

《希望的收获》

图书基本信息

书名：《希望的收获》

13位ISBN编号：9787224090734

10位ISBN编号：7224090735

出版时间：2009-10

出版社：陕西人民出版社

作者：[英] 珍·古道尔,[美] 加里·麦克艾弗伊,[美] 盖尔·哈德逊

页数：244

译者：范效成,范义涵

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《希望的收获》

前言

我第一次访问中国大陆是在1998年，发现有很多人关注环境问题。第二年我应邀来访，把珍古道尔研究会的青少年环保项目——“根与芽”活动介绍给中国的大学和中小学。从那以后，大陆各地的“根与芽”小组蓬勃发展，并且在北京建立了中国珍古道尔研究会，在上海、成都和南昌建立了“根与芽”办公室。在我每年一周的访问期间，除了繁忙地和学生们交谈，和政府官员见面，以及接受采访，也总有时间享受特别的中餐美食，有时是正式宴会，更多的是和朋友们一起。我一般记不得具体的菜——我不太讲究吃，但是我很在乎食品的质量。虽然如此，有些特例还是历历在目。有一次中国珍古道尔研究会的同事带我去成都文殊院的素菜馆，当时外面很冷，但阳光明媚，越过外面寺庙的屋顶，我们可以看到寒冬中树的轮廓。我很高兴在我十岁的时候，我爸爸从香港给我带来了一双筷子，我一直喜欢用这双筷子，很快就能熟练使用了。只是当吃大白菜或分开一些大块食物时我觉得困难——特别是在我失去右手拇指尖之后，这对诸如操作筷子之类的事情影响之大，很令人惊讶。两年后，李长明先生带我们去成都枣子树素餐馆享受了一次皇帝般的盛宴，那一餐每一道菜都做得极为精致。给我留下更为深刻印象的是给顾客的小册子，描述了成为一个素食者对动物福祉、人类健康乃至地球未来的重要意义。小册子还介绍了各种素菜、其他素餐馆和有关食品的书籍，甚至还有非盈利项目和提高动物福祉的活动介绍和新闻，例如中国反对把猫和狗作为食物的活动。现在这家餐馆发展成了连锁店，在上海和宁波都有分店。最近我们长期的支持者张喆在这家素餐馆拿到的一份小册子上有关于珍古道尔的一段话，是介绍著名素食者系列中的，简要介绍了我的情况，并附有照片。在北京的一家素餐馆，我也发现了一份，看到我和爱因斯坦、达芬奇以及列侬并列，我还是感觉有些怪。在我为写本书的英文稿开始研究时，世界的很多地方对素食表现出日益增长的兴趣，更为重要的是对有机食品的兴趣日渐浓厚。我在中国也注意到了这个趋势。这是因为和世界许多其他地方的人一样，中国人对食品污染的危险越来越担心。最近导致几十万婴幼儿患肾结石及数名患儿死亡的三聚氰胺丑闻令人震惊，也使政府加强了对食品生产安全的关心。2003年的“非典”突显出猎杀和食用野生动物的危险：似乎病毒最早是由肉市上的果子狸传给人类的。政府正在努力控制野生动物交易，因为这不只是对人类健康的威胁，还导致很多物种濒临灭绝。当越来越多的人为他们的食物的安全和质量担忧的时候，他们会做出真正的努力，尽可能地吃有机食品。但这方面中国和世界其他地方一样遇到相同的困难：比如说，像我们这样不信任转基因食物的人经常发现很难确定这一生物科技产品是否在我们购买的食物中。特别是，转基因大豆似乎在我们的食物中无处不在。在北京，每两块豆腐就有一块是用转基因大豆做的。我们很高兴在黑龙江还有坚持用非转基因大豆压榨食用油的企业。有些人干脆长期租用田地为自己种植食物。中国珍古道尔研究会的董事范敏坚先生2003年就 and 三位邻居一起在郊区租了两亩地，种植各种绿叶菜、黄瓜、西红柿、白薯和玉米，他们还有30多只散养鸡。在我2006年访问北京时，珍古道尔研究会在六元田庄为我们的支持者和家属安排了一次野餐会，杜先生租下农地，希望给他的孩子提供一个体验他儿时熟知和热爱的环境的地方。杜太太带着我在园子里转，我们从葡萄架下的窄道出发，葡萄藤茂密地长在木架两侧，在顶上汇合。我们像是走在绿墙绿顶的隧道里。在园子里行走时我们得不时推开各种茂密的果实，如丝瓜，长得像巨型黄瓜，足有3英尺(1英尺=0.3048米)长。杜太太解释说，这么大的丝瓜不能吃了，晒干了的丝瓜瓢可以用来做清洗工具。我们之后来到一片种着很多种蔬菜的开阔地，有挂着的豇豆、拱出地面的胡萝卜、高大强壮的甜玉米。据杜太太说，所有这些食物都是有机的。杜太太和我说起他们散养的牛、猪和鸡，我们虽然没有时间去和那些动物见面，但当我最近看到《中国日报》上报道的一位“成功的蛋鸡饲养者”和那数以万计的鸡挤在巨大场房的一个个隔离小笼子里的照片时，不禁想起那些自由的动物。令我印象深刻的是众多的昆虫，这使我想起儿时熟悉的田地，蝴蝶飞舞，蜜蜂嗡嗡。今天世界上的很多农田都被化肥和农药污染，太多的昆虫被农药毒死——当然受影响的不仅是“害虫”。最近在英国，我听说人们在要求更多的食品店销售“经过昆虫检验”的蔬菜和水果，他们主张有虫子眼儿的苹果吃起来更安全。河北有机农民安金磊先生的选择是和这些“害虫”和谐相处，他坚持在几十亩土地上进行有机耕作，种植黑豆、绿豆、红豆、花生、棉花等，从不使用化肥和农药。他在这些作物的旁边，专门辟出土地种植“害虫”喜欢的作物，“害虫”们在有了喜好的食物后，很少打搅安先生的其他作物，因此他的产量并不低。由于收获的产品不含化肥和农药，非常受欢迎，经常是供不应求。北京天福园有机农庄的张女士的选择大同小异，她从2002年就开始种植多种果树、观赏兼药用植物，间作或轮作多种农作物，采取纯天然方式饲养适量的家禽家畜。她还种植一些特定植物清理空气中

《希望的收获》

的二氧化硫等有害气体，鼓励一些“害虫”的宿主植物生长，当“害虫”聚集到一定程度时，就收割这些植物用来堆肥。在我2008年的中国大陆之旅中，两个云南的项目特别吸引我的注意。我特别渴望尝一尝用可持续方式采摘的野生菌，还有那有机、荫栽、公平交易的咖啡(由农民直接和阿罗科咖啡公司合作)。大陆已经有500多个“根与芽”小组，其中很多小组拒绝使用一次性筷子，他们或者要求餐馆提供消毒的可重复使用的筷子，或者干脆自己携带筷子，有的组员还发明了用竹子这样的可再生资源制作的无污染便携筷子。我在世界各地旅行时，也总是带着自己的筷子。越来越多的“根与芽”小组开辟了有机菜园，上海彩虹桥小学的“根与芽”小组的同学们还学习用蚯蚓等方式堆肥(蚯蚓吃掉厨余垃圾后产生的粪便是上等好土)。我发现孩子们特别喜欢这些粉红色的小虫子，而且迫切地希望我摸一摸！他们用蚯蚓粪种植蔬菜，并在旁边种植万寿菊等花卉驱赶某些昆虫。我在成都访问时，成都成华小学的学生们非常自豪地带我参观他们的有机菜园。学生们告诉我：虽然劳作很辛苦，但很值得，因为这让他们理解了为什么有机食物这么好。当他们烹饪自己的劳动果实时，深刻地体会到有机食物更加可口，同时对自身健康也更为有利。只有当这些年轻人成长起来并且进入决策层的时候，我们才能看到全球农业和人类饮食的真正改变。当今的孩子们愈发认识到现代农业中化学杀虫剂、化肥以及食物中化学添加剂的危害，我希望这会带领我们进入一个环境污染更少，动物不再遭受虐待，人类更加健康的世界。在脱离全球随处可见的不安全和残酷惯例的行动中，中国有条件起到带头作用。

