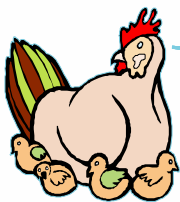




# Alternativ Livsstil



Vi Ber  
for Dig

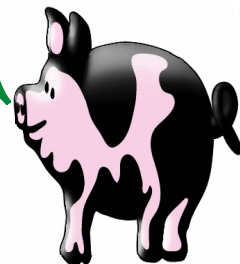


Læg Dit Liv om  
**Åbn Dit Hjerte**  
Læg Din Kost om



**Ikke flere slagtinger**  
Bliv rask og kærlig

Spar Vores Liv!  
Vi Elsker Dig



Eksempler på næringsrig mad, som sparer liv:

Madvarer	Protein Koncentration (Vægtprocent)
Tofu (fra soja)	16 %
Gluten (fra hvedemel)	70 %
Majs	13 %
Ris	8.6 %
Sojabønner, kidneybønner, kikærter, linser, osv.	10 - 35 %
Mandler, val-, cashew-, hassel-, pinjenødder, osv.	14 - 30 %
Græskarfrø, sesamfrø, solsikkefrø, osv.	18 - 24 %

- Koncentrerede multi-vitaminpiller/kapsler er også en god kilde til vitaminer, mineraler og antioxidanter.
- Frugter og grøntsager er fulde af vitaminer, mineraler og antioxidanter og indeholder høj kvalitetsfibre, som sikrer et godt helbred og et langt liv.
- Anbefalet dagligt tilskud: 50 gram protein (gennemsnits voksen person).
- Calcium optaget lettere fra grøntsager end fra komælk.

- For at mindske den virkelige trussel om en global fugleinfluenza-epidemi,
- For at undgå faren med kogalskab (BSE), og grisesygen (PMWS), osv.
- For at stoppe den fortsatte, grusomme ofring af milliarder af vores kære husdyr, havdyr og fjerprydede venner, som finder sted dagligt.

Så er det klogt at lægge om til vegetarisk kost.

Det er Sundhed  
Det er Økonomi  
Det er Økologi  
Det er Medfølelse  
Det er Fred  
Det er Ædelt



Langt  
Liv til Dig!

Tak for Din  
Medfølelse



For mere information, se nedenstående hjemmesider:

<http://AL.Godsdirectcontact.org.tw/> eller e-mail til [AL@Godsdirectcontact.org](mailto:AL@Godsdirectcontact.org)  
<http://www.vegsoc.org/> <http://www.vrg.org/> <http://www.vegsourc.com/>  
[http://www.altomkost.dk/madtildig/Goderaad/Vegetar/Vegetarmad\\_og\\_ernaering/forside.htm](http://www.altomkost.dk/madtildig/Goderaad/Vegetar/Vegetarmad_og_ernaering/forside.htm)

**Supreme Master Television sender bare positive programmer;  
Bringer en ny dimension ind i dit liv.**

Tilgængelig verden over som 24-timers direkte Internet TV på:  
<http://suprememastertv.com/webtv/>



## Vegetar og Vegan Eliten i Verden :



### Filosofier, Åndelige Ledere

**Dalai Lama - Hans Hellighed den 14.** (tibetansk åndelig leder), **Paramahansa Yogananda** (indisk åndelig leder), **Sokrates** (græsk filosof), **Jesus Kristus og tidlige kristne**, **Kongfutze** (kinesisk filosof), **Shakyamuni Buddha**, **Laotze** (kinesisk filosof), **Frants af Assisi** (italiensk kristen helgen), **Thich Nhat Hanh** (vietnamesisk buddhist munk/forfatter), **Yogi Maharishi Mahesh** (indisk forfatter, leder af Transcendental Meditation), **Leo Nikolayevich Tolstoy** (russisk filosof), **Pythagoras** (græsk matematiker/filosof), **Zoroaster** (iraner – grundlægger af zoroastrianisme), **Muhammad Al-Ghazali** (iransk islamitisk lærd og sufi helgen), **Muhammad Rahaam Bawa Muhaiyadeen** (islamitisk forfatter og sufi helgen fra Sri Lanka), **Bulleh Shah** (muslimsk sufi helgen) osv.

