodují o tom, které potraviny jsou k jídlu vhodné a které ne.

Douglas (1966) naznačuje, že to co je čisté a nečisté, uvažujeme v symbolických termínech. Její základní vhléd přitom spočívá v analýze toho, co lidé obecně vnímají jako špínu. Jedná se však o relativní pojem,

jehož podstata spočívá v sociálních situacích, zejména v systému klasifikací, které lidé používají k organizaci svého světa, ten je však vykonstruován v rámci dané společnosti (Douglas, 2002: 5-6).

Jako symbol pojímá právě i zvířata. To jak chápeme nečistotu a poskvrnění, odsouvá každý objekt nebo představu do matoucího pozadí našeho symbolického třídění. Hlavním principem toho, jak jsou zvířata v západních i nezápadních společnostech pojímána, je to, že „čisté“ zvíře se musí přizpůsobit svému druhu a vlastnostmi, vzhledem ani chováním od tohoto schématu druhů nevybočovat. Zvíře, které je „nečisté“, tedy nedokonalé, definuje kniha Genesis v mýtech o stvoření. Tam jsou totiž zvířata rozdělena mezi nebeskou klenbu, zem a vodu. Zvířata, která jsou součástí nebeské klenby, létají za pomoci křídel. Ve vodě plavou šupinaté ryby, pomocí ploutví. Čtyřnohá zvířata na zemi skáčou nebo chodí. Žádný druh zvířat, který není vybaven tím správným druhem pohybu příslušejícím jeho elementu, není posvátný (Douglas, 2002: 69).<sup>8</sup>

### 3.1.2 Etická motivace

Jak tvrdí Peter Atkins a Ian Bowler (2001), volbu vegetariánského životního stylu doprovází většinou kombinace několika důvodů, na první příčce se však vyskytuje volba morální (Atkins & Bowler, 2001: 242). Etické veganství je založeno zejména na právech zvířat a odmítá s nimi zacházet s nimi jako s komoditami, také využívat je k dalšímu lidskému prospěchu a užitku. Jeho cílem je pak zejména ukončit vlastnictví zvířat nebo alespoň snížit a omezit nehumánní zacházení s nimi, při jejich životu ve velkochovech a následnému usmrcení. Filozof a zastánce veganství Peter Singer (1999) tvrdí, že neexistuje

---

<sup>8</sup> V originále: „*In the firmament two-legged fowls fly with wings. In the water scaly fish swim with fins. On the earth four-legged animals hop, jump or walk. Any class of creatures which is not equipped for the right kind of locomotion in its element is contrary holiness*“ (Douglas, 2002: 69).

žádné morální ani logické ospravedlnění toho, proč si vybíráme svou stravu na úkor utrpení a zabíjení, když to není naprosto nezbytné k přežití (Singer, 1999: 60-61). Většinou se tedy především v etickém veganství jedná o fakt, že by cítící a vnímající bytosti neměly být považovány za majetek a sloužit jen k lidskému užítku v době, kdy netrpíme žádnou potravinovou nouzí.

### 3.1.3 Ekologická motivace

Ekologické veganství vychází zejména z přesvědčení, že chov hospodářských zvířat negativně ovlivňuje ovzduší, půdu, vodu, biologickou rozmanitost i klima (Steinfeld a kol., 2006: 272). Dalším předpokladem také je, že rybolov, lov, myslivost, ale také zemědělské podniky využívající stále větší vykácené plochy deštných pralesů, jsou naprosto environmentálně neudržitelné. To platí také pro fakt, že živočišné zdroje vyžadují mnohem větší zemědělské zdroje a způsobují vyšší emise než rostlinné zemědělství. Tato forma veganství se tedy zaměřuje na způsob, jak je možné provozovat udržitelný způsob života bez nadměrné konzumace zvířat.

### 3.1.4 Náboženská motivace

Značný vliv na pojetí veganství může mít i náboženství, většinou se v něm však jedná o formulování vegetariánské stravy nebo postoje, jak se vztahovat ke zvířatům. Hinduismus s jeho premisou koloběhu života skrze reinkarnaci, se přímo vztahuje k vegetariánství, jelikož se podle něj duše nachází ve všech živých tvorech. Hinduismus uznává především princip *Ahimsy*, tedy nenásilí, které zapovrhne ubližování a zabíjení zvířat. *Ahimsa*, láska a slitování je taktéž základní premisou buddhismu. Pro náboženství muslimů je zase specifické odmítání konzumace krve a definovaná laskavost ke zvířatům. Džinisté jsou také striktními vegetariány a zapovězené jim je i ubližování hmyzu (Beardsworth & Keil, 1996: 220-223). Tento seznam doplním ještě o výše zmiňované judaistické náboženství, které podle Tóry předurčuje

vhodné a nevhodné, tedy čisté a nečisté živočichy ke konzumaci. Někteří vegané zastávající křesťanskou víru, se řídí příkázáním „nezabiješ“, které vztahují na všechny živé bytosti.

### 3.1.5 Zdravotní motivace

Pro některé se může stát veganství, jak formou diety, díky nízkotučným rostlinným tukům, tak i formou zdravějšího způsobu stravování a životního stylu. Ačkoli je dnes v celospolečenském povědomí, že rostlinná strava je nám bližší a také zdravotně prospěšnější, nesmíme zapomínat na její správnou vyváženost a především suplementaci vitamínu B12, který se v rostlinné stravě veganů vůbec, nebo jen málo vyskytuje. V roce 2009 vydala Americká dietologická asociace stanovisko k vegetariánské stravě, v níž tvrdí, že vhodně naplánovaná vegetariánská strava, včetně celkových vegetariánských nebo veganských diet, je zdravá, nutričně adekvátní a může poskytovat zdravotní přínosy při prevenci a léčbě některých onemocnění. Dobře naplánovaná vegetariánská strava je vhodná pro jednotlivce ve všech fázích životního cyklu, včetně těhotenství, laktace, dětství, dospívání a pro sportovce.<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> V originále: „It is the position of the American Dietetic Association that appropriately planned vegetarian diets, including total vegetarian or vegan diets, are healthful, nutritionally adequate, and may provide health benefits in the prevention and treatment of certain diseases. Well-planned vegetarian diets are appropriate for individuals during all stages of the life cycle, including pregnancy, lactation, infancy, childhood, and adolescence, and for athletes.“ (Veganism. (2016). *Is a Vegan Diet Healthy?* [online], [cit. 2018-03-10]. Dostupné z: <https://www.veganism.com/>)



## 4 Formování veganství

Kulturní ekologie dnes vysvětluje některé kulturní prvky, skrze podobnosti v existenci charakteristických kulturních znaků, ve způsobech zajišťování obživy. Původními typy hospodaření byli lovci a sběrači, hortikulturní společnosti, plužní zemědělství a pastevectví. Nejranější fází vývoje lidstva pak bylo právě sběračství a lov. Některé společnosti si do dnešních dob udržely základy tohoto hospodářství. Nutné je však podotknout, že tyto společnosti žily v nebyvale bohatém přírodním prostředí a za účelem získávání potravy prohledávaly oblasti podle sezónní dostupnosti (Murphy, 2004: 128-134). Maso se tak neocítávalo v jídelníčku na denním pořádku a většina obživy, která byla rostlinná, byla zajišťována z přírodního okolního prostředí. Z archeologického hlediska také vyplynul fakt, že člověk byl na samém prvopočátku zřejmě pouze sběračem plodů. Až vlivem zhoršování přírodních a životních podmínek, se začal uchýlovat k lovu, který si pak získával čím dál větší oblibu.

### 4.1 Teorie původní stravy člověka

Profesor Luis Vallejo Rodríguez (1996) shrnuje ve svém článku „*Omnivorous or Vegetarian? What famous naturalists think about it*“ závěry několika nejznámějších přírodovědců, anatomů a antropologů, kteří shodně docházejí k závěru, že původní lidská strava byla skutečně rostlinná.

„*Není pochyb o tom, že člověk není konstituován jako masožravé zvíře*“ (John Ray in Ozeca, 2010: 171). Usuzují takto především na základech anatomie struktury lidských zubů a zažívacího traktu. Biologické fakty totiž potvrzují, že člověk nemá ostré, špičaté zuby ani drápy k usmrcování a konzumování syrové stravy jako masožravé šelmy. Oproti tomu má však ruce, aby si vybíral a trhal ovoce, bobule a zeleninu a k tomu uzpůsobené přežvýkavé zuby. Také

velká délka lidského trávicího traktu neodpovídá krátkým střevům masožravých zvířat, která jsou této stravě uzpůsobena.

Tyto teorie původní stravy člověka, jsou dále koncipovány zejména na základě našeho příbuzenství s primáty, jejichž výživa se skládá především z rostlinné stravy. Charles Darwin ve své nevlivnější knize „*O původu druhů*“ (1923, orig. 1859), formuluje zásady přirozeného výběru a udává, že známky tvarů, organických funkcí, zvyků a stravování zjevně ukazují, že základní jídlo člověka (stejně jako pro lidoopy a opice) je zelenina. Z biologického hlediska lze tedy uvažovat i nad tím, pokud existoval člověk ještě před sekerou a ohněm, zdali byl skutečně masožravý. Tyto teorie se následně také staly hlavními premisami, z nichž současné veganství vychází.

## 4.2 Historický pohled na veganství

Pro vegany a vegetariány se tyto formulace původního rostlinného stravování člověka, staly koncepční podporou jejich ideologie. Veganství jako pojem vzniká v Anglii, v roce 1944 prostřednictvím Donalda Watsona, jež termín „vegan“ formuluje na základě odmítnutí zabývání se problematikou mléčného průmyslu společností The Vegetarian Society,<sup>10</sup> jíž byl spoluzakladatelem. Z počátku byl tento fenomén označován jako „bez-mléční vegetariáni“. V roce 1951 však společnost tento termín definuje jako „*doktrínu života bez vykořisťování zvířat člověkem*“ (Cross, 1951: 6-7). Zájem o veganství se však naplno začíná projevovat až v prvním desetiletí 21. století, kdy jsou tyto potraviny v mnoha zemích stále více dostupné a začínají se také otevírat restaurace a obchody specializované přímo na veganskou tematiku.