《希望的收获》

内容概要

在《希望的收获》一书中，珍·古道尔博士告诉我们，我们正在以数不胜数的方式毁灭这个星球：我们在生产食物的过程中大量使用的化肥、杀虫剂和除草剂等农用化学品，污染了空气、水和土地，并且造成人畜生病、环境恶化，以致制造出新的疾病；大型跨国公司控制了世界上越来越多的耕地和种子，甚至控制了农作物的生长过程；食用动物的饲养日趋密集，并且采用非天然的方式饲养，只是为了在最短的时间内从每只动物身上攫取最大的利润。

作者希望通过这本书，让人们更加关注这些对生命至关重要的问题——这些问题关乎这个星球自然资源的可持续性、动物的福祉，还有一个非常重要的，就是人类的健康。

《希望的收获》

作者简介

珍·古道尔博士1934出生于伦敦，一生致力于黑猩猩的研究和保护，她是国际知名的动物行为学家，也是二十世纪的一位最具有传奇色彩的女性。四十年来，她一直在非洲大陆对黑猩猩做深入研究，并为冈比河研究中心开展持续时间最长的野生动物群落的实地考察。她的实地研究改变了人类学的历史，她的爱心、毅力、才智和热情使她成为动物保护领域的杰出人物。2002年4月，联合国秘书长安南授予她“联合国和平信使”的称号。珍古道尔博士曾多次来中国开展环境教育活动，在许多青年人心中享有崇高地位。

书籍目录

第一章 动物和我们 / 1
自然界的智慧 / 2
工具的使用与狩猎 / 5
人类进化过程中的一线光明 / 6
火——熟食的起源 / 8
人类文化的曙光 / 9
第二章 文化的庆典 / 11
不同的地方，不同的饮食 / 13
欢呼！敬礼！干杯！ / 17
街上的食物 / 19
手指、叉子和筷子 / 20
庆祝和酒宴 / 22
难忘的几餐饭 / 23
食物和宗教传统 / 24
第三章 我们是如何失去传统农耕的 / 29
用化学维持生命 / 30
用毒药种植食物 / 32
我们的化学遗产 / 33
充满希望的觉醒 / 35
第四章 不满的种子 / 36
小心：前方有危险生物 / 38
信箱里的一封信 / 38
种子的统治者 / 41
农民的反抗 / 43
他们以前错了 / 46
动物和转基因生物 / 48
你能做什么 / 51
第五章 动物工厂：悲惨的饲养场 / 54
家禽的苦难 / 57
不是每只猪都活得像“宝贝” / 58
牛肉：隐藏的故事 / 60
不怎么满足的牛 / 62
小牛肉：你听得到的都是真的 / 63
“科学怪食”的诞生 / 64
尊重古老契约 / 65
第六章 饲养场的动物：对我们健康的危害 / 68
他们甚至不称自己是农场 / 68
屠宰场中的疾病 / 69
细菌 / 70
病毒 / 71
激素 / 71
抗生素抗药性 / 72
动物排泄物：污染循环 / 74
养猪业是个大行业 / 75
第七章 帮农场动物过上更好的生活 / 80
运用你的消费者力量 / 82
要餐厅负起责任 / 82

和你的食品店老板聊聊 / 83
仔细阅读标签 / 85
购买用草饲养的动物制品 / 85
支持做正确的事的农民 / 87
一次一根线 / 92
帮忙救援动物 / 92
第八章 洗劫海洋 / 97
非洲的大湖泊 / 99
水产养殖业的危害 / 100
对人类有害 / 103
饲养大虾 / 105
愿意冒险吗 / 108
含汞的海洋 / 108
你能做什么 / 108
第九章 开始吃素 / 111
想想我们的孩子 / 117
吃肉如何影响环境 / 120
满足我们对肉的胃口 / 121
不负责任的用水方式 / 123
少吃肉和海鲜的例子 / 123
第十章 全球超级市场 / 126
“新鲜食品”的神话 / 127
第十一章 拿回我们的食物 / 131
明智的农业 / 132
深层有机、浅层有机 / 134
有机食品的成本 / 139
我们真的买得起“廉价”食物吗 / 139
你能做什么 / 140
第十二章 保护我们的家庭农场 / 144
本地：新有机 / 145
英镑、美元、比索、卢比：买得起的本地食物 / 151
在我们的城市里务农 / 152
抢救家庭农场 / 154
你能做什么 / 154
第十三章 吃本地、吃当季 / 157
保护我们的传家宝 / 158
那些过来人 / 160
传统食物是最健康的 / 160
慢餐跟上了脚步 / 162
一次一顶安全帽来改变世界 / 162
你能做什么 / 166
第十四章 世界有机浪潮 / 171
继续充满希望 / 172
帮助妇女照顾地球 / 174
一切始于土壤、终于土壤 / 174
给本地居民的本地食物 / 176
你能做什么 / 177
第十五章 在家里和在学校，喂养我们的孩子 / 180
学校餐 / 183

《希望的收获》

- 一场美味革命 / 185
- 之后还有伟大梦想 / 190
- 给我吃得好一点：“裸体大厨”到学校 / 192
- 新课程的胃口 / 193
- 你能做什么 / 195
- 第十六章 肥胖症、快餐和浪费 / 196
- 不太好的联系 / 199
- 快乐儿童餐的诱惑 / 200
- 小心玉米糖浆 / 201
- 垃圾食物、糖分和暴力 / 202
- 别浪费，别想要 / 204
- 你能做什么 / 204
- 第十七章 逐渐显现的水危机 / 206
- 水资源的浪费 / 208
- 灌装水的真相 / 208
- 关于塑料瓶 / 209
- 当企业拥有水 / 209
- 会不会为水开战 / 213
- 你能做什么 / 213
- 第十八章 内布拉斯加的故事 / 215
- 他们拥有玉米 / 217
- 他们拥有工业化饲养场 / 218
- 他们拥有全球性的超级市场 / 219
- 他们还制造水危机 / 220
- 内布拉斯加还有希望 / 222
- 第十九章 希望的收获 / 229
- 改变世界：一次购买、一餐饭、一口一口地改变 / 233
- 用吃来投票 / 235
- 资源 / 235
- 跟这些组织一起采取行动 / 236
- “社区支援农业”（CSA）与美国当地社区园地 / 238
- 健康学校 / 239
- 动物权益组织与庇护所 / 240
- 到哪里寻找有机和可持续的产品 / 241
- 书籍、期刊和DVD / 242
- 特殊主张 / 244

