



کانون انسان پاک، زمین پاک

www.phce.org

گرمایش جهانی

و بحران های زیست محیطی

گیاهخواری ارگانیک، مؤثرترین و سریع ترین راه حل پایان بحران ها

گرمایش جهانی

و بحران های زیست محیطی

گیاهخواری ارگانیک، مؤثرترین و سریع ترین راه حل پایان بحران ها

هدف از نشر این راهنما، آگاهی دادن است و برای آن، قسمتی از داشته جنگلی جهان (ریه های زمین) گرفته شده است، لطفا به احترام زمین مادریمان آنرا به دیگران بدهید و دور نیندازید.

گرمایش جهانی و بحران آب و هوایی، دو مسأله مهم هستند که در چند سال اخیر توجه جهانی را به خود جلب کرده اند. متأسفانه، با وجود فوریت این بحران، رسانه ها بقدر کافی به این بحران نپرداخته اند. این یکی از دلایل نوشتن این راهنماست تا خوانندگان را از گرمایش جهانی، خطراتش و کارهایی که ما می توانیم انجام دهیم تا از پیامدهای وخیم آن اجتناب کنیم، آگاه گرداند.

پیامدهای کنونی گرمایش جهانی :

● آب شدن سریع یخ ها در قطب شمال و جنوب (بر طبق نظر دکتر "اچ. جی. زوالی"، دانشمند اقلیمی از سازمان هوانوردی و فضایی ملی (ناسا): **تا پایان تابستان 2012** تقریباً تمام یخ های قطبی در اقیانوس قطب شمال محو خواهند شد!)



● ذوب یخچال ها، منبع آب شیرین دنیا و در نتیجه نابودی رودخانه ها و دریاچه هایی که از این یخچال ها تغذیه می شوند. (تا کنون ده ها هزار رودخانه و دریاچه در سراسر دنیا خشک شده اند یا در خطر هستند).

● افزایش سطح آبها تا 70 متر- وقوع سیل ها - به زیر آب رفتن بسیاری از جزایر و کشورها (تا کنون **بیش از 18 جزیره** بطور کامل به زیر آب رفته اند)

● تغییرات آب و هوایی شدید و افزایش پناهندگان اقلیمی (هر ساله میلیون ها نفر آواره می شوند)

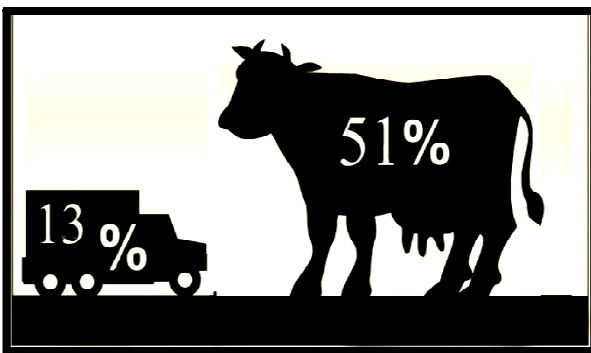
❖ ایجاد نواحی مرده اقیانوسی (مناطق کم یا فاقد اکسیژن؛ **بیش از 400 ناحیه مرده** در سال 2009)

❖ آزاد شدن هیدرات متان از لایه منجمد دائمی اعماق زمین در کف اقیانوس ها و قطبین (در قطب جنوب به تنهایی، **400 میلیارد تن متان منجمد** وجود دارد، اگر اجازه دهیم این گاز متان آزاد شود، ممکن است دنیا به پایان برسد)

❖ ناپدید شدن حیات وحش (هر روزه تا ۲۷۰ گونه گیاهی و جانوری از بین میروند)

در سال 2006، گزارشی با عنوان سایه بلند احشام، توسط سازمان خواربار و کشاورزی ملل متحد (فائو) تخمین زد که پرورش دامها (گاو، بوفالو، گوسفند، بز، خوک و ماکیان) جهت مصرف بشر، عامل ایجاد 18 درصد از آلاینده های گازهای گلخانه ای است. این مقدار، بیش از مجموع آلاینده های حاصل از همه انواع روشهای حمل و نقل است که **تنها 13 درصد** می باشد و بسادگی در مقابله با گرمایش جهانی، لزوم توجه بسیار بیشتری را بر امر دامپروری موجب شد.

اما گزارش جدید، با عنوان "دام و تغییر آب و هوا"، از گزارش فائو استفاده نموده و نشان می دهد که تولید گوشت، همه ساله باعث ایجاد **بیش از 51 درصد** از آلاینده های گازهای گلخانه ای در سراسر دنیاست.



