

Fra Kriser til Fred

*Organisk, vegansk levestett
er svaret*



*The Supreme Master
Ching Hai*

FRA KRISER TIL FRED:
ORGANISK, VEGANSK LEVESETT ER SVARET

The Supreme Master Ching Hai



Forfatter:
The Supreme Master Ching Hai

Cover Design:
Gena Balaria and Dawn Faith

Tekst Design og Layout:
Mateo Rivera

Utgiver:
Love Ocean Creative International Company, Ltd.
P.O. Box 109-973 TAIPEI
TAIPEI CITY, 11099, Taiwan (R.O.C)
Telefon: 886-2-2706-5528 & 886-2-87896317
www.loveoceancreative.com / E-mail: info@loveoceancreative.com

The Supreme Master Ching Hai © 2010
Første utgave: November 2010
Andre utgave: 2012
Trykket i Norge, November 2019
ISBN: 978-986-6061-01-1 (paperback)

Alle rettigheter er reservert.
Du er velkommen til å reproducere innholdet
i denne utgaven med tillatelse fra forlaget.

Denne boken er miljøvennlig,
med soyabasert blekk og resirkulert papir.

*For å spre overfloden av kjærlighet,
vennligst del denne boken med
dine venner og kjære.*



Denne vakre planeten ble skapt
takket være alle dens beboeres
gode karma. Men hvis alt blir
dekket av ny dårlig karma,
så vil planeten og/eller
dens beboere gå under.

Skap god karma:

Vær kjærlig

Vær veganer

Tenk grønt

~ Supreme Master Ching Hai



INNHALDSFORTEGNELSE



FORORD.....	VII
EN KORT BIOGRAFI OM SUPREME MASTER CHING HAI.....	XI
EN PERSONLIG BØNN FRA SUPREME MASTER CHING HAI TIL VERDENS LEDERE	XV
EN MERKNAD VEDRØRENDE ANDRE UTGAVE	XIX
BREV OM VERDSETTELSE	XXI
1. DEN VEGANSKE LØSNINGEN FOR Å REDDE VERDEN	
I. En planetarisk nødssituasjon.....	2
II. Vårt matvalg står om liv og død	4
2. ADVARSLER FOR Å VEKKE MENNESKEHETEN	
I. Det er verre enn det verst tenkelige	12
II. Tiden løper fra oss.....	25
III. Takle roten til problemet nå.....	27
3. ØKOLOGISK VEGANISME FOR Å HELBREDE PLANETEN	
I. Nedkjøl planeten og gjenopprett miljøet	34
II. Det er den raskeste og grønneste løsningen	54
III. Gi liv for å spare liv	58
4. VEDTA VEGANSKE LOVER OG STRATEGI	
I. Verdens ledere bør være et eksempel.....	64

II. Regjeringer må handle raskt.....	65
III. Dyrebøndernes vellykkede overgang til alternative karrierer	80
IV. Eksempler på god samfunnsmessig koordinering og styring.....	82
V. Økologisk veganisme er en åndelig bevegelse	86
5. UMIDDELBART GLOBALT SKIFTE TIL PLANTEBASERT KOST	
I. Verden trenger medias edle tjenester og lederskap.....	90
II. Religiøse ledere guider andre til den rette måten å leve på.....	91
III. Edel utdanning lærer bort en sunn grønn livsstil	93
IV. Frivillige org som fremmer den veganske trenden	97
V. Vær den forandringen du ønsker å se.....	99
6. MENNESKEHETENS SPRANG INN I DEN GYLNE TIDSALDER	
I. Et vendepunkt i menneskehetens utvikling.....	110
II. Jorden stiger opp til en høyere galaktisk sivilisasjon	114
III. Realiser Edens drøm	117
VEDLEGG.....	121
NOTER	129
BIBLIOGRAFI OVER TALER GITT	
AV SUPREME MASTER CHING HAI	143
YTTTERLIGERE RESSURSER.....	148
VÅRE UTGIVELSER.....	151

FORORD



Gjennom videokonferanser, i intervjuer med journalister og ved samlinger med disipler de siste årene, har Supreme Master Ching Hai snakket med økende alvor om Jordens pågående klimakrise. Som hun sier: “Vår planet er et hus i brann. Hvis vi ikke jobber sammen med en felles ånd for å slokke brannen, vil ikke ha noe hjem lenger.” men hun tilbyr også en oppmuntrende løsning til menneskeheten, en som alle lett kan følge: “Vær veganer og redd planeten.”

Ettersom krisene eskalerer, krever naturkatastrofene ti tusenvis av liv og jager millioner av mennesker fra hjemmene sine, med økonomiske tap på milliarder av dollar. Det stigende havnivået har allerede oversvømt mange øyer og truer eksistensen av flere øystater. I tillegg så påvirker uregelmessig regnvær og intens tørke mange regioner, og øker mat og vannmangelen. Og klimaekspertene advarer mot enda mer ekstremt vær i vente, med mulighet for en “galopperende global oppvarming”.

I denne boken presenterer Supreme Master Ching Hai de viktigste grunnene som er assosiert med global oppvarming, og enda viktigere, hovedårsaken: buskapsindustrien.

Mange vitenskapelige studier støtter Supreme Master Ching Hai’s mening, som hun har forfektet i mer enn tjue år. Det å ale opp dyr til mat er ikke bare en enorm sløsing med enorme mengder dyrebart vann, men er også med på å bidra til svimlende 51% av planetens drivhusgass. Buskapsindustrien er også den største enkeltstående kilden til atmosfærisk metan, som er en mye kraftigere drivhusgass enn CO₂, men med kortere levetid.

Og som Supreme Master Ching Hai sier, det er bare logisk at det å stoppe kjøttproduksjonen og bli veganer, eller å innføre en plantebasert diett vil umiddelbart redusere de globale temperaturene, helbrede de syke omgivelsene som er forårsaket av buskapsindustrien og redusere omkostningene av klimaendringene med billioner av dollar.

Et slikt skifte kan faktisk også gjøres uten negative følger for planeten og samfunnet. Liknende kutt av karbondioksid som produseres av industrien og transportsektoren, vil kunne få ødeleggende økonomiske effekter. Videre, så tar det ofte mange år å utvikle grønn teknologi, mens kutt i metanutslipp kan gjøres umiddelbart gjennom å spise vegankost. Så det å bytte til et vegansk kosthold, er den enkleste, raskeste og minst kostbare løsningen på klimakrisene, og det er også vår eneste redning, fordi vi begynner å få dårlig tid.

Mange klimaekspertter, miljøforkjempere og offentlige regjeringer har allerede begynt å forfekte denne innstillingen for å redde Jorden fra de verste virkningene av klimaendringene. Deres stemmer kuliminerte i rapporten fra FN i juni 2010 som anmoder en global endring til kjøtt- og melkefri diett, som et ekko av Supreme Master Ching Hais bønn: Alle som har besluttende myndighet skulle ta det modige skrittet å innføre lover som umiddelbart iverksetter denne endringen.

Kanskje enda mer ødeleggende enn vårt karbonfotavtrykk som har skapt klimakriser, er de blodige fotavtrykkene vi etterlater oss gjennom slaktning av milliarder av uskyldige dyr hvert år. Supreme Master advarer om at denne moralske forbrytelsen, disse voldelige handlingene som har nådd globale proporsjoner, vil komme tilbake til oss i form av naturkatastrofer: “Man høster som man sår.” Denne universelle læren er å finne i alle verdens store skrifter.

Menneskeheten står overfor et kritisk vendepunkt. Vi har bare en sjanse til å redde denne planeten, og tiden er inne. Ganske enkelt gjennom å bytte til en fordelaktig, livreddende, plantebasert kost, så kan vi drive bort mørket som omslutter oss. Og dette lille skrittet vil drive frem menneskeheten til et høyere nivå av bevissthet. Vi vil gjenopprette harmoni på planeten Jorden og på den måten gå inn i den Gylne Tidsalderen av fred, skjønnhet og kjærlighet. Som Supreme Master Ching Hai lover, så vil vi oppleve Himmel på Jord.

La oss alle gripe muligheten og gjøre denne forandringen i dag. La oss alle velge å utvikle og opphøye vår sivilisasjon og planeten.

Redaksjonen

Kommentarer fra redaktøren:

Denne boken inneholder uforkortede utdrag fra Supreme Master Ching Hais taler ved internasjonale videokonferanser og samlinger med disipler, så vel som fra intervjuer med journalister. For referanser til disse kildene, vennligst referer til “Bibliografi av taler gitt av Supreme Master Ching Hai” på side 143.

Når det snakkes om Gud eller det Absolutte, så bruker Supreme Master Ching Hai følgende kjønnsnøytrale begrep for å unngå argumentasjon om hvorvidt Gud er mann eller kvinne.

She + He = Hes (Hun + Han = Hes)

Her + Him = Hirm (Henne + Ham = Hirm)

Hers + His = Hiers (Hennes + Hans = Hiers)

Eksempel: Når Gud vil lar Hes ting skje i forhold til Hiers vilje som passer Hirmself.

Som kunstnerisk designer så vel som åndelig leder, elsker Supreme Master Ching Hai alle uttrykk for indre skjønnhet. Det er av denne grunn hun referer til Vietnam som “Au Lac” og Taiwan som “Formosa”. Au Lac er det gamle navnet på Vietnam og det betyr “glede”. Og “Formosa” som betyr vakker, reflekterer mer fullstendig øyas og menneskenes skjønnhet. Mester føler at ved å bruke disse navnene, så bringes det åndelig løfting og hell til landet og dens innbyggere.

EN KORT BIOGRAFI OM SUPREME MASTER CHING HAI



Supreme Master Ching Hai er en verdenskjent humanist, miljøaktivist, forfatter, artist, designer, musiker, filmskaper og åndelig lærer, hvis kjærlighet og omsorg for menneskeheten strekker seg utover enhver rase og nasjonale grenser. Siden tidlig på 80-tallet har hun også vært vår planets mest dedikerte økologiske pioner som har promotert beskyttelse av miljøet, ivaretagelse av biologisk mangfold, skogplanting, akseptabel livsførsel og det viktigste, den veganske, organiske dietten som er den mest effektive løsningen på klimakrisen.

Med urokkelig hengivenhet, gir hun sin tid og sine ressurser for å vekke opp verden med tanke på den katastrofale effekten av klimaendringene og på den veganske løsningen. Fra 2006 til 2008 vakte hun folks bevissthet gjennom *Alternative Living* og *SOS global oppvarming* kampanjer. Hun gir også ut nyhetsmagasiner, skriver bøker, produsert i 2005 den vegetariske dokumentaren *The Real Heroes* og tv-serien *The King & Co.*, sendt på Supreme Master Television, en 24 / 7, global satellitt-kanalen som tilbyr nyheter på klimaendringer, vegan kosthold og andre oppløftende emner. Siden 2007 Master Ching Hai har også delt sin kunnskap med miljøeksperter, offentlige ledere, VIPer og bekymret borgere gjennom over 29 klima-endringer konferanser i 15 land sendt direkte på satellitt-TV og radio. Som et resultat av den innsatsen, har hennes motto "Bli veganer, tenk grønt for å redde planeten" blitt spredd rundt kloden, og har inspirert menneskeheten til å omfavne en sunn, holdbar vegansk livsstil og på den måten utvikles til et høyere nivå av fred og harmoni. Gjennom sitt vennlige

eksempel minner Supreme Master Ching Hai oss også om vår indre godhet og kjærlighet for alle Guds skapninger. Den dypsindige innsikten hun fikk gjennom sine åndelige prestasjoner tillot henne å identifisere roten til menneskelig lidelse, sosial disharmoni og miljømessig ødeleggelse: volden vi påfører andre skapninger, inkludert våre venner dyrene. Ut av medfølelse for de svake og stemmeløse, skrev Supreme Master Ching Hai den internasjonale bestselgeren *The Birds in My Life*, *The Dogs in My Life*, and *The Noble Wilds*. Disse litterære perlene, tilgjengelige på mange språk, avdekker de dype tankene og følelsene til våre høyt skattede dyrevenner, og fremhever deres guddommelige natur og uforbeholdne kjærlighet.


Supreme Master Ching Hai er født i Au Lac (Vietnam), hun studerte i Europa og jobbet for Røde Kors. Hun innså fort at lidelse finnes i alle verdens hjørner, og hennes lengsel etter å finne et botemiddel ble hennes fremste mål i livet. Hun la derfor ut på en reise til Himalaya på søken etter åndelig opplysning og fikk omsider guddommelig overføring av indre Lys og indre Lyd, som hun senere kalte Quan Yin Metoden. Etter en periode med flittig praktisering, oppnådde Supreme Master Ching Hai Stor Opplysning. Kort etter at hun kom tilbake fra Himalaya, begynte Supreme Master Ching Hai å dele Quan Yin Metoden med andre etter forespørsel fra de rundt henne. Hun oppmuntret sine elever til å lete i seg selv for å finne sin egen guddommelige storhet. I lang tid har hun mottatt invitasjoner til å holde foredrag i Amerika, Europa, Asia, Australia og Afrika. Supreme Master Ching Hais medfølende hjerte viser seg også i hennes omsorg for de mindre heldige. Fond, opprettet av penger fra salg av hennes kunstneriske verk har gjort det mulig for henne å støtte hennes misjon i å trøste Guds barn i nød gjennom verdensomspennende nødhjelp og veldedighetsarbeid.

Selvom hun ikke søker noen anerkjennelse for sitt humanitære arbeid, har Supreme Master Ching Hai mottatt en rekke priser fra regjeringer og private organisasjoner verden over, inkludert the World Peace Award, the World Spiritual Leadership Award, the Award for Promotion of Human Rights, the World Citizen Humanitarian Award, the Award for Outstanding Public Service to Mankind, the 2006 Gusi Peace Prize, the Los Angeles Music Week Certificate of Commendation, First Place Silver for the 27th Annual Telly Awards 2006, the Presidential Active Lifestyle

Award fra tidligere president George W. Bush, og the 2010 President's Volunteer Service Award from US President Barack Obama.

I tillegg ble den 25. oktober og den 22. februar erklært som "Supreme Master Ching Hai Day" i USA av den offisielle regjeringen i Hawaii og Illinois. Gratulasjoner ble sendt til henne under seremonien i Illinois av tidligere president i USA, Clinton, Bush og Reagan. Og for å berømme briljante individer og oppmuntre andre til å la seg inspirere av deres eksempler, har Supreme Master Ching Hai også laget the Shining Awards serier om mennesker og dyr som fortjener anerkjennelse for eksepsjonell heldedåd, medfølelse, lederskap mot eller intelligens.

Supreme Master Ching Hai dedikerer således sitt liv til å skape en vakker fremtid for vår kjære planet og dens dyrebare beboere. Opp igjennom historien har store visjonære hatt drømmer, og Supreme Master Ching Hai uttrykker seg som følgende: "Jeg har en drøm. Jeg drømmer om at hele verden skal bli fredfull. Jeg drømmer om at all dreping vil stoppe. Jeg drømmer om at alle barn skal få leve i fred og harmoni. Jeg drømmer om at alle nasjoner vil stå sammen, beskytte hverandre og hjelpe hverandre. Jeg drømmer om at vår planet ikke skal bli ødelagt. Det tar milliarder, milliarder, billioner av år å produsere denne planeten og den er så vakker, så vidunderlig. Jeg drømmer om at den skal bestå, men i fred, skjønnhet og kjærlighet."



JEG ØNSKER VIRKELIG Å OMFAVNE
LEDERNE OG IKKE-LEDERNE, MENNESKENE
I DENNE VERDEN OG SI TIL DEM: “VÅKN
OPP.” JEG ØNSKER Å OMFAVNE DEM
OG SI TIL DEM “VÅKN OPP, VÅKN OPP
NÅ. VÅKN OPP, MIN KJÆRE; VÅKN
OPP MIN VENN, REDD DEG SELV.”

EN PERSONLIG BØNN FRA SUPREME MASTER CHING HAI TIL VERDENS LEDERE



Jeg er veldig takknemlig til verdens modige ledere som går utover sine grenser og taler alle andres sak. Selv om publikum ikke setter pris på deres innsats, så vil Himmelen merke seg det. Og de vil bli belønnet der etter. Det er selvfølgelig veldig vanskelig å ha en posisjon som innebærer autoritet.

Å være leder er å være utstyrt med mot, medfølelse og edelhet. Det er derfor dere er ledere. Det er selvfølgelig ikke lett å ha en posisjon som leder. Det er derfor det er få ledere. I et land er det bare en konge, en dronning, noen prinsesser, noen prinser, en president, en statsminister: veldig få ledere sammenlignet med verdens omfang. Men enda færre er faktisk tapre ledere, modige ledere, rettfærdige ledere og kloke ledere.

Til den vise og modige gir vi full støtte og respekt. Vi ber Himmelen om å gi dem mer styrke, mer visdom til å utføre sin edle plikt. For som jeg sa dere, det er få ledere. Og enda færre er de som faktisk er kloke og modige. Å være leder innebærer å vite hva som er bra for våre undersåtter og hva som ikke er det. Og det som er bra må vi oppmuntre dem til å gjøre, legge til rette for dem. Og det som ikke er bra må vi stoppe, beskytte dem. Det er den sanne meningen med å være leder.

Promotere den dyrefrie livsstilen som kommer alle mennesker til gode.

Den beste regjeringen skulle promotere holdninger som kommer alle mennesker til gode. For å være effektive, må nå regjeringer innse at dette er en veldig spesiell situasjon, en som krever eksepsjonelt ansvar.

Jeg foreslår at alle verdens ledere og regjeringer vennligst promoterer en dyrefri livsstil så fort som mulig slik at vi kan redde planeten.

Vi har ikke tid, ikke mye tid igjen. Dette er ikke lenger bare om politikk. Det handler om vår egen og våre barns overlevelse. Hvis alle regjeringer oppmuntret mennesker til en sunn, dyrefri diett, ville planeten blitt reddet momentant.

De aktivitetene som er gode for vår Jord kan også produsere levebrød. Vi har for lite mat, så regjeringen kan lett støtte organisk, veganske bønder og utviklingen av andre grønne praksiser. Dette vil være til stor hjelp. Regjeringen må prioritere, redde planeten, organisk jordbruk, subsidiere.

Til alle ledere, jeg ber dem nok en gang om å sette kjærligheten til sine landsmenn først, og til alle barna, og modig akseptere de dydene som må gjøres, og bruke den store makten de innehar gitt av folket til å redde verden.

Den globale buskapsindustrien er nå nesten like stor bidragsyter til global oppvarming som energisektoren er, hvis ikke enda mer. Og jeg vet at den bidrar med minst 80 % av det. Kjøttproduksjon bruker opp folks vann, ødelegger helsen deres, tvinger dem til krig og avler nye sykdommer hver dag.

Det ødelegger folket deres. Bare dere kan stoppe det.

De trenger deres skinnende, heroiske, veganske eksempel, fordi de ser virkelig opp til sin regjering, til sine ledere.

De ville forenklet det veldig med sine lover om vegansk, organisk landbruk og kampanjer eller lover for å endre til vegan livsstil.

Deres felles borgere, deres undersåtter, vil anerkjenne dere, hylle dere, elske dere, støtte dere og de vil huske dere for at dere reddet verden for kommende generasjoner, for å ha reddet livene deres og deres kjære, så vel som deres fremtidige barn. Og Himmelen vil belønne dere stort.

Led den veganske forandringen. Markedsfør tilgivelse og fred og så vil også alle andre problemer som fattigdom, konflikter, til og med økonomiske kriser, pandemier vil også reduseres.

Jeg takker dere, alle nasjoners ledere for all innsats i denne retningen så langt.

Vi er alle en del av løsningen

Men hvis dere tillater meg, må jeg ærlig talt si at det vi gjør og det vi planlegger nå er ikke nok, og det er ikke fort nok, og jeg byr dere motet og troen til å gjøre mer og fortere.

Til verdens organisasjoner, inkludert media som skjønner kraften i en sosial bevegelse, takk for at dere jobber med å informerer og oppmuntrer folk til utveien og til human, lønnsom, smart, dyrefri – den veganske livsstilen.

Jeg takker hver enkelt for deres bidrag til å redde planeten, men vær så snill, for at vi skal rekke det, vi har mer å gjøre og vi har liten tid.

Vi må fortsette å overtale våre ledere og våre medmennesker og naboer til å forandre seg, bli veganer for å redde seg selv og familiene sine og barna og dyrene, og alt det de føler, er verd å leve for.

Vi kan komme ut av faren, men i riktig retning. Huset vårt står i brann, men vannslangen er rett foran oss.

Bare ta den opp og bruk den. Bare bli veganer. Skynd deg, vær så snill. Våre dager er talte.