---

<sup>10</sup> The Vegetarian Society [online], [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <https://www.vegsoc.org/>

### 4.2.1 Veganství v České republice

Na námět jedné z nejznámější a prvotní veganské Britské organizace The Vegan Society,<sup>11</sup> kterou v roce 1944 zakládá výše zmiňovaný Donald Watson, je v České republice v roce 2008 založena i Česká veganská asociace.<sup>12</sup> Stejně tak jako plno dalších zahraničních společností funguje jako nezávislý subjekt. Toto občanské sdružení je nenáboženské, apolitické a jeho cílem je propagace a podpora veganského životního stylu. Zabývá se zejména etikou, ekologií a zdravím. V dnešní době se však veganské organizace rozrůstají a dnes můžeme zmapovat takové, jakými dále jsou: Česká veganská společnost,<sup>13</sup> Svoboda zvířat,<sup>14</sup> Otevři oči,<sup>15</sup> Obraz – ochránci zvířat.<sup>16</sup>

### 4.3 Normativní systém české společnosti

V tématu veganství často vyvstává otázka, jaká strava je člověku nejvíce „přirozená“. Ač se jedná o relativní pojem, je třeba zmínit, že zvířata jsou někdy brána jako tvorové biologicky dokonalejší, jelikož se řídí zejména vrozenými predispozicemi. Kdežto člověk je oproti tomu podmíněn učením a sociokulturním prostředím. Geertz (1973) říká, že existuje určité vakuum mezi tím, co nám naše tělo říká a co o něm víme. Toto vakuum pak právě my sami vyplňujeme informacemi nebo dezinformacemi, které nám poskytuje naše kultura (Geertz, 2000: 63). To, jak pak svůj životní způsob promítáme do společnosti, je klasifikováno jako žádoucí nebo nežádoucí chování. Přitom jsme však závislí na sociálních vztazích, které z těchto podnětů vyplývají a formují tak naši identitu. *„Člověk je zvíře zavěšené do pavučiny významů,*

---

<sup>11</sup> The Vegan Society [online], [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <https://www.vegansociety.com/>

<sup>12</sup> Česká veganská asociace [online], [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <http://veganskaasociace.cz/>

<sup>13</sup> Česká veganská společnost [online], [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <http://veganskaspolecnost.cz/>

<sup>14</sup> Svoboda zvířat [online], [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <http://www.svobodazvirat.cz/>

<sup>15</sup> Otevři oči [online], [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <http://otevrioci.cz/>

<sup>16</sup> Obraz [online], [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <https://www.obrancizvirat.cz/>

*keré si samo upředlo“* (Geertz, 2000: 15). Normativita celkového způsobu života lidí je závislá na daném jednání a myšlení, které určuje lidskou schopnost být uznán v kulturně konstruovaném sociálním světě.

Společenské normy české kultury jídla a stravování dodržujeme většinou jen z toho důvodu, že jsme si na ně v procesu socializace zvykli. Tyto normy jsou však provázeny určitými sankcemi, které mají bránit před nekonvenčním chováním a naopak podporovat konformitu (Giddens, 2001: 186-187). Pro lepší přehlednost, naší českou sociokulturní normou je od nepaměti konzumovat živočišné produkty. Je problematické vymezit, co se nachází v naší společnosti za hranicí normality stravování. Na veganství je v dnešní době často pohlíženo jako na odchylku od společensky akceptovatelných norem. Může se však jednat o opodstatněný fakt, protože veganství mnohdy zpochybňuje tuto normalitu českých stravovacích návyků. Společnost je pak nucena se s tímto faktem nějak vypořádat. Sociální důsledky, které z toho pak pro vegana plynou, jsou zkouškou, zdali ve své ideologii přetrvá.

Na závěr teoretické části práce bych chtěla zdůraznit, že tyto normy společností týkající se stravování, jsou ve světě různorodé a v rámci jedné společnosti v průběhu času také proměnlivé. Příkladem může být konzumace psího masa, která před třemi stoletími byla v Evropě ještě poněkud běžná. Zákazy konzumace masa se na Západě vztahují na domestikovaná zvířata, která se však v nezápadních společnostech běžně konzumují. Nebo také zvířata, která jsou pro nás funkčně užitečnější živá než nutričně hodnotná mrtvá. Lidé mají s takovými zvířaty určitý sociální vztah, přidělují jim jména, osobnost a v určitém omezení jim v tomto smyslu přidělují i lidský status (Bearsworth & Keil, 1996: 210).

## 5 Metodologické ukotvení výzkumu

Výzkum byl zrealizován za pomoci metod kvalitativního vědeckého výzkumu, který se jeví pro jeho účely jako ideální vzhledem k tomu, že je jeho cílem porozumění. Jde zde o sondu, která si klade za cíl, pochopit téma pohledem veganů nikoli většinové společnosti. Kvalitativní výzkum je procesem porozumění, zkoumajícím daný sociální nebo lidský problém. Výzkumník se tak snaží vytvořit komplexní obraz dané problematiky, informuje o názorech účastníků výzkumu a provádí zkoumání v přirozených podmínkách (Creswell, 1998: 12).

Kvalitativní výzkum je tedy nenumerické šetření a interpretace sociální reality. Cílem je odkrýt význam podkládaný sdělovaným informacím, ale také vytváření hypotéz, nového porozumění a vytváření teorie. Principem porozumění je totiž vhléd do co největšího možného počtu dimenzí daného problému. Využívá induktivní logiku. Generalizace na populaci je však problematická a někdy i nemožná (Disman, 2002: 285,286)

Někdy však bývá kvalitativnímu výzkumu vyčítáno, že jeho výsledky jsou snáze ovlivnitelné osobou samotného výzkumníka, jeho subjektivními preferencemi a dojmy. Proto na začátku výzkumu vnímám jako vhodné, osvětlit svůj osobní postoj k fenoménu, jehož jsem nedílnou součástí. Téma jsem si vybrala, jelikož sama praktikuji veganství. Živočišné produkty nekonzumuji již rok a půl. Přechod na toto stravování byl nárazový, zdál se mi však jako logický a nevyhnutelný. Motivací mi byla kombinace několika důvodů, zejména etického a zdravotního.

Situaci, v které se nacházím, však chápu spíše jako výhodu. Veganem se málokdo narodí. K tomuto rozhodnutí lidé dospívají uvědoměním si morálních aspektů svého jednání, s kterými vzniká i jistá odpovědnost za své činy. To mi dává možnost pohlížet na fenomén relativistickým pohledem a užívat, jak přístup emický – zvnitřku zkoumané kultury, očima lidí, kteří jsou

studování, tak přístup etický – zvnějšku kultury vlastní, ale i té studované. Přesto se v rámci analýzy výzkumu, své postoje a zkušenosti s daným tématem, snažím co nejvíce uzávorkovat, aby byla zajištěna reliabilita výzkumu. Ukotvováním celé práce v konceptech odborné literatury je pak zaručena i její validita.

## **5.1 Cíl práce**

Cílem výzkumu je interpretovat fenomén veganství v rámci Olomouckého kraje a především pochopit, jak tuto každodenní realitu vnímají sami aktéři, jež se tímto postojem vyčleňují z kultury českého jídla a stravování, z čehož mohou vyvstávat určité sociální důsledky. Jaké jsou jejich motivace, důvody vedoucí k praktikování veganství, jak je tento životní styl spojen s proměnou jejich hodnotové orientace a také jaké jsou jejich postoje k současné české kultuře jídla a stravování, popřípadě jejich vymezování se vůči komunitě vegetariánů a ne-veganů.

Na základě empirického výzkumu zde analyzuji charakteristické znaky typické pro představitele veganství. Co pro jeho účastníky veganství představuje, jak se jejich životní styl promítá do každodenního života a jaké má sociální důsledky. Ale také jak vnímají participant v tomto kraji dostupnost veganského sortimentu a projevy aktivismu, kterými je posilována skupina. Identifikuji zde tedy nejdůležitější normativní a žité aspekty, které se s tímto způsobem života pojí a to pohledem samotných veganů, kteří si tak vykonstruovali vlastní sociální realitu.

## **5.2 Výzkumný design**

Jelikož cílem mé práce, coby kulturního antropologa, bylo především získat komplexní obraz určité skupiny a snaha porozumět jí, vybrala jsem si jako výzkumný design kvalitativního přístupu, etnografický výzkum. Ten má

z epistemologického hlediska interpretativní charakter. Etnografie neslouží však jen k odhalování a pochopení věcí a jevů z pohledu zkoumané populace, ale také pro studium sdílených významů, interakcí a třeba i tenzí. Právě proto se jeví ke studiu veganství jako ideální.

Etnografické studie odrážejí široké spektrum zájmů – zkoumají perspektivy členů skupin, obsahy a formy jejich myšlení, interakce a sociální praktiky. V popředí obvykle stojí otázka, jak jedinci společně vytvářejí sociální skutečnost. Pohled etnografa není totožný s každodenním posuzováním skutečnosti členy skupiny. Etnograf musí zcizit důvěrně známé, považovat to za neznámé a snažit se porozumět procesu, který vedl k dané formě života. Odhaluje mechanismy tohoto procesu. (Hendl, 2005: 118)

### **5.3 Techniky sběru dat**

Techniky sběru dat jsou specifické postupy poznávání určitých jevů, které badatel užívá s cílem rozkrýt a reprezentovat to, jak lidé interpretují a vytvářejí sociální realitu (Švaříček & Šedová, 2007: 142). Klíčovým způsobem zaznamenávání při výzkumu jsou terénní poznámky a jedním ze základních předpokladů v etnografii je minimálně několikátýdenní zapojení se do žité reality participantů (Švaříček & Šedová, 2007: 118). A to ať už vzájemnou interakcí, osobním stykem nebo pomocí technických vymožeností dnešní doby. Získáme tak potřebnou důvěru k navázání neformálních vztahů, které umožňují hlubší vhled do pravidel života. Od ostatních kvalitativních designů etnografii odlišuje způsob zpracování dat, jehož cílem je podat „hustý“ popis (Geertz, 2000 in Šedová, 2007: 123). Konkrétními technikami mého výzkumu jsou pak zúčastněné pozorování a polostrukturované rozhovory.

### 5.3.1 Zúčastněné pozorování

Zúčastněné pozorování je jednou z nejdůležitějších metod kvalitativního výzkumu. Je jím možné popsat co se děje, kdo nebo co se účastní dění, kdy a kde se věci dějí, jak se objevují a proč. Pozorovatel nefunguje jako pasivní registrátor dat, který stojí mimo předmětovou oblast, nýbrž se sám účastní dění v sociální situaci, v níž se předmět výzkumu projevuje. Je v osobním vztahu s pozorovanými, sbírá data, zatímco se účastní přirozeně se vyvíjejících životních situací. Sociální svět je totiž spoluvytvářen subjektivními významy a tedy konstruován účastníky sociálních situací (Hendl, 2005: 193). V kvalitativním výzkumu, jde o promyšlené využívání pozorování, přitom nejde jenom o vizuální, ale často i o sluchové, čichové a pocitové vjemy (Hendl, 2005: 191). V mém případě i chuťové.

