

一座小行星的新飲食方式



[一座小行星的新飲食方式 下载链接1](#)

著者:Frances Moore Lappe

出版者:大塊文化

出版时间:20070705

装帧:平装

isbn:9789867975522

三十年前，《一座小行星的飲食》改變了數百萬人的地球觀，它是本書前身，探討的是：富饒的地球為甚麼會有飢荒？三十年後，作者帶著女兒安娜(梵文「食物」的意思)，走訪世界各個角落，繼續探尋著人、食物與地球之間環環相扣的意義，以及食物資源匱乏的解決之道。一場新的意識形態戰爭，決定了人類會有甚麼樣的星球，更決定我們將擁有甚麼樣的心靈。這不僅是改造地球的契機，更是一趟意義非凡的心靈之旅，它？A6示著：我們雖然只有一個地球，它的繁盛未來牽繫於我們此刻的作為。這本書和希望有關，也和幸福快樂有關。

三十年來，數百萬人轉向以素食為主的有機飲食，同時有更多人吃下比以往還要多的肉。這其間，全球更首度出現飢民與過食者人數相同的矛盾現象，反映著全球經濟在創造前所未有的富足同時，卻也使貧窮挨餓的人痛苦加劇。一股新的趨勢因而竄起，那就是擷節自然資源，以維護全人類而非少數人的福祉。本書涵蓋了兩個世代的觀點，由一對自稱在「希望邊緣」遊走的母女所完成。這趟旅程以食物為出發點，決定她們想去？認識誰，或見識哪些事。主角包括此行遇到的人們，他們證明了許多可能，並朝著希望邁進。不同的文化、氣候與飲食習慣，卻有一群人對人類該如何生生不息抱持著相同看法，他們將經濟生活與永續經營地球的概念結合，為肯定生命的價值與社群注入了新血，更從對食物的用心觀察中，發掘了新的世界觀。

作者介绍:

法蘭西斯·拉佩(Frances Moore Lappe) 與 安娜·拉佩(Anna Lappe)

法蘭西斯有十三本著作，其中包括一本暢銷全球三百萬冊的《一座小行星的飲食》(Diet for a Small Planet, 1971)。曾參與創立兩個致力於解決全球食物問題與發展草根民主的組織。1987年獲頒「正直生活獎」(Right Livelihood Award)，此獎被喻為「另類諾貝爾」。至今只有四位美國人獲此殊榮。本書寫作期間，法蘭西斯也是麻省理工學院的訪問學者。安娜是法蘭西斯·拉佩的女兒，擁有國際事務與公共事務研究的碩士學位。從小就接觸異國文化，在南非、英國、法國與美國等地成長與工作。

目录:

[一座小行星的新飲食方式_下载链接1](#)

标签

饮食

素食

生活

环保

美食

哲学

乔布斯

美国

评论

:无

我们对自身关注的太多 为地球倾注的太少 世俗生活湮没了灵性 变得越来越不爱思考

其实一般，都是作者的感想和经历而已

超级推荐这本书！

营养学书籍中的老大。

其实，吃真的是一种观念吧。许多东西挺难吃的。暂且我还追求健康饱腹，味道什么的追求的越来越淡了。

世界各地的人们为了解决粮食危机，让贫困的人实现温饱在做着各种努力。美国的有机小农场，巴西的无地农民运动，孟加拉的小额贷款，印度的种子运动，还有尼泊尔，肯尼亚，欧洲。。。它并没有给我一个明确的答案：怎么才能彻底解决地球上的贫穷与饥荒。但给了我一些可能性。展示出在世界上的一些地区，一些人为之努力的结果。我们对世界和自身的看法总是在不断的修正中，我们需要多看，多听，继而多想，才能更接近真实。

我相信持续的吃健康食物会给精神状态和人带来很大的改变。但是我也相信，一旦你突然崩溃，开始吃零食，那么也是个无法逆转的堕落。。

one of the best I read in the recent years

巴西无地农民运动，孟加拉葛拉敏银行，肯尼亚抗沙漠绿带运动……本书值得一看，让人思索解决全球饥饿之道，其实人人有责。政府以国家之名为少数人谋福，多数人只有依靠勇气，互助与悲悯之心追求生之光明。

看不下去，作者一直在扯淡，和平饥荒什么的。我本以为这应该是讲营养知识的书。

让心灵旅行的一本书。

沒有過多的數據資料來解釋糧食危機，以平易近人的說詞來講述人們的飲食行為會對世界造成什麼影響，並與讀者分享能做出什麼改變，能給人很多啟發。

我没读过，但是特别想读，哪里有资源呢？？？！！

影响乔布斯的一本书

[一座小行星的新飲食方式 下载链接1](#)

书评

我喜歡最後她們為這段旅程下的結論，每個人都能管束自己，將恐懼轉化為勇氣。人們常常忽略自己有選擇的自由，這個忽略可能來自於無知、或者來自於無暇思考。請

大家不要被我這篇沉悶的書摘給嚇到，我做這篇書摘是為了讓自己記得所有的細節，因為太愛這本書，讀起來心曠神怡。...

這不是論語,柏拉圖對話錄之類的傳世經典,但卻是我看過,極少數從作者親身經驗上,在社區運動與環保運動的領域中,去探索"修齊治平"這幾個從個體微觀到整體宏觀的不同層次,其間可能的統一或協調關係.我說得有點抽象.但本書一點也不抽象.所見所聞所討論的,都是非常具體的現象...

留言時間：2006年10月14日 05:39 PM
早上起床看到yahoo的新聞，今年的諾貝爾和平獎由孟加拉的Muhammad Yunus獲得。他所成立的Grameen Bank實施的小額貸款，成功地讓許多人擺脫貧窮。前兩個月經典雜誌曾經介紹過這個組織，他們相信女人、還有貧窮的人比富有的人更值得信賴，而...

[一座小行星的新飲食方式 下载链接1](#)