Til hele menneskeheten. Himmelen elsker dere så høyt. Så vi har håp for planetens overlevelse, mer enn noen gang. Vi skal våkne opp til en ny, medfølende, vegansk planet som er full av kjærlig energi, vennlighet og ustoppelige Himmelske velsignelser.

Jeg ber om at dere alle vil fortsette mot denne freden som er innen rekkevidde. Tusen takk, alle sammen. Tusen takk.

EN MERKNAD VEDRØRENDE ANDRE UTGAVE



En merknad vedrørende andre utgave av «Fra kriser til fred – organisk, vegansk levesett er svaret», ble først publisert i 2010. Inspirert av boken og av Høyeste Mester Ching Hai's andre bestrebelser, argumenterer ulike regjeringers tjenestemenn, religiøse ledere og media i økende grad for den veganske livsstilen som en måte å redusere klima forandringer og fremme menneskenes helse. Som annonsert av Høyeste Mester Ching Hai i mars 2012 etter måneder med intensiv meditasjon, så har disse konstruktive anstrengelsene forandret vår planets skjebne, og tillatt eksistensen av jordas sivilisasjon til å bli forlenget med minst et annet halvt århundre. Etter å ha foretatt hennes kunngjøring, skrev Høyeste Mester Ching Hai et åpent brev til enkeltindivider og grupper rundt omkring i verden, og uttrykte hennes taknemlighet for deres uvurderlige arbeid. I denne oppdaterte versjonen av «Fra kriser til fred», presenterer vi brevet (opprinnelig på engelsk) på den følgende siden.

BREV OM VERDSETTELSE

Utmerkede og hederlige regjerings ledere; hellige, eminente og ærverdige ledere av verdens respekterte religioner; fornemme medlemmer fra media; og edle medlemmer av offentligheten:

Med ektefølt takknemlighet, er det med begeistring vi deler den gode nyheten om at fortsettelsen av vår dyrebare planet har blitt forlenget i enda et halvt århundre og nedtelling.

Vi sender ut vår dypeste takk for alle deres edle bestrebelser. Slik samlet innsats har ført til videre trygging av jorda og hennes beboere.

Disse vise og hensynsfulle handlinger inkluderer deltakelse i kampanjer og beskyttende lover som fremmer helsebringende livsstil, større grad av fred, enhet og borgerrettigheter, dyrevelferd, humanitært arbeid, sosiale programmer og bevaring av miljøet.

Selv om jeg ikke har møtt dere personlig, føler jeg det som om vi har arbeidet som et team for å sikre og fremme harmonisk eksistens blant alt liv på vår fantastiske planet.

Vi ser fram til å fortsette med disse edle anstrengelsene sammen, mer nå enn noen gang tidligere for å sikre en fredfull, mer avansert og mer overflod i verden for alle vesener.

Med vennlig hilsen



Supreme Master Ching Hai

Be Veg. Go Green. Save the Planet.
PEACE:
It begins on our plate.
VEGANISM:
The lives' saving way to live.

Hvis alle slutter å spise kjøtt akkurat nå, så vil været forandres på en positiv måte innen åtte uker. Alt som har blitt ødelagt vil bli normalt igjen innen åtte ukers tid. Hvis alle på planeten sluttet å spise kjøtt og ble medfølende av hjertet, da ville resultatet kommet umiddelbart.





DEN VEGANSKE LØSNINGEN FOR Å REDDE VERDEN

Det haster veldig akkurat nå. Vi må stoppe den globale oppvarmingen for å overleve. Så, veganisme er den eneste løsningen med en umiddelbar effekt på alle miljøproblemene, overlevelse, helse, økonomi, osv., på vår planet.

Jeg tror at planeten vår står på terskelen til en konstruktiv forandring til det bedre for alle innbyggere, inkludert dyr, trær og planter.

Hvis vi griper denne muligheten til å jobbe sammen med å endre de dårlige vanene våre, som kjøttspising, pillespising, røyking, alkoholmisbruk, og så på samme måte som mange nasjoner har stoppet røykevanene, så kan vi sammen få være vitne til en umiddelbar stor og mirakuløs forandring som vil endre denne planeten.



I. EN PLANETARISK NØDSSITUASJON



TIDEN ER DYREBAR

“Det er sent, det er på tide å handle. Jeg er ganske sikker på at dere vil gjøre et klokt valg. Med tanke på den globale oppvarmingen, så har forskerne gjort det ganske klart.”¹

– *Ban Ki-moon*

“Vi har en klimaendring som er en planetarisk nødssituasjon.”

– *Al Gore*

Verdens forskere er redde for at hvis vi går over et visst vippepunkt, så vil det neste stadiet av klimaendringer ikke bare skje fort, men også være ugjenkallelig og katastrofalt. Så, det er allerede tegn på at denne farlige tiden nærmer seg, gjennom observasjon av innsjøer og andre steder ser man boblende metangass som vanligvis lagres trygt under et frossent lag i jorden.

Ingen vet når de enorme ukontrollerbare mengdene kanskje frigjøres, forårsaket av en plutselig topp i temperaturen som kan katalysere hurtig oppvarming. Det ville vært katastrofalt for oss.

Andre ødeleggende effekter av klimaendringene har allerede vist seg: Den varmerefleterende arktiske isen er på vei til å forsvinne helt i en svært nærliggende sommer; stigende havnivåer og dusinvis av truede eller oversvømte øyer; havregioner som er livløse med døde soner eller som blir for sure til å leve i med tanke på det økende nivået av CO₂; hyppigere branner, hele ville dyrearter som dør ut 100 ganger raskere enn normalt; mer intense og destruktive stormer, sykdomsbærende mygg spredd av varme regioner; verdens is smelter; uttørring eller forsvinning av innsjøer i tusenvis og utbredelse av ørkenner.

Som en konsekvens av disse miljømessige følgene, er det to millioner mennesker som opplever vannmangel, og 20 millioner mennesker er i desperate situasjoner – som flyktninger, uten offentlig beskyttelse.



Dette er nesten alltid konsekvensen av menneskenes voldelige handlinger. Hovedhandlingen er kjøttspising.

I tillegg forårsaker buskapsindustrien at en stor del av verdens jordsmonn nedbrytes. Det er en ledende grunn til ørkenspredning, tap av artsmangfold, sløsing med vann og vannforurensning, dessuten svinner vannet bort hver dag grunnet global oppvarming. Buskapsindustrien tapper vårt fossile brensel og kornressursene. Kort sagt, vi sløser bort 12 ganger mer korn, minst 10 ganger mer vann og 8 ganger mer fossilt brensel for å produsere en porsjon biff sammenlignet med et næringsmessig likt eller enda større mengde vegansk måltid.



BUSKAPSINDUSTRIEN: HOVEDÅRSAKEN TIL DEN GLOBALE KRISEN

Den eneste måten å unngå at det ikke er noen vei tilbake med tanke på en klimakatastrofe, er å handle i forhold til den mest klimaødeleggende årsaken av alle – kjøttproduksjon. Nå har vi alle bevisene, all informasjonen, for å si det sånn. **Buskapsindustrien produserer mest drivhusgass.**

De siste publiserte funnene fra USA i 2006 sa oss at buskapsindustrien lager mer drivhusgass enn verdens transportsektor til sammen – fly, tog, biler, motorsykler, osv.² **Oppdaterte beregninger forteller oss at buskapsindustrien er ansvarlig for minst 50 % av den globale oppvarmingen.**³

“Våre analyser viser at buskapsindustrien og dens biprodukter faktisk står for minst 32,564 millioner tonn av CO₂ utslippet pr. år, eller 51 % av det årlige utslippet av drivhusgass verden over.”⁴

– Worldwatch Institute



METAN ER KRAFTIGERE ENN CO₂

Buskapsindustrien er den primære menneskeskapte utsender av metan, og metan har ikke bare 72 ganger større oppvarmingsevne, den er også en kortlivet gass. Det betyr at den vil forlate atmosfæren mye fortere enn CO₂, kun innen et tiår kontra to tusen år for CO₂. Så å eliminere



metan ved å eliminere buskapsindustrien, er den raskeste måten å avkjøle planeten på.

Ja, vi må takle den viktigste utsenderen.

Jeg ber alle kloke ledere om å stoppe den dødelige kjøttpraksisen, som er hovedkraften akkurat nå som driver oss til det punktet hvor det ikke er noen vei tilbake. Hvis ikke så vil alle andre anstrengelser med å dekarbonisere våre omgivelser kanskje bli kansellert, eller vil uansett ikke ha noen effekt når det kommer til stykke.

Vi kommer til å ødelegge verden hvis vi ikke slutter å spise og produsere kjøtt og andre animalske produkter.

II. VÅRT MATVALG ER ET VALG MELLOM LIV OG DØD



VI FORTÆRER PLANETEN

Hvis kjøttspising ikke forbys eller begrenses, vil hele planeten ødelegges. Det står om liv og død for alle sammen; det er ikke et personlig valg. Og vi spiser kjøtt, spiser opp planeten, spiser opp 90 % av matforsyningene og lar andre mennesker sulte.⁵ Et sånt valg trenger vi ikke å ta.

Til og med før den planetariske nødssituasjonen, så åt kjøttspisere opp hele planeten, de åt opp så mye mat at det resulterte i sult og krig, og det har aldri vært et riktig valg i utgangspunktet.

“Med mindre vi endrer våre matvaner, så vil ikke noe annet bety noe, fordi det er kjøtt som ødelegger det meste av skogen vår. Det er kjøtt som forurenser vannene. Det er kjøtt som forårsaker sykdommer, som fører til at alle pengene våre blir fordelt på sykehusene. Så dette er førstevalget til alle som vil redde Jorden.”⁶

– Maneka Gandhi



Alle disse situasjonene blir verre og verre og vil ikke stoppe før vi virkelig endrer vår måte å leve på. Løsningen er enkel: bare slutt å spise kjøtt; det er den beste løsningen. Det er tvingende nødvendig nå på grunn av planetens farlige situasjon og vår begrensede tid.

Å stoppe kjøttproduksjonen vil senke utslippet av drivhusgass på raskest mulig måte og stoppe de ubeskrivelige miljømessige ødeleggelsene, fra klimaendringer til misbruk av vann og jord, forurensning, tap av plante- og dyreverden og trusler mot menneskets helse.

I tillegg til å stoppe 50 % av den globale oppvarmingen – og mer enn det, dette er kun svært anslagsvis – så er det også mange flere avgjørende fordeler. Det løser vannmangelproblemet, verdens hungersnød, forfall av land og forurensningsproblemet.

Hvis du sammenligner det med et vegansk kosthold, bruker en diett med kjøtt 17 ganger mer jord, 14 ganger mer vann og 10 ganger mer energi.⁷ Vi produserer nok korn til å forsyne hele befolkningen, i overflod. Likevel så er en milliard mennesker sultne, og 6 millioner små barn dør hvert år – det betyr at det dør et barn hvert femte sekund mens vi har mer enn nok til å forsyne hele verdens befolkning, og vel så det.⁸ På den annen side, rundt 1 milliard mennesker lider av forstoppelse og lignende sykdommer, og det kommer av at man spiser for mye, eller spiser for mye kjøtt.

Bortsett fra den medfølende naturen man utvikler gjennom å verne om alt liv, så er det også mange, mange praktiske grunner til å være veganer. Dette er også viktig. Men hvis folk bare starter med et vegansk kosthold, så vil omsorgen for alt liv komme i kjølvannet av det.

FN anmoder om en global bevegelse henimot en kjøtt- og melkefri diett:

“Virkningene fra jordbruk forventes å øke vesentlig som følge av befolkningsvekstens økende forbruk av animalske produkter. En betydelig reduksjon av konsekvenser vil bare være mulig med en vesentlig verdensomspennende kostholdsendring bort fra animalske produkter.”⁹



DEN PLANTEBASERTE KOSTEN ER DEN RASKESTE LØSNINGEN

“Handling som erstatter buskapsindustrien kan ikke bare sørge for en rask reduksjon av atmosfæriske drivhusgasser, men kan reversere verdens pågående mat- og vannkriser.”¹⁰

– Worldwatch Institute

Å være veganer vil ha en umiddelbar effekt på redusering av metan fra atmosfæren, som er en av de varmeste drivhusgassene, opptil 72 ganger varmere enn karbondioksid.¹¹ Å være veganer vil helt klart bremse ørkenspredningen og vil bevare naturlige ressurser som innsjøer og elver, og beskytte skogene våre.

Man kan også anvende andre grønne metoder, som å plante trær eller bytte til grønn teknologi, men det tar lenger tid å få noen effekt av dette. Den vegetariske dietten er den raskeste, og den vil også redusere dårlig karma som resultat av dreping, og det er det viktigste.

Vi bevarer 70 % rent vann, sparer opptil 70 % av regnskogen i Amazonas ved å stoppe dyrebeiting.¹² Og det ville fristille opptil 3,5 millioner hektar land årlig. Det fristiller opptil 750 millioner tonn med korn hvert år – halvparten av verdens kornforsyning, kan dere se det for dere?¹³ Bruke 2/3 mindre fossilt brensel enn det som blir brukt til kjøttproduksjon, reduserer forurensningen som kommer fra ubehandlet dyreavfall, opprettholder frisk luft, sparer 4,5 tonn avfall pr husholdning årlig i USA. Og det vil stoppe 80 % av den globale oppvarmingen.¹⁴

Bare med tanke på hva man sparer økonomisk, så har forskere i Nederland funnet ut at det estimeres med 40 billioner dollar for å stoppe global oppvarming, og 80 % av denne mengden kan spares gjennom vegansk kosthold! Man sparer altså 32 billioner dollar gjennom ganske enkelt å slutte med kjøtt og spise en plantebasert kost i stedet for.¹⁵

Jorden har en mekanisme som gjør at den kan reparere seg selv. Det er bare det at vi har overbelastet planeten. Vi forurenser for mye, og vi skaper for mye morderisk karma. Jorden har derfor ikke engang mulighet til å reparere seg selv p.g.a. beboernes dårlige karma. Så snart vi sletter denne forferdelige gjengjeldelsen fra effekten av dreping, så vil Jorden snu, den vil få mulighet



til å reparere, produsere og bevare liv igjen. Alt dette kommer av dårlig karma. Vi har overbelastet Jordens kapasitet, så vi må reversere handlingene våre. Det er det eneste som kan gjøres.

Da kan vi redde Jorden, redde liv, våre egne, barnas og dyrenes. Jorden vil bli et paradys. Ingen vil noensinne mangle noe. Ingen vil sulte. Ingen krig, ingen sykdom, ingen katastrofer, ingen global oppvarming, ikke annet enn fred, glede og overflod. Jeg lover det i Buddhas navn; det er sann det er.



DREPE DYR BRINGER DÅRLIG KARMA

“Du skal høste det du sår,” “Likt tiltrekker likt.” Både vitenskapelig og åndelig sett har vi blitt advart. Så, all katastrofen som skjer i verden har selvfølgelig sammenheng med menneskets uvennlighet mot sine felles beboere. Det er prisen vi må betale for det vi har gjort mot de uskyldige som ikke har skadet oss, som også er Guds barn, som har blitt sendt til Jorden for å hjelpe oss og for å spre glede i hverdagen vår.

Det er ikke et teknisk problem; det er ikke den tekniske reparasjonen vi må konsentrere oss om. Det er gjengjeldelsen, årsaken og gjengjeldelsen som vi må konsentrere oss om. Prisen for å drepe, voldelighetens pris er mye verre enn noen bil, noen eksplosjon fra solen eller noen eksplosjoner i havet til sammen kan forårsake, fordi vi må stå til ansvar for våre handlinger. Enhver handling forårsaker en motreaksjon. Så vi er nødt til å slutte å drepe. Vi bare må slutte å drepe dyr og mennesker.

Vi er nødt til å slutte med det. Og så vil alt annet plutselig bli i orden.

Vi vil finne bedre tekniske løsninger til å takle klimaproblemene. Solflekkene vil kanskje til og med slutte å eksplodere. Eksplosjonene i havet vil kanskje stoppe. Tyfonene vil kanskje gi seg. Syklonene vil bli stille. Jordskjelvene vil bare forsvinne. Alt annet vil vende seg mot en fredelig livsstil fordi vi skaper fred, og da vil vi få fred, ikke bare mellom mennesker, men mellom alle våre felles beboere. Det er det som kjennetegner et stort menneske.



MEDFØLENDE ENERGI KAN FORANDRE ALT

Det vegetariske kostholdet er fordelaktig, så det vil bringe deg glad energi og det igjen vil spre mer glede, som igjen vil tiltrekke seg mer glede. Og når du er lykkelig vil alt bli bedre. Du tenker bedre; du reagerer bedre, livet ditt blir bedre. Barna dine vil bli bedre; alt vil bli bedre.

Og den kraftfulle kollektive, positive og kjærlige kraften i hele verden vil slå tilbake mørket som kommer mot oss, som vi møter akkurat nå. Det er den eneste løsningen vi har.

Dere skjønner, vi har energien til å forandre alle ting, vi har kraften til å bestemme hva som skal skje rundt oss, men vi må bruke den. Vi må bruke den for alles skyld. Vi må bruke den til fordel for alle skapninger på denne planeten. Våre tanker, våre handlinger må sende ut en beskjed til den universelle energien om at vi ønsker en bedre planet, et sikrere liv, vi ønsker at verden skal reddes. Og da vil den universelle energien gjøre akkurat det.

Men vi må handle i samklang med denne energien, skjønner? Hvis vi ønsker gode ting, så må vi gjøre gode ting. Hvis vi ønsker liv, så må vi spare liv. Så den gode energien vi skaper kan gjøre disse tingene, og mer til. Den medfølende, kjærlige atmosfæren som vi, som hele verden produserer, kan og vil utføre mirakler for oss.

Vi skaper alt det vi ønsker oss hvis vi lever i overensstemmelse med universets lover. Slik er kraften ved bare det å være veganer. Fordi det betyr at vi sparer liv, vi ønsker liv, vi vil ha konstruktiv energi, vi ønsker ikke ødeleggelse. Veganer er svaret.

Jo mer åndelig utviklet menneskeheten er, jo mer vil selvfølgelig den globale oppvarmingen avta. Når menneskeheten blir mer åndelig oppløftet og har mer kjærlighet for alle mennesker, alle situasjoner, og alle omgivelsene sine, så vil den globale oppvarmingen reduseres dag for dag og til slutt forsvinne helt. Og etter det vil alle i hele verden leve i fred og glede, og alle vil elske hverandre. Men alle må våkne opp.

Jeg er positiv til at vår Jord vil nå et høyere nivå av bevissthet, og at mirakler vil skje ved Himmelenes nåde.





ADVARSLER FOR Å VEKKE MENNESKEHETEN

På grunn av planetens kritiske tilstand, hvis vi nå ikke handler raskt, så vil det kanskje ikke bli noe igjen for oss å beskytte engang. Da kan det være for sent. Vi kan ikke fortsette denne trenden for alltid og stoppe når (hvis) vi vil redde planeten. Jeg er lei for å måtte si at vi har begrenset tid.



I. DET ER VERRE ENN DET VERST TENKELIGE SCENARIO

Vår nåværende tilstand av klimaendringer er verre enn det verst tenkelige scenario lagt frem av FNs internasjonale klimapanel, med de ødeleggende og ofte fatale effektene som allerede har blitt sett gjennom ekstreme hendelser som orkaner, flom, tørke og hetebølger.

Selv om verden reduserer utslipp av drivhusgass, så vil planeten bruke tid på å komme seg igjen etter all gassen som allerede er i atmosfæren.

Det er derfor det er nødvendig å ha fokus på den kortlivede gassen metan. Metan produserer minst 72 ganger mer varme enn CO₂, gjennomsnittlig i en 20- års periode. Den største kilden til metan er buskapsindustrien, som virkelig er en av hovedårsakene til global oppvarming som må stoppes.

Men først, vennligst la meg få dele noen av de siste bevisene på hvordan klimaendringene virker inn på menneske- og dyreliv.