### Forfattere, Kunstnere & Malere

**Leonardo Da Vinci** (italiensk maler), **Ralph Waldo Emerson** (US essayist, og digter), **George Bernard Shaw** (irsk forfatter), **John Robbins** (US forfatter), **Mark Twain** (US forfatter), **Albert Schweitzer** (tysk filosof, læge, musiker), **Plutarch** (græsk forfatter), **Voltaire** (fransk forfatter), **Sadeqh Hedayat** (iransk romanforfatter), osv.

### Videnskabsmænd, Opfindere og Ingeniører

**Charles Darwin** (britisk naturforsker), **Albert Einstein** (tysk videnskabsmand), **Thomas Edison** (US videnskabsmand/opfinder), **Sir Isaac Newton** (britisk videnskabsmand), **Nikola Tesla** (serbisk-amerikansk videnskabsmand/opfinder), **Henry Ford** (US grundlægger af Ford Motors), osv.

### Politikere, Statspersoner og Aktivister

**Susan B. Anthony** (US leder af bevægelsen for kvinders stemmeret), **Mahatma Gandhi** (indisk borgerretsleder), **Coretta Scott King** (amerikansk borgerretsaktivist og leder, gift med Dr. Martin Luther King Jr.), **Præsident Janez Drnovsek** (Slovenien), **Dr. A. P. J. Abdul Kalam** (Indiens præsident), **Dr. Manmohan Singh** (Indiens premierminister), **Dennis J. Kucinich** (US kongresmedlem), osv.

### Skuespillere, Filmstjerner og TV-stjerner

**Pamela Anderson** (US skuespiller), **Ashley Judd** (US skuespiller), **Brigitte Bardot** (fransk skuespiller), **John Cleese** (britisk skuespiller), **David Duchovny** (US skuespiller), **Danny Devito** (US skuespiller), **Cameron Diaz** (US skuespiller), **Richard Gere** (US skuespiller), **Daryl Hannah** (US skuespiller), **Dustin Hoffman** (US skuespiller), **Katie Holmes** (US skuespiller), **Steve Martin** (US skuespiller), **Demi Moore** (US skuespiller), **Ian McKellen** (britisk skuespiller), **Tobey Maguire** (US skuespiller), **Paul Newman** (US skuespiller), **Brad Pitt** (US skuespiller), **Gwyneth Paltrow** (US skuespiller), **Joaquin Phoenix** (US skuespiller), **Steven Seagal** (US skuespiller), **Brooke Shields** (US mannequin/ skuespiller), **Jerry Seinfeld** (US skuespiller), **Naomi Watts** (US skuespiller), **Kate Winslet** (britisk skuespiller), osv.

### Popstjerner & Musikere

**Joan Baez** (US folk singer), **Bob Dylan** (US musiker), **George Harrison** (britisk musiker, medlem af Beatles), **Michael Jackson** (US popstjerne), **Paul McCartney** (britisk musiker, medlem af Beatles), **Morrissey** (britisk sanger), **Olivia Newton John** (britisk-australsk sanger), **Sinead O'Connor** (irsk sanger), **Pink** (US sanger), **Prince** (US popstjerne), **Ringo Starr** (britisk musiker, medlem af Beatles), **Justin Timberlake** (US popsanger), **Tina Turner** (US popstjerne), **Shania Twain** (canadisk sanger), **Vanessa Williams** (US popsanger), osv.

### Sports Personligheder

**Billie Jean King** (US tennis mester), **Bill Walton** (US basketballspiller), **Carl Lewis** (US ni-gange olympisk guldmedaljør i atletik), **Edwin C. Moses** (US to-gange olympisk guldmedaljør i atletik), **Elena Walendzik** (tysk mesterbokser), **Alexander Dargatz** (tysk atlet, bodybuilding mester, læge), osv.

### Mannequiner

**Christie Brinkley** (US supermannequin), **Christy Turlington** (US supermannequin), osv.

Og listen fortsætter på ...<http://AL.Godsdirectcontact.org.tw/vg-vip>