První ze svých výzkumných záměrů, tedy zúčastněné pozorování veganů a veganského životního stylu, jsem pojala v širším kontextu. Snažila jsem se totiž především zjistit, jak mají lidé v Olomouckém kraji možnost realizovat tuto představu o veganském životním stylu. Plánované pozorování probíhalo zejména na přelomu letošního roku, tedy v měsíci prosinci a lednu. Nutno dodat, že aktivismus v tomto kraji pro mě není velkou neznámou, proto jsem se do výzkumu snažila zapojit i pozorování veganských aktivit probíhajících v průběhu celého roku. To zejména z toho důvodu, že v období mého výzkumu se nekonaly žádné potenciální akce typu Veggie Fest – veganský festival v Olomouci, na kterých by se daly lépe ilustrovat širší sociální interakce.

S veganstvím je ruku v ruce spojené stravování a především skrze něj jsem ve svém terénním výzkumu realizovala zúčastněné pozorování. To se konalo v několika podnicích v Olomouci - Green bar, McVeg, Veg Go Šantovka, Element restaurant, Živý Bar, Koza zůstala celá, Veganol a Govinda.



Za interakcemi veganského aktivismu jsem vyrazila na klasické veganské večere v Galerii U Mloka, Veggie Vánoce, veganské brunche a vegarauty.

### 5.3.2 Polostrukturované rozhovory

Rozhovory patří k druhé nejpoužívanější metodě sběru dat v kvalitativním výzkumu. Jejich prostřednictvím jsou zkoumáni členové určitého prostředí, určité specifické sociální skupiny s cílem získání stejného pochopení jednání událostí, jakým disponují členové dané skupiny (Švaříček & Šedřová, 2007: 159).

Ke svému výzkumu jsem si vybrala polostrukturovaný typ rozhovoru, který je specifický předem připraveným seznamem témat a otázek. Díky flexibilitě a volnější struktuře může být pořadí otázek a jejich formulace změněna vzhledem k vhodnosti situace. To mě stavělo do velmi výhodné pozice, jelikož jsme se díky tomu s participanty dostali mnohokrát do velmi hlubokých zákoutí jejich přesvědčení.

Rozhovory byly uskutečněny během měsíce – ledna. To zejména z toho důvodu, že osoby vhodné k participaci na výzkumu byly osloveny již v dřívější době. Nastala však i změna plánovaného vzorku, jelikož si rozhovor někteří na poslední chvíli rozmysleli. O to víc jsem však ráda, že jsem na základě toho oslovila osoby, které byly více než jen ochotny se na výzkumu podílet a přinesly tak mnoho zajímavých poznatků. Rozhovorů bylo uskutečněno celkem sedm. Neopakovaných, ale participanti byli vlídní k dodatečnému sdělování informací. Všechny se odehrály v Olomouci, ač tu někteří z participantů nežijí. Rozhovory trvaly v průměru hodinu až hodinu a půl. Všichni participanti byli srozuměni s poučeným souhlasem, načež byly také rozhovory zaznamenávány na diktafon. Ve výzkumu jsou jména participantů pozměněna, aby jim byla zachována slíbená anonymita.

## 5.4 Výzkumné otázky

Pomocí kvalitativní strategie, popisují fenomén veganství v prostředí Olomouckého kraje a témata, jež se k němu v současné době vážou. Především se však za pomoci odborné literatury a analýzy informací od veganů, pokusím najít odpověď na několik výzkumných otázek, jež mi zastaly funkci majáku.

Hlavní výzkumná otázka zní:

- Jak se veganství projevuje v každodenní realitě jedince a jaké sociální důsledky může tento životní styl mít?

Dílní výzkumné otázky jsou:

- Jaké jsou vnitřní a vnější motivace stát se veganem?
- Jak souvisí veganství s ekologií?
- Jak souvisí veganství s pojetím zdraví těla a krásy?
- Čím se vyznačuje životní styl vegana?
- Lze považovat veganství za kontrakulturu? Jaké sociální důsledky vyvstávají při střetu s českou společností?
- Kdo tvoří komunitu veganů?

## 5.5 Výzkumný vzorek

Výzkumné šetření se týkalo pouze vegansky stravujících osob, pobývajících na území Olomouckého kraje. Jelikož žádná skupina s podobnými vlastnostmi a přesvědčeními jako mají vegané, není charakteristická ohraničenou věkovou hranicí, pohlavními znaky nebo jednotvárným názorem, rozhodla jsem se, vybírat svůj výzkumný vzorek, co možná nejrůznoroději a právě skrze tuto věkovou, vzdělanostní, pohlavní, náboženskou, sociální a názorovou rozdílnost interpretovat, v čem nejvíc participanty veganství spojuje. Veganství nemá jednu ucelenou definici, nemá jeden jednolité názor, nemá autoritativního vůdce a nemá systém daných

norem, kterými by se všichni jeho zástupci řídili. Přesto je to přesvědčení, v které mnoho lidí věří a jde si za ním, jako každé jiné.

Mou jedinou podmínkou při výběru výzkumného vzorku se tedy stal pouze fakt, že do něj nebudou zařazeny osoby s lékařsky diagnostikovanou bez-laktózovou dietou, vitariáni nebo osoby zastávající jakékoliv jiné alternativní výživové směry, jakými je například makrobiotická dieta. To především z toho důvodu, že tento typ zdravotní motivace, by do jisté míry nemusel chápat veganství jako životní styl přesahující formu rostlinného jídelníčku. To se mi stalo důležitým kritériem při výběru participantů.

Výzkum byl tedy zaměřen na osoby, které se k veganství hlásí po různě dlouhou dobu, ale také na ty, kteří zrealizovali svůj přechod bez předchozí vegetariánské zkušenosti. Také jsem se zaměřila na výběr participantů, u kterých jsou motivační aspekty veganství, spojeny s náboženstvím. Dále nesměl být vzorek ochuzen o hledisko partnerského soužití veganů a ne-veganů. V přímé úměře k tomu jsem se dále pokoušela najít jedince, kteří veganství uplatňují i při výchově potomků.

Většina participantů vhodná a ochotná k participaci na výzkumu byla kontaktována prostřednictvím interaktivní internetové skupiny, kde se vegani z Olomouckého kraje aktivně scházejí, plánují události a sdílejí své zkušenosti. Zbývající participanté byli dále oslovováni pomocí techniky sněhové koule (angl. *snowball sampling*), jejíž princip 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, 2002: 114). S finálním počtem sedmi participantů, tak výzkumný vzorek dosáhl plné saturace, kdy už k zodpovězení výzkumných otázek nepřicházela žádná inovativní data.

## 5.6 Charakteristika účastníků výzkumu

Gregor

- Muž. 25 let. V nedávné době obhájil svůj bakalářský titul na Univerzitě Palackého v Olomouci, kde studoval fyziku. Veganem je 4 roky. Vegetariánem se stal někdy v rozmezí 12-15 let věku. Žije v Olomouci. Je svobodný a bezdětný. Ačkoliv participant není žádného náboženského vyznání, jeho podobu veganství do určité míry ovlivnilo východní učení hinduismu a buddhismu.

Anna

- Žena. 23 let. Studentka bakalářského studijního oboru kulturní antropologie na filozofické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci. Vegankou je v současnosti 2 roky, vegetariánkou byla předtím asi 8 let. Žije v Olomouci se svým přítelem, také veganem, ve společné domácnosti. Je bezdětná. Participantka není žádného náboženského vyznání.

Radana

- Žena. 33 let. Magisterského vysokoškolského vzdělání v odvětví environmentálních věd, vystudovaných na Univerzitě Palackého v Olomouci. V současnosti je podnikatelkou a ekoporadkyní. Vegankou je 12 let a 2 roky byla předtím vegetariánkou. Radana promítá veganskou filozofii i do svého podnikání. Žije v Olomouci, je svobodná a bezdětná. Vyznává křesťanskou víru, k té však konvertovala až pět let, po rozhodnutí stát se vegankou, tudíž jedno s druhým nestaví do vzájemné souvislosti.

Pavel

- Muž. 51 let. Vyučený elektromechanik. V současnosti pracuje jako sociální asistent v Charitě Olomouc a zabývá se pomocí bezdomovcům. Přesně už si nepamatuje, kdy se stal veganem, ale maso přestal jíst před

zhruba 23 lety. Do Olomouce pravidelně dojíždí, ale žije v blízkém okolí. Pan Petr je ženatý a má tři děti, nikdo další v jeho rodině není vegan. Je buddhistou a v rámci buddhismu vyučuje dobrovolníky také zenovou praxi.

#### Denisa

- Žena. 23 let. Studentka bakalářského studia Univerzity Palackého v Olomouci, oboru judaistika-angličtina. Vegankou je 2 roky. Jako jedna ze dvou mých participantů předtím nebyla vegetariánkou. Žije v Olomouci, je svobodná a bezdětná. I když je praktikantkou a jejím hlubokým zájmem je židovství, v domácím prostředí se jí tato víra překrývá i s vírou křesťanskou.

#### Radka

- Žena. 18 let a zároveň nejmladší účastnice výzkumu. Studentka střední školy. Vegankou je 1 rok. Druhá participantka ve výzkumu, která před přechodem na veganství nebyla vegetariánkou, maso však nikdy nepreferovala. Do Olomouce dojíždí do školy. Žije v blízkém okolí s rodiči. Je svobodná a bezdětná. V rodině není nikdo další vegan. Nevyznává žádné náboženství.

#### Olivie

- Žena. 19 let. Studentka střední školy. Vegankou 1 rok. K masu ani mléčným výrobkům nikdy moc netíhla, před přechodem na veganství byla vegetariánkou jen chvíli. Společně s Radkou se považují za velmi striktní veganky, nepřístupující ke kompromisům. Do Olomouce dojíždí do školy, ale žije v jeho blízkém okolí s rodiči. V rodině není nikdo další vegan. Je svobodná a bezdětná. Nevyznává žádnou náboženskou víru.

## 6 Empirický výzkum

V této části práce se zaměřím na vlastní empirický výzkum a interpretaci zjištěných výsledků výzkumného šetření. Předložím zde tedy analyzovaná data, která jsou rozčleněna vzhledem k výzkumným okruhům. Pokusím se také na základě zjištěných informací z rozhovorů se sedmi participanty, identifikovat nejdůležitější aspekty, jež se k fenoménu veganství vážou a odpovědět tak na několik základních výzkumných otázek.

