

زندگی به نوعی دیگر



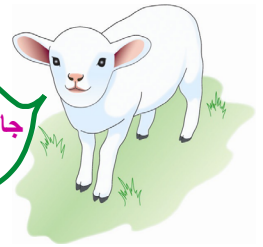
زندگی خود را تغییر دهید

احساس قلبی خود را تغییر دهید
رژیم غذایی خود را عوض کنید

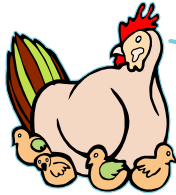


به کشتارها خاتمه دهید
سالم باشید و عشق بورزید

جان ما را نجات دهید!
دوستان داریم



برایتان
دعا میکنیم



چند نمونه مواد غذایی مقوی که تهیه آنها ملزم به کشتن حیوانات نیست:

درصد پروتئین (بر حسب وزن)	مواد غذایی
۱۶%	توفو (از لوبیا سویا)
۷۰%	گلوتن (از آرد)
۱۳%	ذرت
۸/۶%	برنج
۱۰ - ۳۵%	لوبیای سویا، لوبیا چیتی، نخودفرنگی، عدس و غیره
۱۴ - ۳۰%	بادام، گردو، بادام هندی، فندق و غیره
۱۸ - ۲۴%	تخمه کدو، دانه کنجد، تخمه آفتابگردان و غیره

- میوه ها و سبزیجات سرشار از ویتامین، مواد معدنی و آنتی اکسیدان ها هستند و همچنین حاوی فیبر (الیاف) مرغوبی هستند که برای حفظ سلامتی و عمر طولانی مفید میباشد.
- قرص ها و کپسول های مولتی ویتامین هم منبع خوبی برای ویتامین های لازم، مواد معدنی و آنتی اکسیدان ها هستند.

- به منظور کاهش خطر جدی اپیدمی آنفلونزای مرغی در تمامی دنیا،
- برای جلوگیری از خطر بیماریهایی چون جنون گاوی (BSE) و بیماری خوک (PMWS) و غیره.
- به منظور توقف قربانی وحشتناک و مداوم بیلیون ها حیوان اهلی عزیز مان، موجودات دریایی و دوستان پرند مان،

عاقلانه است که برای همیشه رژیم غذایی گیاهی را انتخاب کنیم:

رژیمی است سالم،
باصرفه،
مفید برای حفظ اکولوژی،
همراه با دلسوزی و مهربانی،
آزادمنش و شریف،
صلح آمیز.



عمرتان
طولانی باد!

متشکرم.



برای کسب اطلاعات بیشتر، لطفا به وب سایت های زیر مراجعه فرمایید:

<http://AL.Godsdirectcontact.org.tw/>

<http://www.vegsoc.org/> <http://www.vrg.org/> <http://www.vegsoc.com/>



نخبگان گیاهخوار دنیا:



فیلسوفان، رهبران عرفانی

دالایی لاما (چهاردهم) (رهبر عرفان و برنده جایزه صلح نوبل ۱۹۸۹، تبتی)، یوگاتاندا (استاد عرفان هندی)، سقراط (فیلسوف یونانی)، کنفوسیوس (فیلسوف چینی)، شکایامونی بودا، لانوتسه (فیلسوف چینی)، فرانسیس مقدس (قدیس مسیحی ایتالیایی)، تیک نات هان (راهب بودایی و نویسنده ویتنامی)، لنو تولستوی (فیلسوف و نویسنده روسی)، یوگی ماهاریشی (ماهش نویسنده، فیلسوف و رهبر مراقبه TM)، فیثاغورث (ریاضیدان و فیلسوف یونانی)، دیوجانس (کیهان شناس و فیلسوف یونانی)، افلاطون (فیلسوف یونانی)، شوپن هاور (فیلسوف آلمانی) ...

نویسندگان، هنرمندان و نقاشها

لئوناردو داوینچی (دانشمند، مخترع و نقاش ایتالیایی)، رالف والدو امرسون (مقاله نویس و شاعر آمریکایی)، جرج برنارد شو (نویسنده، برنده جایزه نوبل ادبیات ۱۹۲۵، ایرلندی)، جان رابینز (نویسنده آمریکایی)، آلبرت شوایتزر (فیلسوف، دکتر و موسیقیدان، برنده جایزه نوبل صلح ۱۹۵۲، آلمانی)، پلوتارک (نویسنده یونانی)، ولتر (نویسنده فرانسوی)، شارلوت برونته (رمان نویس انگلیسی)، هانس کریستین آندرسن (شاعر و نویسنده دانمارکی)، فرانس کافکا (نویسنده اتریشی)، مارک تواین (نویسنده آمریکایی)، استیو مارتین (نویسنده و بازیگر آمریکایی)، ژان ژاک روسو (نویسنده و فیلسوف فرانسوی) ...