ARKTIS OG ISEN PÅ ANTARKTIS SMELTER

Arktisk kollaps

Arktis, eller Nordpolen, vil kanskje bli isfri i 2012, 70 år før FNs klimapanels beregninger. Uten den beskyttende isen som reflekterer sollyset, kan 90 prosent av solens varme gå inn i det åpne havet, som akselererer global oppvarming.¹⁶

Isens forandring i Arktis er dramatisk, med klimaforskere som sier at bare 10 prosent av isen nå er gammel og tykk, mens over 90 prosent er tynn og nylig dannet.¹⁷

“Feedback Loop” og galopperende global oppvarming

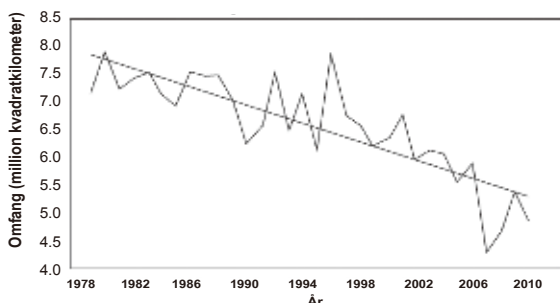
Hvis havet er varmere, så vil isen smelte fortere. Og med det samme isen har smeltet, så er det ingen refleksjon av varmen tilbake til verdensrommet.



Derfor vil varmen smelte all isen og varme opp vannet ytterligere. Og begge vil hjelpe hverandre med å smelte mer is og varme opp mer av planeten. Dette er djevelens sirkel.

Det er derfor forskere ikke tidligere har kunnet forutse dette særlig bra, men de er veldig årvåkne nå. De holder et godt øye med situasjonen. Det er bare det at vi gjør ikke ting for nok.¹⁸

**Gjennomsnittlig Månedlig Arktisk Isutbredelse
September 1979 til 2010**



Kilde: National Snow and Ice Data center, <http://nsidc.org/arcticseaicenews/index.html>

Isen på Grønland og Antarktis smelter

Mens den massive isen på Grønland og Antarktis fortsetter å smelte, stiger havnivået katastrofalt og sterkere stormer er forventet å komme. Hvis hele Vest Antarktis smelter, vil havnivået i gjennomsnitt globalt sett stige minst 3.3-3.5 meter,¹⁹ og det vil berøre 3.2 milliarder mennesker – det er halve verdens befolkning – som bor innenfor en rekkevidde av 260 km fra kystlinjen.

De amerikanske forskerne fra the National Snow and Ice Data Center, sier nå at hvis alt smelter på Antarktis, så vil havnivået kunne stige mye mer enn forventet, og noen sier opptil 70 meter, som betyr mer død til alt som lever på Jorden.²⁰



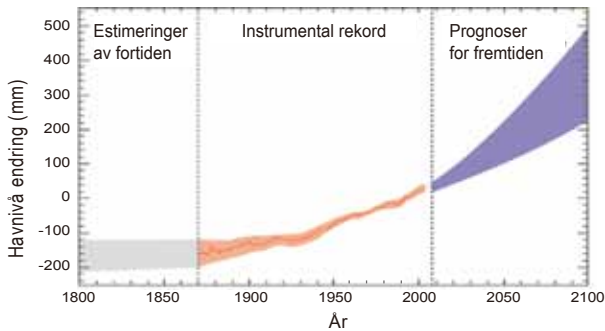
• Synkende land og klimaflyktninger

Det stigende havnivået gjør at øyer synker mens vi snakker, Tuvalu, Tonga og noen og førti andre øynasjoner må planlegge hele landets utvandring.

En rapport fra International Organization for Migration sa at det sannsynligvis vil bli 200 millioner, eller til og med opptil en milliard mennesker som vil bli klimaflyktninger innen 2050, eller i vår levetid.²¹ Dette er mennesker som må forlate øyene eller hjemmene sine langs kysten pga stigende havnivå, eller at permafrost smelter som gjør at hele samfunn eller nasjoner synker og kollapser.²²

(Vennligst se tillegg 1 for data om stigende havnivå og dets verdensomspennende effekter)

Prognoser for havnivåstigning



Kilde: IPCC, *Fourth Assessment Report*, 111, figure 1.

Metanhydrat: en tikkende bombe

En annen arktisk endring er opptiningen av permafrost, det er normalt et frossent lag med jord som inneholder lagre av metan (metanhydrat) Opptiningen av dette laget de siste årene har gjort at metan frigjøres, med de atmosfæriske nivåene som har økt drastisk siden 2004.²³



Ytterligere global oppvarming over 2 grader Celsius kan forårsake at milliarder av tonn mer metan (hydrat fra bunnen av havet) frigjøres ut i atmosfæren, som vil føre til masseutryddelse av liv på denne planeten.



“En temperaturøkning på bare noen få grader vil få disse gassene til å fordampe og ‘hoppe’ opp i atmosfæren, som igjen vil øke temperaturen, som igjen vil frigjøre enda mer metan som varmer opp Jorden og havet enda mer, osv. Det ligger 400 giga tonn metan innkapslet i den frosne arktiske tundra – nok til å starte en kjedereaksjon... Når den først er trigget, vil denne syklusen kunne resultere i en galopperende global oppvarming.”²⁴

— Geologist John Atcheson

Det er ikke bare det stigende havnivået vi bekymrer oss over; det er gassen, hydrogensulfid, metan og all annen type gass i havet.²⁵ Og det vil også smelte mer is hvis metan frigjøres fra permafrosten, osv, og fra havet også, og fra buskapsindustrien. Legg det sammen, og det vil bli værende i atmosfæren i lang tid.

På det tidspunktet vil det ikke være noen vei tilbake; ingen forandringer kan gjøres lenger. Det er ingenting som kan hjelpe på det tidspunktet. Og det er mulig at ingen overlever, i hvert fall veldig få.

Når planeten er ødelagt, vil den ligne på Mars, ubeboelig. Og det vil ta millioner av år, noen ganger hundrevis av millioner av år før noen planet blir restituert igjen, hvis den noensinne kan restitueres.



Jo fortere vi forandrer oss, jo bedre, og da kan vi stoppe klimaendringene. Og vi kan gjenoppbygge planeten veldig fort, på et øyeblikk. Men hvis vi ikke gjør det, da vil planeten også ødelegges veldig fort, på et øyeblikk.



SMELTEDE ISBREER OG LITE VANN

Effekten av smeltede isbreer

Det meste av planetens is vil være borte innen få tiår, og det setter overlevelsen til mer enn to milliarder mennesker på spill. En milliard av disse menneskene vil lide under effekten av at isen i Himalaya smelter, som til nå har skjedd mye fortere enn ellers i verden, hvor to tredjedeler av regionens mer enn 18000 isbreer forsvinner.²⁶ Den innledende effekten av at is smelter, er destruktive flommer og jordskred. Etter hvert som smeltingen fortsetter, så vil det bli redusert nedbør, ødeleggende tørke og vannmangel.²⁷

Den alvorlige tilstanden til verdens isbreer

I staten Montana, (USA), forventes det nå at den berømte isbreen i Glacier National Park vil forsvinne innen et tiår.²⁸ Colorado River (som er avhengig av pakkis), som forsyner syv stater i Vesten med vann, kommer til å tørke inn.²⁹

Peru huser 70 % av alle isbreene i Andes, som forsyner landets folk med både vann og hydroelektrisk kraft. Det er forventet at alle disse forsvinner innen 2015, bare noen få år.³⁰

(Vennligst se vedlegg 2 for mer informasjon om isbresmelting.)



OVERFISKE, DØDE SONER OG FORSURING AV HAVET

USA-baserte Pew Commission fant ut at overfiske er den største trusselen mot det marine økosystemet, fulgt av overflatevann fra jordbruket, inkludert dyregjødsel og kunstgjødsel brukt i dyrefor.³¹

Klimaendringene skaper områder i havet kjent som døde soner, som nå teller 400. Disse døde sonene kommer av overflatevann fra kunstgjødsel, som bidrar til mangelen på oksygen som er helt nødvendig for å opprettholde liv.³²



Vann som er forurenset med rødt tidevann som forårsaker døde soner ved Copacabana, Rio de Janeiro, Brasil.

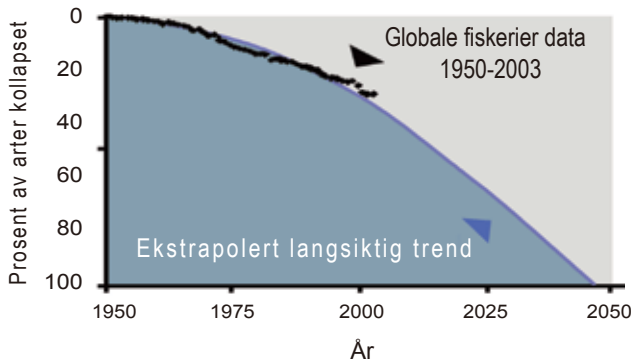
Forskere antar at over 90 % av havets store fisker har forsvunnet i løpet av de siste 50 årene grunnet overfiske.³³

De advarer mot at med den nåværende fiskekvoten vil det bli en global kollaps av alle slag som blir fisket innen 2050, og de sier at det er nødvendig med øyeblikkelige gjenopprettende tiltak.³⁴

Mangelen på visse typer fisk har bidratt til høyere surhetsgrad i havet, som igjen vil virke inn på havets kapasitet til å absorbere CO₂.



Globalt tap av marine arter: den nåværende trend i fiskeri kollaps



Kilde: B. Worm et al., "Akselererende tap av arter i havet truer menneskets tilværelse," *Science*, November 3, 2006, www.compassonline.org/pdf_files/WormEtAlSciencePR.pdf

Hvalene og delfinene vil bli drevet vekk fra havet hvis forholdene blir verre; det kvaler dem. Innimellom dør de hundrevis av gangen på stranden, fordi de ikke tåler de giftige forholdene i vannet lenger.³⁵



EKSTREME VÆRFORHOLD

I de siste tiårene har vi minst to ganger årlig sett den varmeste gjennomsnittstemperaturen som noen gang er målt i denne planetens historie. I 2003 traff en rekordvarm hetebølge Europa, og krevde ti tusenvis av liv. Varmebølger forårsaket også den verste skogbrannen i Australias historie.³⁶

Staten Puebla (i Mexico) har hatt økende skogbranner i løpet av de siste få årene; nedbøren har minket med 200 liter pr. kvadratmeter; det har vært en økning i den årlige gjennomsnittstemperaturen til 17.5 o C. Vintertemperaturene er også over det normale.



I løpet av de seks fem årene [2003-2007] har Peru hatt minst tre ekstreme temperaturhendelser og flom som har påvirket mer enn 500.000 mennesker. Bare i løpet av 30 år har flommer økt med mer enn 60 %, og jordras har økt med 400 %.³⁷ Perus president, Garcia, erklærte unntakstilstand i 2009 p.g.a. klimaendringsrelaterte hendelser, ekstrem kulde og frost sør i Andes som tok livet av nesten 250 barn, og mange andre ble syke.³⁸

(Vennligst se tillegg 3 for oppdatert informasjon om ekstreme globale værforhold.)

“Klima kan ikke kun defineres så enkelt som gjennomsnittelig temperatur og nedbør, men også ved typen frekvens og intensitet av været. Menneskeskapt klimaendring har mulighet til å forandre utbredelsen og alvorlighetsgraden av ekstremer som hetebølger, kuldebølger, stormer, flommer og tørke.”³⁹

– The United States Environmental Protection Agency



ØKENDE FREKVENNS AV NATURKATASTROFER

Tørke, ørkenutbredelse og skogbranner

I følge USA, så er ørkenutbredelse ofte et resultat av for mye trefelling, og skader som kommer av aktiviteter som dyrebeite, påvirker velværet til mer enn 1.2 milliarder mennesker i mer enn 100 land.⁴⁰

Dyrebare vannreserver tørker også inn, slik som akviferer under de store byene Bejiing, Dehli, Bangkok og dusinvis av andre regioner som Midtvesten i USA, mens elvene Ganges, Jordan, Nilen og Yangtze har blitt redusert til en liten pipling det meste av året.

Under Kinas verste tørke på fem tiår (2009) gikk vitale avlinger tapt i minst 12 nordlige provinser. Det kostet nasjonen milliarder av amerikanske dollar i nødhjelp til bøndene som hadde tap.⁴¹

I Nepal og Australia i 2009, var det adskillelige skogbranner som ble intensifisert av tørke.⁴² I Afrika har folk i Somalia, Etiopia og Sudan, bare for å nevne noen få land, blitt invalidisert av tørke.



Forskere sier at Vesten i USA står foran en ødeleggende tørkekriser ettersom snø fra fjellene avgir store vannreserver.

(Se vedlegg 4 for informasjon om enorm global tørke- og skogbrannkatastrofe.)

Økende frekvens av stormer og flom

Intensiteten og varigheten av disse orkanene og tropiske stormene har man sett øke med 100 % i løpet av de 30 siste årene. Forskere ved Midwestern United States (MIT) i USA sier at dette sannsynlig er p.g.a. klimarelatert økning i havtemperaturen.

I følge forskere ved Georgia Institute of Technology i USA, har antallet av de mest destruktive orkanene i kategori 4 og 5 blitt fordoblet i løpet av de siste 35 årene. Kategori 5 stormer fører til det høyeste nivået av ødeleggelse i store byer. Deres intensitet og varighet har også økt med 75 % siden 1970 årene.

En av de stormene, hvis effekt fortsatt kan ses og føles, var orkanen Katrina i 2005, som særlig ødela områder av New Orleans, med mennesker som fortsatt gjenoppbygger sine hjem og sine liv den dag i dag.

US National Oceanic and Atmospheric Administration sa at for første gang i 2008 så traff seks fortløpende tropiske sykloner fastland i USA.

Nordsjøen og det Indiske Hav er de to områdene med de sterkeste orkantrendene.

(Se tillegg 5 for informasjon om enorme globale flomkatastrofer.)



Supreme Master Ching Hai International Associations
nødsarbeid i Pakistan, 2010



Supreme Master Ching Hai International Associations
nødsarbeid i Haiti, 2010

Jordskjelv

Forskere har oppdaget at jordskjelv er knyttet til global oppvarming fordi ettersom isen smelter på polene og under Grønland, så vil muligens trykkskifter på Jordens plater trigge bevegelser som kan forårsake jordskjelv.



En av de mest tragiske katastrofene i vår tid var tsunamien som rammet Indonesia i 2004, og som førte med seg mye sorg for det indonesiske folket og for mennesker over hele verden.

(Se vedlegg 6 for oppdatert informasjon om globale jordskjelvkatastrofer.)

Insektinvasjon

I USA har nesten 4 millioner mål med furuskog gått tapt i Rocky Mountain p.g.a. billeinvasjon grunnet global oppvarming. Lignende situasjoner er det også i Canada.



AVSKOGING

Regnskogen er vår planets lunge. Ettersom trær blir felt og plantene blir mer utsatte og tørre, vil de til og med avgi karbondioksid istedenfor å absorbere det. Dette er en annen fare som angriper oss.

I Brasil har 90 % av det avskogede området siden 1970 gått med til å skaffe beiteplass til buskap eller til fôr.⁴³ Frodige skoger blir forvandlet til ufruktbar mark på størrelse med 36 fotballbaner pr. minutt, de blir ødelagt nå mens vi snakker.⁴⁴

Og i sydlige deler av Mexico har tropiske skoger, som en gang dekket nesten halve staten Tabasco, blitt redusert til mindre enn 10 % av sin opprinnelige størrelse. På samme tid har beiteområdene for buskap økt til 60 % av statens totale areal.⁴⁵

I land som Argentina og Paraguay blir flere og flere skoger felt for buskap og soyaavlinger. Argentina har mistet 70 % av sin opprinnelige skog.⁴⁶

Indonesia har verdens tredje største regnskog, bare etter Amazonas og Kongo. Regnskogen deres forsvinner med en alarmerende hastighet på størrelse med en fotballbane pr. minutt. USA sier at 98 % av hele skogen kan være borte om bare 15 år.⁴⁷



Regnskogen i Amazonas alene inneholder mer karbondioksid enn det mennesker skaper av drivgass på 10 år. Samt at når vi brenner skogene, så frigjør vi sort karbon, sotpartikler, som inneholder 680 ganger mer varme enn samme mengde CO₂.⁴⁸



TAP AV BIOLOGISK MANGFOLD

Ledende økologer sier at nedgangen i dyrelivet med tanke på utryddelse av arter, går så fort at det finnes ikke noe å sammenligne med i vår moderne tid. Forskere sier også nå at Jordens 16.000 truede arter vil kanskje bli utryddet 100 ganger fortere enn man har trodd.

“Den eminente biologen ved Harvard, Edward O. Wilson, og andre forskere antar at den egentlige hastigheten på utryddelse er 1000 til 10.000 ganger større enn bakgrunnehastigheten. Mellom 2,7 og 270 arter utryddes hver dag.”⁴⁹

— Julia Whitty

“20 til 40 % av ulike arter organismer på Jorden vil sannsynligvis utryddes i løpet av dette århundret grunnet global oppvarming alene, selv uten andre faktorer som spiller inn.”⁵⁰

— The Intergovernmental Panel on Climate Change



VANNMANGEL

Minkende vannreserver har forårsaket en økende spenning og til og med konflikter, ettersom mange mennesker, inkludert uheldige bønder, ikke har nok vann, eller som strever for sin andel.

Det er ti tusenvis av elver og innsjøer som dør verden over. Mennesker dør av tørke. Folk forlater landsbyene og hjembyene sine fordi de ikke har mer vann å drikke.⁵¹

En milliard mennesker har ikke tilgang til rent, trygt vann. Og 1.8 millioner barn dør hvert år av sykdom fordi de har drukket forurenset vann.⁵²



MATMANGEL

USA annonserte at i 2009 så verden det høyeste antall av mennesker som sultet i løpet av fire tiår. Det er 1.02 milliarder mennesker som ikke har nok mat i denne verden.⁵³

I Peru, grunnet den usedvanlige voldsomme varmen og tørken over de siste 12 årene, har 140.000 hektar med poteter og mais blitt ødelagt – den samme mengde mat som kunne mettet 11 millioner mennesker.

I Zimbabwe, Somalia, Mauritius, Mozambique og Sudan – bare for å nevne noen få – opplever de nå forverret tørke som gjør det vanskelig for avlingene, derfor blir det matmangel og prisøkning.

I tillegg til dette fører ørkenutbredelsen og avskogingen til at mer land ødelegges. Økende temperaturer betyr uregelmessig regn – enten for lite eller for mye – så vi har rasende flommer som drukner avlingene og voldsomme skogbranner.

Disse følgene av klimaendringer øker matusikkerheten og matkrisen.

(Se tillegg 7 for data om klimaendringer og verdens matmangel.)



MENNESKETS HELSE

Mennesker lider grunnet klimaendringene

I følge en sveitsisk basert undersøkelse er klimaendringene allerede ansvarlig for omtrent 315.000 dødsfall i året, og med enda 325 millioner mennesker som blir alvorlig påvirket av det.⁵⁴ Dette kommer i tillegg til det økonomiske tapet på 125 milliarder dollar årlig.⁵⁵ De hardest rammede er utviklingsnasjoner i Afrika, sammen med truede områder i Sør Asia og små øynasjoner.

Ytterligere så er 99 % av dødsfallene grunnet naturkatastrofer i Asia.



Sykdommer som spres av insekter

Mygg som forårsaker denguefeber har blitt sett for første gang i Peru, fordi de nå sprer seg til andre områder grunnet klimaendringene.⁵⁶

Det er også en økende fare for sykdommer som malaria, fordi myggen sprer seg til høyere strøk. USA er redd for at hundrevis av millioner mennesker i Afrika er i faresonen.⁵⁷

(Se tillegg 8 for et utdrag fra Six Degrees: Our future on a Hotter Planet av Markus Lynus.)

II. TIDEN LØPER FRA OSS

I følge alle vitenskapelige bevis og alle de fysiske bevisene frem til i dag, så har vi ikke mye tid igjen. Selv om vi har lyst til å redde planeten senere, så vil vi ikke lykkes.

Truslene som trenger seg på gjennom global oppvarming er mer enn overhengende; de er allerede her, som dere kan se gjennom de mange katastrofene, kaoset, klimaflyktninger, fenomener over hele verden.

I følge eksperter, så stiger den atmosfæriske temperaturen så raskt at vi har ikke mye tid igjen til forandring.

“Vi har passert vippepunktene. Vi har ikke passert punktet der det ikke er noen vei tilbake. Vi kan fortsatt reversere ting, men det krever en rask vending i riktig retning.”⁵⁸

*— Dr. James Hansen, Head of the NASA
Goddard Institute for Space Studies*

Det er mange av verdens ledere og forskere som også er bekymret for dette. Sannheten er at vi allerede er ute av stand til å håndtere slike situasjoner på steder der den globale oppvarmingen har nådd ekstreme grader.

Noen land og samfunn må håndtere tiltagende tørke. Det er ikke nok vann til avlinger, heller ikke til å drikke. Deres innsjøer tørker inn eller



forsvinner helt. Isbreer smelter så drastisk at i det ene øyeblikket er det massiv flom, og rett etter er det tørke.