### 6.1 Interpretace výsledků výzkumu

#### 6.1.1 Veganství jako volba

Motivace k odmítání konzumace živočišných potravin, jak jsme si ukázali již v teoretické části práce, může probíhat u každého jedince individuálně a z rozličných důvodů. Já zde identifikuji, co za tímto rozhodnutím stálo u mých účastníků. Pokusím se nastínit zejména jejich vnitřní a vnější motivace, které je vedly k tomuto přechodu na veganskou formu stravování.

Prvním z důležitých zjištění je, že všichni účastníci, byli ovlivněni spíše vnitřní motivací k přechodu na veganství.<sup>17</sup> Gregor o veganství uvažoval jako o nejvíce racionální a přitom logické životní ekologické cestě: *„přicházely etické úvahy o ekologičtějším způsobu života, že je soucitnější a nenásilný (...) zmenšil jsem projevy násilí v okolnostech, poté okolnosti zmenšily projevy násilí u mě a ke mně“* (záznam 1, 2018-01-08, Olomouc). Olivie dodává, že: *„po přechodu na veganství jsem vlastně měla pocit, že jsem se našla a že je to takhle správně a že to tak má být“* (záznam 7, 2018-01-31, Olomouc). Vnitřními pohnutkami účastníků při přechodu na veganství tak byl přirozený proces sebe-hledání.

---

<sup>17</sup> Viz. kapitola 3.1, s. 20-21.

Nejsilnějším vnějším motivačním aspektem,<sup>18</sup> který většina participantů zmiňuje, jsou informace o veganství, které se k nim dostávaly náhodně nebo skrze informační technologie. Pavel říká, že jde především o to, jak člověk ty věci skutečně vidí na vlastní oči. Jedná se především o videa nebo dokumenty sdílené na internetu, které vizuálně zachycují současné dějství v masném nebo mléčném průmyslu.

### **Etická motivace**

Všichni participanté, kromě Radany, se shodují v etickém hledisku jako hlavním motivačním impulsem k přechodu na veganství. Také si myslí, že etika je dozajista hlavní myšlenkou a konečným cílem veganství. Společným veganským jmenovatelem pak participanté uvádí, že se lidé nechtějí podílet na zabíjení zvířat. Stavějí se tedy skepticky k nehumánnímu zacházení se zvířaty v živočišném průmyslu. Tyto tvrzení shrnuje Pavel a říká, že se jedná především o fakt, kdy: *„se lidé nechtějí podílet na zabíjení a utrpení zvířat, nepodporovat velkochovy a násilí v nich (...) soucit k nim je v tom smyslu, jak člověk ty věci vidí“* (záznam 4, 2018-01-19, Olomouc). Pokud tedy sám věří, že všechny bytosti trpí a ubližovat jim je špatné a zvyšovat jejich utrpení je špatné, tak se snaží toto utrpení minimalizovat. V tom, že v motivacích k veganské a vegetariánské stravě, rozhodně převládá aspekt etický, rezonuje můj výzkum s výzkumem Jiřího Kulhavého (2007) v práci *„Vegetariánské hnutí v České republice a v Církvi adventistů sedmého dne“*, oproti náboženské stránce jako jeho dalšímu motivačnímu aspektu, u mě však převládá aspekt ekologický, funkčně na sebe totiž s etikou apelují.

---

<sup>18</sup> Viz. kapitola 3.1 , s. 20-21.

## **Ekologická motivace**

Jak vyplynulo dále z výzkumu, praktikování veganství je silně propojeno s ekologickým smýšlením. Většina participantů staví ekologické ještě před zdravotní hledisko. Všichni participanti zdůrazňují šetrnost k přírodě, nutnost třídění odpadů a omezení jeho produkce. Staví se proti používání chemických produktů (kosmetika, čisticí prostředky, léčiva) ničících vodní zdroje a nepodporují spalování fosilních paliv. Radana tuto ekologii vidí především v environmentálních souvislostech a říká, že jakýkoliv chov zvířat je velmi ztrátový, především z pohledu energie: *„zvířata spoustu energie spotřebují k tomu, že vůbec žijí a nepřeměňují ji na to, k čemu jsou chována ..(maso, kůže a další věci).. produkují tedy velké množství odpadu, většinou nebezpečného odpadu, také je pro ně využito velké množství plodin, plus doprava...“* (záznam 3, 2018-01-18, Olomouc). Dále také uvádí, že: *„je fajn nepít mléko od chovaných krav, ale špatně je si dát taky banánový shake, když ten banán vypěstovali někde daleko, nejspíš na tom pracovaly děti, dostaly za to minimální odměnu, pak to sem dojede polozelené v kamionu, prodá se to v hypermarketu, kde pracuje zase pokladní za nula peněz – k takovým věcem by se měla přesouvat pozornost“* (záznam 3, 2018-01-18, Olomouc). Zde odkazuje onen holismus typický pro veganství. Především na ekologický a socioekonomický rozměr produkce potravin, které nejsou lokální. I když je pro Radanu veganství jediná eticky možná cesta, environmentálně ekologické hledisko, je pro ni důležitější.

## **Náboženská motivace**

„Veganská filozofie“ se v průběhu času u všech participantů upevňovala a prohlubovala a to i skrze různá náboženství. Gregorovu podobu veganství v pozdější době do určité míry ovlivnilo východní učení hinduismu a buddhismu, především princip Ahimsy, tedy nenásilí. Radana konvertovala ke křesťanství několik let po rozhodnutí stát se veganem a nestaví tyto dvě rozhodnutí do vzájemné souvislosti. Denisa své veganství uplatnila ve



studijních praktikách košer stravování. Pavel, pro kterého byl hlavní motivační aspekt soucit ke zvířatům a u něhož jediného sehrálo v rozhodnutí k přechodu na veganství roli náboženství, říká: *„buddhismus se s veganstvím stýká hlavně právě v oblasti soucitu a propojení všeho nebo všech, nerozlišuje bytosti podle rozumových vlastností, ale podle schopnosti cítit, pociťovat. V tom smyslu, jsme se zvířaty na stejné úrovni, nebo i dalšími živočichy“* (záznam 4, 2018-01-19, Olomouc).

### **Zdravotní motivace**

Nikdo z mých participantů se nestal veganem ze zdravotních důvodů, pozitivní vliv na zdraví a psychiku jedince přicházel vždy až postupem času nebo koreloval s předchozím zdravotním stavem. Nikdo také nezaznamenal zhoršení zdravotního stavu. Gregor uvádí, že: *„normální lidi si mylně myslí, že vegani mají řadu problému s nedostatkem látek a vitamínů ze stravy a mají tak plno zdravotních problémů“* (záznam 1, 2018-01-08, Olomouc), což vyvrací. Anna si také stojí za tvrzením, že veganství je fenomén podporující zdraví. Denisa pociťovala více energie a chuti do života, ten měl najednou nějaký smysl a cíl. Podobně i Radce vymizelo hned několik zdravotních problémů, jako atopický ekzém, problémy s váhou a plynatost. Někteří participanté zmiňují také vliv veganství na zlepšení psychického zdraví a posílení sebevědomí. *„Člověk se najednou cítí být více pozitivnější, ono je to hrozně zvláštní, ale pro mě osobně najednou.. já jsem předtím furt vyloženě cítila, že něco je špatně, že něco nezvládnou, že dostanu špatnou známku (..) a teď jsem se stala větší flegmatik, ale jsem prostě taková pozitivnější(..) že to všechno zvládneme, a když bude něco špatně, tak to bude špatně, tak co, tak se to přejde“* (záznam 6, 2018-01-31, Olomouc).

## 6.1.2 Veganství v každodenním životě

Veganství jsem v teoretické části identifikovala jako alternativní životní styl,<sup>19</sup> skrze který si vegané konstruují svou každodenní realitu. Chtěla bych tedy nastínit, jak probíhala u participantů realizace přechodu na veganské stravování a čím se vyznačuje veganský životní styl. Jak mohou vegané realizovat svou představu o veganském životním stylu jsem analyzovala ve výstupech zúčastněného pozorování. Dále však také jak participanti praktikující veganství pojmají zdraví těla a krásu a jejich zhodnocení současného spotřebního koše s veganskými potravinami.

### Realizace přechodu na veganství

Prvním z důležitých zjištění je, že všichni participanti přešli na veganství v době dospívání nebo rané dospělosti. Zřejmě je to spojeno s bouřlivostí tohoto období, kdy lidé přehodnocují své hodnoty a utvářejí si vlastní světonázor. Dva ze sedmi participantů se také stali vegany bez předchozí vegetariánské zkušenosti. Téměř všichni jednotně hodnotí své rozhodnutí přejít na veganskou stravu jako náhlé, které učinili ze dne na den. Současný pohled participantů na vegetariánství se však téměř shoduje. Denisa je vděčná za každého člověka, který se jakkoliv omezí v konzumaci živočišných produktů. Radka si zase o vegetariánství myslí, že i to je cesta a nemá vůči vegetariánům žádné negativní pocity, dokonce neodsuzuje ani zástupce české kultury jídla a stravování: „já jsem sama kdysi maso jedla, ale musela jsem se k tomu nějak dopracovat, najít si nějakou cestu a nějak se k tomu dostat“ (záznam 6, 2018-01-31, Olomouc). Vegetariánství pro ni představuje cestu postupného poznání. Jako nejtěžší při přechodu na veganství Anna uvažuje osobní a subjektivní pocity, zejména chuť na sýry, nebo třeba potřebu vajec jako součásti těsta na pizzu, které se tímto musela vzdát.

---

<sup>19</sup> Viz. kapitola 1.1.1, s. 11.

## Veganský životní styl

Podle Pavla: „*je život vegana, život v souladu s tím, čemu věří*“ (záznam 4, 2018-01-19, Olomouc). Pro Gregora je veganský životní styl pohledem na svět, jenž je rozhodující a není pro něj už jen jídelníčkem. Snaží se být ekologičtější, avšak dodává: „*jasně, že absolutně dokonalý nejsme (..) taky nedokážu ovlivnit koupi riflí s koženým štítkem nebo i teď mám na sobě zrovna kožený pásek, který mám už patnáct let, ale proč bych ho vyhazoval, když mi ještě pořád dobře slouží*“ (záznam 1, 2018-01-08, Olomouc). V tom smyslu se shoduje i s dalšími participanty, kteří se prostě někdy nedokážou vyhnout žité realitě, nosí kožené pásky a boty, berou léky, používají běžnou kosmetiku nebo je okolnosti donutí přistoupit ke kompromisům v jídle. Většina participantů se v dodržování zásad veganského životního stylu rozchází,<sup>20</sup> protože každý shledává problém v něčem jiném, vystiženo Radkou: „*bohužel, nejsem perfektní a veganství taky není o tom být perfektní*“ (záznam 6, 2018-01-31, Olomouc).