《希望的收获》

章节摘录

庆祝和酒宴 全世界的重大节日都是以酒宴来庆祝的，消耗大量食物，有时也包括酒精。罗马帝国时期富裕人家的酒宴极尽豪奢。就拿恺撒大帝来说，他为了庆祝攻下庞贝城而举行的两天的庆功宴，请来十五万名宾客坐满两万两千桌！典型的罗马酒席将暴饮暴食带上全新的层次，餐食分为七道菜，先是冷盘，接着是三道前菜、两道烧烤，然后是甜点。罗马人对宴饮作乐极其喜爱，他们甚至经常对自己催吐，以便在五小时的“接力赛”中狼吞虎咽。据了解，法国人在特殊庆祝期间也是如此。苏格兰庆祝新年时规模巨大，欢呼雀跃地唱过“友谊地久天长”后，是为新年举杯，当12点的最后一声钟声渐渐变弱，所有人干杯，然后甩开肩膀向后扔杯子，杯子摔得粉碎。我头一回到几位希腊朋友家中参加生日聚会时简直吓坏了，几杯酒下肚之后，舞跳得越来越起劲，客人们开始将盘子用力朝地上摔，一个接一个地摔碎，同时继续狂舞，而且光着脚！在古老的斯堪的纳维亚，每年冬天会举办盛大的圣诞大餐向丰饶和平及耕耘之神致敬，这时通常会吃野猪肉。野猪头上套着用月桂叶和迷迭香制作的花环，在隆重的典礼和庄严肃穆中被带进宴会厅，家族首领把手放在盘子上，野猪被赋予赎罪的职能，首领发誓忠于家族并履行所有义务。只有德高望重、勇气通过考验的人才可以负责切肉，因为野猪头是神圣的象征，这是为了鼓励所有心存恐惧的人。希望婚姻更为和谐的夫妻便祈求丰饶和平及耕耘之神保佑，如果成功他们会当众获得一块野猪肉作为礼物。难忘的几餐饭在我小时候没有战乱的那几年的每个夏天，母亲最要好的朋友戴芙妮都会带着两个女儿萨莉和苏西，到我们在伯恩茅斯的家小住。我跟萨莉在计划第一场午夜宴会的时候才约莫10岁（苏西跟我妹妹茱蒂比我小4岁）。午夜宴会有严格的规定：一定要在刚好午夜时开始，我们必须从屋子偷偷溜到花园而不被发现，食物一定要是我们在前一两天设法省下的。一到花园，我们就直奔小帐篷，帐篷周围有浓密的杜鹃花丛作为屏障，我们费力地将之前准备好的那堆小营火点燃。我们总是选在月光明亮的晚上，并且限制使用那个手电筒。食物本身由于存放时间太长，大多不能吃了，包括几片嚼起来有点像皮革的干吐司、放在纸袋里私运出来的碎蛋糕切片（那年头没有塑料袋），我们在白天用旧锡筒收集小块的“违禁品”并且藏匿起来。最精彩的部分是我们用微弱的火煮开水泡的可可，我们事先把可可粉跟一点牛奶和糖混合，到了花园后，只要把水烧开倒进锡杯即可。我好奇大人们知不知道这些夜宴。我想他们一定知道，只是从不点破罢了，之后我也忘了问。现在想问已经太晚了。我还清楚记得母亲凡安在1960年的圣诞节前夕离开冈贝，我知道她跟我家的厨师多米尼克已经花了好几小时计划我们的圣诞大餐。圣诞节那天我一如往常上山，我从不带食物去，经过一整天在森林里到处攀爬，下山时已是饥肠辘辘。我渴望坐在小小的营火旁，打开妈妈留下的几个礼物，和我特意留下当做乐事阅读的信件。我也想知道，究竟他们计划了哪些美食。夜幕刚降临我就回到了营帐，这时我立刻感觉到不对劲，因为营帐里一片漆黑，没有生火，帐篷人口处也没有防风灯的光。我放下帆布背包，点着了灯，划火柴点着了营火，这才看见摆着圣诞大餐的餐桌：一个盘子，刀叉乱七八糟，一罐猪肉罐头旁放着一个开罐器跟一个马克杯。就这些！我找不到多米尼克。原来那天有位朋友带着两大桶用香蕉酿的酒前来，多米尼克整个下午都在喝那东西。他在他的营帐里呼呼大睡，不省人事！我洗完手，从锡筒里找到一条面包跟几颗番茄（为了提防狒狒，所有东西都放在里面），把椅子拉到火堆旁，我看着盘子笑起来，笑个不停，泪水顺着两颊倾泻而下。我很高兴自己对吃并不在意！（第二天晚上，我吃到了凡安为我精心计划的餐食，餐桌摆上了花，并由那位悔悟了的厨师——他的宿醉仍未完全醒——把食物端上桌）我也记得很清楚，北美洲最好的野生摄影大师之一汤姆·曼格尔森准备的野餐。他住在怀俄明州杰克逊洞附近，我到那里是去演讲的。当我告诉他总算可以忙里偷闲一天，他便提议带我首度造访黄石国家公园。我们找到一处用餐地点，在一片绿草如茵、能眺望水域的空地上，汤姆拿出先前准备的午餐。多么美妙的野餐！他竟然找到一只用柳条编制的野餐篮，篮子里有新鲜的沙拉、番茄、鳄梨、硬面包、几种奶酪、桃子和白葡萄酒，一一摆放在铺在草地上的方格桌布上。野餐中有只不怕生的大银鸥来做伴，他显然认为应该和我们分享食物，他步步逼近，还用责怪的眼神盯着我们。可能还有熊也在盯着我们呢。 P22-24

《希望的收获》

媒体关注与评论

告诉你一些切实可行的办法……把收获给你爱的人 ——《西雅图周报》读了这本书，你就可以从一位以智慧和博爱而闻名的人那里得到一些清晰、明确的观点……她告诉我们每个人都能够做些什么……既有令人担心的食物，又有令人充满希望的食物，都值得我们去思考。 ——书龙网 (bookloons.com)如果你还没有认真考虑过自己所吃的食物和所做的选择（即使你已经考虑过了），那么这本书值得一读！ ——德博拉·曼迪森，《适合每一个人的素食烹饪和地方风味：从美国农贸市场采集原料的烹饪和饮食》的作者有说服力，通俗易懂，使其成为读书的首选。 ——《出版商周刊》古道尔博士所写的每一章都能使你从个人角度帮助事情向好的方向转变。 ——《里诺宪期刊》在《希望的收获》里，古道尔博士说服我们，应该与振奋人心的、可口的、保持着传统而又保护环境的食品建立新型关系。 ——艾丽丝·沃特斯，《帕尼司家的水果和蔬菜》的作者

《希望的收获》

编辑推荐

《希望的收获》：绿色?自然?和谐 从小事做起 食品安全关乎我们的心灵连牛都不吃的转基因食品，你敢吃吗？鲜鱼嫩肉里，藏了多少毒菌、激素和抗生素?谁霸占了我们的种子、土地和水资源?