Så hvordan håndterer vi masseflukten fra et titalls millioner mennesker på en gang grunnet ørkenutbredelse, det stigende havnivået eller det permanente tapet av avlinger? Det er veldig vanskelig og kanskje til og med umulig.

Vi er ikke klare i det hele tatt. Vi er ikke godt nok forberedt.

Først må vi redde denne planeten, slik at vi har mulighet til å bli værende her. Fordi hvis all isen smelter, hvis alle polene smelter, også hvis sjøen er for varm, så vil kanskje gass fra havet frigjøres, og vil blir kanskje forgiftet alle sammen. Det er mye gass.



Hvis dere ser på foredraget fra Singapore (sept. 1994), så advarte jeg allerede der om at vi må endre måten vår å leve på; ellers blir det for sent. Det er 17 år siden. Eller før det, så snakket jeg alltid om hvordan vi avskoger planeten vår, hvordan kjøttspising og alt det der bidrar til mye ødeleggelse på planeten Jorden.

Forskere sier mange ting. De lytter nå, men jeg håper bare at de gjør det fort. Det krever handling. Alle verdens regjeringer tar dette på alvor nå. Det er bare det at jeg er bekymret for at handlingene kommer for sent, det er alt. Fordi isen reflekterer sola og sender den tilbake ut i verdensrommet, men isen smelter så fort nå at det ikke er nok refleksjon, og fordi sjøen allerede er varm, så smelter isen. Og fordi isen smelter, blir sjøen varmere. Skjønner dere hva jeg mener, syklusen?

Den veien det går nå, hvis vi ikke fikser det, så vil det være over om fire, fem år, finito. Ikke mer. Så alvorlig er det.

(sagt i desember, 2007)



III. TAKLE ROTEN TIL PROBLEMET NÅ



STOPP DEN STØRSTE BIDRAGSYTEREN TIL VÅRE MILJØKRISER

“Buskapsindustrien er en av de mest signifikante bidragsyterne til dagens mest seriøse miljøproblemer. Alvorlige handlinger er anbefalt for å redde situasjonen.”⁵⁹

— Dr. Henning Steinfeld, Chief of Livestock
Information and Policy Branch, FAO, UN.

“Buskapsindustrien er hovedårsaken til avskoging. Buskapsindustrien er den største enkeltstående kilden til vannforurensning. Buskapsindustrien produserer mer drivhusgass en hele verdens transportindustri til sammen.”

— “Livestock’s Long Shadow”

Slutt å skyldte på CO₂ for hvert problem av global oppvarming på vår planet. Vi kan skyldte på oss selv. Vi kan skyldte på kjøttindustrien. Det er den vi må få stoppet. For å stoppe klimaendringene, og for å stoppe sløsingene av skoger og jord, så må vi slutte å snakke rundt problemet. Kom til kjernen; Kjøttindustrien må stoppes.

Den smarteste måten å stoppe en forverring av global oppvarming på, er å bli veganer. Det lyder veldig enkelt, men det er den best løsningen, den mest effektive, og effekten av det vil merkes ganske umiddelbart. Uten denne viktige, mest tidseffektive endringen, uansett hva vi prøver på, så vil det ikke være nok for å avverge de verste konsekvensene som vi har akkumulert.

Dessuten, de problemene vi allerede møter nå – slik som varmen i atmosfæren, vannmangel, matmangel, og ørkenutbredelsen – kan vi raskt eliminere dette ved å stoppe kjøttproduksjonen. Stopp det nå, ikke fortsett!



“Ikke spis kjøtt. Dette var noe IPCC var redd for å si tidligere, men nå har de sagt det: vennligst spis mindre kjøtt – kjøtt er en svært karbonintensiv handelsvare.”⁶⁰

– Dr. Rajendra K. Pachauri



ROTEN TIL PROBLEMET ER AV ÅNDELIG ART

“Ingen ting vil være mer helsebringende for menneskene, og øke sjansen for at livet på Jorden skal bevares, som utviklingen henimot en vegetarisk diett.”⁶¹

– Albert Einstein

Som jeg har sagt før, så må vi takle roten til problemet. Roten til problemet er grunnen til den globale oppvarmingen, og roten er vår uvennlighet mot våre felles beboere.

Enhver handling fremkaller en reaksjon, og dette er svært vitenskapelig.

Dere skjønner det, at hvis vi planter et eplefrø, så vil vi få et epletre, og fra det epletreet vil vi etter en stund kunne høste epler. Dette er livets sirkel. Hvis vi dreper, så kan vi ikke forvente liv ut ifra det. Enhver handling bærer frukt. Det er ikke religiøst snakk; det er vitenskapelig.

Så, roten til vårt problem er det at vi har vært uvennlige mot våre felles beboere; de levende, følende, vandrende, handlende, kjærlige skapningene, som dyrene, av alle størrelser og fasoner. Og vi har også vært uvennlige mot våre omgivelser, som avskoging og forurensning av vannet og luften. Ut ifra dette kan vi ikke forvente et bedre utkomme.

Disse bedrøvede skrikene, den totale elendigheten og smerten til disse lidende dyrene som lever i uverdighet, undertrykket, sperret inne i de pinefullt trange burene, og de lever i mørke hver dag, de får ikke se sollyset igjen, og også den ekstreme dødskampen før og etter de blir drept har rystet Himmel og Jord.

Derfor kommer naturkatastrofene, tørken kommer for å vaske vekk de onde handlingene fra menneskeheten og er ment som en advarsel, så vel som å råde mennesker til å forandre seg til det bedre, slik at fremtiden blir lys og glad, og det vil ikke være noen lidelse lignende det som dyrene nå opplever.



“Man høster det man sår.” Enhver hellig bok lærer oss dette, så menneskeheten må våkne opp; hvis ikke så må vi bære konsekvensene.

Så for å løse problemet som vi står overfor akkurat nå, må vi reversere handlingene. Vi må være snille mot våre felles beboere av Jorden. I stedet for å drepe dem, massakrere dem, ofre dem, så kan vi ta vare på dem, være snille mot dem, passe på dem. Og i stedet for avskoging, så må vi plante trær igjen. Ta vare på alle omgivelser vi har. Og i stedet for å forurense planeten vår, så kan vi bytte til vennlig og holdbar energi. Reversere handlingene våre.

Vi burde være koordinert med den universelle energien, naturens kjærlige lov. Hvis menneskeheten ikke respekterer andre former for liv, da vil menneskets liv også være i fare, for vi er alle sammenbundet.

Vi er alle avhengige av hverandre for å overleve, ned til den minste lille ormen som gjør jorda vår dyrkbar. Men hvis menneskene vender seg bort fra dreping, og velger en dyrefri livsstil, så vil de høste fra fredens og vennlighetens frø.

Vi ber om at nok mennesker skal gjøre det, og fort, fordi vi har dårlig tid.



VEND TILBAKE TIL VÆRT KJÆRLIGE SELV OG REDD PLANETEN

Vi må skjønne at naturkatastrofene er konsekvensen av den negative energien i vår atmosfære. Og denne negative energien i vår atmosfære er skapt av våre følelser, våre tanker, og handlinger av enten hat og vold, og fra å drepe så mange mennesker og uskyldige dyr. Hvis vi ikke forandrer vår katastrofespredende, provoserende måte, så vil katastrofene aldri ta slutt.

Vi må forandre vårt tenkesett og vår livsstil til et høyere, mer medfølende og edlere nivå. Vi må returnere til kjærligheten, elske oss selv ved å verdsette og beskytte alt liv, øyeblikkelig starte med en vegansk diett for å redde planeten vår, som er dyrebare og vakker. Vegan, vegetarisk er den forreste løsningen.

Å være veganer er fordelaktig for enhver form for åndelig fremgang. Faktisk, all den kloke fortidens lærdom fra vismenn siden tidenes morgen har fremhevet viktigheten av en menneskekjærlig plantebasert diett. Det er et fundamentalt krav til en åndelig praktiserende.



Tanken bak å avstå fra animalske produkter er ahimsa – ikke-vold. Ved å ta del i en vegansk diett, så unngår vi også den dårlige gjengjeldelsen fra å drepe og da vil ikke det tyngre og hindre vår åndelige reise.

Å være veganer betyr at vi beskytter dyrene. Denne drepingen av andre skapninger må opphøre for at menneskeheten skal utvikles som en sivilisasjon. Det er mange fordeler ved å gjøre det. I tillegg til at man gjenoppbygger helsen, så vil det biologiske artsmangfoldet overleve, likevekten på planeten vil gjenopprettes, sammen med at lettheten i vår bevissthet og vår kapasitet til opphøyet bevissthet.

Alt dette er fruktene av en mer medfølende diett. Denne kjærlige holdningen skaper også en fredligere atmosfære som gir alle skapninger et større velbehag. I fred med oss selv, i visshet om at vi ikke har forårsaket pine eller smerte til våre dyrevenner, så vil vi ha den indre roen til å fortsette våre åndelige anstrengelser helhjertet.

I en større målestokk vil også planeten vår bli helbredet. Akkurat som at et enkelt menneske blir helbredet når man bruker en medfølende diett – likt tiltrekker likt. Den gode, kjærlige, medfølende energien vil avverge mørket som truer oss, som er rett ved siden av oss akkurat nå.

Vi vil på kort tid få et paradisi på Jord.

VÆR SÅ SNILL, VÅKN OPP!

av Supreme Master Ching Hai

Å verden, våkn opp og se
Elver og fjell er i opprør
Brente skoger, nedbrutte åser, uttørrede bekker
Hvor ender de stakkars sjelene opp ved alle drømmers slutt?

Å store Jord, måtte din smerte forminskes
Måtte disse tårene avta med den standhaftige natten
Å hav og innsjøer, avbryt ikke deres melodier
Tillat håp om en morgendag for menneskeheten...

Å sansende skapninger, hvil i den hinsidige verden
Skjønt dere dro uten en siste ytring
La mine hjerteslag opphøre
Mens jeg venter på jordboernes anger.

Å dype skoger, bevar deres sanne essens
Beskytt menneskeslekten i deres øyeblikk av feilgrep
Ta i mot mine dyptfølte tusenvis av tårer
For å nære deres majestetiske trær, blad og røtter.

Å hjerte, gi etter for din hulking
For min sjel må hvile i de lange netter
Ingen flere tårer, og jeg er stum
Gråter i smerte for de plagede!

Å natt, antenn din lyskilde
Skinn for de menneskene hvis sjeler er i mørke
Vær klar, så mitt sinn kan stilnes
Og gå inn i tomheten med den mirakuløse himmelske melodien.

Å dag, vekk ikke plutselig uro
Fred skal hvile i våre hjerter
Menneskehetens kamp må avta
Det sanne Selv må lyse.

Å mitt eget hjerte, ikke sørg lenger
Som et insekt krymper seg i den kalde vinter.
Vent stille på den perfekte morgendag
Og dagen skal bli smykket med Himmelsk Glorie.

Å, jeg grater, jeg ber, jeg bønnfaller
Å, utallige Buddhaer, Gudene, englene
Befri de sjelene som er borte fra den Sanne Veien
Som vandrer i en endeløs sirkel av helvetes lidelser!

Å bror, våkn opp med det samme
Gå stolt på store sjøer og elver
Se rett på den flammende solen
Og lov forsakelse for å redde alle på Jorden!

Å søster, våkn opp i dette øyeblikk
Stig opp fra ødeleggelsesnes sted
La oss sammen fornye vår planet
Slik at alle kan synge glade sanger om enhet.



ØKOLOGISK VEGANISME FOR Å HELBREDE PLANETEN

Veganisme vil redde vår verden. Et plantebasert kosthold kan stoppe så mye som 80 % av global oppvarming, utslette verdens hungersnød, stoppe krig, fremme fred, og det vil friggi Jordens vannreserver så vel som mange andre dyrebare ressurser, det tilbyr en livline til planeten og til menneskeheten. Kort sagt, så vil det veldig raskt stoppe mange av de globale problemene vi står overfor akkurat nå



På mange av disse områdene hvor vi ser slike ødeleggende effekter av klimaendringene, som at isen smelter på Arktis, land synker, vannmangel p.g.a. isbreer som smelter og til og med stormer, er direkte relatert til temperaturstigningen på Jorden. Så vi må kjøle ned planeten, først og fremst. Og den beste måten å gjøre det på er å stoppe produksjonen av drivhusgass som skaper varme.

Vi vet allerede om innsatsen med å redusere utslipp fra industri og transport. Men endringer på disse områdene tar for lang tid – mer enn vi har råd til å bruke akkurat nå. **En av de mest effektive måtene å redusere varmen i atmosfæren på, er å eliminere metanproduksjon.**

Metan fanger ikke bare opp til 72 ganger mer varme enn karbon, den forsvinner også mye forttere fra atmosfæren enn CO₂. Så hvis vi slutter å produsere metan, vil atmosfæren avkjøles forttere enn om vi slutter å produsere karbondioksid.

Økologisk veganisme vil produsere en fordelaktig, kjølede effekt ettersom det vil kutte ned på metan og andre drivhusgasser som er fatale for vår overlevelse.

Økologisk, fordi vi ikke vil at skadelige kjemikalier skal sprøytes ut overalt, og renne ut i vannet vårt, forgifte elvene, jorda og alle levende ting, og gjøre folk syke. Økologisk også fordi det vil absorbere stor mengde med CO₂ som allerede finnes i lufta, og som derfor avkjøler planeten vår.

I. NEDKJØL PLANETEN OG GJENOPPRETT MILJØET



**ELIMINER METAN, SORT KARBON
OG ANDRE DRIVHUSGASSER**

Buskapsindustrien – det største metanutslippet

Karbondioksid er ikke vår verste trussel; metan er. Og metan kommer fra buskapsindustrien.



Vi kan begynne med å kutte ned på den største metanprodusenten i verden; dyreoppdrett. Så, for å nedkjøle planeten fort, så må vi slutte med å konsumere kjøtt for å få stoppet buskapsindustrien, og dermed stoppe drivhusgasser som metan og andre giftige gasser fra dyreindustrien.

Drivhusgasser og potensiell global oppvarming

Drivhusgasser	CO ₂ (karbondioksid)	CH ₄ (metan)	N ₂ O (nitrogenoksid)
Potensiell global oppvarming (GWP)*	1	25*	298*
Preindustriell atmosfærisk konsentrasjon	280 ppm	0.715 ppm	0.270 ppm
Atmosfærisk konsentrasjon i 2005	379 ppm	1.774 ppm	0.319 ppm
Prosentvis bidrag fra buskapsindustrien**	9%	37%	65%

* Gjennomsnittelig over 100 år, så er metan og nitrogenoksid 25 og 298 ganger mer potent enn karbondioksid når det kommer til global oppvarming. Gjennomsnittelig over 20 år, så er metan 72 ganger mer potent. (en del pr. million (ppm) betegner en del pr. 1,000,000 parts.) (IPCC, Fjerde årlige vurdering, 2007, Tabell 2.14)

** (Steinfeld et al., Livestock's Long Shadow, 2006)

Hvis alle i verden kunne begynne med denne enkle, men mest kraftfulle praksisen av en dyrefri diett, da ville vi reversere effekten av global oppvarming på et øyeblikk. Vi ville da faktisk ha tid til å innføre langtidsvirkende tiltak som mer grønn teknologi for også å fjerne karbondioksid fra atmosfæren.

Hvis vi neker å stoppe kjøttproduksjonen, så vil enten alle disse tiltakene ikke ha noen effekt, eller så vil vi kanskje miste planeten før vi i det hele tatt har fått en sjanse til å installere noen grønn teknologi, som vindkraft eller solenergi eller flere hybridbiler, for den saks skyld.

Forskere fra NASA har akkurat annonsert at metan, den potente klimagassen som største menneskeskapte kilden er buskapsindustrien, innehar hundre ganger mer varme enn karbondioksid over en femårsperiode.



“Metan varmer opp Jorden 72 ganger mer enn CO₂ over en femårsperiode.”⁶²

– Intergovernmental Panel on Climate Change

“Metan varmer opp Jorden 100 ganger fortere enn CO₂ in five years of time.”

“Ett tonn utslipp av metan vil i dag anvende mer varme på et år enn ett tonn utslipp av CO₂ vil anvende frem til 2075.”⁶³

– Dr Kirk Smith, Professor of Global Environmental Health, University of California, Berkeley

Vær så snill, husk på at selv om det har blitt rapportert at buskapsindustrien genererer 18 % av global drivhusgassutslipp, som er mer enn verdens transportsektor til sammen, så er det egentlig en underdrivelse, fordi nylige kalkuleringer har funnet ut at den sannsynligvis genererer mer enn 50 % av det totale globale utslippet. **Jeg gjentar: Buskapsindustrien har blitt kalkulert til sannsynligvis å generere mer enn 50 % av det totale globale utslippet – mer enn 50 % kommer fra buskapsindustrien. Så det er hovedløsningen.**⁶⁴

Faren ved metanhydrat og hydrogensulfid

Når det er kaldt, ligger metanhydrat bare presset sammen under havbunnen og ligger der harmløst. Men når været blir varmere, så vil disse gassene frigjøres. Det er allerede frigjort ut i atmosfæren, som der kjenner til fra vitenskapelige rapporter. Permafrosten smelter hver dag.⁶⁵

Det er allerede tegn på at denne farlige tiden kommer, gjennom observasjoner av innsjøer og andre steder, der metanbobler som pleide å være lagret trygt under et frossent lag av jorden.⁶⁶ Ingen vet når den dagen kanskje kommer da det vil frigjøres enorme ukontrollerbare mengder, som vil forårsake en plutselig topp i temperaturen som kan katalysere en galopperende oppvarming. Det ville vært katastrofalt for oss.



“Permafrost er som en tidsinnstilt bombe venter på å gå av hvert øyeblikk, ettersom den fortsetter å tine opp, kan titusener av teragram metan slippes ut i atmosfæren og forsterke klimaet oppvarming. Denne nylig oppdagede kilden til metan er så langt ikke inkludert i klimamodellene.”⁶⁷
(ett teragram = en million tonn)

— Dr. Katey Walter, Aquatic Ecosystem Ecologist at the University of Alaska

Det er ikke bare metan vi er bekymret for. Det er så mange gasser fra havet. Hydrogensulfid, for eksempel, har skylden for å ha utryddet 90 % av levende skapninger i vår Jords historie i fortiden.⁶⁸

Avhengig av konsentrasjonen i dosen, så kan hydrogensulfid alene forårsake irritasjon i ulike kroppsorganer, øyne, nese, hals, sammentrukne bronkier, spontanabort, svekkede kroppsfunksjoner, hodepine, svimmelhet, oppkast, hoste, pustevansker, øyeskader, sjokk, koma, død, osv.

Vi kan kanskje til og med dø av gassen, for ikke å snakke om global oppvarming. Akkurat nå, så er det så mye metan som allerede er frigjort i atmosfæren at mange mennesker har mer mentale lidelser eller annen fysisk lidelse, i følge forskernes undersøkelser.

Metangass kan forårsake hodepine, hjerte- og lungelidelser, og i mer konsentrerte doser kan den forårsake kvelningsdød. Det samme gjelder karbonmonoksid forgiftning. Det er 23 ganger mer dødelig enn CO₂.

Andre dødelig gasser fra buskapsindustrien

Andre dødelig, giftige gasser slippes også ut av buskapsindustrien. Det er den største kilden med 65 % utslipp av nitrogenoksid, en drivhusgass med omtrent 300 ganger mer varmende potensial enn CO₂. Den sender også ut 64 % av all ammoniakk, som forårsaker sur nedbør og hydrogensulfid, en fatal gass. Så en stopp av buskapsindustrien betyr å eliminere alle disse dødelige gassene, så vel som metan.⁶⁹



Den ødeleggende effekten av sort karbon

Sort karbon er en partikkel i drivhusgass som er 680 ganger mer varmfangende enn CO₂, og den forårsaker at isflak og isbreer over hele verden smelter enda fortere. Opp til 40 % av utslippene av sort karbon kommer av at skoger brennes p.g.a. buskapsindustrien.

Forskere har funnet ut at 60 % av sort karbonpartikler i Antarktis ble fraktet dit med vinden fra Sør Amerikas skoger, som er brent ned for å rydde land til buskapsproduksjon.⁷⁰

Stopp kjøttproduksjonen for å oppnå en rask kjølede effekt

Hvis vi vil se den avkjølede effekten på vår planet i de neste par tiårene, så er det mest effektivt å redusere metan først. Og fordi den største kilden til metan på denne planeten kommer fra buskapsindustrien, så er det å bli veganer den raskeste veien til å redusere metan, som dermed vil avkjøle planeten, vellykket og fort.