Veganský životní styl se také promítl u většiny participantů k přehodnocení žebříčku hodnot, a to zejména v oblasti ohleduplnosti, kterou v ucelenosti shrnuje Denisa svým tvrzením: „*určitě se zlepšil můj vztah k lidem. Větší informovanost a zájem, stejně tak jako třeba pohled na imigranty, terorismus a rasismus. Kdysi jsem šla spíše s davem, dnes vidím věci v souvislostech, už nemám stejné předsudky. Stejně tak jak k lidem, tak však i ke zvířatům*“ (záznam 5, 2018-01-25, Olomouc). V tom, že výběr vegetariánského způsobu života, není jen o způsobu stravování, ale jedná se o celkový životní styl a životní filozofii, můj výzkum souhlasí s výzkumem „*Psychologických a sociálních aspektů vegetariánství*“ Jitky Medřické (2008: 30).

---

<sup>20</sup> Viz. kapitola 2.3, s. 18-19.

## **Kultura veganství v Olomouckém kraji**

Dále se pokusím, dle svých zjištění ze zúčastněného pozorování, analyzovat, jak mají vegané možnost realizovat svou představu o veganském životním stylu v Olomouckém kraji. V první části pozorování, o možnostech uspokojení veganské představy o jídle, v Olomouckém kraji, vyvstalo několik zásadních informací. Veganské podniky se nacházejí pouze v centru Olomouce. McVeg tzv. „hladové okno“ bylo v nedávné době zavřeno z důvodu finančních obtíží. Druhý, dnes už jediný, specificky veganský podnik Veganol, se specializuje na rozvoz obědových menu a zajišťuje rozmanitou škálu možností, jak na veřejnosti propagovat veganská jídla, formou brunchů, vegarautů, ale také dodává veganské pohoštění na nejrůznější propagační akce. Zbytek Olomouckého kraje sice nabízí možnosti veganských jídel, ale jako součást běžných stravovacích zařízení (Green bar, JVS pizza, Špizza) nebo jako součást vegetariánském podniku (VegGo, Koza zůstala celá, Govinda, Element restaurant). Malé množství veganských podniků odpovídá poměrně malému počtu veganské poptávky v tomto kraji. Pracovníci v těchto podnicích nevnímají rozvrstvení strávníků jako viditelné. Převážně usuzují, že se u nich rádi stravují i konvenční strávníci a veganské nebo vegetariánské jídlo si vybírají především vizuálně. Ráda bych podotkla, že kromě zavřeného veganského bistra McVeg se v žádném jiném podniku neobjevil symbolický ukazatel veganství, jako fenoménu přesahující formu rostlinného jídelníčku (tzn. veganská motta, citáty, obrazy či nálepy vztahující se k živým zvířatům). To může být příčinou toho, proč stravování spojené s veganskou nebo vegetariánskou stravou, některým koreluje pouze se zdravou formou stravování.

Druhá část analýzy pozorování, se týká možností realizace životního stylu veganské komunity v Olomouckém kraji. Ačkoliv z literatury převládá plno tematických kuchařek, na internetu je dostupný, první český veganský

e-magazín „Vegazín“,<sup>21</sup> plný teoretických konceptů praktického veganství nebo první veganská telefonní aplikace „Soucitně“.<sup>22</sup> V Olomouci se na poslední vánoční trhy konaly tzv. Veggie Vánoce, které pořádá skupina Vegan Fighters. Přes alternativní možnosti štědrovečerní večeře, přírodní kosmetiky a poradenství v oblasti výživy, zde byl zařazen také veganský program pro děti. Akce se nesnažila vzbudit dojem nuceného nátlaku, ale informovala formou plakátů a přednášek o etické stránce vztahování se ke zvířatům. Účastníci akce byli po dalším zjištění zejména zástupci české kultury jídla a stravování, přicházející se zájmem a bez předsudků. Letos se v Olomouci také koná již třetí ročník Veggie fest, jenž je veganskou alternativou k běžným letním festivalům, avšak s benefičním charakterem. Sociální interagování mezi vegany vzniká na tzv. veganských večeřích v Galerii u Mloka. Ty jsou specifické tím, že vytvářejí sociální prostor, za který je zodpovědný každý ze zúčastněných. Tím se stává každý přítomný, a to ať vegan nebo ne-vegan, který donese své veganské jídlo, aktivně se účastní a kooperuje s ostatními. Přestože se akce propaguje tím, že nemá žádné organizátory, její funkce je zjevná.

Chtěla bych podotknout, že pořadatelé nevytvářeli na žádné z navštívených akcí na návštěvníky nátlak, ale snažili se vždy v přátelském duchu informovat širokou veřejnost o dané problematice. Nabízeli přitom k ochutnávce alternativní pokrmy. Rok od roku si právě díky tomuto přístupu myslím, že si lidé čím dál víc oblibují tyto akce.

---

<sup>21</sup> Vegazín – zdravě a eticky [online], [cit. 2018-03-22]. Dostupné z: <http://vegazin.cz/>

<sup>22</sup> „Mobilní průvodce veganstvím“ se zabývá přístupem ke zvířatům, etickým spotřebitelstvím, veganstvím a aktivismem. Aplikace má ulehčit přístup k informacím v oblasti etického životního stylu a usnadnit orientaci při nákupu produktů. Dále obsahuje: novinky ze světa veganství a práv zvířat, veganské recepty, praktické informace o veganském stylu života, kalendář veganských akcí, mapy veganských, vegetariánských, makrobiotických, raw a veg-friendly restaurací, obchodů a ubytování a užitečné odkazy na další organizace a projekty.

## **Tělo a zdraví ve veganství**

Dále mě ve výzkumu zajímalo, jak veganství souvisí s pojetím zdraví těla a ideálu krásy<sup>23</sup> a zdali je u veganů tento obraz podmíněn mediálním diskurzem, jak tomu bývá u ostatních. Jedná se však především o otázku záležející na individualitě jedince. Vegané konceptualizují zdraví a krásu těla velmi podobně jako ne-vegani, jen s tím rozdílem, že se ji naopak snaží z kulturního řádu převést zpět do přírodního. Udržují tedy své zdraví a krásu co nejvíce konzistentní s přírodou. Moji participanti tento problém řeší používáním přírodní nebo domácí kosmetiky a v etickém rámci, kosmetiku netestovanou na zvířatech. Všichni mí participanti se také snaží neužívat žádné medikamenty a z obav z konfrontace skutečnost, že se stravují vegansky, nesdělují ani svým lékařům. Mívají totiž obavy, že by jejich jídelníček a s ním i veganské přesvědčení mohlo být napadeno, kvůli neodpovídajícímu zdravotnímu stavu (nedostatek železa, vitamínu B12, atd.) I z toho důvodu můžeme říci, že si vegané vytvořili specifické pojetí toho, co je podle nich zdraví a toho co je krása.

## **Veganský spotřební koš**

Z výzkumu vyvstalo, že spotřební koš s veganským sortimentem hodnotí participanti jako výborný. Většinou si všichni vaří jídlo doma sami, ale vyhledat restaurace s veganským jídlem pro ně není problematické a to zejména v centru Olomouce. Rozhodně v dnešní době více než ještě před pár lety. Jedním dechem dodávají, že s poptávkou roste nabídka, což svědčí o tom, že veganských strávníků stále více přibývá. Podle Anny však máme stále co dohánět. Hodnotí tuto situaci v České republice například oproti Polsku, Německu nebo Rakousku jako špatnou: *„třeba v Krakově, to je super, dá se tomu říct veganská kultura, mají tam mnohem širší nabídku, veganský kebab, veganské suši*

---

<sup>23</sup> Viz. kapitola 2.2, s. 16.

*jako restaurace, veganské verze národní kuchyně, já si myslím, že Varšava je jedno z nejlepších měst, co se týče veganství, i Wroclav“ (záznam 2, 2018-01-11, Olomouc). Podobně smýšlí i Gregor, co by nejvíce ocenil je rozšíření spektra ovoce a zeleniny. Na tržišťích v jižní části Číny, kde bylo nepřehledné množství ovoce a zeleniny, se kdysi cítil jako v ráji. Denisa hodnotí dostupnost veganských potravin také jako stále se zlepšující. V dnešní době seženete plno veganských potravin kdekoli v supermarketech. Denisa dále uvádí jako česká centra veganského životního stylu Prahu a Brno a udává, že situace zde v Olomouckém kraji a to především na vesnicích by se mohla zlepšit. Ačkoliv většina participantů hodnotila z počátku veganský sortiment jako finančně náročnější, ve výzkumu dospívám k závěru, že na veganství se dá spíše velmi ušetřit. Jíst maso minimálně jednou denně k jídlu, což je běžné pro většinu lidí v ČR, je finančně náročné. Tedy oproti balíčku fazolí, který může mít vegan i na několik obědů.*

### **6.1.3 Veganství a jeho sociální důsledky**

V této části práce analyzuji, jaké sociální důsledky vznikají při střetu fenoménu veganství s českou kulturou jídla a stravování. Dnešní konzumní společnost je taková, kde převažuje spotřeba nad základním příjmem potravin, s kterou vegané v rámci ekologické etiky nesouhlasí a mohou se tak do značné míry vymezovat proti normativnímu uspořádání české společnosti. V některých sociálních situacích tedy mezi vegany a ne-vegany mohou vznikat určité tenze. Mnohdy se však může jednat o někdy i neuvědomovaný tlak mezi těmito sociálními realitami, který se z pohledu veganů jeví jako separace od běžných možností využití a sdílení té dané kultury.

