

STEFANO VICINOADIO

STAY TRUE

AND NEVER GIVE UP ...



meiner Facebook-Seite „Stefano Vicinoadio's Veganes Experiment“, was einen Sturm der Begeisterung auslöste. Hunderte Kommentare und Nachrichten, die mich alle ermutigten, diesen Weg zu gehen, kamen in den nächsten Stunden. So begann ich mit der Planung für meinen veganen Jakobsweg, der am 15. Juni 2015 in Saint-Jean-Pied-de-Port beginnen soll.

Mehr als 800 Kilometer über Stock und Stein, ohne wirkliches Training – hoffentlich wird mein ramponierter, durch jahrelangen Suicide-Lifestyle vorgeschädigter Körper das mitmachen. Ich habe keine Spanisch- und nur wenig Englischkenntnisse, was die Sache nicht unbedingt vereinfachen wird. Aber ich möchte die vegane Idee auf den Jakobsweg tragen und hoffe, dass ich mich auch dort jeden Tag vegan ernähren kann, ohne

irgendwelche Ausnahmen machen zu müssen. Denn das ist der eigentliche Sinn der Sache: Ich möchte Kritikern und Skeptikern zeigen, dass man überall auf der Welt, selbst auf dem Jakobsweg, vegan leben kann.

MEIN WEG ZUM VEGANISMUS

Ich habe allerdings nun schon viel zu weit ausgeholt. Die meisten von euch kennen mich oder meine Geschichte eventuell gar nicht. Deswegen möchte ich ganz vorne anfangen, nämlich bei dem Moment, als ich so krank wurde, dass mir ein Leben im Rollstuhl drohte.

Damals war mein Körper am Ende, insbesondere aufgrund des Punkrock-Suicide-Lifestyles, den ich 20 Jahre lang gepflegt hatte. Hinzu kam massives Übergewicht. In der Fachsprache sagte der Doktor, dass ich Adipositas der Stufe II habe. Das bedeutet, dass es noch eine Adipositas

der Stufe III gibt. Diese Art von Übergewicht wird auch „Krankhafte Fettleibigkeit“ genannt.

Anfang 2013 traten bei mir plötzlich zwei sehr schwere Bandscheibenvorfälle an den Halswirbeln in Höhe des Genicks auf. Die Bandscheiben waren so stark geschädigt, dass sich die Halswirbel gegeneinander verschoben hatten. Infolgedessen wurden das Rückenmark und die Nerven so stark eingedrückt, dass ich Lähmungserscheinungen im linken Arm bekam.

Ich konnte keine Nacht mehr richtig schlafen, da mir der Arm beim Liegen so sehr wehtat, dass es mir die Tränen in die Augen trieb. Zudem schlief mein Arm des Nachts öfters ein, sodass er morgens gruselig und nutzlos wie ein totes Stück Fleisch an mir

herabbaumelte. Ein Gefühl, das ich meinem schlimmsten Feind nicht wünsche.

Anfangs ignorierte ich all diese Warnzeichen allerdings.

Erst als mir bei meiner Arbeit als Fotograf die Kamera mehrfach aus der Hand fiel, bekam ich es mit der Angst zu tun. Zu diesem Zeitpunkt hatte ich mein Fotoatelier in einem Tattoo-Studio in Norderstedt, was thematisch ganz gut passte, denn ich war seit Jahren auf das Fotografieren von tätowierten Models spezialisiert.

Eine der Kundinnen des Tattoo-Studios, die Stefanie K., bekam von meinen Aussetzern Wind. Ohne ihr Eingreifen würde es mich an diesem Schreibtisch sitzend wohl nicht mehr geben. Steffi, ich bin dir unheimlich dankbar dafür.