《希望的收获》

精彩短评

- 1、在当今这个浮躁的世界，这本书可以让我们安静的思考日益严重的各种污染，提醒我们保护自己的家园
- 2、有机YES,转基因NO,但我还是要吃肉~~
- 3、我觉得我最多只能变成半素食者，但是为了地球着想，我会尽量克制自己的。。。
- 4、小学生就应该读的书。在这些问题面前会感到自己的无病呻吟多么渺小可笑。
- 5、感激自然。
- 6、超喜欢Goodall
- 7、环境的保护在我们每一天的选择~
- 8、去金鼎轩吃饭时送的，从食品开始改变生活，从改变自己开始影响周围。
- 9、我们对动物真太残酷了。。。人们真应该停下来反思一下自己到底在做什么，到底想要什么
- 10、从另一个视角审视我们的食物来源。
- 11、很难用一个词高度概括这本书，开头觉得生动有趣，中间让人毛骨悚然，最后仍然心存希望~ 改变原有的习惯来成就真正的健康任重而道远！
- 12、请注意书中关于转基因食品的论述，让人对转基因食品持强烈的不安。
- 13、珍·古道尔博士，我最尊敬的动物行为学家，伟大的环保主义者！
- 14、食品工业化之罪
- 15、1、食品安全是全世界面临的问题，不仅仅是中国；2、书里很多地方并不严谨，有机环保是好的，但是不能因为这个刻意夸张事实。
- 16、从报纸上看到了这本书，我觉得大家都有必要了解自己的食物息息相关的真相，我们的餐桌上的美味佳肴，不仅需要品尝，还需要思考。
- 17、食品安全关乎心灵，关乎人类、生命万物和地球的命运。我们可以选择更合乎道德、有益自己和地球的生活方式。
- 18、自然补给的完美公式:玉米和干草撒在饲养牛群中的自然收集的肥粪里，牛被放出去喂草时把猪放进来，猪在粪堆里寻找玉米。结果就产生了自然发酵的肥料。
- 19、环保人士、素食主义
- 20、我更愿意说：食品关乎我们的心灵。人们食物之间的关系被现代工业和社会运行模式切断，我们其实完全不了解食物，不了解其来源、背后的劳作及其意义，食物成了其他千万工业品中的一种被消费着。了解现代食物的链条，会发现令人担忧、悲哀而几乎被忽略的事实，而重建和食物、自然、土地的关系，是通往健康心灵的必经之路。
- 21、在省图看到的这本书，一口气读完，是我的朴门第一本书。赞！
- 22、非常值得一看的书，看了之后让人明白自己应该吃什么和不该吃什么。古道尔博士身体力行地向我们讲述了现代农业的危害。现在的工业文明把传统的农业也变成了工业的一部分，通过大量的杀虫剂和化肥来生产粮食，通过大规模的笼养和圈养饲养鸡牛羊和三文鱼大虾，这样的养殖方式给动物带来巨大的苦难，给人类带来有毒的充满抗生素的食物和对周围土地、地下水和海洋的巨大污染。这看似先进的科技实际上是对地球生态的毁灭和对人身体的毁灭。这种耕种和饲养方式的不良后果已经产生，如果再不改变的话，我们和我们的后代的生活将岌岌可危。她呼吁回归到传统的有机农业，用可持续发展的方式来生产并保护自然和动物。
- 23、这本书有很多内容都是写美国的农场，有机食品等，从而反映整个世界所面临的关于很多吃的问题，也告诉了很多可以自身行动的办法，但也有些对我自身或我们周围的很多人来说不是很有效，不过呢，我可以先从慢慢吃素开始做起哦。
- 24、这本有关食品安全的书，我感觉很好看。。。
- 25、不爱工业化食品，不买包装食品，只爱原生态，只爱纯天然...
- 26、相信这本书会影响很多人~
- 27、没读完~~
- 28、非常喜欢更多人能读到这样关于对于我们很重要的食品及动物的讲情讲理的书，读到很多地方都哭了，有很多切实的自身可以开始的建议
- 29、不错，东西不错，可惜国内很少有这么敢写真实世界的作品。

《希望的收获》

30、觉得很好的一本书，从黑猩猩的和人相映射的饮食习惯，到早期人类的饮食史，各地民族风的饮食习惯。到食物的生产加工制作内幕，养殖场，海洋类，转移基因，添加剂。。。认识到后的素食观念，。。。我们能做些什么。

我想稍微有感知的人看了都会有所改变，细微的哪怕不在使用一次性筷子，从今天现在的一顿饭，送如口中的一口，。。。

31、有一些观点还是有些极端。

32、珍·古道尔，了不起的老奶奶~~

33、错误的生活方式既危害你的身体，也危害你身边的大自然。

34、世界再无净土

35、什么叫无为而作

36、Know the ugly truth & do something right now. Every person can make a difference.

37、这书上虽然印了三位作者的名字，但显然古道尔女士是本书的主要角色。全球的环境恶化和各种危机确实是有目共睹的，书中提出的很多尖锐而深刻的问题亟需解决和改善。然而本书里充斥着独断的偏见、错误的认识、不假思索得出的“因果关系”，其所提出的“返璞归真”的观点更多是自欺欺人和不切实际的，只能说是一种矫枉过正的思路。古道尔女士和很多人一样都有良好而迫切的愿景，但好心不一定办好事，这种例子我们也是见多了。

38、请食用有机动物食品，有机植物食品，当然，最好吃素。。这才能可持续发展。

39、烫头发的时间居然够看完一本书了。我不明白为什么当我们谈论有机食品多么健康、大生产如何粗糙、非天然养殖如何“泯灭人性”的时候，不想想如果不是有大型高效的现代农业，难道我们拿有机食品去养活那些尚且没饭吃的人？古道尔绝对是职业偶像，但这本书的观点太Greenpeace了。

40、还不错，都还可以的，再看看

41、还行，看了一大部分打算还给别人了

42、好的书籍养心

43、我从事过有机，了解的也相对多一些，很欣赏这么美丽的老奶奶！

44、很受益，谢谢你亲爱的珍 古道尔

45、送给老媽的書。

46、吃的可持续发展

47、不错

48、参加了珍古道尔女士的现场演讲，平淡的语调，但极富感染力

49、列举了很多事实，结合纪录片《食品公司》看效果更好。

50、生命是评定的，善待身旁的一切吧！

51、太多时候，我们选择不去了解。

52、《希望的收获》看完了 封面上作者坚毅的眼神瞬间吸引了我 书写的不错 回归传统可持续农耕 摒弃工业式农耕 提倡可持续发展 个人觉得在国外挺好 在中国恐怕很难实施。。

53、言多意寡，题材取胜。

54、珍有一双天使般的眼睛

55、看着看着就对手里的薯片跟火腿肠失去兴趣了... 其实，书中大部分的事情都知道，只可惜，我们的世界不够大，时间不够多，很多事情真的做不来。我只能像龙应台说的那样，拥有消极的道德...

