

life Vegan

حياة نباتية

من اجل الانسان ، البيئة والحيوان

من أجل البيئة والارض

الصناعة الحيوانية تطلق غازات مسببة للاحتباس الحراري، أكثر من جميع وسائط النقل مجتمعة فتعد مسؤولة عن 18% من انبعاثات الغازات مقابل 13% لوسائل النقل

تلوث الهواء يتسبب في وفاة الإنسان أكثر من الملاريا والسيدا مجتمعين ,7 مليون انسان عام 2012

تعد غابات الأمازون رئة الأرض ونسبة 91% من الدمار الحاصل فيها عائد للزراعة الحيوانية

وفي كل ثانية يتم قطع مساحة ملعب كرة قدم من الغابات المطيرة حول العالم ما يعادل 75% من الأراضي الزراعية بالعالم تزرع كعلف للحيوانات لذلك تعد السبب الرئيسي لتدمير الغابات وبالتالي إنقراض الكائنات

ينقرض الكثير من الكائنات الحية بسبب فقدان مواطن - العيش وبحلول عام 2020 يتوقع أن يكون هناك 67% منها مهددة بالإنقراض

30٪ من المياه النقية على الارض تستهلك من قبل الزراعة الحيوانية. 12000 ليتر من الماء هو ما يحتاجه 1 كغ من اللحوم الحمراء
(ما يكفي للإستحمام لمدة تزيد عن 8 اشهر)

النباتية الصرفة Vegan

النباتية الصرفة (الفيغان) هي نمط حياة غايته الحد من القسوة الموجهة ضد الحيوانات ومن استغلالهم بكافة الأشكال ولأي سبب كان، إلى ابعد حد ممكن وعملي

يتبع النباتية ما يقارب 500 مليون انسان حول العالم، وتزداد نسبة التحول للفيغن بشكل مدهش فقد ارتفعت بنسبة 360% خلال العقد الأخير في بريطانيا، فما هي الأسباب التي تجعل الملايين من الأشخاص يتبنون نمط الحياة هذا؟



4/3 من المسامك استنزفت بسبب الصيد البحري - الجائر

50٪ من إنتاج الحبوب بالعالم تعود لإطعام الحيوانات، فإنتاج 1 كغ من اللحوم يتطلب من 12- 20 كغ من الحبوب

لو تم تخصيص هذه الحبوب كطعام للبشر لأمكن - القضاء على المجاعة العالمية، التي تتسبب بموت طفل كل 5 ثواني

لمزيد من المعلومات شاهد وثائقي Cowspiracy

على موقعنا

من اجل صحة مثالية

يمتلك البشر المقدرة على عيش حياة صحية مثالية ومع ذلك نسبة الوفيات التي تسببها الأمراض أكثر من نسبة الوفيات التي تسببها الحروب والحوادث، ووفق الإحصائيات فإن أكبر نسبة من الوفيات تحدث بسبب أمراض القلب التي تقتل ما يقارب 600 ألف إنسان سنوياً في أمريكا وحدها ويليها أمراض السرطان

تعطى المضادات الحيوية بكميات كبيرة للحيوانات وتنتقل للإنسان عن طريق اللحوم والمنتجات الحيوانية مما يسبب ضعف المناعة لدى الإنسان وعدم استجابة للعلاج، وهذا ما .يجعل مقاومة المضادات الحيوية من أخطر مشاكل العصر
يعرف الجميع نصيحة الدكتور المعتادة عند الإصابة بالأمراض: إبتعد عن اللحوم

ولكن ماذا لو ابتعدنا عن اللحوم والمنتجات الحيوانية قبل الإصابة بالأمراض؟

أثبتت الأبحاث العلمية أن الحمية النباتية لا تقي من الأمراض القاتلة وحسب، بل أيضاً تعكس تطورها وتساعد في شفاء معظمها

من الحقائق العلمية التي قد لا يعرفها الكثيرون أن معظم جمعيات التغذية العالمية ومنها الجمعية الأمريكية للتغذية، اعترفت بصحة الغذاء النباتي الصرف لجميع الأعمار وهناك الكثير من الأبحاث الحديثة التي أكدت على خطر المنتجات الحيوانية على الصحة وعدم توافق جسم الإنسان معها لإحتوائها على الكوليسترول والدهون المشبعة، التي تعتبر المسبب الأول لأمراض القلب وارتفاع الضغط، يمكن الرجوع إلى كتاب "كيف لا تموت" للدكتور مايكل غروغر و"الدراسة الصينية" للدكتور كولن كامبل
أو مشاهدة "استئصال الأسباب الرئيسية للوفاة" على موقعنا