بنابراین تولید کننده اصلی گازهای گلخانه ای، تمام انواع خودروها و هواپیماها نیستند بلکه منبع اصلی آن خوردن گوشت است. شاید تصورش برایتان سخت باشد که چطور دام می تواند چنین اثر عظیمی بر تغییرات آب و هوایی داشته باشد!!!

جواب آن در پرورش تعداد انبوه این حیوانات نهفته است: انسانها روزانه بیش از **380 میلیون** و سالانه متجاوز از **140 میلیارد حیوان** مصرف می کنند که به مقادیر عظیمی از آب، غذا و زمین نیازمند است و اقیانوسهایمان را با آفت کشها، کودهای شیمیایی و مدفوعها آلوده می کند.



مهم ترین گازهای گلخانه ای؛ دی اکسید کربن، متان و اکسید نیتروژن هستند:

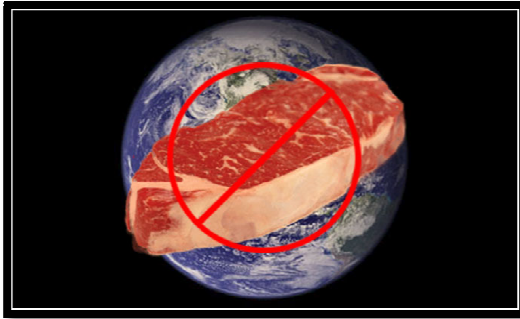
- **Co2** از سوختن سوخت های فسیلی و از آتش سوزی جنگل ها و قطع درختان حاصل میگردد.
- اکسید نیتروژن از کودهای شیمیایی و مدفوع دام ها تولید می شود.
- گاز متان در حین عمل هضم دام ها و از مدفوع هایی که این دام ها دفع می کنند بر میخیزد.

صنعت دامپروری بزرگترین منبع حاصل از فعالیت های انسان در زمینه تولید متان و اکسید نیتروژن است، آنها گازهای گلخانه ای هستند که به ترتیب **۷۲ و ۳۰۰ برابر** قوی تر از دی اکسید کربن می باشند. با اینکه متان اثر گرمایشی بسیار قوی تری نسبت به دی اکسید کربن دارد، اما خیلی سریعتر و در **عرض ۱۲ سال** ناپدید می شود، در حالیکه دی اکسید کربن تا هزاران سال در جو باقی می ماند. بنابراین حتی اگر آلاینده های دی اکسید کربن را امروز متوقف کنیم، زمین همچنان به مدت چندین دهه به گرم شدن ادامه می دهد. در نتیجه، **حذف تولیدات دامی** به خنک شدن سریع سیاره می انجامد که اینک با توجه به وضعیت بحرانی سیاره و برای جلوگیری از رسیدن به نقطه غیر قابل بازگشت به شدت مورد نیاز است .



- هر ساله بیش از **100 میلیون تن متان** توسط بخش دامداری تولید می شود !

■ مدفوع دام دارای اکسید نیتروژن است، که 300 برابر قوی تر از دی اکسید کربن می باشد. یک پرسش در اینجا مطرح می شود: چقدر مدفوع دام وجود دارد؟ در ایالات متحده به تنهایی، احشام در هر ثانیه



بیش از **39.5 تن** مدفوع تولید می کنند! این مقدار در سطح جهانی سرسام آور است. بیشتر این مدفوع ها را نمی توان به کود یا محصولات مفید دیگر تبدیل کرد و از این رو کاری که بسیاری از دامداران انجام می دهند، ریختن آنها در رودخانه ها یا مکان دیگر است که خاک و منابع آب مان را آلوده می سازد.

■ **ضایعات دامداری صنعتی:** نهرها، رودخانه ها و دریاچه ها را آلوده می کند، منابع آب را آلوده می کند، گازهای مضر در هوا منتشر می کند، موجب بیماری های تنفسی و سایر مشکلات سلامتی می شود. گزارشی از دولت آمریکا، اعلام کرد که یک واحد دامداری صنعتی، سالانه **1.6 میلیون تن** ضایعات تولید می کند، که بیش از ضایعات شهر هوستون در ایالت تگزاس می باشد.

علاوه بر گرمایش جهانی، خطرات جهانی متعددی همه موجودات زمین را تهدید می کند، که البته گرمایش جهانی بر شدت این بحران ها نیز می افزاید. متخصصان اغلب به ۶ نمونه از این تهدیدات اشاره می کنند و آنها را اضطراری ترین خطرات در دوران کنونی ما می دانند که عبارتند از:

1- تغییرات اقلیمی 2- کمبود آب 3- بحران غذایی 4- جنگل زدایی 5- نابودی اقیانوس ها 6- کاهش تنوع زیستی.

