

<<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：2009-10-1

出版时间：陕西人民出版社

作者：珍·古道尔

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，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.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年就和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。

<<希望的收获>>

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，这使我想起了儿时熟悉的田地，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——当然受影响的不只是“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，采取纯自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>>

<<希望的收获>>

内容概要

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？

珍·古道尔是全球最前沿的黑猩猩权威，国际知名的自然资源保护者，珍古道尔研究会的创始人，曾获得多项著名科学奖。

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。

曾几何时，人类与维持其生存的地球和动物有着更紧密的联系，但是跨国公司控制了我们的食品，影响了我们的文化，使得我们可以在完全不知道是什么，以及食物是如何种植、如何收获、如何烹饪和从何而来的情况下把食物吃下去。

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·古道尔著名的黑猩猩研究专家，国际知名的自然资源保护者。

她是珍·古道尔研究会的创始人，获得过多项著名科学奖。

古道尔博士是多部全球畅销书（包括《希望的理由》）的作者。

加里·麦克艾弗伊技术咨询师，创立了珍·古道尔研究会的西雅图志愿者大本营，目前正在写一本小说

。盖尔·哈德逊出版过很多关于自然、健康的书籍，包括《我想镇定》《30位作家关于做青少年父母的看法》等。

<<希望的收获>>

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 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个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，帐篷入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

<<希望的收获>>

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物建立新型关系。

——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>>

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:<http://www.tushu007.com>