Amerikanske forskere og IPPC medlem dr. Kirk Smith har vist at innen bare få år så innhenter oppløsningshastigheten for metan CO₂, og den vil nesten være helt borte innen et tiår, men CO₂ vil bli værende og varme opp planeten i tusenvis av år! Så, hvis vi vil ha en raskere nedkjøling av planeten så må vi eliminere de gassene som forlater atmosfæren fort.⁷¹

Med andre ord, metan gjør mye større skade i det korte løp, men hvis vi stopper det, så vil vi ha mulighet til å reversere trenden med global oppvarming veldig fort.

Den beste måten er å slutte med kjøttspising, stoppe og drepe dyr, stoppe dyreoppdrett. Da vil metangassen og gassen fra nitrogenoksid stoppe! Og da kutter vi allerede en stor mengde luftforurensning, og vi stopper den globale oppvarmingen. Jeg har allerede sagt at 80 % av den vil bli stoppet nesten umiddelbart, og vi kommer til å se resultater innen få uker.



BEVAR HAVET

Stopp produksjonen av døde soner

Det er enorme fordeler knyttet til å stoppe buskapsindustrien. Døde havsoner, for eksempel, er primært forårsaket av overflatevann med gjødsel fra jordbruket som for det meste blir brukt til dyrefor.

Døde soner er en alvorlig trussel for havets økosystem, men det kan gjenopprettes hvis vi stopper å forurense havene med våre aktiviteter relatert til buskapsindustrien.

Den enormt store døde sonen i Mexicogolfen, på størrelse med New Jersey, som kveler alt det marine livet der, er overveldende p.g.a. overflatevann med nitrogen fra Midtvesten, fra dyreavfall og gjødselen som brukes til dyrefor. Dette vannet er giftig. Det inneholder antibiotika, hormoner og plantevernmidler, og 10 til 100 ganger konsentrasjonen av dødelige bakterier som E.coli og salmonella sammenlignet med menneskelig avfall.⁷²

En gang i 1995 eksploderte en 32 mål stor lagune med kunstgjødsel i Nord Carolina, og slapp ut nesten 95 millioner liter av dette giftige avfallet, dobbelt så mye som beryktede Exxon-Valdez oljeutslippet [260.000 til 750.000 fat eller 41.000 til 119.000 m³ av råolje]. Hundrevis av millioner fisk i staten New River ble drept momentant på grunn av nitrogenet i avfallet, og med ytterligere skadelige effekter i det øyeblikket forurensningen nådde havet.⁷³

“Antallet oksygentomme døde soner i havet har økt fra bare 49 i 1960 årene til 450 i 2008.”⁷⁴

— Robert J. Diaz and Rutger Rosenberg, *Top Marine Ecologists*

Stopp fiske og gjenopprett det marine livet

Vi trenger desperat fisken i sjøen for å balansere havet; hvis ikke vil livene våre være i fare.



Fiske bidrar til global oppvarming primært gjennom å forstyrre det komplekse økosystemet i verdens hav. Balanserte marine økosystemer er ekstremt viktig ettersom mer enn to tredjedeler av Jorda er dekket av hav.

Havet er et veldig komplekst økosystem hvor hver eneste levende ting har sin unike funksjon. Så bare det å fjerne en liten fisk for at mennesket skal spise skaper ubalanse i sjøen. Vi ser faktisk allerede en effekt av denne ubalansen hos marine pattedyr.

Stopp fiske, og det marine livet vil komme tilbake. Ettersom det voldsomme fisket har forårsaket at sardinene har forsvunnet fra kysten av Namibia, så har utbrudd av skadelige gasser skapt en død sone som ødelegger området økosystem som skyldes fraværet av de beskjedne, men kraftfulle artene som er fordelaktige for økosystemet.⁷⁵

Overfiske har forårsaket at den gjenværende fisken blir mindre, så garnstørrelsen har minket for å kunne fange mindre fisk, med det resultat at annen fisk også blir fanget. Så det ødelegger enda mer av det marine økosystemet og ødelegger enda mer fisk. Disse males enten opp til dyrefor, brukes som gjødsel eller kastes tilbake i sjøen som død fisk. Som et eksempel, for hvert tonn med reker som fanges så blir tre tonn med annen fisk drept og kastet vekk.

En undersøkelse fra USA avslører at griser og kyllinger blir tvunget til å spise mer enn dobbelt så mye sjømat som spises av hele det japanske folk, og seks ganger mer enn det som mennesker i USA spiser. Minst en tredjedel av all verdens fisk som fanges i dag blir brukt som dyrefor, ikke til oss mennesker engang.

“Hvis de ulike beregningene vi har mottatt slår til, så er vi i den situasjonen at om 40 år så vil vi være tomme for fisk.”⁷⁶

*— Pavan Sukhdev, Head of the UN Environment
Program’s Green Economy Initiative*

Det er et annet forhold som kalles forsuring, hvor mangelen på visse fiskeslag har bidratt til en høyere forsuring i havet, som igjen reduserer havets kapasitet til å ta opp CO₂.



Fiskeoppdrett er lik fabrikkanlegg på land. De har de samme miljømessige problemene, med virkninger som inkluderer forurensing av vannet. Oppdrettsfisk oppholder seg i store, inngjerdede områder utenfor kysten med uspisst fisk, fiskeavfall, antibiotika eller andre medisiner og kjemikalier som får plass i det omliggende vannet hvor de skader vårt økologiske system og forurenser drikkevannet vårt.

Så for alle som tror at det ikke skader miljøet å spise fisk, vær så snill og tenk om igjen. Det å innta animalske produkter har en negativ innvirkning på både havet og verden.



STOPP VANNMANGELN

Buskapsindustrien: den største forbrukeren av vann

“Vi må overveie vår jordbrukspraksis og hvordan vi forvalter våre vannressurser. Jordbruk og buskapsindustri står for 70 % av vannbruken og opp til 80 % av avskogingen.”

— Ban Ki-moon

Vann betyr alt for vår eksistens. Vi må bevare vannet; vi må gjøre alt vi kan. Og det første skrittet er å bli veganer, fordi dyreindustrien bruker over 70 % av det rene vannet på vår planet.

Mens 1,1 milliarder mennesker mangler tilgang til rent drikkevann, så sløser vi bort 3,8 billioner tonn med dyrebart vann hvert år til buskapsindustrien.

Vi har over 6 milliarder mennesker i denne verden, og opphavet til kildenes grunnvann, som forsyner halve verdens befolkning, er døende, tørker inn. Og de topp ti globale elvesystemene tørker eller ebber ut. Og tre milliarder mennesker mangler vann.



Mangler vi vann?

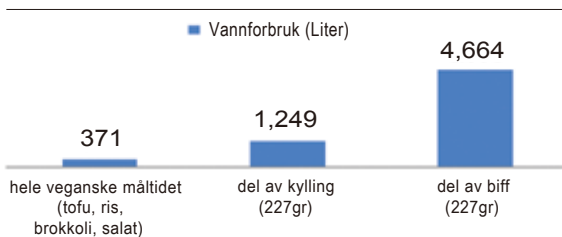
En porsjon BIFF bruker over 4500 liter vann

En porsjon med KYLLING bruker over 1400 liter vann

Et komplett VEGAN måltid med TOFU, RIS og GRØNNSAKER bruker bare 370 liter vann ⁷⁷

Selv om vi ikke dusjer eller pusser tenner, så monner det ingenting hvis de ikke stopper med å spise kjøtt.

Vær økologisk veganer for å redde verdens vann



Kilde: Marcia Kreith, *Water Inputs in California Food Production*, Water Education Foundation, September, 1991 (chart E3 p28)

Amerikanerne er allerede bekymret for vannmangel. Deres isbreer har smeltet masse. Og elvene har blitt tørrere. I løpet av bare noen få år, så vil det kanskje ikke være nok vann til de 23 millioner menneskene som er avhengig av det vannet for å overleve.⁷⁸

Den organiske veganske dietten: Redder over 90 % av verdens vann

Kjøttproduksjon bruker enormt mye vann. Det tar opptil 4500 liter med friskt, godt, rent vann for å produsere bare en porsjon biff.⁷⁹ Til sammenligning så brukes man 370 liter vann for å produsere et komplett vegansk måltid. Det er over 90 % mindre.



Vi kan stoppe vannmangelen. Mens tørke rammer flere befolkninger, så har vi ikke råd til å sløse med vann. Så, hvis vi vil stoppe vannmangelen og bevare dyrebart vann, så må vi stoppe animalske produkter.



BEVAR DYRKET MARK

Stopp overbeite og ørkenutbredelse

Buskapsindustrien er det største enkeltstående menneskelige bruk av jord og hovedårsaken til at regnskogen blir ødelagt.

Vi må stoppe beiting for å beskytte vårt jordsmonn og beskytte livene våre. Overbeite er hovedgrunnen til ørkenutbredelse og annen ødeleggelse, og det er ansvarlig for mer enn 50 % av at jord nedbrytes.

Vi har bare 30 % jord som dekker Jorden. Av disse dyrebare 30 % blir en tredjedel av det brukt, ikke for vår overlevelse, men til beitemark eller til å dyrke dyrefor – alt dette bare for å produsere noen få porsjoner med kjøtt.

For eksempel, så blir omtrent fire milliarder mål eller 80 % av all dyrket mark i USA, og omtrent halvparten av all jord i USA, brukt til kjøttproduksjon. Som en kontrast, så blir mindre enn 12 millioner mål brukt til å dyrke grønnsaker i landet.⁸⁰

Nylig forskning i Mexico slår fast at 47 % av landet har allerede krevd sitt offer med ørkenutbredelse på grunn av skadene fra kjøttindustrien.⁸¹ Og ytterligere 50 til 70 % av landet lider i noen grad av tørke.





Rydding av land til buskapsindustrien har skapt ustabilitet og alvorlig degradering av jordsmonnet i Mexico. I den nordlige regionen av Mexico er nærmeretotredjedeler av jordaklassifisert til å være i en total eller akselererende tilstand av utarming.⁸² Når buskapsindustrien spiser opp all vegetasjon og tramper ned jorda, så står man igjen med en sementlignende grunn som det er umulig å dyrke noe på. Dette forverrer den globale oppvarmingen, fordi det blir frigitt mer karbon fra døende planter og utarmet jordsmonn.



UTRYDD VERDENS HUNGERSNØD

Hvis alle åt en plantebasert diett, så ville det være nok mat til å mette ti milliarder mennesker.

Sløsing med jord for dyreoppdrett

Mangler vi mat?

Hvor mange mennesker i verden sulte
1.02 nilliarde mennesker.

Hvert femte sekund dør et barn av sult.

Korn som nå brukes som dyrefor er nok til å mett nærmere
to millioner mennesker.⁸³

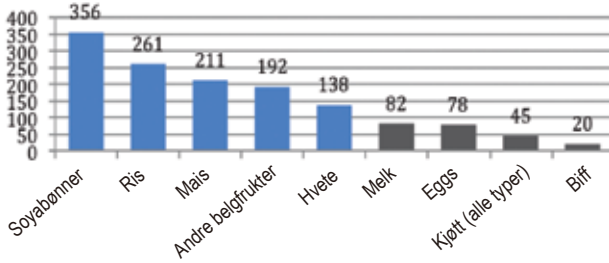
— Julie Gellatley and Tony Hardle

Nitti prosent av all soya, 80 % av all mais og 70 % av alt korn som dyrkes i USA brukes for å feite opp buskapsindustrien, mens dette kunne vært brukt til å mette minst 800 millioner sultne mennesker.⁸⁴ Vi har mennesker som sulter; vi har barn som dør hvert femte sekund fordi vi bruker for mye jord, for mye vann til buskapsindustrien i stedet for på mennesker.

Effektiv bruk av jord



Pund av anvendbare proteiner per acre mål
fra forskjellige matvarer



Kilde: USDA; FAO/WHO/UNICEF Protein Advisory Group, 2004

Hvis vi ikke spiser kjøtt, så vil vi bruke jordbruksprodukter, korn, til å mette mennesker istedenfor å avle flere dyr i fremtiden. Da vil det ikke lenger være sult, og det vil ikke lenger være kriger pga sult. Effekten er enorm.

Og jo mer økologisk, naturlig jordbruksmetoder vi bruker, jo mer mat vil vi få, jo sunnere vil vi bli, og jo sunnere blir jordsmonnet. Og fra da av vil jordsmonnet gjenvinnes, og da vil vi få mer og mer overflod av mat.





STOPP AVSKOGINGEN

Vi må forby avskoging, og vi må selvfølgelig plante flere trær. Overallt hvor det er utarming og øde land, må vi plante trær.

Avskogingen er også i stort monn forårsaket av kjøttproduksjonen. Med USAs antagelser om at avskoging står for omtrent 20 % av alle drivhusgasser, så er nesten all avskoging relatert til kjøttproduksjon.⁸⁶ Åtti prosent av skogen i Amazonas er ryddet for at dyr skal beite der og klargjøres til slakting, og det gjenværende brukes til å dyrke soya, som i stor grad brukes som dyrefor.

Hvert år feller vi skoger på størrelse med England bare for å ale opp dyr. Det er derfor planeten vår varmes opp og dermed blir det problemer med flom og tørke mange steder.

Et regnskogområde på størrelse med en fotballbane ødelegges hvert sekund for å produsere bare 250 gram med hamburgere.⁸⁷

Vi mister 55 kvm med regnskog for hver eneste biff hamburger som lages.⁸⁸

Skog spiller en enormt viktig rolle i å absorbere CO₂. For eksempel, så er skogene i Pacific Northwest regionen i USA i stand til å absorbere halvparten av alle utslipp fra staten Oregon i USA.

I følge miljøorganisasjonen Greenpeace, så er åtte prosent av jordens skogrelaterte karbon lagret i den enorme regnskogen ved Kongos elv Basin i Sentral Afrika. Forskere spår at fortsatt avskoging i Kongo vil frigi den samme mengden CO₂ som England har sluppet ut de siste 60 årene!⁸⁹ Så, det er viktig å bevare skogen mens vi ennå kan.

Trær tiltrekker seg regn, bevarer jordsmonnet og hindrer utarming. Og de gir oksygen og skygge, og de gir hjem til omgivelsenes venner, dyrene, som igjen også sørger for at vår planet går i en god økologisk sirkel.

Avskoging handler ikke bare om permanente endringer i verdens temperatur, nedbør eller forløp av været, som skogene regulerer. Det handler ikke bare om de millioner av mennesker som kanskje mister sitt levebrød som avhenger av skogen. Det er mer enn som så. Det er utryddelsen av planter og dyr som går 100 ganger fortere enn det som er naturlig, og det ødelegger økosystemet vårt.



Heldigvis har vi en løsning klar, og det er en økologisk, vegansk løsning. Vi må akseptere denne økologiske, veganske løsningen som den eneste rette for å kunne redde planeten vår akkurat nå.

Jorda som brukes til beite og dyrking av for kan bli til skog igjen, og på den måten redusere global oppvarming. I tillegg, hvis all dyrkbar jord kunne brukes til å dyrke organiske grønnsaker, så ville ikke folk bare bli mette, men opptil 40 % av all drivhusgass i atmosfæren ville blitt absorbert. Dette kommer i tillegg til elimineringen på over 50 % av utslipp som forårsakes av buskapsindustrien.⁹⁰

For å konkludere, så vil vi altså eliminere mesteparten av de menneskeskapte drivhusgassene kun gjennom å innføre en dyrefri, vegansk, økologisk livsstil.

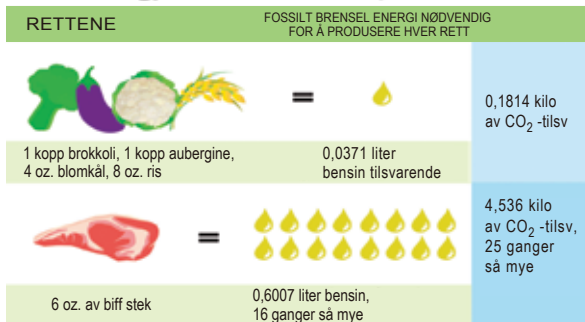


BEVAR ENERGI

Energiomkostninger fra kjøttproduksjon

Kjøttproduksjon krever mye energi, og energien er meget ineffektiv. For å produsere en kilo kjøtt brukes 169 millioner watt med energi, eller nok energi til å kjøre en gjennomsnittelig europeisk bil i 250 kilometer!

Energiomkostnad til Kjøttproduksjon



Kilde: Gidon Eshel og Pamela A. Martin, "Diet, Energy, and Global Warming", *Earth Interaction*, Vol 10 (2006), paper No. 9.



2 ½ kg biff bruker 16 ganger mer fossil energi enn et måltid med vegan mat som inneholder tre sorter grønnsaker og ris.

Leder for FNs Klimapanelet, Dr. Rajendra Pachauri, påpeker videre at kjøtt krever konstant nedkjølt transport og lagring, økningen og transportereringen av dyremat, en masse pakking, masse koking på høy temperatur over lang tid, og en mengde avfall fra dyreprodukter som også må behandles og disponeres. **Kjøttproduksjon er så kostbart og ineffektivt, så uholdbart, at det er dårlig business å produsere kjøtt.**⁹¹

De sanne kostnadene av kjøtt

“For å produsere ½ kg kjøtt, kreves det 9450 liter vann, 6 kg korn, 17.5 kg matjord og energi som tilsvarer 3,78 liter bensin. Hvis alle disse kostnadene ble gjenspeilet i produktet, uten subsidier, så ville den billigste hamburgeren i USA kostet 35 dollar.”⁹²

— John Robbins



GJENOPPRETT ARTSMANGFOLD

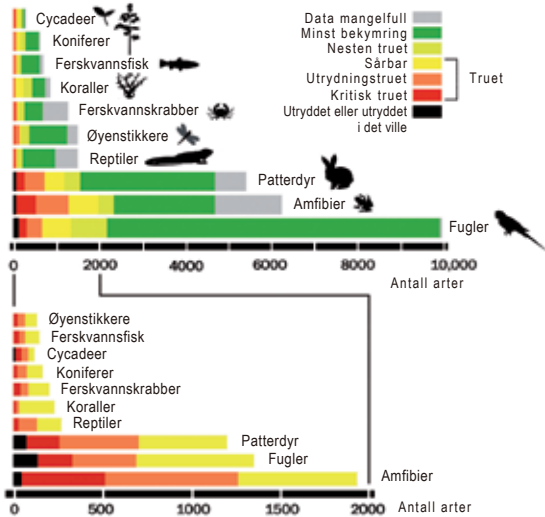
Alt på denne planeten, inkludert oss, har et innbyrdes forhold, og vi kan hjelpe hverandre med å gjøre livene våre her komfortable og levelige. Men hvis vi ikke vet det, så dreper vi oss selv. For hver gang vi dreper et tre eller et dyr, så dreper vi en del av oss selv.

I hav og ferskvann så er det allerede så mange fiskeslag som har gått tapt, sammen med hele områder i havet hvor korallrev blir forminskert av praksis som tråling og fiske med eksplosiver. På land, så er det kjøttforbruket som er ansvarlig for at enorme områder blir ryddet for avlinger som soya for å ale opp buskap.

Disse aktivitetene fratrar oss det biologiske mangfoldet, og det har vært en alarmerende økning i utrydding av planter og dyr.⁹³



Trussel status for arter i omfattende Vurderte Taksonomiske Grupper



Kreditt: Sekretariatet for Konvensjonen om Biologisk Mangfold, Global Biodiversity Outlook 3, 2010, <http://www.cbd.int/doc/publications/gbo/gbo3-final-en.pdf>, 28



BEFRI ELVER OG JORDSMONN FRA FORURENSNING

Hvis vi virkelig vil bevare våre rene, trygge vann for oss selv og våre barn, så må vi stoppe buskapsindustrien og innføre en plantebasert diett.

USAs Environmental Protection Agency fastslår at jordbruk, som stort sett brukes til kjøttproduksjon, bidrar til nesten en tredjedel av landets vannforurensningsproblemer.⁹⁴ En enkelt grisefarm med 500,000 griser, produserer mer søppel årlig enn 1,5 millioner innbyggere på Manhattan i New York City. I staten Virginia, så produserer fjærkrefarmer 1,5 ganger mer forurensende nitrogen enn alle menneskene som bor i samme område. Det finnes ingen lover som regulerer dette.

De 1,8 millioner grisene i Irland lager mer søppel enn hele landets befolkning på 4,2 millioner!



Ettersom jorda ikke kan absorbere alt sammen, så renner mye av overskuddet ut i elver og på marker. Vi snakker om en sjokkerende stor mengde med giftig materiale som utgjør skremmende problemer, inkludert giftig gass som hydrogensulfid og ammoniak, rester av plantevernmidler, hormoner, antibiotika og bakterier som E.coli som kan, og som forårsaker matforgiftning og til og med død.