56、从2014.9.28开始吃素 不知道能坚持多久 多一天就是一种行动 恩恩

57、还未看过此书，但是看介绍就知道此书相当重要，尤其作者是常年和大自然用心交流的。里面的事实如果我们注意并避免之，能减少我们的病痛，比如茹素，避开转基因食品。还能增进我们和自然和社会之间的谐和的关系，因为她告诉我们尊重万物其实很容易做到。

58、从没想过水产养殖也会给海洋带来那么严重的污染，看来，健康的生命需要空间，只要人为制造了高密度，无论普通动物还是人类的生命质量都是要大大下降的。警惕化学农业产品，素食、低糖、自然饮食。

59、搞科学的人确实不太会讲故事。但是可以开民智。

60、吃素，做不到就吃白肉不吃红肉，少生孩子（这个估计难）。

61、改变生活方式和看待世界方式的书。

1、记得大三的时候被同学拽去参加古道尔博士在国图的讲座，亲眼看到这位从未听说但相当尊敬的“老奶奶”。作为常年与大黑猩猩生活的动物学家，她自己用身体力行的行动告知大家要开始关注地球母亲的保护问题，每个人都需要从现在做起，用自己的行动保护动物，保护地球！从开始吃素开始，如果你做不到完全的绝对的吃素，那就从少吃肉开始。真的，你的保护，动物会看得到，地球母亲会看得到。不要把环保总是挂在嘴边，开始实际行动吧~从身边的一点一滴做起，一切都还来得及。

2、相信经常来我这跑堂的朋友，已经发现了，我这段时间特别关注豆瓣，其实我很早就知道豆瓣，只是那时热衷于各种游戏，没有特别刻意于去豆瓣寻找各种信息。话儿说到这，我不免做个广告，豆瓣，是一个集书籍、音乐、影视甚至还有各种活动（演唱会、讲座、演出专场）等等信息于一身的大型咨询网站。再说说，逛豆瓣、混豆瓣的都是些什么人，我个人感觉，豆瓣上都是一些集闷骚，颓废，文艺，愤青等特色于一身的装逼好青年。如果你符合以上特点中的任何两项，那么我建议你经常进豆瓣看看，即使不说话，比如我，我从来不说话，我总感觉我的这些特色还不够鲜明；如果你仅符合最后一项，那么我也建议你进豆瓣看看，这里集合了各种装逼好青年，几乎所有的东西，都能找到那么一两篇装逼青年的评论。话儿，说到这了，怎么着，亲？你不知道豆瓣怎么玩儿？哥教你，打开度娘，输入书名或者电影名，空格之后加上“豆瓣”俩字儿，就OK了。混豆瓣也有段时间了，我没有在上面发表任何东西，因为我感觉水太深，其实最主要的原因，是感觉自己水平还不够，自从来济宁，我就很少网游了，于是又有了大量的时间，来阅读，来看电影，来听各种讲座，来获得大量的信息。其实，我感觉作为一个生在红旗下，长在和谐中的80后小青年，大概都会有我这种经历，十七八岁的时候，热衷于各种游戏，然后过了一段时间（这个时间因人而异，我的“一段时间”就特别长），慢慢的告别了游戏，慢慢的发现所有游戏都不适合自己，于是就放弃了游戏，有的好青年又重新回到正常人的渠道，放弃了游戏，进而放弃了网络，重新回到人民群众的怀抱中去，而有的青年，告别了游戏，却依然赖在网络上，或者沉迷于电影，或者沉迷于各种肥皂剧，或者沉迷于微博、贴吧，或者沉迷于阅读，而我，就是属于后者。读万卷书，行万里路的道理，相信所有人都明白，但是谁能做到呢？在现下这个效益至上的和谐年代里，谁还会隔三差五的买上一本书，静静的翻上几页呢？谁还会哪怕从网上下载一本好书，躺在床上，睡前醒时看几页呢？亲，建议你们多看点书吧，真的，往大了说，书到用时方恨少，往小了说，读书也还是有很多其他途径不能获得的乐趣呢。好吧，咱主要说说这个“往小了说”，我记得马未都先生曾经说过，收藏的乐趣，主要是拥有的乐趣，还有炫耀的乐趣。读书何尝不是呢？小小的卧室里，靠墙的书架上满满的各种各样的书，咱自己，偶尔兴起，看着这满满的书，都会不禁想起每一本书背后的故事，继而勾起你很多有关阅读的美好回忆，这个，就是拥有的乐趣吧？接茬儿说，如果你房间里有很多书，任何人进去，都会对你有一个比较好的印象，至少不会认为你是无所事事的小混混，我想这个，就是炫耀的乐趣吧？但是，这个乐趣，必须有个前提，你得买书。其实炫耀的乐趣，还有一层含义，三五知己，坐下畅谈，或清茶伴坐，或美酒酣饮，兴头所致，免不了狂侃一通，但是你如果读书比别人多，你哪怕再低调，也会不自觉的说出很多令人刮目相看的观点，或者信息，于是这个炫耀的乐趣，又多出了一层乐趣，知识的炫耀。怎么着？标题党？先别着急骂街，马上开始正题。在我的前一篇日志里，我说过，我买了两本书，这几天已经看完了，我几乎是逐字逐行，甚至是插图上的文字，也看好多遍。一是出于对两本书作者的崇敬，二是因为这两本书里给了我太多的启示。我不知道各位知不知道珍·古道尔博士，如果您不知道，请您劳驾翻看我的前一篇日志。说说，我是怎么知道博士的，没记错的话，是两年前，在老家看电视，一个纪录片，这个纪录片的名字很有中国特色，也很符合现在中国人的口味，《美女与野兽》！讲的是世界上几位在野生动物保护方面有杰出贡献的女性，毫无疑问，珍·古道尔博士引起了极大的兴趣，从那以后，我就大量的在搜索引擎上找博士的各种信息，百度百科里博士的词条，我看了不下十遍。通过这么多的了解，我逐渐发现，博士最大的贡献不是在于发现了黑猩猩能够制造工具，也不是建立了首个野生动物保育中心，也不是在全球范围内创立了覆盖60多个国家的5000多个活跃“根与芽”小组，而是，她放弃了她所热爱的森林，每年300多天巡回在世界各地演讲，试图通过自己的努力，来兑现她曾经说过的“改变一个地方，或者一个人”的承诺。首先，好吧，不是“首先”了，本文的“首先”，都让我废话了。《希望的收获》，这是一本有关食品安全以及人们如何通过正确购买、食用食物来改变地球现状的书。书里有一部分引起了极大的震撼，讲的是全球化日益严重而面临的一个严峻问题，我们究竟在食物运输的过程中付出了多大代价？举个例子来说吧，我的家乡是山东的一个小县