باوجود اینکه هر یک از این تهدیدها می تواند به تنهایی خسارتی به اصطلاح "**ویران کننده تمدن**" به بار آورد، وقتی تمام آنها با هم اتفاق بیفتند، موجب **فروپاشی جهانی** می شوند و ممکن است همه زندگی ها در این سیاره نابود شوند. متأسفانه واقعیت این است که اینک موقعیت، بسیار اضطراری است. دانشمندان بیان می دارند که در اثر خشکسالی، **آلوده شدن بسترهای آبی**، ذوب پوشش های یخی در بسیاری از مناطق آمریکای جنوبی تا هیمالیا و کاهش شدید آبهای زیرزمینی در هر سال، حدود **80 درصد از مردم جهان** در معرض خطر هستند.



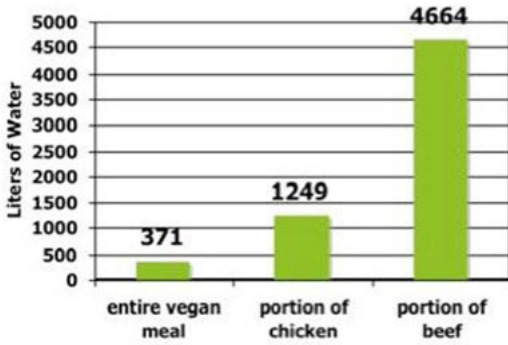
حتی با محدود کردن بخش زیادی از آلاینده های گازهای گلخانه ای، زمین در چند دهه آینده، 3.5 درجه سانتیگراد گرمتر می شود و این یعنی مرگ جنگل های آمازون، وقوع طوفان های ویرانگر در شهرهای ساحلی، انتشار گسترده گاز متان از پوشش های یخی در حال ذوب، و در نهایت، **انقراض جمعی**.

سازمان خواربار و کشاورزی سازمان ملل (فائو) در سال ۲۰۰۶ چنین اظهار داشت: "**بخش دامداری**، عامل دوم یا سوم از بین مهم ترین عوامل دخیل در جدی ترین مسائل زیست محیطی ماست" که از آن جمله می توان به کاهش تنوع زیستی، جنگل زدایی، فرسایش زمین، آلودگی، تغییرات اقلیمی، **صید بیش از حد ماهی** و غیره اشاره کرد. اکنون عوامل "ویرانگر تمدن" را مورد بررسی قرار می دهیم تا از **تأثیر مصرف گوشت** بر هر یک از آنها آگاه شوید. ممکن است با این توضیحات برای همیشه دید شما نسبت به گوشت تغییر کند:

1- تغییرات اقلیمی

در چند سال اخیر خشکسالی ها، سیل ها، رانش زمین، گردبادها و طوفان ها، آتش سوزی جنگل ها، آتشفشان ها و یخبندان ها شدت بیشتری یافته اند و با فراوانی بیشتری در حال وقوع هستند. سال گذشته، فقط سیل و رانش زمین، **57 میلیون نفر** را آواره کرد. صدها هزار نفر از مردم بخاطر تغییرات اقلیمی هر ساله، از بین می روند، ۵۰۰ میلیون نفر دیگر نیز در خطر شدید قرار دارند. پرورش دام با تولید مقادیر عظیمی از گازهای گلخانه ای خطرناک، مسبب اصلی گرمایش جهانی و تغییرات اقلیمی است.

2- کمبود آب



دامپروری علاوه بر اینکه منبع بزرگ آلودگی آبهاست، مقدار زیادی از این منبع ارزشمند را به خود اختصاص میدهد، چرا که برای یک وعده غذا با گوشت گاو بیش از **۶۶۴ لیتر** آب مصرف میشود، برای یک

وعده غذای گوشت مرغ، **۱۲۴۹ لیتر** آب مصرف میشود، برای یک وعده غذای کاملاً گیاهی بدون محصول حیوانی، **۳۷۱ لیتر** آب مصرف می شود. که **بیش از ۹۰ درصد کمتر** از مقدار آب مورد نیاز برای یک وعده غذای گوشتی است. یا در مثالی دیگر، مقدار آب مورد نیاز برای تولید ۴ همبرگر با مقدار آب مصرفی برای دوش روزانه در طی ۶ ماه برابر است. مجدداً در این باره فکر کنید و این در حالی است که **۱.۱ میلیارد نفر** از مردم به آب تمیز دسترسی ندارند، روزانه **۶ هزار کودک** در اثر مصرف آب آلوده جان شان را از دست می دهند .

حدود یک تریلیون متر مکعب از آب تمیز، برای پرورش دام به هدر می رود . تخمین زده شده که تا سال ۲۰۲۵، بیش از ۵ میلیارد نفر (دو سوم جمعیت دنیا) از کمبود آب رنج خواهند برد.