Sammen med avfall er overskuddet av kjemisk kunstgjødsel brukt på avlinger som blir til dyrefor, noe som har blitt dokumentert av forskere at skaper døde soner så vel som giftige utbrudd av alger, den grønne mosen som gror i vannet.

En slik hendelse forekom i Brittany i Frankrike, hvor majoriteten av landets buskapsindustri er, og hvor en tredjedel av gårdene som produserer meieriprodukter holder til. Ved Brittanys kyst har dette kjemiske overskuddsvannet kommet ut i sjøen og forårsaket algeutbrudd, som slipper ut den dødelige gassen hydrogensulfid. Nylig hørte vi i nyhetene om en hest som døde innen en halv time etter å ha tråkket på algene, og nå undersøker man helsen til 300 mennesker i dette området av samme grunn.

Alt dette blir verre på grunn av det faktum at dyreavfall er for det meste ikke regulert, noe som betyr at det er ingenting som kan stoppe disse hendelsene av forurensning som kan forårsake sykdom og til og med død for et stort antall dyr og mennesker.

(Vennligst se vedlegg 9 for flere eks på forurensning grunnet dyreavfall.)



LETTE ØKONOMISKE OG HELSEMESSIGE KOSTNADER

Spar billioner på klimaendringslettende kostnader

Ledere er bekymret for kostnadene med å lette klimaendringene. Uansett, den gode nyheten er at hvis verden bytter til et dyrefritt kosthold, så ville vi redusere kostnadene med halvparten, eller mer. Det betyr at vi ville redusert med titalls billioner amerikanske dollar.



- **Klimaendringens kostnader**

“Europakommisjonens studier anslår at klimaendringene kan koste opptil 74 billioner dollar. Stiger havnivået med en meter, vil det øke stormkostnadene med 1,5 billioner dollar.”⁹⁵

— Environmental scientists F. Ackerman and E. Stanton

“Kostnaden ved passivitet vil komme opp i 176 milliarder dollar årlig innen 2100 for Japan.”⁹⁶

— Prof. Nobuo Mimura and colleagues

- **Besparelser ved et vegansk kosthold**

Et globalt valg av vegansk kosthold kan fjerne 80 % (32 billioner dollar) av den estimerte kostnaden på 40 billioner dollar ved en avdemping av klimaendringen i 2050.⁹⁷

— Elke Stehfest ved Netherlands Environmental Assessment Agency

Minimer helsekostnadene

Helserisikoen ved å spise kjøtt blir mer og mer tydelig i disse dager. Husdyr blir rutinemessig gitt overdrevent mye hormoner og antibiotika, noe som kan true menneskets helse når det spises som kjøtt.

Det er også giftige biprodukter på slaktestedene som ammoniakk og hydrogensulfid. Disse giftstoffene har forårsaket dødsfall blant arbeiderne på grunn av sin ekstreme giftighet.

Som en form for mat, er kjøtt ganske enkelt en av de mest usunne, giftige, uhygieniske elementer som noen gang kan inntas av mennesker. Vi bør aldri spise kjøtt i det hele tatt hvis vi elsker og setter pris på vår helse og vårt liv. Vi vil leve lengre uten kjøtt, bli sunnere og klokere uten kjøtt.

Det har blitt vitenskapelig påvist at kjøtt skaper alle slags typer kreft, også hjertesykdommer, høyt blodtrykk, hjerneslag og fedme. Listen fortsetter og fortsetter. Alle disse sykdommene dreper millioner av mennesker hvert år,



millioner på millioner av mennesker dør på grunn av sykdommer relatert til kjøtt, og kjøtt gjør millioner av andre alvorlig syke og funksjonshemmede i tillegg. Det er ingen ende på tragediene forårsaket av et kosthold med kjøtt. Vi burde vite dette nå gjennom alle disse vitenskapelige og medisinske bevisene.

Vi har ikke engang nevnt de skitne forholdene, de lukkede miljøene, der dyrene blir holdt før de skal slaktes, som fremmer overføring av sykdommer som svineinfluensa. Faktisk er noen av sykdommene som overføres via kjøtt, som den menneskelige formen for kugalskap, fatalt tragiske i hvert tilfelle. Den som pådrar seg kugalskap er dømt til å dø på en trist og sørgmodig måte. Andre kontaminanter som E. coli, salmonella osv, kan også føre til alvorlige helseproblemer, langvarige skader, noen ganger kan disse også føre til døden.

I en vegansk verden vil det ikke være flere triste nyheter om at barn dør av hjerneskade eller lammelser grunnet E. coli, de dødelige bakteriene som nesten hele tiden opprinnelig kommer fra husdyr. Det ville ikke være mer hjertesorg grunnet dødelig svineinfluensa pandemi, eller kugalskap, kreft, diabetes, hjerneslag og hjerteinfarkt, salmonella, Ebola, osv., osv. Selv AIDS som vi frykter så mye, kommer også opprinnelig fra dyr som drepes og spises. Dyresykdommene fra de grusomme, urene omgivelsene rundt buskapsindustrien er ansvarlig for 75 % av alle nye, smittsomme sykdommer.

Selv melk, som vi offisielt har blitt fortalt å være bra for oss, er tvert imot giftig og forårsaker sykdommer (og selvfølgelig økonomiske tap). Her er noen av dem: bakterielle mikrober, plantevernsmidler, og enzymer er funnet i ost, tatt fra magesekken til andre dyr, fører til; bryst-, prostata- og testikkelkreft fra hormoner som finnes i melk; listeria og Crohns sykdom; hormoner og mettet fett fører til osteoporose, fedme, diabetes og hjertesykdommer.



- Helsekostnader av kjøtt- og meieriprodukter

Hjerte- og karsykdommer har kostet
USA 503,2 milliarder dollar i 2010.⁹⁸

Kreftbehandling koster USA 6,5
milliarder dollar årlig.

Behandling av diabetes koster USA 174
milliarder dollar årlig.

Individuell behandling for overvektig
koster 93 milliarder dollar årlig.⁹⁹



KJØP TID FOR GRØNN TEKNOLOGI

Vi kan ikke kutte CO₂ veldig raskt, fordi vi ikke har andre teknologiske oppfinnelser akkurat nå til å erstatte de som vi allerede har. Hvor mange elektriske biler ser du kjøre på veiene i USA nå? Hvor mye CO₂ kutt blir det av dette? Ikke mye. Men metanforurensningen som kommer fra buskapsindustrien, hvis vi stopper det, blir det ikke mer oppvarming!

Det er allerede avansert vitenskap som fanger CO₂ og blander det med sjøvann for å lage sement. Dette vil redusere CO₂ ved bruk av andre metoder for å produsere sement i tillegg, og også redusere ny CO₂ forurensning i luften. Men fortsatt tar all ny teknologi veldig lang tid å utvikle og få ut på markedet.

Det naturlige landskapet av eng og skog er mer effektivt til å absorbere CO₂ enn karbonfangstteknologien, ifølge FNs miljøprogram (FNs Environmental Program). Dessuten er det risikabelt, tror jeg. Det er ikke testet ennå. Hva om karbon lekker ut igjen til atmosfæren i en konsentrert mengde? Når vi fanger det år etter år, tiår etter tiår, og så skjer det noe, og det lekker ut, og hva gjør vi da?

Så, med et vegansk kosthold spiser vi det som er best for helsen vår, for dyrene, for miljøet, og naturen vil gjøre resten for å gjenopprette balansen og redde vår verden.¹⁰⁰



II. DET ER DEN RASKESTE OG GRØNNESTE LØSNINGEN



AVKJØL PLANETEN UMIDDELBART

Marianne Thieme, medgrunnlegger av Partiet for Dyr i Nederland, har skissert klart miljømessige gevinster av det å redusere kjøtt i kostholdet. For eksempel, dersom alle briter avstår fra kjøtt syv dager i uken, så vil det tilsvare at halvparten av landets 25 millioner husholdninger får null utslipp. Seks dager i uken vil det bli det samme som at landets 29 millioner biler blir fjernet helt fra veiene.

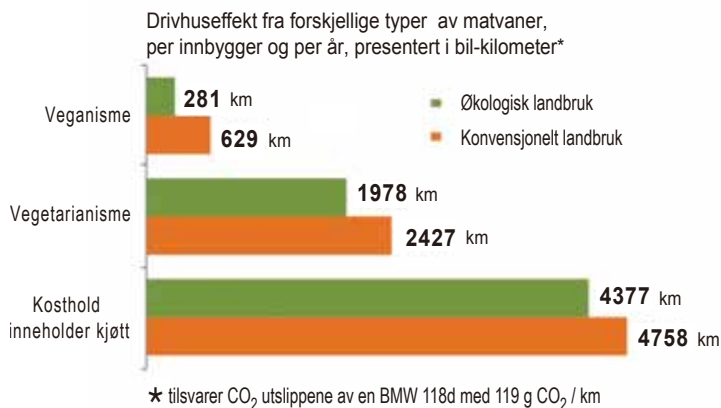
• *Sammenligning med den vanlige altetedende dietten*

- Et økologisk [kjøttbasert] kosthold produserer 8 % mindre drivhusgasser
- Et vegansk kosthold produserer 1/7 mindre utslipp av drivhusgasser sammenlignet med et kjøttbasert kosthold – dvs. 86 % besparelser i utslipp av drivhusgasser
- Et økologisk vegansk kosthold produserer 94 % mindre utslipp av drivhusgasser.¹⁰¹

– Ifølge Foodwatch-rapporten om drivhuseffekten til tradisjonelt og økologisk landbruk i Tyskland



Det Økologiske Veganske Kostholds Utslipp Besparelser



Kilde: Foodwatch Organic: En klimafrelser? The Foodwatch rapport om drivhuseffekten fra vanlig og økologisk jordbruk i Tyskland. Mai, 2009, p.X.

Derfor vil den grønneste av all grønn politikk, den grønneste av alle grønne handlinger, de mest barmhjertige, heroiske, og livreddende handlinger, være et vegansk kosthold.

Grunnen er basert på den betydelig avkjølede effekten det har på planeten ved å fjerne metan fra atmosfæren, noe som vil skje når vi bytter til et økologisk vegansk kosthold. Og ved siden av å fjerne de skadelige utslippene av metan, så kan økologisk dyrkede metoder faktisk lagre og føre 40 % av karbonet tilbake til jorden. Så å bli veganer er ikke bare en måte å fjerne vesentlige utslipp på, men også å absorbere enda mer karbon fra atmosfæren.

Og med den tilnærmingen jobber vi mot det å kunne redde verden. Fordi skiftet til et dyrefritt kosthold vil fjerne all metanproduksjon og dets tilhørende forurensninger, for ikke å nevne dyremishandlingen, så vil dette hjelpe til med å reversere disse planetariske katastrofene, slik som tsunamier, flommer, stormer, tyfoner og jordskred osv.

Faktisk uttalte lederen for FNs rammekonvensjon for klimaendringer, Mr. Yvo de Boer, allerede i juni 2008 at "Den beste løsningen for oss vil være å bli vegetarianere." Han mente veganere.



BLI VEGANER: DEN GRØNNESTE LIVSSTILEN

Det å stoppe kjøttproduksjonen vil spare 80 % av den totale kostnaden på 40 billioner dollar for å redusere global oppvarming, forbruke 4,5 ganger mindre areal på å dyrke mat, spare opp til 70 % rent vann, og spare 80 % av de utryddede Amazonas regnskogene fra dyrebeite. En løsning for sult i verden: frigjøring av opp til 3,4 milliarder hektar land, frigjøring av opp til 760 millioner tonn korn hvert år (som er halvparten av verdens kornforsyninger). Sparer en tredjedel fossilt brensel som blir brukt til kjøttproduksjonen, reduserer forurensingen fra ubehandlet animalsk avfall, opprettholder renere luft, sparer 4,5 tonn utslipp per amerikanske husholdning per år, stopper 80 % av global oppvarming eller mer. Og listen fortsetter.

En studie utført i USA har funnet ut at økologisk landbruk bevarer matjord og holder vannkildene rene, og hvis de utnyttes over hele verden, vil det ha potensial til å absorbere og lagre omtrent 40 % av all dagens CO₂ utslipp hvert år. Dette vil bli en direkte fordel for Jorda vår.

Andre aspekter ved et vegansk, økologisk landbruk som er gunstig, inkluderer ting som vekstskifte, jordfukting og naturlig gjødsel. Vekstskifte betyr at det på et felt hver sesong blir plantet forskjellige avlinger. Denne varierte tilnærmingen bidrar til å holde plantene friske og også gjenoppretter fertilitet og næringsstoffer for jorda. Andre metoder som jordfukting og til og med en ny metode som kalles udyrket økologisk landbruk, hjelper til med å bevare fuktigheten og redusere jorderosjonen betraktelig.

Så generelt vil det å følge et vegansk, økologisk landbruk være en filosofi om å leve i harmoni med naturen og være en beskyttelse for planeten og alle vesener. Metodene som benyttes støtter den naturlige balansen mellom jordbruk og miljø. Over tid kan kombinasjonen av denne formen for omsorg og praksis, gjennom de tilgjengelige teknikkene, komme langt på vei mot å gjenopprette balansen som ble skapt av de problemene som måtte ha oppstått tidligere.



Å SPISE LOKALPRODUSERTE RÅVARER OG ORGANISK KJØTT?

Interessant nok viser studier at å spise lokalt ikke er like bra som å spise vegansk. For eksempel har forskere ved Carnegie Mellon University beregnet at et vegansk kosthold reduserer over syv ganger utslippene sammenlignet med et 100 % lokalt kjøttkosthold. Så å spise vegansk er enda bedre enn å spise lokalt produsert kjøtt.

I en annen studie fant Foodwatch i Tyskland ut at det å bytte fra en vanlig kjøtt diett til en økologisk kjøtt diett sparer kun 8 % av utslippene, men å bytte til et ikke-økologisk vegansk kosthold, selv et ikke-økologisk vegansk kosthold, vil redusere utslippene med 86 %.¹⁰² Så vi redder planeten ved å være veganere. Selv ikke-økologisk! Så, egentlig er økologisk bra, lokal produksjon fantastisk, men det første trinnet er i det minste det å være veganer, økologisk eller ikke.

Økologisk kjøtt er faktisk ikke miljøvennlig i det hele tatt; det krever enda mer land, og mer energi enn ikke-økologisk kjøtt innenfor kjøttoppdrett. Kan dere tro det? Så det hjelper ikke engang å prøve å avle dyr på en økologisk måte. Den såkalte “bærekraftige”, “frittgående” økologiske fjærfeet, for eksempel, krever 20 % mer energi å oppdrette og har en 20 % høyere, større påvirkning på global oppvarmingen enn ikke-økologiske fjærfegårder. Tenk på det. Så vi har blitt villedet hele tiden.

III. GI LIV FOR Å REDDE LIV

Før vi forventer at løven skal legge seg fredelig ned ved siden av lammet, må vi gjøre det først.



KJØTTSPISING DREPER BÅDE DYR OG MENNESKER

Kjøttspising er den største grusomheten man kan begå, til og med mot oss selv. Selv om vi ikke dreper dyrene selv, er vi fortsatt ansvarlig for deres død.



For kjøtt dreper vi bokstavelig talt milliarder av dyr. En svimlende sum på 55 milliarder dyr, åtte ganger mer enn hele den globale befolkningen, blir drept for konsumering hvert eneste år. Dette inkluderer ikke de milliarder av fisker som omkommer, med et totalt tap som tilsvarer at mer enn 155 millioner vesener blir drept hver dag.¹⁰³

Meieriprodukter er inkludert sammen med kjøtt fordi grusomheten og torturen er den samme, og sluttresultatet er en fryktelig død for de stakkars dyrene. Det er ingen nåde i meieriindustrien heller.

Mennesker dør også, hvert år på grunn av kjøtt og fisk, og alt som er relatert til inntak av dyr. Nesten 33 millioner mennesker bukker under årlig av sykdommer relatert til kjøttspising gjennom hjertesykdommer, kreft og andre forhold som tar livet av mer enn 90.000 personer hver dag.

Og så er det de som ikke kan skaffe seg mat fordi det kornet de trenger blir brukt til å mate dyr som vil bli drept for kjøtt. Det finnes 25.000 mennesker som dør av sult indirekte, også på grunn av kjøtt.¹⁰⁴

Vi har hundre tusenvis av mennesker som dør hvert år som ofre for global oppvarming forårsaket av kjøtt. Og vi har titalls millioner av andre som har blitt gjort hjemløse på grunn av klimaendringene. Vi kaller dem klimaflyktninger, hvis det er et slikt begrep, faktisk har de ingen status.

Og dette inkluderer ikke det uskyldige ville dyrelivet og husdyrene som må lide på grunn av problemer relatert til kjøtt.

Kjøtt fører til global oppvarming og dreper, og dreper og dreper. Derfor er KJØTT drap, en forbrytelse som må stoppes.



DYRESLAKTING: EN FORBRYTELSE I GLOBALE PROPORSJONER

Det finnes ingen større moralske kriser enn den som er skapt av massemassakrer av søte, uskyldige levende vesener for vår egen nytelses skyld når vi har andre valg. Slike masse mord er en forbrytelse av globale proporsjoner. Og denne drapsenergien i sin tur raser og styrker andre negative energier, noe som degraderer vårt samfunn og ødelegger vår verden.



Vi har produsert masse, masse, masse negativ energi ved å drepe milliarder og milliarder av uskyldige sansende liv, og vi dreper til og med millioner av våre medmennesker, over årtusener, direkte eller indirekte. Direkte gjennom krig. Indirekte gjennom sykdommer som vi har skapt selv, som byllepest, lungepest, og nå svineinfluensa, fugleinfluensa, osv.

Det er ikke tilfeldig at den viktigste årsaken til global oppvarming er kjøttspising. Og mange av de ledende helseproblemer vi har i vår verden kommer også fra kjøttspising. Så kjøttspising er en grusomhet mot dyrene. Kjøttspising er en grusomhet mot vårt velvære. Kjøttspising er en grusomhet mot våre barns velferd. Kjøttspising er en grusomhet mot planeten. Vær veganer, og vi vil aldri trenge å lide under mange av disse konsekvensene noen gang igjen.

Vi må stoppe drap av mennesker eller dyr. Vi må slutte å produsere animalske produkter. Og vi må slutte å bruke dem. **Det finnes tre slutter: slutt å drepe, slutt å produsere, slutt å bruke. Og slutt å spise det, selvfølgelig, slutt å spise kjøttet.**

Når folk forstår den grusomme sannheten bak husdyrsoppdrett og den uskylden til alle dyrene som har ofret sine liv, er det lett å se at det å spise dødt kjøtt til et annet vesen ikke bare er unødvendig, men vi etterlater oss også blodige fotavtrykk.



GJENOPPRETT HARMONIEN MED NATUREN

Vi bør alle huske på at vi deler dette planetariske oppholdsstedet, vannet, luften, ressursene, maten, alt i naturen, deler vi bare. Vær veganer, tenk grønt og redd planeten deres også, planeten til dyrene. Dette er virkelig den beste måten å gjenopprette miljøet vårt på og sørge for den høyeste graden av fred.



“Vi er en del av Jorda, og hun er en del av oss. De duftende blomstene er våre søstre; hjorten, hesten, den store ørnen, er våre brødre. Hva er mennesket uten dyrene?”

“Hvis alle dyr forsvant, ville menneskeheten dø av en stor åndelig ensomhet. De steinete toppene, de fuktige furene på landet, den fysiske varmen mellom hest og mann – alt dette tilhører den samme familien.

Jorda tilhører ikke mennesket; det er mennesket som hører til Jorda.”

– Høvding Sealath, Duwamish Innfødt Amerikansk Høvding, den som byen Seattle i delstaten Washington i USA er oppkalt etter

Tenk deg vår planet uten dyrene i det hele tatt. Alle hundene er borte, kattene borte, fuglene borte, fiskene borte, bøflene borte, elefantene borte, tenk, ingen av dyrene overlever, hvordan ville vi leve da? Hvordan ville vi følt oss rike? Det ville føles veldig tørt og meningsløst.

Så, hvis vi respekterer alt liv, da tar vi heller ikke noe liv. Jorden gir i massevis for mennesker og for dyr. Vi trenger ikke å ta på en måte som gjør vondt eller skader noen andre vesener. Da betyr det et dyrefritt kosthold, igjen, igjen og igjen.



Hvis hele menneskeheten lever med et dyrefritt kosthold, og lever i respekt med naturen og andre liv, så ville vi ha fått en Himmel på Jord. Alt vil bli tilgitt. Alt vil være godt og bra. Planeten vil bli gjenopprettet, dyrene vil være takknemlige, mennesker vil være friske, og alt og alle vil være lykkelige og velsignet. Det er alt som må gjøres, vær veganer.