《希望的收获》

莒县，这个县虽然算不上人杰地灵，但也算得上物产丰富而且多样，几乎所有的作物都能在本地生产，但是，在超市里的蔬菜或者水果呢？在莒县的超市里你能买到烟台的苹果，能买到东北的大米，能买到出产于万里之外的食物。我们真的需要这些吗？运输这些东西的过程到底有多少步骤呢？运输这些东西的时间到底有多长呢？也许你要说了，我需要吃猕猴桃，莒县不可能出产，我需要吃美国产的蛇果，你到底仔细想过没有，我们真的需要吗？真的没有其他食物来代替吗？超市建立之前，人们不也没因为缺乏维C而患败血病吗？咱再谈一谈这个运输过程中的步骤，你知道这些食物在运输过程中如何保鲜的吗？几乎所有的果蔬都经过了放射性光线的洗礼。我们真的有必要放弃本地产的新鲜果蔬而去购买那些放射性的食物吗？而你又知道运输这些食物，汽车排放了多少有害气体吗？你知道在北京、上海等城市的交通压力，有一大部分原因，是运输食物造成的吗？《希望的收获》里，还有一部分，特别容易引人深思，就是转基因食品的危害。转基因食品对人体的危害到底有多重，或者到底有没有害，现在还没有真正定论。但是，有一点可以肯定，与非转基因的食物比起来，后者的味道更好，而且通过在动物身上的多次实验，动物毫无例外的会选择后者。这方面，不是咱们讨论的重点，咱这里着重谈一下转基因作物，对环境，对遗传多样性的危害。先说一下什么是转基因，简单的说，就是从根本上（基因）改变作物，如玉米容易有一种病虫害，好吧，我从别的植物身上发现了有一种抗病虫害的基因，于是我就把后者的基因转移到了玉米上。如果从这方面理解，转基因作物，没什么不好啊？是不是？纯绿色食品，有木有？而且还大大降低了农药残留的危害。但是，别忘了，地球之所以为美丽，就是因为其生物多样性而美丽。转基因的作物如果没有得到控制，就会以无法控制的势头，迅速消灭所有传统作物。而且，转基因作物，并不是绝对的不施用农药，它施用的农药更为恶毒，因为施用基因专注的农药，这种农药会杀死所有覆盖范围内的“非作物”。还有，书中还阐了大量转基因作物公司迫害农民的事实，他们企图用可耻的手段来垄断农业，比如，他们给农民的种子，都是一次性的，就是二代种子，是没有繁殖能力的，这样，农民只能沦为这些大型公司赚钱的工具。书中还有一部分，就是提倡我们吃素，这一点，我表示压力很大。书中阐述了，大型牧场的奶牛、鸡、猪等动物，是如何在拥挤不堪的环境里苦苦求存，还有它们在屠宰场中遭受的各种不道德的遭遇。有的牛，还没有断气，就被肢解；有些鸡，被活着抛进沸水；有些猪，受激素所害，拖着过度肥胖的身体，在运输车里，被同类踩踏……面临这么多严酷的现实，我们能做什么？或者我们做了什么呢？书中也给了很多有关这方面的正面信息。比如美国的麦当劳迫于压力而从本地购买原材料；沃尔玛也因为顾客强烈的呼声而和传统家庭农场签订了供货合同；美国政府，也因为多方面的呼吁和压力，而制定了转基因产品强制标识的规定；世界范围内，发生了很多次，农民清理转基因农作物的运动，他们强势的进入大型农场，将转基因作物连根拔起……那么在中国的我们能做什么呢？尽可能的从当地的农贸市场购买果蔬，因为这样，就会间接的减少地球的污染；在可能的情况下选择有机食品（现在中国，可能转基因食品还没有被要求强制标识，但是有机食品绝对是经过政府认证的），因为这样，你就无形中支持了一群为了地球的未来，而默默辛劳的，值得尊敬的农民；尽可能的少吃肉制品，更不要购买、食用野生动物，因为也许有一天，地球上所有的人都拒绝吃肉，这个星球上就没有杀戮更不会有不道德的大型牧场；尽可能的购买公平贸易的食品，如果你了解古巴的热带雨林因为美国养殖业的扩张，而纷纷开垦为玉米、大豆田，如果你了解，大多数的咖啡农，每天辛劳工作，只能获得2美元的收入，相信，你会这么做的；有条件的情况下，将垃圾分类，这样既方便了他人，也干净了自己，乃至整个地球。最后，请允许我再一次引用博士的话：“很多人问我，你想要来拯救地球吗？不，我并不那样认为。我们没有能力改变整个世界，可是，我们可以努力去改变一个人或一个地方，我想，这就够了”（本来，想两本书一起写，结果写到这，发现，后面那本书几乎没什么印象了，于是，我就华丽丽的放弃了。）

3、我是来反对这本书的内容简介的。比利时蓝牛是随机突变之后进行选择育种的产物。是与19世纪从英国引进的短角牛进行杂交增强其产肉的能力而选育的。该牛适应性强，其特点是早熟、温驯，肌肉发达且呈重褶，肉嫩、脂肪含量少。肌肉发达的原因是缺少一种基因，这种基因表达会产生肌肉抑制因子，缺少这种基因才会变得肌肉发达，简介中“站都站不起来，一站起来就骨折……而且这样的牛，也没有交配能力，只能靠人工受精。”是虚构的，是不负责任的说法。如果这是书中原话那我对珍·古道尔表示失望，如果是别人添加的，那我只好鄙视。从事有机农业几个月见证了很多为了推崇有机去诋毁现在科技的例子。在食品安全问题如此严重的当下，有机食品是安全度最高的这点是毋庸置疑的，但是很多人一面推崇有机一面打击现代科技就有点贱了。45天鸡事件刚出来的时候很多做有机的都开始“反思现代科技”认为“45天就养成的鸡怎么可能吃”。呵呵，45天成熟的白羽鸡和家

《希望的收获》

养的梨花鸡本质上没有什么区别，都是一代一代选育出来的。不存在哪个健康哪个不健康的区别。45天背后的饲养管理才是重点，他们却视而不见。（其实自己散养长养大的白羽鸡比土鸡好吃多了。）再回到比利时蓝牛上，可能很多人都因为怪而感到恐惧，不去吃这种肉，这是正常的，但是因为“食品安全关乎我们的心灵”这样伟大的主题去造谣去诋毁，这是我所不齿的。小麦是九千多年自然杂交和人工选育培养出来的，水稻也是自然杂交和人工选育培养出来的，你吃的近乎所有的食物都是这样来的。与它们的原始祖先相比，它们都怪的吓人，那你敢吃吗？