آیا ما کودکان خود را از منبعی بسیار ارزشمند همچون آب محروم می کنیم تا چیزی بسیار آلوده به آنها بدهیم که عامل بیماری های بسیار می باشد و می توان به راحتی بسیار آن را جایگزین کرد؟

3- بحران غذایی

برای برآورده کردن نیاز غذایی جمعیت رو به رشد، دانشمندان و دیگر متخصصان تصدیق می کنند که از نظر منطقی و میزان بازدهی، **کاهش احشام** سبب می شود که غذا مستقیماً به مردم عرضه گردد. اما امروزه، تقریباً **نیمی از غلات و حبوبات جهان** صرف پرورش دام می شود، در حالیکه **سالانه حدود ۱۱ میلیون کودک** که اکثراً در کشورهای تولید کننده همین غلات نیز زندگی می کنند، در اثر **سوء تغذیه** جان شان را از دست می دهند. بیش از **1 میلیارد** نفر هر روز گرسنه می خوابند، در حالیکه حبوبات و غلاتی که هم اکنون برای تغذیه دام ها مصرف می شود، برای تغذیه **2 میلیارد** نفر کافی می باشد.



4- جنگل زدایی

سازمان ملل تخمین می زند که تقریباً تمام جنگل زدایی ها مرتبط با تولید گوشت است. کوبرزایی اغلب بدلیل قطع بسیار زیاد درختان و صدماتی که ناشی از فعالیت هایی مانند چرای احشام است، ایجاد می شود. بنا بر آمار سازمان ملل، کوبرزایی سلامت بیش از $1/2$ میلیارد نفر از مردم را که در بیش از **100 کشور** دنیا زندگی می کنند، در معرض خطر قرار می دهد. **تولید احشام**، **۷۰٪** از زمین های کشاورزی و تقریباً **یک سوم از سطح سیاره** را برای چراگاه به خود اختصاص داده است و مسبب اصلی کوبرزایی و سایر صدمات است و مسئول ایجاد بیش از **50 درصد** از فرسایش خاکها است.



سالانه، بخش زیادی از جنگل های استوایی به اندازه مساحت ایالت نیویورک، سوزانده می شوند و این امر ۱۷٪ از مجموعه آلاینده های دی اکسید کربن جهان را تشکیل می دهد، که از مجموع همه وسایل نقلیه بیشتر است. اگر ما این زمین ها اعم از جنگل و چراگاه ها را به حال **طبیعی** بازگردانیم، آنگاه در آینده نزدیک، آنها مقدار زیادی از آلاینده ها را جذب خواهند کرد.

5- نابودی اقیانوس های جهان

عامل اصلی در این زمینه نیز محصولات حیوانی است. سازمان ملل اخیراً گزارش داده که **صید مداوم**



ماهی ها می تواند در عرض چند دهه آینده، حیات دریایی را به طور کامل ویران نماید. اما مشکل فقط مصرف ماهی نیست؛ مشکل، مصرف گوشت نیز می باشد، زیرا سالانه ۵۰٪ از ماهی های کشته شده و میلیون ها تن موجود دریایی **صرف تغذیه دام** می شود. همچنین **نیتروزن و آمونیاک** موجود در فاضلاب حیوانی، کودهای شیمیایی و

حیوانی، افزایش سطح دی اکسید کربن، همگی منابع آب ما را آلوده می کنند و اکسیژن دریاها را کاهش می دهند (مناطق مرده) و موجب مرگ آبزیان می شوند. لذا اگر ما **همه تولید و مصرف محصولات حیوانی** اعم از ماهی، تخم مرغ، گوشت و لبنیات را متوقف کنیم، می توانیم اقیانوسها و شرایط اقلیمی را متعادل کرده و همانطور که در ادامه توضیح داده شده، از کاهش تنوع زیستی جلوگیری کنیم.

6- کاهش تنوع زیستی

بیش از ۷۰٪ از گونه های ماهی ها به طور کامل منقرض شده اند و بقیه نیز ممکن است در عرض چند سال آینده از بین بروند. تحقیقات جدید از سازمان ملل نشان داده که اینک گیاهان و جانوران با سرعتی **هزار برابر بیشتر** از سرعت طبیعی، در حال انقراض هستند و به زودی به اکوسیستم های حیاتی و حامی زندگی نیز آسیب های جدی وارد می شود.

سازمان خواربار و کشاورزی سازمان ملل (فائو) از پرورش احشام جهت تولید محصولات گوشتی و لبنیاتی به عنوان یکی از عوامل اصلی از دست رفتن تنوع زیستی نام برده است.