### **Normativní systém české kultury jídla a stravování**

Participantů se staví různorodě k současné české kultuře jídla a stravování. Podle Pavla je nereflektovaná: „jí to, co je v módě jíst, co je zvykem jíst a co jim

*chutná (...) a co je levné (...) moc to neřeší a pokud to řeší, tak hlavně z hlediska, aby jedli zdravě, to je ta část veřejnosti, která chce jíst zdravě, ale zase mi to přijde, taková jako hodně módní záležitost“ (záznam 4, 2018-01-19, Olomouc). Olivie vidí v české kultuře jídla a stravování tradici a zaběhlý zvyk, které zde hrají největší roli: „česká společnost je neochotná vidět jakýkoliv nový pohled“ (záznam 7, 2018-01-31). Ve výzkumu docházím k závěru, že mladší generace jsou k tomuto veganskému životnímu stylu vstřícnější a reagují pozitivněji nebo neutrálněji než starší generace. Přičemž Radka dodává, že její rodiče také neměli maso a mléčné výrobky v jídelníčku každý den, jak je tomu v dnešní době. A pokud se maso jedlo, bylo zejména domácí. V tom shledává obrovský rozdíl. Participanti jsou také jednotní v tom, že při sociálních interakcích s českou společností není téma veganství na jejich první příčce. Tato informace většinou vyplyne na povrch až v průběhu času, zejména při sdílení jídla. Okolí pak prvotně reaguje téměř ve všech případech snahou o porozumění a pochopení významu sdělovaného. Radana dodává, že při některých sociálních interakcích nemá problém přistoupit ke kompromisům. Jedno neveganské jídlo jí nezabije, ani nespasí svět a jsou pak důležitější spíše mezilidské vztahy, které by to mohlo pošramotit. Doma jí sice striktně vegansky, ale sama si říká, že je potřeba někdy trošku ustoupit, aby se člověk nestal zase takovým dogmatikem.*

### **Obavy z cizího**

Všichni participanti se v životě setkali s předsudky a stereotypy, vznášené na jejich veganské přesvědčení i stravování. Pavel má pocit, že okolí ve většině případů reaguje spíše negativně, avšak ne zcela záměrně, ale spíše běžnou automatickou reakcí na něco cizího. Důležitým aspektem pro lidi, kteří se rozhodnou nejíst maso, je podle něj aspekt „*vztahování se k ostatním a ostatních k nim (...) podle mě, pro lidi není zase až takový problém přestat jíst maso, jako spíš se vyrovnat s tím, co by na to řekli ostatní, protože ti lidi se tím do značné míry vyčlení*



*a to je pro ostatní hodně nepříjemný a pro ty lidi je zase nepříjemný, jak jim ti ostatní dávají najevo, jak je to pro ně nepříjemný“ (záznam 4, 2018-01-19, Olomouc).* Legitimními obavami pro společnost může být podle participantů strach z toho, zdali se nejedná o projev sekty, nebo nepříjde zhoršení zdravotního stavu. *„Spousta lidí to ale neřeší nějak kultivovaně nebo neřeší to dáním prostoru tomu člověku, jako aby si tou cestou šel, když už jí chce jít, ale různě se do toho snaží zasahovat“ (záznam 4, 2018-01-19, Olomouc).*

### **Separace**

Pavel dodává, že jelikož je buddhista, dělá zenovou praxi a ještě je vegan, neustále musí lidem něco vysvětlovat. Už si zvykl, že na něj lidé útočí, radikálně zpochybňují to, co dělá a nazývají to nesmyslným přístupem. Ale stejně tak je zvyklý na to, že lidi mají zájem, chtějí to vysvětlit, popsat a všechny tyto interakce, včetně útoků, akceptuje. Přijde mu to jako určitá forma komunikace, na kterou je schopný reagovat a s kterou je schopný se i vypořádat. Dříve se s nepochopením setkával mnohem více než dnes: *„někdo nás kdysi jako rodinu udal sociálnímu úřadu, že když nejíme maso, týráme děti hladem“ (záznam 4, 2018-01-19, Olomouc).* Dnes už si myslí, že situace je mnohem lepší a už i o veganství má plno lidí alespoň nějaké povědomí. Olivie popisuje prvotní reakce okolí také jako útočné (není normální, je divná, bude mít postižené děti): *„mysleli si, že když nejím to co oni, tak nejím vůbec nic a budu tak mít mnoho zdravotních problémů nebo poruchy příjmu potravy“ (záznam 7, 2018-01-31),* do dnešní doby na její rozhodnutí lidé pohlížejí spíše jako na rozmar mládí a myslí si, že ji to brzy přejde. Denisa shodně shledává jediné negativní dopady, které jí veganství přineslo v tom, jak na ni jako na veganku pohlíží okolí. Odlišné pohledy na stravování jsou tedy primárním důvodem rozporů mezi vegany a ne-vegany. Pro vegany se tak mnohdy vyvstávají sociální důsledky, které se jeví jako separace od běžného fungování společnosti.

## Rodina jádrem sporů

Z výzkumu dále vyplynulo, že téměř každé jádro sporu začíná v rodině. Ta většinou toto rozhodnutí jedince neakceptuje a vidí za ním nějaké vnitřní problémy. Ustát prvotní přechod, bylo nejtěžší pro Radanu, zejména vysvětlit rodičům proč se pro takovou změnu rozhodla. Ti její vysvětlení akceptovali dost složitě a měli mnohé rozpory: „*měli obavy, ze své vlastní neznalosti a mysleli si, že je to spíš indikátor nějakého mého vnitřního problému*“ (záznam 3, 2018-01-18, Olomouc). Spor s rodiči ohledně veganství, byl především o dopadu veganství na zdraví. Radana uvádí, že takovou změnu stravování si někteří lidé mohou spojit třeba s mentální anorexií. Což potvrzuje výše i Olivie. Rodinné neshody však v průběhu času vymizely. Radka dodává: „*otec mi řekl, že jsem magor, že mě to určitě brzo přejde (...) a babička to obřečela - vždyť to je úplně normální, děláme to celý život, celý život jíme maso, děláme zabíjačky a podívej, jsem v pohodě*“ (záznam 6, 2018-01-31, Olomouc). Všichni participanti se jednotě staví za názor, kdy jejich prioritou není, aby jejich životní partner nebo rodina musela zastávat „veganskou filozofii“ nebo jídelníček. Míra tolerance je tudíž větší, než se může na první pohled zdát.

### 6.1.4 Angažovanost v celospolečenském dění

V poslední části práce interpretuji, jak vegané sdílí sociální skupiny,<sup>24</sup> kdo tvoří komunitu veganů<sup>25</sup> a jak se tato komunita angažuje v občanské společnosti. Na základě toho se pokusím identifikovat, zdali se vegané a projevy veganství projevují jako kontrakultura. Vzhledem k tomu, že lokální charakter komunity mých participantů zahrnuje Olomoucký kraj, nastínila jsem již některé možnosti sdílení společných zájmů a představě, jak je zde možné veganský životní styl a jídelníček realizovat, ve výstupech analýzy veganství v každodenním životě.

---

<sup>24</sup> Viz. kapitola 1.2, s. 12-13.

<sup>25</sup> Viz. kapitola 1.2, s. 13.

## Veganský aktivismus

Smyslem veganského aktivismus je podle participantů stmelovat a posilovat skupinu, ale zároveň oslovovat své okolí. Shodují se však v tom, že tyto aktivity musí být striktně nenásilné. Radana o aktivismu uvažuje: „*nechceme, aby bylo způsobováno násilí zvířatům, tak přeci nebudeme způsobovat násilí lidem...někdy mám pocit, že v tom lidé mají trochu zmatek*“ (záznam 3, 2018-01-18, Olomouc). Podle Pavla smysluplný veganský aktivismus tkví v informování lidí a rozšiřování informací ohledně veganství. Sám tyto informace o veganství rozšiřuje především prostřednictvím sociálních sítí, píše komentáře k článkům, vede také každodenní rozhovory s lidmi a informuje je o výhodách veganství. Společně s Gregorem se před Vánoci účastnili kampaně, kdy se lidem v Olomouci rozdávaly letáčky s informacemi, jako například, že kapr na štědrovečerní večeři vůbec nesouvisí s původními vánočními tradicemi a druhá stránka letáčku nabízela alternativní recepty. Veganské demonstrace podle Pavla více útočí na smysly kolemjdoucích, než jen transparenty. Ale sugesce jsou podle něj nesmyslnou formou protestu. I Radka se staví za především nenásilnou formu propagace veganství: „*hlavně nenásilně na ty lidi, protože jak se jim něco nutí, tak to strašně vyvolává ten odpor, jakmile začnu někomu něco vnucovat, tak okamžitě ne, nevnucuj mi nic, já to prostě (...) sama to nemám ráda, když mi někdo něco vnucuje, takže spíš jako nenásilnou formou, dostat to do povědomí*“ (záznam 6, 2018-01-31, Olomouc).

Moji participanté jsou tedy jednotní v tom, že v rámci etického protestu, má smysl propagovat veganskou tematiku. Radana veganský aktivismus a s ním spojené přímé akce hodnotí vždy jako riziko. Ač je jejich zastáncem, upozorňuje na dvě možné roviny: „*jednak je to možnost, jak extrémním způsobem upozornit na něco extrémního, co se děje v tuhle chvíli, protože některé věci už je třeba vyhnat, vyšponovat, i když je zde riziko, že to část lidí nepochopí (...) a druhá věc, je určitý ventil pro ty lidi z té frustrace, z toho smutku, prostě snažíte se řešit nějaký velký problém, který niterně, hluboce prožíváte a snažíte se to lidem vysvětlit, jakože*

*proč je důležitý to řešit a většina lidí na to neslyší a je jim to jedno, tohle člověka trápí a může to být proto určitý ventil, jak tu frustraci ze sebe dostat, ještě nějak pozitivně (...) udělám nějakou akci, která nikomu neublíží, nikoho neohrozí a na něco upozorní...” (záznam 3, 2018-01-18, Olomouc).*

### **Kontrakultura**

Pro kontrakulturu je specifický nesouhlas s normami, hodnotami a idejemi vlastní kultury a může tak mnohdy vykazovat anarchistické ideologie.<sup>26</sup> Ač se tedy vegané a projevy veganství mohou někdy jevit jako kontrastní, opoziční typ kultury, ve svém výzkumu jsem došla k závěru, že se o kontrakulturu nejedná. Dle mého názoru, je možné tento fenomén považovat spíše za subkulturu.<sup>27</sup> Toto tvrzení, že se u veganů skutečně jedná o projev subkultury je koherentní s výzkumem Veroniky Dudkové v práci „*Subkultura veganů a její životní styl*“ (2016: 12-16).

### **Komunita veganů**

Kdo tedy tvoří komunitu veganů je nelehká otázka, protože vegani subjektivně mohou fungovat jako individua, tak i jako součást komunity, která může být věkově, genderově, rasově, nábožensky i statusově různorodá. Na tuto otázku asi nejlépe odpovím tvrzením jedné ze svých participantek, Anny: „*myslím si, že to je volba každého, jakým způsobem je vegan nebo co dělá*“ (záznam 2, 2018-01-11, Olomouc). Veganství se tedy, tak jak je tomu u mých participantů, může projevovat ve sféře podnikání, náboženství, zdraví nebo právě komunitou, jejímž cílem bývá povětšinou v rámci osvěty oslovovat širokou veřejnost nebo jen ve smyslu mezilidské interakce s přívrženci stejného přesvědčení posedět u večere. Pouze dvě z mých participantek dodávají, že doposud nevyhledávaly tyto komunitní aktivity.

