

<<食物革命>>

图书基本信息

书名：<<食物革命>>

13位ISBN编号：9787531724001

10位ISBN编号：7531724006

出版时间：2011-2

出版时间：北方文艺出版社

作者：约翰·罗宾斯

译者：李尼

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<食物革命>>

内容概要

约翰·罗宾斯，畅销书《新世纪饮食》的作者，是当今全球最大的“美国三一”冰淇淋公司的继承人，但他却放弃了这条千万人梦想“最甜美”的道路，走上了倡导素食生活的道路，成为全球的素食先驱。

作者在本书中披露了肉、蛋、奶、转基因食物等日常饮食的生产真相，以及这些食物对人体健康和环境的影响，发起了21世纪人类生命反思的新话题。

<<食物革命>>

作者简介

约翰·罗宾斯，畅销书《新世纪饮食》、《食物革命》及多本畅销书的作者，是当今全球最大的“美国三一”冰淇淋公司的继承人，但他却放弃了这条千万人梦想的“最甜美”的道路，因为他发现，揭发今日人类饮食制造者背后的真相，呼吁人们吃健康、安全的食物非常迫切和重要。他是许多非营利组织的负责人，这些组织关注环境、健康、世界饥饿、基因工程和所有物种的福利。他是一位极受欢迎的演讲人，是拯救地球国际非营利组织的创办人、环境保护青年组织的主席。