در تحقیقی جدید در اکتبر ۲۰۱۰، محققان دریافته اند که حفاظت از مناطق طبیعی برای توقف این انقراض های سریع گونه های گیاهی و جانوری کافی نیست و یکی از مؤثرترین سیاست ها روی آوردن به رژیم غیرجانوی یعنی رژیم غذایی گیاهی است.

ما هم اینک نیز شاهد هستیم که فجایع با کثرت و شدت بیشتر و به طور مرگبارتری روی می دهند. لذا اگر به زودی این ۶ بحران متوقف نشوند، این خطر

وجود دارد که همه چیز را از دست بدهیم. زندگی همه همزیستان در زمین، اعم از انسانها، حیوانات، گیاهان، درختان و غیره در معرض خطر است. علی رغم موقعیت به شدت هراس انگیز کنونی، محققان برجسته توانسته اند به عامل اصلی همه این مشکلات پی ببرند و حتی برای این مشکل، راه حلی نیز وجود دارد.

باتوجه به زمان بسیار کمی که داریم (یعنی ۲ تا ۳ سال)، سریع ترین و موثرترین و کم هزینه ترین راه حل کدام است؟

در ژوئن سال ۲۰۱۰، گزارش منتشر شده از برنامه زیست محیطی سازمان ملل و کمیسیون اروپا چنین نتیجه گرفت: "کاهش عظیم اثرات مخرب بر محیط زیست، تنها با تغییر اساسی در رژیم غذایی در سراسر جهان و اجتناب از مصرف محصولات حیوانی امکان پذیر است".



گياهخواری و کاهش گازهای گلخانه ای:



یک روز در هفته گیاهخواری کامل در طی یکسال باعث حذف یک میلیارد تن گاز متان می شود. یک هفته گیاهخواری کامل، در طی یک سال، باعث حذف **۷ میلیارد تن گاز متان** می شود. اگر مردم بسادگی یک رژیم غذایی گیاهی را برگزینند، کاهشی اساسی در گازهای گلخانه ای ایجاد می شود. از اینرو در حال حاضر، یک فرد این قدرت را دارد که تفاوتی عمده را در نبرد در برابر تغییرات آب و هوایی، سریع و بدون هیچ گونه هزینه اقتصادی ایجاد کند.

گیاهخواری و حفظ منابع طبیعی:

در حقیقت، گزینه ساده و گان یا گیاهخوار شدن، باعث صرفه جویی در مقادیر بسیاری از غذا، آب و انرژی در دنیا می شود. زیرا شیوه زندگی گیاهخواری پایدارتر است و زمین را برای کشت آزاد می کند، تعادل را به اقیانوس ها و جنگل های ما باز می گرداند و از منابع پایان پذیر طبیعی ما حفاظت می کند.

گیاهخواری و کاهش هزینه ها:



چقدر پول صرفه جویی می شود، اگر جهان کاملاً گیاهخوار شود؟

پژوهش انجام شده توسط آژانس ارزشیابی زیست محیطی هلند کشف کرد که تغییر رژیم غذایی مردم دنیا، هزینه مقابله با گرمایش جهانی را کاهش می دهد.

- هزینه کاهش گازهای گلخانه ای اتمسفر تا سال ۲۰۵۰، **۴۰ تریلیون دلار** است.
- کاهش مصرف گوشت در سطح جهانی، **۵۰٪ کل هزینه** مقابله با گرمایش جهانی را کاهش می دهد.
- توقف مصرف گوشت در سطح جهانی می تواند **۷۰٪ کل هزینه** را کاهش دهد.
- توقف کل محصولات حیوانی در سطح جهانی می تواند هزینه مقابله با تغییرات اقلیمی را **بیش از ۸۰٪ کاهش** دهد.

هزینه ها

معادل 181 گرم
دی اکسید کربن

0/1587 گالن بنزین
که برابر با
غذای گیاهی

معادل 4422 گرم
دی اکسید کربن
که برابر با
تولید غذای گیاهی
است

گیاهخواری و کاهش انتشار کربن :

یک گیاهخوار می تواند انتشار کربن را تا **1.5 تن در سال** کاهش دهد! یک رژیم گیاهی بدون گوشت، ردپای کربنی را به میزان زیادی کاهش میدهد. در طی یک سال، به ازای هر نفر:

- آلاینده های ناشی از مصرف گوشت برابر با رانندگی یک خودرو به مسافت ۴۷۵۸ کیلومتر است .
- آلاینده های یک رژیم گیاهی، برابر با رانندگی به مسافت ۲۴۲۷ کیلومتر ، که حدود ۵۰٪ کمتر است .
- آلاینده های ناشی از یک رژیم کاملاً گیاهی فاقد هرگونه مواد حیوانی برابر با رانندگی به مسافت ۶۲۹ کیلومتر است که ۸۷٪ کمتر از آلاینده های **رژیم گوشتی** است .
- آلاینده های یک **رژیم وگان ارگانیک**، معادل با رانندگی به مسافت ۲۸۱ کیلومتر است که **۹۴٪ کمتر** از آلاینده های یک رژیم گوشتی است .