---

<sup>26</sup>Viz. kapitola 1.2, s. 13.

<sup>27</sup>Viz. kapitola 1.2, s. 12-13.

Že se u komunity veganů skutečně nejedná o homogenní skupinu a nepotřebují být součástí organizované skupiny, potvrzuje výzkum Veroniky Peclinovské v práci „*Komunita veganů v České republice*“ (2012: 45-46). Ta však jako alarmující uvádí fakt, že vegané jako nejsmyslnější projev protestu uvádí přímou akci, s čímž je můj výzkum v rozporu.

### **Shrnutí výsledků výzkumného šetření**

Příklon k veganství doprovázelo u všech participantů vždy několik motivačních aspektů. Vnitřní motivace, které u participantů převažují, byly pocífovány nárazově v době dospívání nebo rané dospělosti a byly spojeny se změnou postojů v hodnotovém žebříčku. Z výzkumu vyplynulo, že na prvním místě převažuje etický motivační aspekt, tedy morální závazek vůči nehumánnímu zacházení se zvířaty v živočišném průmyslu. Na druhém místě se objevuje aspekt ekologický, který je s etickým úzce spojen. Participanté upozorňují na ekologická nebezpečí spojená s živočišnou výrobou. To je zejména produkce odpadu, ustupující zemědělské plochy a devastace životního prostředí. Práce se dále zaměřuje na náboženský aspekt veganství, který v rámci transcendentních představ, utvrzuje veganství v souboru jednání, postojů a hodnotových norem. V mém výzkumném vzorku však hrál roli pouze u jednoho z participantů. Až v neposlední řadě se nachází aspekt zdravotní, který u žádného z participantů nesehrál motivační roli, což bylo také podmíněno výběrem výzkumného vzorku. Jako vnější motivace pak vegané uvádějí nejrůznější informace o aspektech veganství, zejména ekologických a etických, které se k nim dostávaly z okolí, především prostřednictvím sociálních sítí a podnítili tak i jejich vnitřní motivace.

Veganství je tedy životní styl, který se vyhrazuje proti konzumnímu způsobu života. Snaží se jej svým aktivním přístupem omezit v co největší

možné míře. V rámci současného diskurzu zdravého životního stylu a mediálního pojetí ideálu lidského těla, zdraví a krásy, jsou vegané vystaveni stejným tlakům. Specifickým životním stylem si však uzpůsobili podmínky tak, aby byly kompatibilní jejich přesvědčením. Participanti se shodují na tvrzení, že veganský spotřební koš dnes už nabízí velké množství alternativních variant potravin (jako sójové párky, zeleninové paštiky, čočkové hamburgery, kukuřízky, atd.) a pokud někoho neosloví, veganské jsou především ty nejzákladnější potraviny, jakými jsou například ovoce, zelenina, luštěniny a chléb. Každodenní realita konstruovaná zástupci veganského stylu života se tak diferencuje od české kultury jídla a stravování zejména specifickým systémem činností, vztahů, projevů a zvyklostí charakteristických, jak pro jedince, tak pro celou skupinu.

Veganství se výrazně distancuje od očekávání české společnosti a může být proto chápáno i jako projev nesouhlasu s celospolečenským názorem. Sociální důsledky praktikování veganství jsou pak spojené zejména se vzájemnými interakcemi mezi těmito odlišnými pojetími sociálních realit veganů a ne-veganů. Všichni participanti si myslí, že současná česká společnost je „tradiční“ a pohlíží na veganství skrze předsudky a stereotypy. Těmto předsudkům však někdy napomáhají sami vegani, kteří veganství prosazují jako radikální „módní směr“ nebo jej uvažují pouze v rámci diety (vyřadí z jídelníčku živočišné složky, ale jejich nutriční hodnoty už správně nekompensují rostlinnou stravou, což se může projevit na zdravotní stránce). Z výzkumu vyplynulo, že jádro sporů vzniká primárně v orientační rodině. V některých sociálních situacích mezi vegany a ne-vegany vznikají určité sociální tenze, často neuvědomované, vyplývající ze vzájemného nepochopení. Míra tolerance je však mnohdy větší než si myslíme, což lze ilustrovat na partnerských vztazích nebo v rámci jedné generace. Vegané si jsou přes všechny sociální důsledky, které pro ně plynou, vědomi toho, že se

jedná o jejich vlastní rozhodnutí a jsou schopni všechny tyto projevy české společnosti vůči nim akceptovat.

V rámci angažovanosti v celospolečenském dění, jsem ve výzkumu došla k závěru, že veganský aktivismus se může projevovat, jak na poli individuálním, tak komunitním. Cílem všech veganů je rozšiřovat povědomí o tomto fenoménu a to všemi možnými způsoby, třeba i jen svým příkladem. V závěru jsem stanovila, že veganský aktivismus lze rozdělit do tří skupin. Prvním je „propagace veganství“, tu každý jedinec uskutečňuje subjektivně, formou diskuzí, podepisování petic a informačních kampaní, třeba v podobě různých letáčků. Druhým je „protest v rámci veganství“, kterým dobrovolní aktivisté už vyjadřují specifický typ nesouhlasu proti dění ve společnosti, patří sem radikálnější druh kampaní a demonstrace, které více útočí na smysly okolí. Posledním typem je aktivismus v rámci „komunity veganů“, který stmeluje skupinu, vytváří sociální vztahy, ale také oslovuje okolí. Sem zařazuji akce typu Veggie Vánoc, Veggie fest, veganských večerů, ale i alternativní možnosti realizace veganského životního stylu formou stravování. Ve výzkumu jsem došla k závěru, že i když veganský aktivismus nese některé kontrakturní znaky, o kontrakturnu se v tomto případě nejedná. V závěru práce ukázala, že ačkoli se povědomí o veganství zvyšuje, v Olomouckém kraji oproti jiným částem České republiky a světa, je stále poměrně malá.

## Závěr

Cílem této bakalářské práce bylo interpretovat každodenní realitu veganů, tedy jedinců, kteří se rozhodli odmítnout konzumaci živočišné stravy a potažmo i normativní zásady české kultury jídla a stravování. Vykonstruovali si tak vlastní pojetí normality, z čehož mohou v této společnosti pro vegany vyvstávat určité sociální tenze. Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část a staví na empirickém výzkumu. Pomocí kvalitativní metody, jejímž cílem je porozumění problematice veganství jako životního stylu pohledem veganů, byl realizován etnografický výzkum v Olomouckém kraji.

Vegané v tomto výzkumu jsou ilustrací přesahu veganství pouze jako rostlinného jídelníčku. Veganská strava pro ně tedy není primární motivací, ale veganský životní styl představuje i určitou životní filozofii. Jelikož vegané veganství uplatňují téměř ve všech sférách života, smýšlejí i jednají pod záštitou normativity, kterou si v rámci svých přesvědčení utvořili. Veganství, tak jak jej pojmají mí participanti, nejeví známky souvztažnosti k současnému diskurzu zdravého životního stylu. Zajímavostí také vyvstal fakt, že projevy veganského životního stylu může každý jedinec uplatňovat, dle svého subjektivně nejlepšího vědomí a svědomí, aniž by byl sankcionován v rámci veganské komunity, na níž je nezávislý.

Sociální důsledky pro vegany vyvstávají při některých interakcích s českou společností. V našem sociokulturním prostředí je totiž zvykem jíst živočišné produkty. Jídlo se nikdy nijak specificky neproblematizovalo. Na veganství lze však ilustrovat, jak důležitou roli hraje jídlo v životě člověka i ve společnosti. Vegané se svým přesvědčením vymykají od norem české společnosti a jsou tak vystaveni někdy i neuvědomovanému sociálnímu tlaku a tenzím, jako automatické reakci na odlišnost. Vegané pocífuji jako nejzjevnější sociální důsledek svého přesvědčení, především separaci od běžných možností sdílení české kultury jídla a stravování. Motivace



a přesvědčení mých participantů byly však natolik silné, že je ani sociální tlak nedonutil, vrátit se zpět ke společenské konformitě.

V další diplomové práci bych se ráda zaměřila především na analýzu problematiky sociální stratifikace veganské komunity, také na výzkum veganů, kteří od svého přesvědčení ustoupili a navrátili se k původním stravovacím návykům nebo zmapovala pohled na fenomén veganství úhlem ne-veganů. Dále se domnívám, že by vědecké oblasti velice přispělo více kvantitativních analýz veganů.

Veganství a veganský životní styl poskytuje nesmírně široké téma, které je plné možností dalších realizací nespočtu výzkumů. Jelikož u kvalitativního výzkumu ani není možná generalizace na celou populaci, což také nebylo mým záměrem, výzkum interpretuje veganství očima sedmi zástupců tohoto fenoménu. Osobním přínosem této bakalářské práce pro mě bylo zejména rozšíření vlastního spektra možností, jak na veganství pohlížet a zároveň, jak ho realizovat. Tímto bych na závěr chtěla znovu poděkovat všem vstřícným a ochotným participantům, jež se na výzkumu podíleli.

## Použité prameny a literatura

- ATKINS, P. J., & BOWLER, I. R. (2001). *Food in society: economy, culture, geography*. New York: Arnold.
- BARKER, CH. (2006). *Slovník kulturních studií*. Praha: Portál.
- BERGER, P., & LUCKMANN, T. (1999). *Sociální konstrukce reality: Pojednání o sociologii vědění*. Praha: Centrum pro studium demokracie a kultury.
- BEARDSWORTH, A., & KEIL, T. (1996) *Sociology on the menu: an invitation to the study of food and society*. London: Routledge.
- BLAND, L. (2013). *Modern women on trial: Sexual transgression in the age of the flapper*. Oxford University Press.
- CAHA, L. (2012). *Budeš jíst dosyta a budeš dobrořečit Hospodinu (Dt 8, 10): Jídlo a pití ve Starém zákoně*. Diplomová práce: Olomouc.
- CRESWELL, J. W. (1998). *Qualitative inquiry and research design: choosing among five traditions*. Thousand Oaks, Calif.: Sage Publications.
- CROSS, L. (1951). *The Vegetarian World Forum: Veganism Defined*, 1 (5) [online], [cit. 2018-03-11]. Dostupné z: <https://ivu.org/history/world-forum/1951vegan.html>
- ČIHOVSKÝ, J. (2005). Životní styl jako mnohoaspektový fenomén. In FAZIK, A., & MATĚJŮ, M. *Aktuální problémy životního stylu*. Praha.
- DARWIN, CH. (1923, orig 1859). *O původu druhů*. Brno: Dědictví Havlíčkovo.
- DISMAN, M. (2002). *Jak se vyrábí sociologická znalost: příručka pro uživatele*. Praha: Karolinum.
- DOUGLAS, M. (2002, orig. 1966). *Purity and Danger: An Analysis of Concepts of Pollution and Taboo*. London: Routledge.
- DOUGLAS, M. (2014). *Čistota a nebezpečí: analýza konceptu znečištění a tabu*. Praha: Malvern.
- DUDKOVÁ, V. (2016). *Subkultura veganů a její životní styl*. Diplomová práce. Hradec Králové.

