

《樂活的10個主張 - 台灣第一本有機食物主權倡導書》

書籍信息

版次：1

页数：238

字数：

印刷时间：2009年12月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9789575228644

內容簡介

食物也有主權？

是的，每一口吞進肚內的食物，主宰著你的身體健康。全台灣第一位有機食物倡導者李鴻圖，隆重推出*的「食物主權」概念，提醒現代人，正視吃進口中的每一口食物，並省思大地之母的珍貴價值。

寧吃昂貴藥品，卻嫌有機價昂？

當你因為有機商品價昂而卻步的同時，請思考是否已因毒素食物，漸漸消耗自己的健康？與其如此，不如加入樂活一族，開始接觸反映環境成本的有機食物。

「對時」食物的美妙滋味

當超商隨處可買得到「不對時」的蔬果、食物，你可以選擇重新拿回主導權，購買「應時而生」的蔬果，因為你無從得知，「不對時」蔬果的背後，究竟噴灑了多少化學藥劑，使其違背大自然訂下的「天則」。

作者簡介

李鴻圖

捍衛生態的絕地戰將Jade Warrior

有機樂活文化推動者

李老師是位生態有機專家，擁有相關領域20餘年的經驗，創辦妙鷹有機農產品品牌十五年，但對於推動大地環保卻仍然一如新鮮人，始終熱誠無比。

倡導回歸自然的李老師，堅持與土地共生、共長、共存、共榮。因為對環境日益惡化議題的關注，重新思考人類文明與自然的關係，進而悟覺自然生態有機農業，是兼顧經濟與環保的再生產業，也是再現蓬萊仙島的契機。

土壤為大地之母，媽媽健康才能生出健康的小孩。面對現代人飲食與生活的隱憂，多年來老師除了以妙鷹有機實驗農場身體力行自然農耕法，更默默推行自然的生活態度與尊重萬物生命的理念，希望讓更多人在自然法則的體悟中，享有真正健康而快樂的生命，同時也為大地環保盡一份力量。

目录

推荐序一 以平常心经营乐活人生
推荐序二 圆融身土无二的智慧
推荐序三 减过度！增过少！快乐过日！
作者序 现代人吃食物，还是被食物吃？
主张1 探究食物标籤背后的故事
主张2 照顾地母是有机乐活不二法门
主张3 用真诚创造如实有机
主张4 耐心寒假〔对时〕的妙滋味
主张5 吃在地食物吃出爱
主张6 尊重农业并给予鼓励
主张7 支持有机的珍贵价值
主张8 天然食物尚好
主张9 今天回家做饭、吃饭
主张10 珍惜食物，过简樸生活

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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)