گیاهخواری و حفظ جنگل ها:

برای تولید تنها 28 گرم برگر گوشت، 5 متر مربع از جنگل های بارانی گرمسیری نابود می شود. درحالیکه بر طبق تحقیقات، یک گیاهخوار می تواند هرساله تا نیم هکتار از درختان را حفظ کند!

کشاورزی ارگانیک، راه حلی زیست پایدار

مدیریت خاک ارگانیک: استفاده از سوخت فسیلی را به حداقل رسانده و آلودگی های دی اکسید کربن را از هوا جذب می کند. اگر در 1.4 میلیارد هکتار از زمینهای قابل کشت سیاره، زراعت ارگانیک شود، تقریباً 40% آلودگی های دی اکسید کربن را می توان جذب کرد. همچنین یک تحقیق در آلمان آشکار کرد که رژیم غذایی کاملاً گیاهی ارگانیک می تواند مقدار آلاینده های گازهای گلخانه ای را تا 94% کاهش دهد.



بیش از ده علت برای لزوم حرکت به سوی کشاورزی ارگانیک

1. طعم غذاهای ارگانیک بهتر است: محصولات تولید شده به روش ارگانیک سالم تر هستند.
2. محصولات ارگانیک خطر بیماری ها را کم می کنند: مراکز حفاظت محیط زیست دریافته اند که مواد شیمیایی موجود در آفت کش ها، اثرات سرطان زایی و بیماری زایی دارند. کشاورزی ارگانیک یکی از راه های کاهش مصرف سموم شیمیایی و کم کردن این مواد در منابع آب، زمین و هوا است. بعلاوه باعث افزایش و بازدهی بیشتر زمین و محصول می شود.
3. کشاورزی ارگانیک به منابع آبی احترام می گذارد: برای حذف مواد شیمیایی آلوده کننده و دفع نیتروژن در آب باید به منابع آبی و خاکی احترام گذاشت و آنها را درست مصرف کرد.
4. کشاورزی ارگانیک باعث ایجاد خاک سالم می شود.
5. کشاورزی ارگانیک الگو برداری از طبیعت است: کشاورزی ارگانیک برای اکوسیستم متعادل ارزش قائل است.

6. استفاده از **کودهای گیاهی و برگ ها** در کشاورزی ارگانیک. استفاده از کود های شیمیایی جایگاهی ندارد .

7. کشاورزی ارگانیک هدایت کننده تحقیقات تازه است؛ تولید کنندگان ارگانیک، پیشرو در انجام تحقیقات در زمینه عدم استفاده از آفت کش ها و اثرات مضر آن بر محیط زیست هستند.



8. تولیدکنندگان ارگانیک در جهت تنوع زیستی تلاش می کنند: از دست دادن تعداد زیادی از گونه ها (تنوع زیستی) یکی از نگرانی های دانشمندان محیط زیست است. به همین دلیل بسیاری از کشاورزان ارگانیک درصدد هستند تا گونه های معمولی و بومی را حفظ کنند.

9. کشاورزی ارگانیک به **حفظ سلامت جوامع روستایی** کمک می کند: کشاورزی ارگانیک به دلیل سطوح کم آب جوامع روستایی، مفید است و منجر به افزایش درآمد آنها می شود.

10. **تنوع محصولات ارگانیک:** در کشاورزی ارگانیک می توان محصولات متنوعی را در طول سال در یک زمین کشت کرد. این تنوع کاشت باعث کمک به **تقویت خاک و جلوگیری از فرسایش آن** می شود.

11. **تنوع غذاهای ارگانیک:** بعضی از غذاهای ارگانیک به عنوان جایگزین قابل استفاده هستند و محصولات کشاورزی غیر غذایی صنعتی نیز در حال تبدیل شدن به تولید ارگانیک می باشند، مانند تولید پنبه ارگانیک و در نهایت تولید لباس های ارگانیک.



کشاورزی ارگانیک راهی برای نجات کره زمین.