- DUFFKOVÁ, J. (2005). *Životní způsob/životní styl a jeho variantnost*. Praha: MČSS při AV ČR.
- DUFFKOVÁ, J., URBAN, L., & DUBSKÝ, J. (2008). *Sociologie životního stylu*. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk.
- DVOŘÁKOVÁ – JANŮ, V. (1999). *Lidé a jídlo*. Praha: ISV.
- DVOŘÁKOVÁ – JANŮ, V. (1998). *Jídlo jako dosud neintegrováný předmět sociálních a přírodních věd* [online], [cit. 2018-03-20]. Dostupné z: <http://www.agris.cz/clanek/104979>
- FOX, R. (2014). *Food and Eating: An Anthropological Perspective*. SIRC: Social Issues Research Centre.
- GIUFFRAE, K., & DIGERONIMO, T. (1999). *Care and Feeding of Your Brain : How Diet and Environment Affect What You Think and Feel*. Career Press.
- GEERTZ, C. (2000). *Interpretace kultur*. Praha: SLON.
- GIDDENS, A. (2001). *Sociologie*. Praha: Argo.
- HENDL, J. (2005). *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál.
- HOLUBEC, S. (2009). *Lidé periferie. Sociální postavení a každodennost pražského dělnictva v meziválečné době*. Plzeň: Západočeská univerzita v Plzni.
- HULÁKOVÁ, M. (1980). *Životní způsob a problém hodnot*. Praha: Academia.
- KULHAVÝ, J. (2007). *Vegetariánské hnutí v České republice a v Církvi adventistů sedmého dne*. Diplomová práce. Teologický seminář Církve adventistů sedmého dne.
- MACHOVÁ, J. (2005). *Biologie pro učitele*. Praha: Karolinum.
- MEDŘICKÁ, J. (2008). *Psychologické a sociální aspekty vegetariánství*. Diplomová práce. Praha.
- MURDZA, K. (2006). *Sociológia*. Bratislava: APZ.
- MURPHY, R. F. (2010). *Úvod do kulturní a sociální antropologie*. Praha: SLON.
- NAKONEČNÝ, M. (1997). *Motivace lidského chování*. Praha: Academia.
- OZECA, Z. V. (2010). *Humanimal*. Lulu.com.

- PARUSNIKOVÁ, Z. (2000). Biomoc a kult zdraví. *Sociológia: Sociologický časopis*, XXXVI(2).
- PÁČL, P. (1988). *Sociologie životního způsobu*. Praha: SPN.
- PECLINOVSKÁ, V. (2012). *Komunita veganů v České republice*. Diplomová práce. Pardubice.
- PELCOVÁ, N. (2004). *Filozofická a pedagogická antropologie*. Praha: Karolinum.
- PETRUSEK, M. a kol. (1996). *Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum.
- RODRÍGUEZ, L. (1996). *Omnivorous or Vegetarian? What Famous Naturalists Think about In*. EVU News, issue 2 [online], [cit. 2018-03-11]. Dostupné z: <https://ivu.org/news/evu/news962/omnivore.html>
- ROZIN, P. (1999). *Food is Fundamental, Fun, Frightening and Farreaching*. Social Research: An International Quarterly.
- SIEWICZ, A. (2011). *Anthropology as an inspiration to food studies: building theory and practice*. Antropowebzin, 3 [online], [cit. 2018-02-09]. Dostupné z: <http://www.antropoweb.cz/webzin/index.php/webzin/article/view/53/54>
- SINGER, P. (1999). *Practical Ethics*. Cambridge University Press.
- SMOLÍK, J. (2010). *Subkultury mládeže: uvedení do problematiky*. Praha: Grada.
- SOUKUP, M., & BALCEROVÁ, M. (2011). Anthropologia Integra: Antropologie těla. *Časopis pro obecnou antropologii a příbuzné obory*, 2 (1), 31-41.
- SPAARGAREN, G., & VANVLIET, B. (2000). *Lifestyle, Consumption and the Environment: The Ecological Modernisation of Domestic Consumption*, 9(1). Environmental Politics.
- STEINFELD, H. a kol. (2006). *Livestock's Long Shadow*. Rome: Food and Agriculture Organization of The United Nations [online], [cit. 2018-03-10]. Dostupné z: <http://www.fao.org/docrep/010/a0701e/a0701e00.htm>
- ŠVARÍČEK, R., & ŠEĐOVÁ, K. (2007). *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál.
- TUŠKOVÁ, K. (2012). *Jak se byznys zelená: kritická diskurzivní analýza korporátní zelené zodpovědnosti*. Diplomová práce. Praha.

Veganism. (2016). *Is a Vegan Diet Healthy?* [online], [cit. 2018-03-10]. Dostupné z: <https://www.veganism.com/>

### **Odkazy na veganské společnosti**

The Vegetarian Society [online], [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <https://www.vegsoc.org/>

The Vegan Society [online], [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <https://www.vegansociety.com/>

Česká veganská asociace [online], [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <http://veganskaasociace.cz/>

Česká veganská společnost [online], [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <http://veganskaspolecnost.cz/>

Svoboda zvířat [online], [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <http://www.svobodazvirat.cz/>

Otevři oči [online], [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <http://otevrioci.cz/>

Obraz [online], [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <https://www.obrancizvirat.cz/>

Vegazín – zdravě a eticky [online], [cit. 2018-03-22]. Dostupné z: <http://vegazin.cz/>

# Přílohy

## Příloha č. 1: *Osnova polostrukturovaného rozhovoru*

### Začátek rozhovoru

- pozdrav, představení se
- vyjádření vděčnosti
- seznámení s projektem, informovaný souhlas

### 1. Veganství jako volba

#### **a) Počátek veganství**

- Jak přibližně dlouho jste vegan?
- Byl jste předtím vegetariánem? Jak dlouho?
- Jaký je teď Váš pohled na vegetariánství?
- Byl ve Vašem případě přechod na veganství postupný nebo ze dne na den?
- Co bylo nejtěžší?(sociální tlak, změna pohybu v prostoru /kde se jí/, komunita, osobní a subjektivní pocity /chuť na něco/)

#### **b) Motivační aspekty přechodu na veganství**

- Jaký vnitřní impuls vedl k Vašemu rozhodnutí stát se veganem?
- Byl někdo nebo něco co Vás ovlivnilo? – přátelé, rodina, media, finanční tíseň. V čem?

### 2. Veganství v každodenním životě

#### **a) Spotřební koš**

- Jak hodnotíte dostupnost veganských potravin?
- Jak Vás veganství ovlivnilo jako spotřebitele?
- Kontrolujete při nákupu potravin jejich složení?
- Vyvarujete se v rámci ekologie, kupříkladu i palmového tuku? Nebo jiné složky potravin či materiálů?

- Je pro Vás zde v Olomouckém kraji snadné vyhledat obchody nebo restaurace s veganským sortimentem?
- Vyhledáváte odbornou literaturu, kuchařky nebo časopisy s veganským námětem?

### **b) Veganství jako životní styl**

- Co pro Vás veganství znamená?
- Jak byste popsal/a veganský životní styl?
- Vedlo veganství k přehodnocení Vašeho žebříčku hodnot?
- Je pro Vás v životě snadné dodržovat všechny zásady veganského životního stylu? V čem je největší problém? Jak jej řešíte?
- Jaké jsou Vaše postoje k současné české kultuře jídla a stravování?
- Vymezujete se nějak vůči komunitě vegetariánů a ne-veganů?
- Co si myslíte, že vás vegany spojuje? Nějaká myšlenka, cíl...
- Je pro Vás důležité, aby okolí vědělo, že jste vegan, nebo si to spíš necháváte pro sebe?
- Jak reaguje okolí, když mu sdělíte, že jste vegan?
- Máte děti? Vychováváte je jako vegany? Pokud ano, setkáváte se s kritikou? Pokud ne, máte takovou výchovu v plánu?

## **3. Veganství a jeho sociální důsledky**

### **a) Možné důsledky**

- Jak Váš životní styl ovlivnil nebo ovlivňuje Vaše rodinné vztahy?
- Má veganství nějaký vliv na Váš partnerský život? Pokud ano, jaký?
- Myslíte si, že Vám veganství přineslo nějaké negativní dopady?
- Zaznamenáváte nějaké změny v chování okolí k Vám po přechodu na veganství?
- Jaké na sobě pozorujete změny za dobu, co jste vegan? – **sociální**, psychické, fyzické?
- Jaké jsou Vaše pocity vůči konvenčně se stravující společnosti?

### **b) Pohledem veganů**

- Přistupujete v některé z oblastí ke kompromisům? – jídlo pro přátele, rodinu, nebo když někdo uvaří neveganské jídlo Vám?

- Jsou nějaké změny, které proběhly či probíhají ve společnosti, které hodnotíte pozitivně?
- Je veganství cíl nebo prostředek k nějakému cíli? Jakému?

#### **4. Angažovanost v celospolečenském dění**

##### **a) Aktivismus**

- Účastníte se akcí propagujících veganství? Nebo je i organizujete?
- Projevujete se nějak v oblastech (ekologie, politika, wellness), které Vám nejsou lhostejné? Pokud ano v jakých, pokud ne – proč?
- Jakým způsobem tento projev realizujete? A proč?
- Účastníte se demonstrací za práva zvířat? Pokud ano – jakých, pokud ne – proč?
- Jaký způsob aktivismu má podle Vašeho mínění smysl?
- Je nějaká aktivita, kterou provozujete Vy osobně?

##### **b) Komunita**

- Máte mezi svými přáteli nějaké vegany?
- Vyhledáváte spíše společnost dalších veganů?
- Snažíte se setkávat s ostatními vegany při nějakých příležitostech? Pokud ano – kde, pokud ne – proč?
- Snažíte se šířit informace týkající se veganství?

#### **5. Identifikační otázky**

- Pohlaví
- Věk
- Nejvyšší dosažené vzdělání
- Obor, profese
- Rodinný stav
- Náboženské vyznání

- Je ještě něco, co v našem rozhovoru nezaznělo, ale považujete to za podstatné?
- Poděkování, rozloučení