من اجل الانسانية

يقول الحكماء: كما تفكر وتأكل تكون، ولهذا المثل أثر عميق على السلوك الإنساني سواء من الناحية الشعورية أو الفكرية، يقول تولستوي: "طالما بقيت المسالخ موجودة، ستبقى ساحات المعارك مستعرة" فلو أردنا السلام يجب أن نعطي السلام لمن هم تحت رحمتنا

تناول اللحوم متناقض مع قيمنا الإنسانية العليا، فنحن بفطرتنا نرفض التسبب بالأذى والضرر للغير، لذلك لا يستطيع معظم الناس قتل الحيوانات بأنفسهم أو حتى النظر لفيديوهات القتل، وفي ظل توفر جميع المأكولات النباتية فإن المنتجات الحيوانية ليست ضرورة

!ليس هناك اسلوب رحيم لقتل كائن لا يريد الموت علينا الاعتراف بأن الحيوانات وجدت معنا وليست من أجلنا، ويجب أن نتركها لتعيش حياتها بسلام وأمان



من اجل حقوق الحيوان

56 مليار حيوان يقتل سنويا للاستهلاك البشري بحسب إحصائيات 2008، ومن المتوقع أن يتضاعف العدد بحلول عام 2050

تعيش الحيوانات خلال فترة استهلاك الحليب أو البيض وقبل قتلها حياة مزرية، حيث تحبس في مساحات ضيقة لا ترى النور، ولا تلقى رعاية صحية كافية وغالبا ما تصاب بأمراض وأوبئة، ويتم إبقائها على قيد الحياة عن طريق حقنها بمضادات حيوية ريثما يحين موعد قتلها

تجارب نباتية

مرَّ على انشاء مشروع حياة نباتية 5 سنوات تلقينا خلالها آلاف الرسائل لمشاركين اتبعوا الغذاء النباتي أو النباتي الصرف، وتحدثوا عن العديد من الفوائد الشخصية مثل نشاط أكبر، تخلص من الوزن الزائد، قوة بدنية وقدرة فكرية أكبر، التخلص من مرض السكري، ووقف إنتشار السرطان وعلاجه، إنخفاض الكوليسترول للحد الطبيعي، علاج إرتفاع ضغط الدم وغيرها العديد

فوائد الحياة النباتية لا يمكن إختصارها في هذه المساحة، لذلك ننصحك أن تجرب بنفسك ونحن موجودون لمساعدتك، يمكنك الحصول على جميع المعلومات التي تحتاجها من موقعنا

www.VegsLife.com

يحوي الموقع مراجع المعلومات المذكورة ومواضيع مفصلة عن طرق الانتقال للحمية النباتية وعشرات .الوصفات النباتية الشهية المتوفرة في البلدان العربية
ويمكنك متابعتنا على فيسبوك، تويتر، ويوتيوب أيضا

www.facebook.com/vegslife

www.facebook.com/groups/143248022481997

www.youtube.com/c/VegslifeA

twitter.com/Vegs_life

life Vegan
حياة نباتية



امثال واقوال :

سيأتي الوقت الذي ينظر بشر مثلي لقتل الحيوانات ،بنفس الطريقة التي ينظرون بها لقتل البشر - ليوناردو دافنشي

خطيئتنا الاسوأ تجاه اصدقائنا الحيوانات ليست كرهنا لهم بل عدم اكتراثنا بهم هذا هو جوهر الانسانية - جورج برنارد شو

ما أبشع ان تزدرد االمعاء امعاء اخرى وان يسمن الجسد على لحم جسد اخر وان يحيا كائن على قتل كائن اخر ! - فيثاغورس

طالما استمر البشر بذبح الحيوانات سيستمرون بقتل بعضهم البعض - فيثاغورس

تقتل ما بين 970 الى 2700 مليار سمكة سنويا، غالبا خنقاً أو سحقاً أو تجمد وهي على قيد الحياة، وتموت في عمليات الصيد ملايين الأسماك الكبيرة كالدلافين والحيتان بسبب شبكات الصيد العملاقة

أكثر من 115 مليون حيوان في العالم يستخدم من أجل التجارب ، وتشير التقارير أن تجارب العقاقير على الحيوانات لا تعطي بالضرورة نفس النتائج على الإنسان بسبب الخصوصية البيولوجية لكل كائن حي

أكثر من مليار أرنب يقتل سنوياً من أجل الفراء، وأكثر من مليار حيوان آخر يقتلون من أجل جلودهم، وفي كثير من الحالات وهم على قيد الحياة

لمزيد من المعلومات شاهد وثائقي "أبناء الأرض" على موقعنا

الكثير من هذا الظلم يمكن وقفه لو غير كل فرد عاداته اليومية، كن انت التغيير الذي تريد ان تراه في العالم