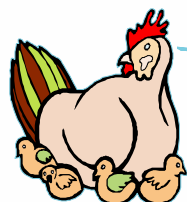




Alternatív életmód



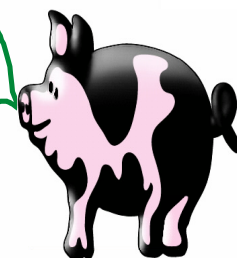
Imádkozunk
érted

Változtass az életeden
Változtass a szíveden
Változtass az étrendeden



Ne legyen több gyilkolás
Légy egészséges és szeretetteljes

Mentsd meg
az életünket!
Szeretünk téged



Példák a tápláló, életmentő élelmiszerekre:

Élelmiszerek	Fehérjetartalom, (súly%):
Tofu (szójából)	16 %
Glutén (lisztből)	70 %
Kukorica	13 %
Rizs	8.6 %
Szójabab, szárazbab, csicseriborsó, lencse, stb.	10 - 35 %
Mandula, dió, kesudió, mogyoró, fenyőmag, stb.	14 - 30 %
Tökmag, szezám, napraforgómag, stb.	18 - 24 %

- A koncentrált multivitamin tabletták/kapszulák is jó forrásai a vitaminoknak, ásványi anyagoknak és antioxidánsoknak.
- A gyümölcsök és zöldségek tele vannak vitaminnal, a jó egészség megőrzéséhez és a hosszú élethez fontos ásványi anyagokkal, antioxidánsokkal, és jó minőségű rostokkal.
- A javasolt napi adag: 50gramm fehérje (átlagos felnőtt esetén)
- A növényekből származó kalcium jobban felvehető, mint a tehéntejből származó

- **Azért, hogy csökkentsük a világméretű madárinfluenza járvány valós fenyegetését,**
- **Hogy elkerüljük a kergemarhakór (BSE), a sertéskór (PMWS), stb. veszélyét;**
- **Hogy véget vessünk a kedves háziállatainkat, a tengeri élővilágot, és szárnyas barátaink milliárdjait naponta érintő folyamatos, rémisztő áldozatnak,**

Bölcs dolog végleg áttérni a vegetáriánus étrendre.

Ez egészség
Ez gazdaság
Ez ökológia
Ez könyörület
Ez béke
Ez nemes



Az életed
hosszú
legyen!

Köszönöm a
könyörületedet



További információért légy szíves tekintsd meg az alábbi honlapokat:

<http://AL.Godsdirectcontact.org.tw/> vagy küldj e-mailt: budapestcenter@gmail.com
www.vegetarianus.hu www.kozvetlenkapcsolatistennel.hu/veggie10ok.html www.veg.hu
www.sohagabor.hu/vegetarianus www.vrg.org www.vegsoc.org www.vegsources.com

A csak pozitív műsorokat sugárzó Supreme Master Television új dimenziót fog hozni az életedbe. Világszerte 24 órán át fogható élő TV-adás az Interneten:

<http://suprememastertv.com/webtv/>

A világ vegetáriánus és vegan elitje:

Filozófusok, spirituális vezetők

Váradai Tibor (magyar, a Napfényes Élet Alapítvány alapítója), **Edmond Bordeaux Székely** (magyar származású történész, filozófus), **Őszentsége a XIV. Dalai Láma** (tibeti spirituális vezető), **Paramahansa Yogananda** (indiai spirituális tanár), **Szokratész** (görög filozófus), **Jézus Krisztus & korai keresztények**, **Konfuciusz** (kínai filozófus), **Shakyamuni Buddha**, **Lao-ce** (kínai filozófus), **Assisi Szent Ferenc** (olasz keresztény szent), **Thich Nhat Hanh** (vietnami buddhista szerzetes/író), **Maharishi Mahesh jógi** (indiai író, filozófus, a Transzcendentális Meditáció vezetője), **Lev Nyikolajevics Tolsztoj** (orosz filozófus/író), **Pithagorasz** (görög matematikus/filozófus), **Zoroaszter** (iráni – a Zoroaszter vallás alapítója), **Muhammad Al-Ghazali** (iráni iszlám tudós és szufi szent), **Muhammad Rahiim Bawa Muhaiyadeen** (Sri Lanka-i iszlám író és szufi szent), **Bulleh Shah** (mohamedán szufi szent), stb.