4、您吃了吗？我们今天已经很少有人这样打招呼了。也许我很落伍，但我还是觉得，这种老式的问候并不仅仅反映了过去人们对于食物匮乏的担忧。与现在空洞而公式化的“您好”相比，在过去大家彼此熟悉的传统社会中，它是那么透着亲切不见外，体现了非常具体的关心，极具人情味。毕竟，“民以食为天”，一个人是否饱餐了美味而营养的食物，无论是在身体上还是精神上都会产生重要的影响。别以为现代社会已经解决了吃饭的问题。即使我们遗忘了非洲饥民的悲惨命运，在我们这个时时以工业文明自傲的现代世界中，吃饭问题仍然危机重重，威胁着人类的生存，威胁着地球的未来。在《希望的收获》一书中，世界著名科学家和环保人士珍·古道尔，以大量触目惊心的数据和事实，提醒我们，现代工业社会目前在吃饭问题上的整个做法，是没有前途的，必须立刻改弦更张。只有我们重新恢复人类与土地、食物的亲密联系，才能保证人类的健康，保证生态系统的稳定，保证人类生活方式和文化的多样性，保证自然不至于受到人类贪欲的过分虐待。现代生活方式伴随着各种过去人们闻所未闻的各种可怕疾病，即使高度发达的现代科学支撑的医学对此也往往无能为力，主要原因就是我们今天在食物生产中滥用野蛮的杀戮手段。“我们正在用化学合成物质污染空气、水和土地。这些污染中的大部分源于生产我们食物的化肥、杀虫剂和除草剂等农用化学品。这些化学品有些是用来在战争中对付敌人的。我们还发现我们在饲养供食用的动物的过程中，令人无法忍受的残酷对待动物的行径简直是犯罪。”也许是由于国人的环保意识还是相对落后，也许是国人对于动物保护的仍然缺乏重视，也许是国内类似“三聚氰胺”的现象太过普遍，食品安全的形势过于险恶；本书的中文译本着重从国人更加重视的食品安全的角度来营销。其实，副标题“A Guide to Mindful Eating”翻译成“食品安全关乎心灵”并不完全准确，也许翻译为“正念的饮食”更加贴近原意。原文所强调的是我们吃什么，怎么吃，关系重大，必须提高认识，高度警觉。现代食品工业制造严重的健康问题。食品添加剂、过量的残留农药和杀虫剂、肉食中过量的抗生素，不仅使得食物早已丧失了原有的风味，更使得今天的食物变成了危害健康的毒药。猪、牛等经济动物的大规模工厂化养殖造成了严重的水污染。所有这些都已经成为广为人知。更让人们提心吊胆，坐立不安的是转基因食品全面渗透，这些食品真的不会给人类严重灾难吗？对此我们并没有确切的知识，然而在没有可靠保障的情况下，这些历史上人类从未接触过的转基因食物早已成为了我们今天果腹充饥的主要内容。追踪食品安全和环境保护问题的根源，我们会发现，这是工业化和全球化的恶果。跨国公司等利益集团为了自身的利益，以科学、现代的名义，利用和蛊惑现代人的贪欲和懒惰，贬低传统文化的价值，打造了一种有利于他们谋取暴利和控制的饮食文化。在全球各地的传统文化中，种植、收获、买卖、烹饪和享用食物决不仅仅意味着商业利益的满足，也不仅仅是身体需要的满足，还具有更深刻的文化含义，涉及到人与自然关系的理解，涉及到社群的团结，涉及到家人分享喜悦和痛苦。然而，工业文明的兴起，尤其是在过去的一百多年中，食物生产的工业化、技术化，让我们一步步远离了食物的生产过程，从而逐步丧失对食物的亲身感知和理解。我们开始习惯于，在完全不知道嘴里的食物是什么，它是如何种植、如何收获、如何烹饪和它从何处以及如何来到我们的餐桌的情况下把食物吃下去。全球化的食品贸易，不仅让许多小规模有机食品的生产者纷纷破产，也极大地浪费了可贵的能源，加剧了全球温室化现象。而为了能够在长途跋涉中保持食物不至于腐烂变质，各种防腐剂、添加剂又会败坏食物原本的风味，并让食物不利于健康。大规模种植业和饲养业的兴起，也导致了饮食文化多样性的丧失。食物的标准化使得地方风味正在成为奢侈的享受。温馨的传统生活方式的没落更是人类文化的重大损失。因此，要真正解决目前的食品问题，只有启动和加速全球化的逆向过程：走向本土化。古道尔介绍了在全球各地，觉悟了的人士所作的种种尝试：如有机农场，慢食运动，乐活，提倡食用当地食品、公平交易运动等等。她特别强调每一个消费者的力量，我们每一次消费行为都是在选择人类和地球的前途，都是在决定是否要保护生态环境，保护动物福利，保护人类的健康和未来。作为“联合国和平信使”，古道尔女士给我们带来的是一种和平的福音。她希望我们能够“进入一个环境污染更少、动物不再遭受虐待、人类更加健康的世界。”她更热情地期望，“在脱离全球随处可见的不安全和残酷惯例的行动中，中国有条件起到带头作用。”作为一个拥有悠久历史的文明古国，我们曾经拥有最为发达的农业技术，

《希望的收获》

在我们的土地上繁育了最为稠密的人口，创造了长期可持续的农业文明，面对今天全球环境恶化、生态危机、食品安全受到严重威胁、动物遭受严重虐待的局面，我们勤劳智慧的中国人会做出什么样的贡献呢？

5、我觉得这本书还挺好的，封面上作者珍婆婆慈祥而又具有穿透力的眼光，渗透着几丝冷静，反射出对环境的担忧。文字通俗易懂，不像那种长篇大论。从字里行间能学到不少。闲时翻一翻，不错！

6、你的“购买”决定食物的未来看到古道尔博士的《希望的收获——食品安全关乎我们的心灵》，第一反应是诧异：古道尔博士不是在森林里研究大猩猩的专家吗？怎么也掺和到说不清楚的“食品安全”漩涡里面来了呢？出于职业习惯，我还是将这本书买了下来（因为工作的关系我很关注食品安全类的书）。没有想到，很快地，我就因为这本书陷在古道尔博士的智慧里面难以自拔。整整两周，上下班路上，北京的地铁二号线里面，我一直在反复翻看这本给我带来心灵震撼的书。说实话，我那时正处于个人的低潮期，我是个爱体会“享受”的人，比如享受食物，享受空气，享受蓝天，但是社会现状让我最想享受的却享受不了：糟糕的食品安全现状让我吃饭的时候会想到是不是吃到了什么慢性致癌物，首都变成“首堵”让我不想深呼吸，害怕呼入天气预报里面的首要污染物——“可吸入颗粒物”。过了奥运会，“蓝天”数量明显减少，我也很少看到我喜爱的深蓝色出现在天空中。作为个人，我无法改变周围的环境，我越来越觉得自己很“渺小”，我还有些焦虑。然而古道尔博士的书让我看到改变我焦虑的“希望”，不仅仅是“希望”，还看到“收获”的可能，因为她在书中见证的“收获”的事实。前不久结束的两会让“转基因主粮”这个词出现在观众的视野，引起了教授们甚至院士之间的争论，作为民众，大概很少人深入了解转基因食物。在古道尔博士的书中，讲到一位加拿大农民的土地被孟山都公司的转基因油菜种子污染，孟山都公司非但不赔偿这位农民的损失，反而起诉这位农民侵犯了他们公司的专利权，要求他向孟山都公司支付赔偿金，然而这位农民在忍受漫长的诉讼后最终被最高法院判定他无须赔偿他们的损失，他取得了胜利，然而还有更多的农民被种子公司起诉。在她的书中还披露了许多动物对转基因生物表现出本能的厌恶。还有一位研发转基因土豆的科学家因为在电视节目中讨论他发现转基因食物不安全并表示他本人不再吃转基因食物而被科学界责难。古道尔还指出因为生物技术公司的利润和人类以及环境的健康是有矛盾的，关于转基因的辩论会越来越激烈。在国内常见大豆油贴有“转基因”的标签，然而我们常吃的豆腐大部分也是转基因大豆做的，却没有见到被贴标签。有心的读者可以继续查找，其实国内有很多食物都是转基因食物，只是我们以前不知道而已。在她的这本书里面，还讨论了动物（包括水产品）的生存状况和不安全性，以及畜牧业带来的环境污染。这本书还让我反思：现在物质丰富，而孩子们看起来却不如我们小时候那么健康，这是为什么？讨论我们面对的“不安全之处”是没有用的，如何解决这些事带来的担忧才是老百姓最想知道的，古道尔智慧的说：就目前来看，我们无法轻易摆脱自己做过的事，却可以停止继续犯错误，而且有十拿九稳的方法——吃有机食物。因为有机食物是不用农药、化肥，不含转基因生物体，也不会用放射性射线辐射保存。也许有的人会认为：有机食物多贵啊。但实际上这些贵是值得的，想想我们花了多少钱去买时髦的衣服、买珠宝首饰、买豪华汽车，难道这些东西比我们以及我们孩子们的健康还要珍贵吗？况且，如果你主动地去认识城市周围的家庭有机农场，从当地的农场直接购买食物，你会发现有机食物的价格不是贵的那么不可接受，价格只是非有机食物2~3倍，这是很正常的。如果你再花时间和你的孩子一起去了解有机食物的生长过程，你会觉得你的那些钱花的相当值。读完本书，我终于知道为什么古道尔博士在书名中说“食品安全关乎我们的心灵”了，是啊，当我们能控制自己的食品安全的时候，我们心里就不会为这事纠结了；当我们每天花的钱都是在支持那些保护地球的机构时，我们的心也会因为做了正确的事而倍受鼓舞；当我们跟周围的人宣传古道尔在书中所倡导的行为时，我们心里的“爱”也找到了正确的释放渠道。而当我开始按照书中的“你能做什么”部分开始行动的时候，我发现我的收获越来越多。我开始从北京郊区的家庭农场买有机菜，让全家而不仅仅是孩子吃有机菜，全家人都赞美这些可口的食物以及我的正确选择，在购买的过程中，我还和农场主成了朋友，从朋友那里，我看到信仰的力量。本书的最后一章，古道尔博士说“记住，每次购买食物都是一次投票。我们或许被诱导，认为自己小小的行为并不重要，一餐饭不会造成多大的不同。但是每一餐饭、每一口食物，都有如何与何处栽种或饲养，以及如何收获的丰富历史。我们的购买、我们的投票，将决定未来。我们需要成千上万的选票，投给那些恢复我们地球健康的农业实践。”这句话以及这本书让我感到，古道尔博士仿佛是一个祖母级别的智者，在我们耳边轻轻地而又坚定地说：“你非常重要，你的每个选择都将决定地球的未来！”我们常常因为现实和无法改变现实而感到无奈，我坚信读者朋友们读完这本书后会觉得那种食品安全现状带来的“无奈”感会消失得无影无踪