زمانی که شما زراعت ارگانیک می کنید از هیچ کود شیمیایی استفاده نمی کنید، به چرخه های زیستی احترام می گذارید بنابراین تعادل زیست محیطی را بهم نمی زنید، بلکه به تعادل بیشتر آن کمک می کنید، بعلاوه محصول بیشتر و با کیفیت بالاتری تولید می کنید؛ محصولاتی که مغذی

ترند و هیچ سم و آفت کشی در خودشان ندارند و طعم و شکلی واقعی دارند. بعلاوه کشاورزی ارگانیک، مقدار قابل توجهی از دی اکسید کربن جو زمین را جذب می کند و این باعث کاهش گازهای گلخانه ای و کاهش گرمایش جهانی می شود. کشاورزی ارگانیک می تواند برای بسیاری از مشکلات اقلیمی و تغییرات آب و هوایی راه حل مناسبی باشد.

راه حل های زیست پایدار دیگر :



بکار بردن وسایل حمل و نقل جایگزین مانند خوروهای هیبریدی، خودروهای دارای سوخت هیدروژنی، خودروهای که با انرژی خورشیدی کار می کنند و استفاده از دوچرخه و بسیاری دیگر... / بازیافت و استفاده مجدد / کاشت درختان بیشتر / استفاده از منابع انرژی تجدید پذیر، از قبیل انرژی های خورشیدی، بادی .

این راه حل ها نیز بسیار مناسب هستند و باید اجرا گردند اما اگر ما همچنان به تولید گوشت به میزان فعلی ادامه دهیم، تأثیر تمامی دیگر تلاشهای زیست محیطی از بین می رود و ما قبل از اینکه فرصت یابیم تا هر گونه فن آوری زیست پایدار و موثر را به اجرا در آوریم، سیاره مان را از دست خواهیم داد .

دولتها می توانند یارانه ها را به بهترین نحو به سود مردم اختصاص دهند و از اقداماتی در زمینه کشاورزی ارگانیک و ترویج صنایع غذایی سالم، زیست پایدار و پربازده حمایت کرده و دامپروران را به کشاورزی ارگانیک تشویق نمایند.



اگر به رژیم وگان (گیاهخواری کامل) روی آوریم، می توانیم سالانه از بیش از ۲۰ میلیون مرگ و میر مرتبط با گوشت در جهان جلوگیری نماییم. دیگر عزیزان مان در رنج نیستند، دیگر جدایی های زود هنگام روی نمی دهد، دیگر برای خود و دیگران غمگین نیستیم و از زندگی طولانی، سالم، پرمهر و شاد لذت می بریم. رژیم کاملاً گیاهی ارگانیک می تواند فوراً کیفیت زندگی ما را بهبود بخشد. این رژیم می تواند بحران های آب و غذا را برطرف سازد و سیستم های حامی زندگی در طبیعت را احیاء نماید. همچنین سریعترین، پربازده ترین و تنها راه حل عملی برای توقف تغییرات اقلیمی است، راه حلی که هر کشوری می تواند به سادگی آن را اجرا نماید .

"ما باید سوبسیدهای گوشت را برداریم؛ بگذاریم که گوشت هزینه های زیست محیطی اش را متحمل گردد و سعی کنیم که غذاهای گیاهی نوین را ارزان تر کنیم."

- جین هولم اهل سوئد، عضو پارلمان اروپا

"تنها عملی که یک فرد می تواند برای کاهش آلاینده های کربنی انجام دهد، گیاهخواری است."

- دکتر جیمز هانسن، متخصص تراز اول دنیا در زمینه آب و هوا در ناسا

"هیچ چیز به اندازه سیر تکاملی به سمت رژیم گیاهخواری، برای سلامت بشر مفید نخواهد بود و شانس بقا بر روی زمین را افزایش نخواهد داد."

- آلبرت اینشتین، فیزیکدان نظری

"صنعت گوشت، بیشتر از تمامی جنگهای این قرن، تمامی بلایای طبیعی و تمام تصادفات خودروها، روی هم رفته، سبب کشته شدن مردم شده است. اگر ایده شما از غذای واقعی برای انسانهای واقعی، گوشت است، بهتر است که نزدیک یک بیمارستان واقعاً خوب، زندگی کنید."

- پزشک متخصص، نیل دی. برنارد، رئیس جامعه پزشکان برای طب پاسخگو در واشینگتن دی سی

"گوشت نخورید، دوچرخه سوار شوید و یک خریدار صرفه جو باشید- بدین طریق است که می توانید به توقف گرمایش جهانی، کمک کنید."

