

Vers une alimentation végétarienne et biologique pour sauver la Planète

Les transports sont reconnus, pour l'instant, comme étant le premier facteur des émissions de carbone mettant en cause notre survie. Il est évident que dans un avenir proche, le problème de l'alimentation carnée dépassera celui du transport, non seulement pour des raisons d'émissions de carbones, mais aussi pour les problèmes au moins aussi graves de manque d'eau, de surfaces cultivables et d'excès de déjections, sans parler des problèmes éthiques.

L'impact sur les surfaces de terre

La consommation débridée de viande bat tous les records de gaspillage : 40% des céréales cultivés dans le monde sont destinées à l'alimentation du bétail qui absorbe ainsi un tiers des céréales du tiers monde. L'Europe a besoin de 7 fois sa superficie agricole en terres du Tiers monde pour nourrir son bétail. La France consacre 70 % de ses terres pour les animaux de boucherie. Alors que les fruits et légumes devraient constituer la moitié au moins de notre alimentation, 2 % seulement de la surface agricole utile (S.A.U.) leur sont consacrés et, tout aussi grave, 3% de ces 2% sont cultivés en bio!

Un énorme gaspillage

Quand on sait que les protéines d'un seul beefsteak de 200 gr pourraient nourrir 30 personnes, et qu'il faut 100 000 l d'eau pour 1kg de bœuf contre 1 800 l d'eau pour 1 kg de blé, changer son alimentation devient un devoir de conscience et la nourriture est la plus belle illustration que la solidarité commence , et de loin, par la responsabilité individuelle. Les Chinois consomment déjà actuellement deux fois plus de viande que les Américains. Si la Chine continue de se calquer sur le rêve américain, d'ici 2031, ses 1,45 milliard d'habitants prévus consommeront l'équivalent des deux tiers de l'actuelle production mondiale de céréales.

L'impact sur l'énergie

Afin de mesurer concrètement l'impact énergétique de la consommation de viande, l'ingestion d'1 kg de veau correspond au trajet de 220 km en voiture, tandis qu'1 kg de blé ou de pomme de terre se réduit à un seul petit crêneau!

"Le hamburger alimente la destruction de l'Amazonie". Pour sept hectares déforestés, près de six vont à l'élevage contre un à l'agriculture. La valeur des exportations brésiliennes de bœuf a triplé en huit ans et 17,2 millions d'hectares ont été déforestés en dix ans, soit la superficie de l'Uruguay ou deux fois celle du Portugal.

L'impact sur les problèmes écologiques

La forêt tropicale amazonienne joue un rôle crucial dans la séquestration du CO2 par les arbres et empêche ainsi ce gaz de s'échapper dans l'atmosphère et d'aggraver le changement climatique. Elle héberge aussi près du tiers des espèces animales et végétales de la planète, dont le maintien est jugé indispensable à la survie de l'humanité. A l'heure de la mondialisation et de la concurrence effrénée pour produire toujours plus et à des prix toujours plus compétitifs, l'actuel modèle va mener le monde à sa perte.

L'impact sur la santé humaine

Si les animaux de l'agriculture industrielle font l'objet d'études attentives quant aux rations quantitatives ainsi qu'aux équilibres glucides - protéines, oligo-éléments, sels minéraux etc. qui a rencontré un seul médecin proposant de modifier son régime alimentaire pour se soigner ? La nourriture humaine est pourtant le fondement de la santé. La sagesse antique nous le rappelle : « que ton aliment soit ton médicament » (*Hippocrate*) L'agriculture a oublié son objectif : l'alimentation humaine. Les rendements quintaux/ hectares ou hectolitres de lait par tête de bétail sont devenus une fin en soi, le critère de performance. Dans le cadre même du développement durable on n'a jamais autant parlé, tant pour le lait que pour la viande, de "compétitivité territoriale" ! nous sommes loin des connaissances fondamentales et de la classification des aliments par la vitalité des aliments, du " biocidique" qui fait fuir la vie, au " biogénique" qui engendre et qui par conséquent renforce les immunités.

le jardin ! remède aux multinationales

Quand on sait l'extrême complication des circuits mondiaux de production et de distribution de la viande, aux mains de quelques multinationales, il est évident que manger de la viande nous rend complices de l'appropriation de la nourriture humaine par les puissances financières? C'est directement remettre en leurs mains notre santé et notre survie.