DYR BRINGER KJÆRLIGHET TIL VERDEN

Dyrene har virkelig kommet for å hjelpe menneskeheten. Som Bibelen sier: “Jeg skaper dem til å være deres venner og deres hjelpere.” Det er virkelig sånn. Men ikke alle mennesker kan benytte seg av denne hjelpen og det er synd. I stedet dreper de dem.

Alt Gud skaper på Jorden er for et formål. Vi bør ikke drepe noe. Vi bør ikke spise noe annet enn en plantebasert diett.

Dyrene kommer til denne planeten med en spesiell rolle. Mange av dem er i stand til å ta med seg ned guddommelig kraft fra Himmelen, eller kjærlighet, bare gjennom deres nærvær. Noen dyr, som hester og kaniner, kan beskytte sine menneskelige omsorgspersoner fra negative påvirkninger, eller styrker dem med god helse, lykke, selv materiell rikdom, glede eller åndelig oppløftning. De passer på oss i det stille, og sender oss ydmykt velsignelser. Noen av dem er fra høyere nivåer av bevisstheten, de kommer bare ned i dyreform for å hjelpe menneskeheten eller andre vesener på Jorden.

Dyr har også meget edle, viktige roller i den fysiske verden. Noen dyr, som sebraer, aper, og ville papegøyer bidrar med å spre frøene, mens bier og andre insekter bidrar med å bestøve avlinger og andre planter, og andre opprettholder helsen til skog og hav. Dyrene hjelper menneskene direkte også.

Jeg leste i avisene, hørte på radioen, og så på TV, og så mange edle dyr som reddet folk. De reddet sine slektninger på bekostning av sine egne liv. Så vi bør lære av alle disse gylne dyrene.

(Se vedlegg 10 for Høyeste Mester Ching Hais åndelige innsikt på NQ eller Edle Kvaliteter og LQ eller Kjærlige Egenskaper hos dyr og mennesker.)



SKAP EDEN PÅ JORDEN

Med den økologiske, veganske livsstilen som en del av alles heroiske misjon, vil vår felles innsats frembringe en trygg og reddet verden for både mennesker og våre kjære dyr.

Det vil være som Eden på Jorden der alle har lik tilgang til kommunale tjenester samt til lokale ressurser. Og alt vil bli jevnt fordelt. Og alle vil bli respektert og elsket og tatt vare på, akkurat som den neste eller den siste eller den første.

Dialog mellom Mester og Disipler:

Q: Mester, Vil du vær så snill å forklare hvordan et kjærlig forhold mellom mennesker og dyr vil påvirke planeten vår?

M: Vel, det vil bli en stor fred på jorden, jeg mener med store bokstaver FRED.



VEDTA VEGANSKE LOVER OG RETNINGSLINJER

Jeg håper regjeringene vil lovfeste og forby avliving av dyr, og forby enda mer buskapsindustri.

Hvis de virkelig er ledere som lover å beskytte sine folk, å forbedre sine land på mange områder, så er dette det første skrittet vi må ta.

Stopp kjøttbransjen, stopp fiskeindustrien, stopp meieriindustrien. Da vil planeten vår være slik den var, og til og med enda bedre.



I. VERDENS LEDERE BØR SETTE ET EKSEMPEL



VÆR VEGANER

Jeg vil be dem, verdens ledere, om å bruke sin mektige kraft til å endre dietten på planeten. Og vedta umiddelbart ny teknologi og bærekraftig energi. At de selv setter et eksempel ved å bli vegetarianer eller veganer. Endre kostholdet. Bruke sin mektige kraft. Være et eksempel, å sette en ny diett for planeten, den vegetariske (veganske) dietten.¹⁰⁵

De må først bli vegetarianere (veganere), og da kan de virkelig bruke sin makt. Som røykeforbudet. De kan gjøre det samme ved å forby kjøtt også, ved å sitere all den skaden som kjøtt gjør mot mennesker og planeten. De kan gjøre det, akkurat som å forby røyking.



HANDLE I SAMSVAR MED KJÆRLIGHETENS PRINSIPP

Handle i samsvar med kjærlighetens prinsipp Lederne må også endre seg, og deretter endre vårt sosiale system slik at det blir mer fritt og mer åndelig basert, mer moralsk. Fordi de bærer med seg dette ansvaret - det er tungt om de ikke handler i samsvar med Paradisets nådige natur og progressive plan, og hvis de ikke handler i samsvar med universets prinsipp.

Det første prinsippet, det viktigste, er prinsippet om kjærlighet. Alt de gjør i henhold til dette prinsippet er bra. Jeg mener bra for andre mennesker. Fremgang for mennesker og beskyttelse overfor alle, og respekt for alt liv - det er i henhold til prinsippet om kjærlighet. Alt annet er dømt til å bringe katastrofe over dem selv og deres land, eller planeten som helhet.

Dersom disse lederne prøver å gå inn i et mer åndelig aspekt for å finne sitt virkelige Selv, vil de få vite at de er så praktfulle, så velvillige, så kjærlige, så snille, så kloke og så lik Gud. Da vil de se belønningen selv. Men det avhenger av hvor stor deres hjelp til menneskeheten er, eller for dyrene og miljøet, og hvor stor deres oppriktighet er. Hvis de prøver sitt beste for å hjelpe verden, og antallet mennesker som blir hjulpet av dem, og hvis deres oppriktighet er



stor, vil selvsagt den vidunderlige himmelen vente på dem. Gud kjenner våre hjerter og gjerninger, skjønner dere?

II. REGJERINGENE MÅ HANDLE RASKT

Ledere av nasjonene må gjøre noe. Folk i alle nasjoner må gjøre noe. Bare fordi vi fortsatt kan sitte her pent og snakke, bare fordi det ennå ikke vannmangel i vårt område eller at matvareprisene ikke har gått opp, så betyr det ikke at det ikke vil skje med oss snart.

Vi må gjøre noe for å unngå tragedien som allerede skjer med milliarder av andre mennesker. Det er en milliard sultne mennesker allerede på grunn av klimaendringene, og av mangel på vann og mat. Vennligst gjør noe nå, veldig enkelt. Bare vær veganer. Bare det å være veganer er virkelig nok, og det vil være nok for en lang framtid framover.



DEL UT INFORMASJON OM DEN PLANTEBASERTE LIVSSTILEN

Folk er egentlig ikke godt nok informert om hva som finnes på tallerkenen deres. Stort sett så minner ikke det lille, pakkede kjøttet som havnet på tallerkenen deres på det stedet hvor det kom fra.

Denne såkalte tradisjonen fortsetter fra en generasjon til den neste. Og hele samfunnet støtter akkurat det som en naturlig livsstil. Så nå har folk blitt mer oppmerksomme på de grusomhetene som vi påfører dyrene. Så jeg tror vi, folket, vil vise mer medfølelse og respekt for alt liv.

Mange innser ikke at utslippene fra buskapsindustrien er skadelige, eller at drap avler drap, og de er ikke klar over at kjøtt er en annen form for vanedannende gift. De er ikke klar over at kjøtt holder på å ødelegge planeten vår.



Regjeringene må forklare folk at det virkelig er skadelig nå, og at dette er en nødssituasjon, og derfor bør folk slutte å spise kjøtt. Det er ikke et spørsmål om personlig valg lenger. Det er en sak om liv og død for planeten.

I tilfeller med truende katastrofer, vil regjeringene evakuere folk på kort tid. Og i tilfelle krig blir folk alltid informert om hvordan de kan beskytte seg selv. Regjeringene rekrutterer til og med nye hæremedlemmer, slik at de kan gå ut og beskytte landet eller dra ut i krig.

Så i dette tilfellet er det enda mer krise enn krig. Jeg er sikker på at regjeringen vil ha en løsning på det. Jeg er sikker på at folk kan bli informert hvor som helst i landet. Regjeringen har den makten som er tillagt dem å gjøre dette.

Regjeringene må hjelpe. Distribuere mer informasjon som oppmuntrer mer vegetarisk kosthold som livsstil. Bare bombarde hele planeten med en ny energi av medfølelse og kjærlighet og friskhet, og deretter vil alle delta. Støttende energi er svært viktig.

De må publisere det overalt. De må gi løpesedler til folk, gjøre det til en offentlig jobb å gjøre det. De må gi en offisiell anbefaling og la alle få vite om fordelene av et vegetarisk kosthold. De må lage nettstedet for vegetariske menyer, alt skal være gratis, ha kurs om vegetarisk matlaging, vegetariske klubber. **Gjør det offisielt, og alle ville følge det som en glad trend, noen nye forandringer i verden.**

Det viktigste er at menneskeheten, og alle borgere over hele verden skal få vite at den store fordelene ved det å bli vegetarianer, er å redde Jorden. De bør vite hvor farlig og hvor presserende vår nåværende situasjon er. Dette er det viktigste.

De bør også få vite hvor mye nytte et vegetarisk kosthold, ikke-drapskosthold, kan gjøre for menneskeheten, ikke bare i forhold til det moralske aspektet. Det viktigste vi snakker om er hvordan et vegetarisk kosthold gjør nytte for helsen vår og redder planeten. Da vil også våre barn ha et hjem i fremtiden.

Vi har bare dette ene hjemmet: Jorden. Hvis den blir ødelagt, kan det ikke bygges en annen, i motsetning til et hus, som kan bygges opp igjen, kan vi ikke bygge en ny Jord hvis denne blir ødelagt. Det er ikke så lett. Det viktigste regjeringen kan gjøre nå er å spre informasjon til publikum.



FORBY KJØTT SLIK RØYKINGEN BLE FORBUDT

Vegetarisme bør være en måte å leve på. Det bør ikke være noen diskusjon lenger.

Vi må forby kjøtt. Vi forbyr det nå ved å vise folk hvordan man spiser og lager vegetarisk mat. Vi går alle ut. Dette er virkelig for å overleve. Gjør det til din oppgave i livet å informere folk om faren ved å spise kjøtt, og vis dem løsningen.

De forbød sigaretter, og det har blitt forbudt. Og de forbød narkotika, og det er forbudt. Det samme med klimapolitikken. Hvis de bare gjør det de vet er bra, så skjer det veldig raskt. På kort tid vil det bli bedre, eller vi vil stoppe effekten helt.

Fordi hvis vi ikke lenger avler storfe eller dyr, da vil jorda bli mer bærekraftig: ikke mer drivhusgasser eller metangass fra dyrene, ikke mer økning hele tiden. Samme hvor mange dyr vi allerede har, så kan vi beholde dem, og ikke mer avling for profitt og kjøtt. Da vil jorda bli friskere igjen. Etter en stund vil kyrne bli borte på naturlig måte, og deretter kan alt land bli beplantet med trær og grønnsaker igjen.

Hvis vi sammenligner dette med tobakksutviklingen, som er et annet stoff som dreper, bare etter 1950, da den første store forskningen kom ut som viste at tobakk forårsaket lungekreft, begynte regjeringen å innføre røykeforbud. Forbudet har økt gradvis frem til i dag. Nå har mer enn 80 land en eller annen form for offentlig røykeforbud.¹⁰⁶

Studier viser at røykeforbudet faktisk hjalp folk til å slutte å røyke, og de som sluttet å røyke ble lykkeligere på grunn av forbudet, fordi de visste at vanen deres var ille for dem.

Tilsvarende må vi ha et forbud mot kjøtt, som vi alle nå vet fra studiene at er en veldig dårlig vane som dreper oss og våre barn, våre kjære, og tar livet av planeten vår.

Så, et forbud mot kjøtt vil være en sterk forløper til å drive utviklingen mot en vegansk verden.

Fordi en god leder stopper det som er dårlig for folket og fremmer det som er bra for dem. De kan fremme det gjennom offentlige kampanjer, ved



bruk av media, og gjennom skolene for å informere om fordelene med den sunne, livreddende, planetreddende levemåten.



VI HAR INGEN ANDRE VALG

Enten forandrer vi oss, eller så blir vi borte alle sammen

Først av alt må vi vite at vi ikke har noe annet valg enn å endre oss, enten det eller planeten. Enten må vi endre oss, ellers så vil vi alle bli borte. Det er ikke noe valg lenger.

Hvis vi ikke stopper buskapsindustrien og kjøttspising, vil vi ikke være i stand til å redde planeten, inkludert dem og deres kjøttvirksomhet. Derfor tror jeg vi må velge mellom våre liv og en karriere. Vi må overleve først. Vi må tenke på folket på planeten i sin helhet, ikke bare forretning. Det haster virkelig.

Gitt denne kritiske nødvendigheten så ville disse menneskene, som er økonomisk knyttet til kjøttbransjen, være villig til å endre seg hvis de blir skikkelig informert og vet hvor viktig det er å endre sin livsstil og sin karriere. De har mye sterk motivasjon. Den viktigste er å redde planeten fra en klimakatastrofe, redde alt liv i denne verden.

Hvis vi ikke stopper dette, vil vi fortsette på en kurs mot total katastrofe og masseutryddelse, som rammer alle, enten du er i kjøttbransjen, transport for det osv., eller ikke, eller har en jobb relatert til kjøttbransjen.

Stopp drap av dyr og krig, og bygg opp igjen landet

Saken er at lederne bør vite hva som er prioriteten. Hva er vitsen med å bekymre seg om krig eller om posisjon eller om noe annet når planeten kommer til å bli ødelagt? Så akkurat nå må alle ledere konsentrere seg om å redde planeten vår, og de må konsentrere seg om å spre informasjon og lage nye lover, slik at folk kan leve et mer uselvisk liv.

Det er ikke engang nødvendig med flere lover, men en lov er kanskje bedre, bare mer konkret, ellers er folk klare. Regjeringene må bare



gjennomføre noen flere regler, og minne folk på å være gode, på å være dydige, og følge kjærlighetsloven om ikke å drepe dyr, ikke spise dyr, og ikke gjør noe skadelig mot dyr eller andre mennesker eller miljøet.

Det må være mer konkrete og dynamiske handlinger. Først må alle kriger stoppes. Pengene og varene må kun være til for å opprettholde og ernære alle skapninger – må distribuere alle godene på planeten til alle. For eksempel, selv om det ikke er krig, kan de relaterte pengene fø hele denne verden, gratis, i mange tiår.

Og alle drap, all torturering av mennesker og dyr må stoppes. All avskoging, skader på miljøet og ødeleggelse av trærne, alt dette må stoppe. Og lederne må bare ta inn i loven det som er fordelaktig, fredelig, åndelig også, for alle, om mulig, som f.eks. å beskytte sanne åndelige grupper, de harmløse, men gunstige grupper.

Del formuen blant alle: Fordel nok mat og klær til trengende mennesker og dyr. Bygg beskyttende områder for alle, for mennesker og dyr - beskytt alt liv. Gjenoppbygg skog, rens elver, innsjøer, hav og beskytt dem; gi priser til grønne og dyrevernende grupper. Fjern alkohol og narkotika, kjøtt og animalske produkter. Laboratorietester som involverer grusomhet mot dyr må stoppes. Rydd unna buskapsindustrien. Få innsatte, eller soldater også, til å gå og hjelpe folk, plant grønnsaker eller gjør produktivt arbeid. Fremme og bidra til økologisk grønnsaksdyrking. Gi tilskudd til utdanning, til helserelaterte områder.

Og våpenproduksjonens virksomhet må reduseres til null. Rens ut alle skyggefulle og uheldig produkter og aktiviteter i samfunnet vårt. Sørg for sikkerhet og komfort for alle, så ingen trenger å begå lovbrudd pga mangel på grunnleggende nødvendigheter og utdanning. Slett grensene og gi alle den samme statusen og respekten for statsborgerskap.

Hvis regjeringene fortsatt trenger å ha væpnede styrker, da må de omskolere dem til å hjelpe mennesker i katastrofe, i krisetilfeller, og gjenoppbygge hjem der det er nødvendig, og hjelpe folk i nødstider. Alt dette må gjøres, og enda mer. Alt som kan hjelpe andre mennesker, hjelpe borgere, og hjelpe dyr og miljøet, alle regjeringene, og ledere må prøve sitt beste for å gjennomføre tiltak for dette, og de må gjøre det nå.



KJØTTINDUSTRIEN ER TAPENDE FORRETNING

Det er ineffektivt i bruken av energi og ressurser

Industrien er dårlig, dårlig, dårlig business, og er ikke lukrativ i det hele tatt for hele planeten, for alle. Det er en høyst ineffektiv bedrift, med svært høye produksjonskostnader for elektrisitet, vann og korn for å produsere samme mengde såkalt “mat”, som er utskiftbar. Vi har bedre mat enn kjøttet.

Det avhenger av subsidier og skatteinntekter

For eksempel, hvis regjeringen ikke ga noe tilskudd til kjøttindustrien i det hele tatt, da ville en hamburger som folk spiser som blir produsert ved å fjerne skogene i India, ha kostet 200 dollar!¹⁰⁷

I USA, selv før svineinfluensaen påvirket griseoppdrettsbransjen, har industrien mistet milliarder av dollar. Hvorfor det? Fordi de ikke har råd til korn for å mate dyrene sine på grunn av høye matpriser, og matvareprisene blir høyere og høyere. Så, hvordan skal de overleve? Dine skattepenger går til regjeringen, og regjeringen subsidierer dem. Derfor er det en tapende virksomhet.

Overalt fra USA til Kina har regjeringen måttet subsidiere dyregårder ved å betale dem minst titalls milliarder dollar hvert år!¹⁰⁸ Men det er dine penger som du spiser! Hvis du kan spise det og være sunn og glad, så ville det være rimelig. Men det er det ikke!

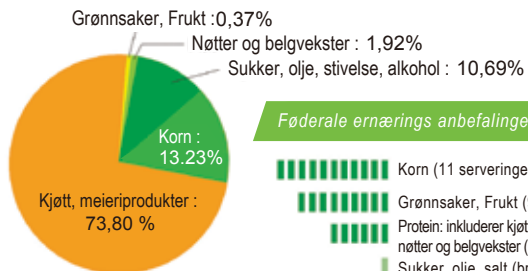
Det følger med store medisinske kostnader

Disse hamburgerne inneholder alle slags deler fra dyrene, og du aner ikke hvor de kommer fra, og de inneholder alle typer bakterier, alle slags sykdommer.¹⁰⁹ Hvis du ønsker informasjon fra medisinske tidsskrifter eller medisinske forskere så vil de fortelle deg om alt dette. Ikke bare betaler vi mye skattepenger til subsidier for kjøttbransjen, vi betaler enda mer skattepenger for sykehusinnleggelse, for gravlegging av våre kjære, for hjertesorg som vi bærer hele livet for å ha mistet en av våre kjæreste, eller mange av våre kjæresten.



Hvorfor koster en salat mer enn en Big Mac?

Føderale subsidier til matproduksjon, 1995-2005



Kilde: Physicians Committee for Responsible Medicine, "Health vs. Pork: Congress Debates the Farm Bill," *Good Medicine*, Vol. XVI, 4 (Autumn 2007). www.pcrm.org/magazine/gm07autumn/health_pork.html

Det påfører dyrene enorm lidelse

All denne lidelsen er unødvendig å bære for vår skjøre kropp. Hvis vi unngår kjøtt, vil vi unngå alt dette - penger til sykehus og medisin. Og ikke bare det, før vi mottar medisinen får vi flere dyr til å lide ved å eksperimentere med dem gjennom dissekering, ved å injisere kjemikalier inn i kroppene deres, ved å få dem til å lide, torturere uten ende, bare for å få den medisinen som vi føler blir trygt for mennesker å bruke. Og så er det fortsatt ikke trygt for mennesker å bruke den.

All denne lidelsen, alle disse skattepengene går i ulike retninger. Det hjelper deg ikke i det hele tatt. Det er bare bortkastede ressurser, økonomiske og nasjonale styrker, og menneskets helse og lykke. Det er bare bortkastet. Det er bare en veldig, veldig, veldig dårlig forretning.

Kjøttbransjen er fryktelig skadelig for oss i alle tenkelige situasjoner, på alle tenkelige måter. Hvis de ikke blir subsidiert, kan bøndene i buskapsindustrien ikke få endene til å møtes. De ville ha gått uvirksomme allerede. Så jeg foreslår at regjeringen ikke gir noe mer tilskudd til buskapsindustrien. Be dem i stedet om å bli veganske bønder.



Jobbene i kjøttindustrien setter arbeiderne i fare

I tillegg til alt dette, for de fleste av arbeiderne i kjøttvirksomheten er det ikke et trygt arbeidssted heller. Det er en av de farligste jobbene med noen av de høyeste tallene for skader og eksponering for kjemikalier og sykdommer som influensa, svineinfluensa, fugleinfluensa og kugalskap, som ofte er livsfarlig, ofte dødelig.