《希望的收获》

！作者：涂润林

7、大学时候曾经去听珍妮古道尔的演讲，晓得她一个女人家长年累月亲身观察黑猩猩的执着，很是喜爱。《希望的收获》却并不是她有关黑猩猩的著作，而是有关食品安全、环境保护、观念转换的“希望的收获”。书中，她大量讲述了美国大食品公司大量使用转基因种子，垄断中小农业公司，驱赶小农户，让你发现你逐渐习以为常甚至引以为傲的城市生活其实有多么可怕——牛都不吃的玉米，你吃么？生活在极为恶劣的环境中的牛、鸡、猪、鱼……体内充斥着无数的抗生素，一切毒素终将代谢到你的体内并沉积，这就是我们渴望的所谓富足的新社会吗？那么，希望的收获是什么？就是那些从一点一滴开始改变这样大环境的人们。今天早上在马路边看到一个很不显眼的横幅，垃圾分类，垃圾减量，从我做起。这就是“希望的收获”的一部分。其实过去我也不是很注意环保——我更关注我们人类，我们民族的同胞，人活得不像个人样，还顾忌得到那么多千秋万代后的事情吗？但这本书令我观念有了很大改变，其实有时候一点细小的积实就会转变你的看似无比顽固的执念和劣习。比如过去其实我经常会对我厨房里一代又一代的垃圾感到抱歉，我这个人吧，买东西不是很有计划性，尤其买菜总是买多，且还喜欢买那些包堆儿的，所以每次打理完，总是会有大量的下脚料，每每做多了或者做得不好吃或者没计划好吃剩了，大量的浪费总是觉得很自责。以前总觉得要是在乡下有鸡有猪喂呢，这些就不浪费了。但这次在书里发现，这种厨余垃圾不仅仅是浪费原材料本身的问题，由于它们水分很大，燃烧困难，总之在垃圾处理的时候还会浪费更多的能量。最好的办法就是做厨余堆肥。当时我看完书马上就找了一个废盆子放到厨房，第二天的厨余就单独分类放置了，然后在网上查了很多有关的资料，不过没查到多少，这个事情主要还是要尝试一下，否则再多资料也没用。攒了一个周的厨余，我周末出去挖了土回来处理。自然而然的想到，自己搞那么多堆肥干吗用？养花吧种菜吧！于是我在淘宝买了很多菜种和有机肥以及腐殖土和花盆，在花鸟鱼虫市场买了点花，很迅速地在阳台摆满了绿植。新的厨余每天都有，有了第一盆的经验，后边一次的处理更加迅捷省力，阳台上的种子已经发芽了，它们也是“希望的收获”。随手两三个小时翻阅的一本书，改变了阳台的颜色，每天看着可爱的小菜苗，心中充满喜悦，生机，植物的生机，是这个世界上最古老最有力的灵。所谓的低碳生活，并非苦行僧式的自虐，为了未来的美好，也同样在当下制造美好。

8、其实。。。我并不完全同意goodall的观点。当然，抛开Goodall的个人魅力，她所诉说的都值得关注。譬如转基因食物，他写了很多否定的话，我无法知道对错，但我同意他写的这么一句话：大约65年前，人们相信DDT对人、动物和环境无害。对于新技术，我们是不是应该更有耐心？当然，对于公司来说，利益是最重要的。另外，看到这本书的排版，Goodall会不会感觉太浪费呢？中国许多书籍为了增加页码，都是排版得空空的书价，与印张有关吧。仿佛卖的不是书，是纸张推荐另外两本相关的书籍：疾病发明者<http://www.douban.com/subject/1837108/>牛奶 谎言与内幕<http://www.douban.com/subject/3238219/>

9、“大多数人往往选择不去了解。”他们会说，“我爱动物，光是想到他们受苦，就让我受不了。请别跟我说了。”但是，只有充分了解残酷的现实，我们才会做出努力来改善动物的生活。我们绝不能容忍消极不作为，不能将我们的头埋在沙子里，继续过着正常的生活。”摘自珍古道尔所著《希望的收获》。该书主要从四方面入手，1)介绍了传统农耕方式与大自然的和谐统一以及大规模转基因生产模式及化学品的运用对环境带来的不可持续性；2)现代工业模式下的饲养场里的动物们的惨境及其给我们人类带来的不良后果；3)被洗劫的海洋和因此带给人类的危害。4)希望。每一主题最后也是最重要的部分就是：我们能做什么？每个人都能出把力，不用脱光衣服告诉大家宁可这样也不穿动物的皮毛制品，不用一定吃全素。改变世界可以从一次购买、一餐饭、一口一口的改变。我们可以这么做：1. 不浪费（在这个过度消费的世界里）2. 买有机食品3. 尽量吃散养的动物及蛋类（以便帮农场动物过上更好的生活）4. 少吃肉类，成为素食者或半素食者5. 吃本地，吃当季6. 不吃快餐7. 可以把家里的水龙头加过滤器，以免喝瓶装水8. 别把水视为理所当然，别浪费（及时关掉水龙头，瓶装水开了就喝完它，没有选择用水的马桶水箱里可以放一个装满水的瓶子，以节省水（这个是我自己的方法））9. 买公平交易的咖啡10. 还有很多很多也许大多数人不喜欢改变，更不高兴别人告诉他们应该做什么。但我相信很多人象我一样，也喜欢健康的生活，也渴望能为善待动物与和谐的生态环境出一份力，却不知从何入手。珍说的对：“继续充满希望。”开始行动，其实很简单。在我们爱护地球和其它地球公民的同时，我们也可以活得更加健康。

《希望的收获》

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:www.tushu000.com