Face à ce gaspillage organisé et cette aliénation, quand on sait :

- que près de la moitié d'une alimentation saine, la nôtre, consiste pour plus de moitié, en légumes et fruits biologiques cueillis à maturité et consommés crus (ou lactofermentés ou déshydratés)
- que les graines germées: quinoa, sarrasin, amarante, alfa-alfa, haricot, tournesol, sésame, radis noirs ... sont des facteurs de santé extraordinaire parce qu'ils augmentent nos immunités et notre vitalité,
- que ces aliments biologiques nous procurent en abondance, plaisir du goût et de la vue, fibres, vitamines et oligo-éléments assimilables et surtout vitalité, sans pesticides, sans Kwh électriques liés à la chaîne du froid ni de rayon vert pour les conserver, sans aucun coût externe de dépollution, sans aucun transport puisqu'ils sont cueillis à deux pas, les instants qui précèdent le repas,

on comprend pourquoi le jardin devient une réponse citoyenne, équitable, simple et très efficace, qu'il fait l'objet de toutes nos convictions et de tous nos soins, sans doute l'activité à laquelle nous consacrons le plus le temps, d'autant plus que "le jardin familial est 66 fois plus productif que l'agriculture industrielle" (*The Ecologist* N°7)

Végétarisme et biologie: inséparable

Il est également évident qu'on ne peut pas tendre vers une alimentation végétarienne sans exiger un retour progressif à 100% de biologie, car manger du pain complet non biologique ou des céréales chimiques, c'est absorber directement les poisons contenus dans les téguments ingérés. Les thèses dites scientifiques qui prétendent que la biologie ne nourrirait pas le monde en raison d'une chute de rendement sont battues en brèche par les études suivantes:

"Analysant les informations de 154 saisons de croissance sur diverses cultures, arrosées par la pluie ou irriguées, *Bill Liebhardt, scientifique agricole de l'Université de Californie à Davis*, a découvert que la production atteignait, par rapport à l'agriculture chimique: 94 % pour le maïs biologique, 97 % pour le blé biologique, 94 % pour le soja biologique, 100% pour les tomates ce qui peut résoudre mondialement la plupart des problèmes de la nutrition, la santé, l'agriculture et en partie l'eau, l'énergie et nuisances et coûts des pollutions.

En revanche, on peut prévoir une énorme baisse des rendements de l'agro-chimie lorsque le prix des nitrates sera devenu prohibitif. L'embargo des Etats-Unis et la perte des marchés extérieurs, plongea l'île de Cuba dans une disette où le cubain moyen perdit environ 15 kg. Sans alternative devant leur agriculture hautement mécanisée et consommatrice d'énergie, la production agricole chuta de manière brutale. Les Cubains ont donc commencé, par nécessité, à faire pousser des légumes organiques, à développer des pesticides et fertilisants biologiques de substitution aux produits dérivés du pétrole, et ils ont aussi entrepris de varier leur régime alimentaire. *Cuba consomme désormais 21 fois moins de pesticides qu'avant la Période spéciale Avant, 1995, les cubains ne mangeaient pas beaucoup de légumes. Le régime de base était composé de riz, haricots et viande de porc* » dit Sanchez de la Fondation pour la Nature et la Humanité. « A un certain stade, la nécessité s'est imposée, et maintenant ils sont demandeurs de légumes. Depuis 1995, la viande est rare et les légumes sont en abondance. Le régime des Cubains est devenu sain, pauvre en matières grasses, pratiquement végétarien. Leur mode de vie, ponctué de marches à pied et de parcours à vélo, est aussi plus sain.

Conclusion

Nous, pays occidentaux, serions inspirés d'anticiper l'inéluctable en nous préparant intelligemment et en douceur à une autre conception de l'agriculture, de la nourriture et de la santé. Nos régimes alimentaires fondés sur une forte consommation de viande ne sont pas viables. Manger de telle sorte nous fait porter la lourde responsabilité d'affamer une grande partie de l'humanité. Le tabac n'est pas le seul à tuer.

Voilà pourquoi, faire son jardin et manger autrement est un devoir politique de très haute valeur sinon la plus haute. Ce sujet, directement lié au problème agricole n'est jamais abordé. Oser le dénoncer aujourd'hui est un défi car il suppose un autre aménagement du territoire, une remise en cause fondamentale de la place de l'homme dans son milieu naturel. Plus que le "développement durable" l'enjeu planétaire est celui d'harmoniser l'homme à son environnement, afin que l'âme humaine retrouve son identité et insuffle au monde d'autres modes de vie .

Patrick Baronnet