- دکتر راجندرا پاچوری، برندهٔ جایزهٔ نوبل سال 2007 و رئیس هیئت بین دولتی سازمان ملل در تغییر آب و هوا

"اگر ما گزینه های غذایی مان را تغییر دهیم، موارد دیگر، مهم نیستند، چون این گوشت است که بیشتر جنگلهایمان را نابود می کند، این گوشت است که آبها را آلوده می کند، گوشت است که بیماری ایجاد می کند و سبب می شود که تمامی پولهایمان صرف هزینه های بیمارستانی شود، بنابراین تغییر گزینه های غذایی، مهمترین انتخاب برای هر کسی است که می خواهد زمین را نجات دهد."

- مونیکا گاندی، نمایندهٔ مجلس و وزیر سابق محیط زیست هندوستان

مطالبی که در اینجا به آن اشاره شد، تنها یک نگاه اجمالی بر بحران ها، گرمایش زمین و راه حل ها بود .

برای بدست آوردن اطلاعات بیشتر و بسیار کاملتر در مورد هر یک از مطالبی که در اینجا ذکر شد، لطفاً از کتابچهٔ جدید کانون انسان پاک، زمین پاک، با عنوان **"گرمایش جهانی، حیات را بر روی کره زمین تهدید می کند"** در وب سایت کانون انسان پاک، زمین پاک، دیدن فرمایید .



برای مطالعه مطالبی در خصوص مضرات گوشت، ماهی و لبنیات و تخم مرغ و اخذ اطلاعات در مورد مزایای رژیم گیاهی و شیوهٔ تغذیهٔ سالم و طبیعی و دستورات آشپزی گیاهی و خام گیاهی لطفاً از مقالات پزشکان گیاهخوار در قسمت سلامتی و تندرستی و قسمت آشپزی گیاهی در سایت کانون انسان پاک، زمین پاک بازدید فرمایید. همینطور برای آشنایی با گیاهخواران مشهور و ورزشکاران گیاهخوار، از قسمت گیاهخواران مشهور در سایت کانون دیدن نمایید .

★ نخبگان گیاهخوار دنیا:

★ فیلسوفان، رهبران عرفانی

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

★ نویسندگان، هنرمندان و نقاشها

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

★ 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 صربی-آمریکایی)، 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 رامان (فیزیکدان و برنده جایزه نوبل فیزیک ۱۹۳۰، هندی)، سوپرهمانیام (دانشمند آستروفیزیک و برنده جایزه نوبل فیزیک ۱۹۸۳، آمریکایی-هندی الاصل)، استیو جابز (بنیانگذار و رئیس کل شرکت کامپیوتر آبل، آمریکایی)، ناتانیل بورنشتاین (مخترع زبان ایمیل MIME، آمریکایی)، آلبرت ستنگورگی (فیزیولوژیست و کاشف ویتامین ث، برنده جایزه نوبل پزشکی ۱۹۳۷، مجارستان)، ادوارد ویتن (دانشمند فیزیک و نظریه ریسمانها، آمریکایی)، برایان گرین (دانشمند فیزیک و نظریه ریسمانها، آمریکایی) و ...

★ سیاستمداران و رهبران

سوزان ب. آنتونی (رهبر جنبش حقوق زنان آمریکا)، ماهاتما گاندی (رهبر حقوق بشر هندی)، گُرنا اسکات کینگ (رهبر حقوق بشر آمریکایی، همسر مارتین لوتر کینگ)، کلارا بارتن (بنیانگذار صلیب سرخ، آمریکایی)، جازز درنووسک (جمهور اسلووانی)، دکتر ا.پ.ج. عبدل کلام (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 (آزادی خواه ضد خشونت برنده جایزه نوبل صلح ۱۹۹۱، برمه)، لیدی دایانا (پرنسس ولز، انگلیسی) و ...

★ شخصیت‌های ورزشی

بیلی جین کینگ (قهرمان تنیس آمریکایی)، مارتینا ناوراتیلووا (قهرمان تنیس چکسلواکی)، ریتا کوبان (۶ بار قهرمان جهانی کایاک رانی، ۲ مدال المپیک، مجارستان)، مونیکا واین ستل (قهرمان دنیا در دوچرخه سواری، اتریشی)، ایستفان سیپس (برنده رکورد ماراتن و دوی استقامت، مجارستان)، کارل لوئیس (صاحب ۹ مدال طلای المپیک دو میدانی، آمریکایی)، ادوین س. مُرز (صاحب ۲ مدال طلای المپیک دو میدانی، آمریکایی)، النا والنندزیک (قهرمان بوکس آلمانی)، الکساندرا دارگاتز (ورزشکار آلمانی، قهرمان بدن سازی، پزشک)، سیلکن لامن (قهرمان قایقرانی، کانادایی)، النا والنندیسک (قهرمان ورزش بوکس سبک وزن، آلمانی) و ...



کانون انسان پاک، زمین پاک

www.phce.org