Írók, művészek & festők

Leonardo Da Vinci (olasz festő), **Ralph Waldo Emerson** (USA esszé író és költő), **George Bernard Shaw** (ír író), **John Robbins** (USA író), **Mark Twain** (USA író), **Albert Schweitzer** (német filozófus, orvos, zenész), **Plutarkosz** (görög író), **Voltaire** (francia író), **Sadegh Hedayat** (iráni regényíró), stb.

Tudósok, feltalálók & mérnökök

Szentgyörgyi Albert (magyar származású Nobel-díjas), **Charles Darwin** (angol természettudós), **Albert Einstein** (német tudós), **Thomas Edison** (USA tudós/feltaláló), **Sir Isaac Newton** (angol tudós), **Nikola Tesla** (szerb/amerikai tudós/feltaláló), **Henry Ford** (USA, a Ford Motors alapítója), stb.

Politikusok, államférfiak & aktivisták

Susan B. Anthony (USA, a női választójogi mozgalom vezetője), **Mahatma Gandhi** (indiai polgárjogi vezető), **Coretta Scott King** (USA polgárjogi aktivista és vezető, Dr. Martin Luther King felesége), **Janez Drnovsek** (Szlovénia elnöke), **Dr. A. P. J. Abdul Kalam** (India elnöke), **Dr. Manmohan Singh** (India miniszterelnöke), **Dennis J. Kucinich** (USA képviselő), stb.

Színészek, film & TV csillagok

Vitray Tamás (magyar TV riporter), **Eszenyi Enikő** (magyar színésznő), **Pamela Anderson** (USA színésznő), **Ashley Judd** (USA színésznő), **Brigitte Bardot** (francia színésznő), **John Cleese** (angol színész), **David Duchovny** (USA színész), **Danny DeVito** (USA színész), **Cameron Diaz** (USA színésznő), **Richard Gere** (USA színész), **Daryl Hannah** (USA színésznő), **Dustin Hoffman** (USA színész), **Katie Holmes** (USA színésznő), **Steve Martin** (USA színész), **Demi Moore** (USA színésznő), **Ian McKellen** (angol színész), **Tobey Maguire** (USA színész), **Paul Newman** (USA színész), **Brad Pitt** (USA színész), **Gwyneth Paltrow** (USA színésznő), **Joaquin Phoenix** (USA színész), **Steven Seagal** (USA színész), **Brooke Shields** (USA modell/színésznő), **Jerry Seinfeld** (USA színész), **Naomi Watts** (USA színésznő), **Kate Winslet** (angol színésznő), stb.

Popsztárok, zenészek & előadóművészek

Laár András (magyar énekes és humorista), **Dolák-Saly Róbert** (magyar író, énekes és humorista), **Révész Sándor** (magyar rock énekes), **Katona Klári** (magyar pop énekesnő), **Illényi Katica** (magyar hegedűművész), **Pitti Katalin** (magyar operaénekesnő), **Laki Dóra & Szőnyi Levente** (magyar, többszörös világbajnok salsatáncos pár), **George Harrison** (angol zenész, a Beatles tagja), **Paul McCartney** (angol zenész, a Beatles tagja), **Ringo Starr** (angol zenész, a Beatles tagja), **Joan Baez** (USA folkénekesnő), **Bob Dylan** (USA zenész), **Michael Jackson** (USA popsztár), **Morrissey** (angol énekes), **Olivia Newton John** (angol-ausztrál énekesnő), **Sinead O'Connor** (ír énekes), **Pink** (USA énekesnő), **Prince** (USA popsztár), **Justin Timberlake** (USA pop énekes), **Tina Turner** (USA popsztár), **Shania Twain** (kanadai énekesnő), **Vanessa Williams** (USA pop énekesnő), stb.

Sportolók

Kőbán Rita (magyar, kétszeres olimpiai és hatszoros világbajnok kajakozó), **Sipos István** (magyar ultramaratoni futó, világcúcstartó), **Billie Jean King** (USA teniszező), **Bill Walton** (USA kosárlabdázó), **Carl Lewis** (USA kilencszeres olimpiai bajnok atléta), **Edwin C. Moses** (USA kétszeres olimpiai bajnok atléta), **Elena Walendzik** (német ökölvívó), **Alexander Dargatz** (német atléta, testépítő, orvos), stb.

Modellek

Bódi Sylvi (magyar fotómodell), **Christie Brinkley** (USA supermodell), **Christy Turlington** (USA supermodell), stb.

És a lista folytatódik... <http://AL.Godsdirectcontact.org.tw/vg-vip> <http://hiresvegi.uw.hu/>