<<食物革命>>

书籍目录

自序：三文鱼儿要回家

代序

前言：什么是食物革命？

第一篇 饮食与康复

第1章 健康的心脏，健康的生活
科学数据还是产业宣传？

治疗心脏病

如何降血压

挣脱罗网

第2章 防治癌症

寻找疗方

专注防治

预防和利润彼此矛盾怎么办

乳腺癌

肺癌

前列腺癌

结肠癌

我们听到的消息

我的朋友迈克

第3章 节食减肥法的误导

减肥计划

第4章 以植物为基础的健康饮食

肉类食品业加入争吵

可信赖的朋友？

以植物为基础的健康饮食

第5章 牛奶与骨质疏松症的谎言

钙质阴谋

牛奶与豆奶

奶制品业感觉到了威胁

出人意料的改变

第6章 肉、蛋是最不安全的食物

食源性疾病

屠宰场的真相

辐照食品——经过放射线处理的食物

E型大肠杆菌——汉堡病

鸡肉中的禽类弯曲杆菌

禽蛋中的沙门氏菌

冰箱内壁上的李斯特杆菌

世界上最安全的肉类供应？

第7章 肉类食品中的抗生素和激素

吃肉、蛋、奶就像长期服用抗生素

<<食物革命>>

肉类中的激素

疯牛病

第二篇 我们的饮食，我们的同类

第8章 生猪养殖户的故事

第9章 养殖的真相

这不是人性最完满的时候

揭开动物养殖的面纱

有没有人提起麦当劳诽谤案？

善待动物组织介入争论

第10章 菜谱里的悲惨世界

肉用犊牛

养鸡场的真相

美丽新鸡

真的是散养鸡吗？

养猪场的真相

名人呼唤理智行为

第11章 良心饮食

喂给动物吃的东西，我们最后也会吃掉

只有妈、爸和几只动物吗？

世界最大肉类包装公司被曝光

保护动物与虐待动物之

间的较量

欧洲带给我们的希望

那又怎么样？

一封来信

旅途

第三篇 我们的食物，我们的世界

第12章 为健康环境作出选择

星球上的引领员？

水都流到哪里去了？

消失的蓄水层

母牛、生猪和鸡

我们的饮水

放牧对环境的破坏

第13章 拯救地球就是拯救我们自己

拿热带雨林交换芝士汉堡

全球变暖正在威胁人类

肉类生产业应该为温室气体的增加负责

拯救物种，一次一小口

曾有这样一颗行星

觉醒起来，拯救美丽的地球

<<食物革命>>

第14章 扼制饥荒

富有的人在吃肉，贫穷的人在挨饿

喂牛而不是喂人

过度捕捞的海洋渔业

鱼类养殖能解决问题吗？

愿天下人人食能果腹

第四篇 转基因食物

第15章 转基因食物的谎言

远大理想

生物科技产业

谋取利润

世界范围的饥饿问题

自杀之种

这些风险是否被夸大了？

没有保险公司愿意承保的一个行业

第16章 食品的末日战场

基因轮盘赌

左旋色氨酸的故事

从用过药的母牛身上挤出的牛奶

食用转基因食品对健康有影响吗？

食品管理机构值得信赖吗？

如实标记

第17章 转基因带来的潜在灾难

意料之外的基因传递

怪物食品

每个细胞都含有杀虫剂

在杂货店和餐馆里

植物类食物

动物类食品

第18章 有机种植潮流

正确认识有机肥料

农业种植潮流的改变

第19章 结语：我们的食物，我们的未来

此时此刻的地球

致谢

<<食物革命>>

章节摘录

版权页：插图：结果引发了英国司法史上旷日持久的一场官司。

麦当劳进行了艰苦卓绝的诉讼，一共花费了1600万美元的诉讼费。

1997年，英国伦敦最高法院的首席大法官罗杰·贝尔公布了详细的调查结果，说已经有证据证明，成为麦当劳产品的那些动物的确受到了残忍虐待，麦当劳必须对这种残忍虐待承担责任并接受“谴责”

。贝尔法官还指责了其他许多种工厂化养殖行为，比如将怀有猪崽或正在哺乳期的母猪关在狭小的猪栏里长达数月，使母猪在里面无法转身。

该法官说：“猪是有灵性的动物，也是喜欢交往的动物，我毫不怀疑，将生猪长期关在枯燥的母猪栏里是一种残忍行为。

”现在，在英国和瑞典，这种行为已经是非法的，欧洲议会也敦促欧盟的所有国家都禁止这种行为。

但是在美国，这种做法仍然司空见惯。

美国90%的生猪都是封闭饲养的，它们的行动和心理需求受到完全的限制，它们在如此恶劣的环境中，只有靠大量药物、激素、抗生素才能存活下来。

麦当劳和肉类、奶制品及禽蛋业的其他公司一再强调，他们之所以那么做，是为了把食物的价格降下来。

他们说，假如按照动物保护倡导者所说的去进行一些改善，‘会大幅增加成本。

但是：贝尔法官说，许多残忍的养殖方式都可以轻易地改善而不必付出极高成本。

他说：“并没有证据显示成本会有大幅提高。

”今天，贝尔首席大法官认为极其残忍的一些做法还在美国继续着，有些做法简直令人发指。

<<食物革命>>

媒体关注与评论

这是一本灵光闪现、启迪心智、震撼人心、促人改弦更张、舒展身心的佳作。
他是我认识的头脑最清醒的人士之一。

《食物革命》能改变我们的生活，还有我们关爱的那些人的生活。
它写得有思想深度，具备穿透力，而且研究深入仔细，它让我们笑，让我们哭，并让我们所爱的人感同身受。

——玛丽安娜·威廉森，《重返真爱》作者约翰·罗宾斯主张，人要恢复与食物、地球和健康之间的最佳关系。

在这个方面，他是全世界领先的倡导者。

建议大家读一读《食物革命》，并付诸实践。

——保罗·霍肯，《天然资本主义》作者《食物革命》关注我们的健康，关注这个星球的健全，它极可能成为有史以来最重要的一本书。

——尼尔·沃尔什，《与上帝的谈话》作者

<<食物革命>>

编辑推荐

《食物革命》作者是全球素食先驱。

继畅销书《新世纪饮食》后作者又推出畅销全球的巅峰之作！

本书提倡的饮食之道能够拯救我们和我们的地球！

他倡导的素食理念被誉为本世纪人类最重要的成就之一。

作者出身豪门，是全球最大的冰淇淋公司“美国三一”冰淇淋创办人的独子，却毅然放弃继承家族的庞大财富和殊荣，成为一名素食生活倡导者。

<<食物革命>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>