دانشمندان، مخترعین و مهندسان

چارلز داروین (طبیعت شناس انگلیسی)، آلبرت اینشتین (دانشمند و برنده جایزه نوبل فیزیک ۱۹۲۱، آلمانی)، توماس ادیسون (دانشمند و مخترع آمریکایی)، اسحاق نیوتن (دانشمند انگلیسی)، نیکولا تسلا (دانشمند و مخترع کروواسی)، هنری فورد (بنیانگذار شرکت فورد، آمریکایی)، جورج والد (برنده جایزه نوبل پزشکی ۱۹۶۷، آمریکایی)، لینوس پاولینگ (برنده جایزه نوبل شیمی ۱۹۵۴ و صلح ۱۹۶۲، آمریکایی)، سر رمان (فیزیکدان و برنده جایزه نوبل فیزیک ۱۹۳۰، هندی)، سوپراهماتیام (دانشمند آستروفیزیک و برنده جایزه نوبل فیزیک ۱۹۸۳، آمریکایی-هندی الاصل)، استیو جابز (بنیانگذار و رئیس کل شرکت کامپیوتر اپل، آمریکایی)، ناتانیل پورنشتاین (مخترع زبان ایمیل MIME، آمریکایی)، آلبرت سننگورگی (فیزیولوژیست و کاشف ویتامین ث، برنده جایزه نوبل پزشکی ۱۹۳۷، مجارستان)، ادوارد ویتن (دانشمند فیزیک و نظریه ریسمانها، آمریکایی) ...

سیاستمداران و رهبران

سوزان ب. آنتونی (رهبر جنبش حقوق زنان آمریکا)، ماهاتما گاندی (رهبر حقوق بشر هندی)، مارتین لوتر کینگ و همسر (رهبر حقوق بشر آمریکایی)، کلارا بارتن (بنیانگذار صلیب سرخ، آمریکایی)، جازز درنووسک (رئیس جمهور اسلواکی)، دکتر ا.پ.ج. عبدال کالیم (رئیس جمهور هند)، دکتر مان موهان سینگ (نخست وزیر هند)، پترا کلی (بنیانگذار جبهه سبز در آلمان)، دنیس ج. کوچینیک (نماینده کنگره آمریکا)، آونگ سان سو کی (آزادیخواه ضد خشونت، برنده جایزه نوبل صلح ۱۹۹۱، برمه)، لیدی دایانا (پرنسس ولز، انگلیسی) ...

شخصیتهای ورزشی

هانک آرون (قهرمان بسکتبال آمریکایی)، بیلی جین کینگ (قهرمان تنیس آمریکایی)، مارتینا ناوراتیلووا (قهرمان تنیس چکسلواکی)، ریتا کویان (۶ بار قهرمان جهانی کاپاک رانی، ۲ مدال المپیک، مجارستان)، مونیکا واین ستل (قهرمان دنیا در دوچرخه سواری، اتریشی)، ایستفان سیپیس (برنده رکورد ماراتن و دوی استقامت، مجارستان)، کارل لونیس (صاحب ۹ مدال طلای المپیک دو میدانی، آمریکایی)، ادوین س. مژز (صاحب ۲ مدال طلای المپیک دو میدانی، آمریکایی)، النا واندزیک (قهرمان بوکس آلمانی)، الکساندرا دارگاتز (ورزشکار آلمانی، قهرمان بدن سازی، پزشک)، سیلکن لامن (قهرمان قایقرانی، کانادایی)، النا واندزیسک (قهرمان ورزش بوکس سبک وزن، آلمانی) ...

- رژیم غذایی گیاهی تاثیر عمیقی بر ذات و طبیعت ما دارد. اگر تمام دنیا گیاهخوار شود، سرنوشته بشریت میتواند تغییر کند. «آلبرت اینشتین»
- من فکر میکنم پیشرفت معنوی، در یک مقطعی اجاب میکند که ما از کشتن حیوانات برای نیازهای جسمانی مان صرف نظر کنیم. «ماهاتما گاندی»
- من گیاهخوار و مخالف مشروبات الکلی هستم، زیرا به این صورت بهترین استفاده ممکن را از مغزم می کنم. «توماس ادیسون»

اسامی بسیاری از افراد گیاهخوار سرشناس دیگر را میتوانید در این سایت مشاهده نمایید:

<http://AL.Godsdirectcontact.org.tw/vg-vip>