Nå må vi spørre oss selv: Er det verdt det? Det her er ikke snakk om effekten på kjøttforbrukerne i forhold til alle sykdommer - kreft, diabetes og helseproblemer, og hjerte- og karsykdommer. Nesten alle sykdommer som du kan navnet på kommer fra kjøtt dietten eller er relatert til den. Så ved å gi et bedre valg for livsopphold, ville vi ikke velge den som hjelper oss selv og andre til å holde seg friske, i stedet for et yrke som har gjort andre og oss selv syke og forårsaket tidlig død?

“Den sterke myten om at industrimat er billig og rimelig har overlevd bare fordi alle disse miljø-, helse-, og sosiale kostnader ikke har blitt lagt til prisen på disse industrielle matvarene. Når vi har fått beregnet den virkelige prisen, er det klart at det langt ifra er billig, vårt nåværende system for matproduksjon pålegger oss svimlende pengebyrder, også for fremtidige generasjoner.”¹¹⁰

— AlterNet.Org

Å forby kjøtt er den eneste måten å redde planeten på

Alt som har med en barmhjertig levemåte å gjøre er bra for deg, og gledelig for Paradiset. Og det vil redde planeten. Det er ikke bare god forretning, det vil redde planeten, og det vil spare utallige liv, nå og i fremtiden, inkludert de som er involvert i kjøttvirksomheten. Det er derfor Buddha har navngitt kjøttvirksomheten som en av de fem virksomhetene som folk ikke bør engasjere seg i.

Kjøttvirksomheten er en dårlig forretning. Det er veldig dårlig for deg. Og de fire andre virksomheter er: i våpenhandel, menneskehandel, handel



av rusmidler og gift. Alle disse skadelige forretningene er dårlig for deg, nå og i fremtiden.



OPPMUNTRE, STØTTE OG SUBSIDIERE ØKOLOGISK LANDBRUK

Regjeringen kan oppmuntre bøndene til å dyrke avlinger og gi dem subsidier til å dyrke grønnsaker som erstatter tapet av kjøtt. Jo mer det vokser, desto mer subsidier får de. Og bøndene må også bli forklart at de vil gjøre verden en stor tjeneste.

De ville blitt store helter, verdens redningsmenn, om de dyrker grønnsaker for å brødfø menneskene i stedet for å oppdrette dyr, og la dyrene være. Regjeringen må fortelle dem at de må behandle dyrene med all godhet de har, til de får dra tilbake til Paradiset på en naturlig måte.

I dag er denne praksisen ikke særlig utbredt og oppmuntret av regjeringen eller av media. Så, min ydmyke mening er, i stedet for subsidier til bøndene som taper penger på kjøtt, eller fordi kjøttet var smittet med sykdom eller noe, kan myndighetene subsidiere bøndene slik at de får mer økonomisk støtte til å falle tilbake på før dette blir stabilisert som en praksis og markedet får mer etterspørsel etter økologisk mat. Da vil bøndene bli tilfredse med å dyrke mer vegetarmat og støtte helsen til menneskene og planeten.

Regjeringen kan gi dem grønnsaksfrø og opplæring i bedre måter å drive jordbruk på uten å bruke kunstgjødsel, fordi noen ganger er bøndene bare ikke godt nok informert om skadene av husdyrhold, eller av kjemikalier, kunstgjødsel eller insektmidler.

Bøndene er ikke informert om en bedre måte å dyrke grønnsakene på og skaffe seg mer profitt. Staten kan hjelpe dem med å iverksette tiltak for å bevare jorda og forbedre kvaliteten på deres produkter, slik at deres kjøpere vil stole på dem. Myndighetene kan også sette opp en sertifisering og et system for kvalitetsstandardisering for ytterligere å fremme økologisk, vegansk industri.



Økologisk landbruk er enkelt å implementere

Akkurat nå er økologisk mat svært trendy. Og det er veldig sunt for alle. Og det er veldig stor etterspørsel etter det.

I vår organisasjon har vi mange medlemmer som driver med økologisk landbruk. Og det er bevist at alle kan gjøre det. Alle som er interessert kan logge seg på våre nettsider for å få tak i informasjon om hvordan man kan drive økologisk jordbruk. Det er så lett, så enkelt, og det trengs ikke mye vann i det hele tatt. Og maten vokser så fort, og selv bare en eller to personer kan ta seg av mange hektar uten store problemer.

Vi ber folk om å drive med økologisk jordbruk, forteller hvordan man sparer regnvann, grunnvann, og bevare jorda, plante trær for å tiltrekke regn, osv. I distriktet Alwar i Rajasthan i India, var en indisk landsby i stand til å lede vannet nok til at det brakte tilbake livet i fem elver - fem elver - som hadde vært døde, som var tørket ut på grunn av uttak av for mye vann. Vi kunne lære av dem også.

Vi har www.SupremeMasterTV.com som informerer alle som er interessert i det. Det trengs ikke mye kapital engang. Selv om kapital er nødvendig, bør regjeringen gi dem subsidier for å hjelpe de økologiske bøndene i stedet for å bruke dem til å hjelpe kjøttproduksjonen, som er skadelig for oss. Å hjelpe økologisk landbruk er nyttig for alle, inkludert bonden selv.

Støtt veganske skolemåltider og støtt lokale samvirkelag

Ut i fra det jeg forstår, så har komplette systemer der skolene er tilknyttet bøndene på en bærekraftig måte kanskje blitt utviklet, men ikke fullt utnyttet.

Det er et program som begynte i Europa og Japan, og det finnes nå også i USA, der en gruppe individer, slik som de som tilhører et matsamvirkelag, utvikler et forhold med en bonde eller bønder, som aksepterer å forsyne dem med ferske produkter. Bøndene dyrker et utvalg mat og folk kjøper fra et utvalg av det som er ferskt.

Dette har blitt svært populært, og på mange steder er det til og med venteliste. Så gårdene er vanligvis bærekraftig drevet, økologiske gårder. Det



er en bra situasjon, fordi folk får sunn mat som de kan stole på mens de støtter bøndenes livsgrunnlag og ofte miljøet samtidig.

Jeg er sikker på at om regjeringene støtter økologisk landbruk, vil dette bli en trend på kort tid.

Dersom regjeringene viser vei med beskjed om at dette er måten å være grønn på, og hvordan du kan beskytte planeten, så vil bøndene gjerne dyrke mer vegansk mat.

Å spre praktisk av økologisk landbruk ville hjelpe på så mange måter.



FORDELENE VED VEGANSK ØKOLOGISK LANDBRUK

Fordelene med økologisk landbruk for menneskelig livsopphold, for menneskenes helse og dyrenes helse, naturressursene og beskyttelsen av planeten vår, alle disse fordelene skal vi ikke undervurdere, vi kan ikke engang vurdere alt her. Økologisk landbruk bidrar ikke bare til å beskytte planeten, det vil også bidra til å eliminere sult.

Å vende tilbake til tradisjonelle, økologiske landbruksmetoder er allerede påvist med suksess f.eks. i Afrika, og noen steder i Amerika, Europa og Australia. Vegansk økologisk landbruk er i ferd med å vokse veldig, veldig fort, og har blitt veldig, veldig lønnsomt akkurat nå, fordi økende etterspørselen øker. Folk har blitt mer informert om skadene av kjøtt og mer informert om fordelene med et vegetarisk kosthold. Så økologisk, vegansk, grønnsakslandbruk bør være veldig, veldig, veldig bra for alle som ønsker å bytte business.

Dessuten er det allerede mange vellykkede historier om økologisk landbruk over hele det afrikanske kontinentet. For eksempel, i området rundt Cape Town, Sør Afrika, dyrker disse bydelene 100 % økologiske hager, med avlinger som selges lokalt. En tilsvarende operasjon har begynt i Kenya.¹¹¹ Og i Uganda, der organisk gjødsel nylig ble innført, har de allerede opplevd suksess med jord og avling.¹¹²

På Supreme Master Television fremmer vi også en hel del for økologisk landbruk, på nettsiden vår også, www.SupremeMasterTV.com. På denne



nettsiden deler vi en masse info om hvordan man skal drive økologisk jordbruk, noe som er svært lønnsomt, koster mindre vann, krever mye mindre arbeid og er svært gunstig for helsa vår, for arbeiderne og for planeten.

Hvis du spiser økologiske grønnsaker, trenger du nesten ikke sykehus, og alle pengene kan vi spare til bedre utdanning for barna, bedre omsorg for de eldre, bygging av flere fine veier, mer utstyr, oppfinnelser, og bruke dem på mer bærekraftige energikilder, gratis for alle. Gratis energi til alle, gratis utdanning for alle barn, gratis omsorg for alle de eldre og gratis mat for alle. Det er minst en million sultne mennesker i verden. Fordelene har ingen ende.

Bærekraftighet og høye avkastninger

Det har blitt oppdaget at en storstilt endring til økologisk landbruk kan fø hele verden. Forskning i Danmark og andre steder har vist større avkastning av økologisk landbruk på jord som tidligere var lite brukt.¹¹³

Faktisk blir de store avlingene produsert av konvensjonelt landbruk gjort på bekostning av dyrkbar jord, helsen vår, og miljøet. Og disse enorme, enkeltstående avlingene, f. eks. soya, blir stort sett produsert for å mate dyr for kjøttproduksjon, ikke for menneskers forbruk.

I Afrika, gjorde FNs miljøprogram en studie hvor de fant ut at avlingene ble doblet da småbøndene tok i bruk økologisk landbruk.¹¹⁴ I dette tilfellet, siden den økologiske praksisen som kompostering og varierende avlinger forbedrer jorda, istedenfor å kjøpe gjødsel og plantevernsmidler, kan økologiske bønder bruke pengene sine på å kjøpe bedre frø.

En annen forskning i USA fant ut at økologiske landbruksmetoder kan brukes til trippel jordbruksavkastning. En av de viktigste faktorene for å få til høye avlinger, var at bøndene plantet belgfrukter, som bønner eller soyabønner, og dekket avlingene mellom vekstsesongene, noe som sørget for nok naturlig nitrogen i jordsmonnet for å kunne sikre høye avlingsavkastninger.¹¹⁵

Med verdens matmangel som fortsatt forverres, går flere mennesker sultne hver dag, så hvis vi bare stopper dyreoppdrett, og hvis vi ikke gir alt kornet og alle kornproduktene og grønnsakene til dyrene, vil all den maten som vi produserer akkurat nå kunne fø to milliarder mennesker.



Reduserer bruken av plantevernsmidler og kunstgjødsel

Økologisk landbruk er til og med bra for dyrene, for alle vesener på denne planeten, inkludert trærne og jorda, delvis fordi den ikke utnytter kunstgjødsel eller sprøytemidler, hvorav mange blir ansett av det amerikanske Environmental Protection Agency og EU for å være potensielt kreftfremkallende, og som også uttynner biekolonier og dreper mange andre dyr som vi ikke engang kan nevne ved navn her.

En av de amerikanske studiene indikerer at hvis USAs åtte millioner hektar aktive jordbruksarealer blir økologiske, da vil risikoen for konsumering av spiselige plantevernsmidler bli redusert med 97 %. Kan du tenke deg? Avrenning av kunstgjødsel og plantevernsmidler er også kjent for å bidra til havets døde soner. Vi dreper vår planet med sprøytemidler og kunstgjødsel.¹¹⁶

Over 2,3 milliarder kg plantevernsmidler brukes over hele verden hvert år! Og bare omtrent 10 % av disse kjemikaliene når de områdene de var tiltenkt. Så resten går ut i luft og vann der de har blitt knyttet til alt fra kreft hos mennesker og dyr til døde soner i havet.

I Europa ble et plantevernsmiddel kjent for å være grunnen til at milliarder av bier dør over hele kontinentet, mens andre er kjent for å gjøre fuglenes eggskall tynnere, noe som resulterer i at fugleungene dør fordi skallet sprekker og blir ødelagt før ungen er klar til å bli født.¹¹⁷

Og dessuten er økologiske produkter fri for genmodifiserte organismer, og deres næringsinnhold er faktisk høyere enn i konvensjonelt dyrkede frukt og grønnsaker.

Forbedre miljøet og jordsmonnet

Hvis alle mennesker, alle bøndene og all dyrkbar jord på planeten vår går over til veganske landbruksmetoder, vil umiddelbart 40 % av CO₂ bli absorbert av disse landbruksmetodene alene.¹¹⁸

Ved å bytte til økologisk landbruk vil jordsmonnets helse, som har blitt utarmet fra konvensjonelle måter å dyrke jorda på, restitueres. Det øverste laget av jordsmonnet bevares og motstår da flom og orkaner på en bedre måte. Dyr- og planteverdenen og økosystemer tjener også på dette. Ifølge



den største undersøkelsen gjort på økologisk landbruk i Storbritannia, sammenlignet med konvensjonelle gårder, inneholder økologiske gårder 85 % mer plantearter, med 71 % høyere og tykkere hekker, og en sunn tilbakevending av innfødte dyr fra ulike arter.¹¹⁹

Videre vil økologisk, vegansk landbruk stoppe overflatevann fra kunstgjødsel som har skapt enorme døde soner i havet.

Sparer energi og ressurser

Økologisk, vegansk landbruk er produktivt, man sparer 37 % mer energi og enda mer vann enn konvensjonelle landbruksmetoder.¹²⁰

Sparer penger for regjeringene

Kostnadene ved å subsidiere økologisk grønnsaksdyrking er svært små sammenlignet med subsidiene for å holde dyregårdene i drift, noe som bare betyr å holde disse gårdene fra å tape penger og gå konkurs.

Økologisk, vegansk landbruk kan spare regjeringene for masse, masse penger, 80 % av det.¹²¹

Tenk deg alle de skattepengene som kommer tilbake til oss, eller som går til å bygge noe bedre, for eksempel kostnaden ved å prøve å redusere en betydelig del klimagasser.

Lønnsomheten for bøndene

En studie på småbønder i Latin-Amerika som gikk over til organisk grønnsaksdyrking, fant ut at de har høyere inntekter enn før.¹²² Ifølge respekterte nederlandske forskere kan titalls milliarder av dollar bli spart av verdens regjeringer hvis alle i verden blir veganere.¹²³

Vihar også flere studier fra USA, India og New Zealand. De har alle bekreftet at noen av årsakene til økende fortjenester er at produksjonskostnadene blir lavere enn ved konvensjonelt landbruk.



Det er flere sorter man kan veksle mellom, som mais, soyabønner og alfalfa. Dessuten blir det økologiske systemet naturligvis mer motstandsdyktig mot tørke enn konvensjonelle landbrukssystemer.

Forbedre matsikkerhet og helse

Til slutt vil alle dra nytte av bedre helse, fordi økologisk mat er fri for giftstoffer og rik på næringsstoffer, uten genmodifisering og kreftfremkallende sprøytemidler. I motsetning til animalske produkter, som er kjent for å forårsake kreft, hjertesykdommer, diabetes og fedme, osv., inneholder økologisk dyrket frukt og grønnsaker rikelig med næringsstoffer som hjelper oss med å unngå alle disse moderne lidelsene. Bare økologiske, veganske matvarer er den eneste maten vi skulle føle oss trygge på, og vil føle oss trygge på og skal føle oss trygge på. Faktisk vil vi føle at dette er den tryggeste maten å gi til våre barn, den beste maten vi kan gi til våre barn.

Økologiske matvarers næringsinnhold er faktisk høyere enn det som finnes i konvensjonelt dyrkede frukter og grønnsaker. Det er av disse grunnene at vi i vår gruppe bruker mest mulig økologiske produkter.



Hjemmedyrket økologisk frukt høstet av en barn gartner.



HJELP ARBEIDERE I KJØTTINDUSTRIEN MED OVERGANGEN TIL NYE ARBEIDSPLASSER

Be arbeidere i kjøttbransjen om å finne et annet arbeid, gi dem andre jobber, og forklar for dem fordelene ved et nytt liv, som er fullt av god helse, fullt av kraft, fred, kjærlighet og lykke. Alle ville se frem til det. De vil prøve i det minste. Og når de prøver, vet de at det fungerer. Og hvis alle andre prøver det samme, deres naboer prøver det, deres venner prøver det, så vil det bli en støttende energi, og hele verden vil endre seg.

Vi må stoppe dyreoppdrett, vi må stoppe slaktingen. Planeten kan reddes ved at de slutter med buskapsindustrien, slutter med å ale opp dyr og stopper slaktingen av dem. De vil forstå dersom regjeringen virkelig bruker sin makt til å forklare det for dem og gir dem andre alternative måter å leve på. Gi dem forklaringen, subsidiene de trenger, de alternative jobbene, eller det alternative valget. Vi har mange valg.

Jeg foreslår at alle bøndene i kjøttbransjen holder grisene eller kuene som kjæledyr. Jeg synes vi skal sterilisere dyrene, slik at vi ikke avler for mange dyr, for da vil vi havne i samme situasjon som nå, eller enda verre, hvis de fortsetter å formere seg.

I dag blir det flere og flere gode muligheter for bøndene, forhandlerne, og transportørene. De kan bare gjøre det samme, i stedet for transport av svin, kan de transportere økologiske grønnsaker osv. Eller bøndenes forhandlere kan bytte fra kjøthandel til økologisk grønnsaksdyrking.

III. DYREBØNDENES VELLYKKEDE OVERGANG TIL ALTERNATIVE KARRIERER

I USA

Det var en amerikansk grisebonde som eide mange griser der alle var stuet inn i en skitten fabrikkgård. Etter å ha hatt besøk av den berømte veganske forfatteren John Robbins, den berømte iskremsarvingen som forlot sin fars virksomhet, en multimilliondollar forretning, for å gå i vegansk retning. Så



han besøkte grisegården, og da husket denne bonden plutselig at i barndommen sin elsket han virkelig en gris som var hans nære venn og ledsager, men han ble tvunget til å benekte og glemme denne kjærlige følelsen pga presset fra familien og samfunnet.¹²⁴



Etter å ha innsett det, kunne han ikke misbruke de vennlige grisene et sekund lenger, så han bestemte seg for å slutte. Så, i stedet for å avle griser, kjøpte han en liten økologisk gård og selger økologiske grønnsaker, og han gjør det bra. Han er fremdeles i live. Og hans hjerte er mer levende enn noensinne.

Det er en annen som bringer sine 10 kjælegriser - han har 10 som sine kjæledyr som han har beholdt fra sin gamle gård - og han besøker ofte skoler for å vise barna hvor intelligente og vennlig grisene egentlig er, slik at barna ikke spiser griser mer, for eksempel. Ikke bare sluttet han å avle griser, han gikk i motsatt retning og beskytter nå dyrene.

Det var en rancheier som eide en stor ranch med kyr, men plutselig forandret han seg fordi han fikk kreft pga kjøtt. Etter at han hadde fått behandling [fra en svulst,] ble han veganer, og nå er han en dyreadvokat. Han reiser overalt og foreleser, forteller folk sannheten, den virkelige sannheten, den grusomme sannheten - sannheten om den dårlige forretningen det er å avle dyr. Han er en veldig sterk talsmann for dyrene. Navnet hans er Howard Lyman. Han har vært gjestetaler en eller to ganger på Supreme Master Television.

I Midtøsten

I Iran var det nylig en melkekubonde som skrev til oss for å fortelle sin historie - han besluttet også å endre sin karriere for å hjelpe planeten og sin egen samvittighet. Han sørget for at alle dyrene ble adoptert bort til gode, trygge hjem for å leve verdig resten av sine liv. Og nå jobber han på en vegansk restaurant.



I Asia

En annen historie kommer fra Formosa (Taiwan), der en grisebonde nettopp har blitt veganer etter å ha sett Supreme Master Television. Han innså at han ønsket å beskytte miljøet og unngå dårlig karmisk gjengjeldelse for seg selv og sin familie. Så akkurat nå holder han alle sine griser som bortskjemte familiemedlemmer og kjæledyr for resten av livet. Og han har byttet til en annen form for gårdsbruk

I alle disse tilfellene går det bra med de involverte, bedre enn noen gang før. Det tok en stor mengde mot i starten for å endre hele sin karriere, men alle vil med sikkerhet garantere at det var verdt det, mer enn verdt det. Det er verdt den store friheten i deres hjerter og sjel, og det er en glede for familien også. En glede helsemessig også.

IV. EKSEMPLER PÅ GOD SAMFUNNSMESSIG KOORDINERING OG STYRING

Det Europeiske Parlamentet

Europaparlamentet innrømmer at kjøttkostholdet er årsaken til global oppvarming, og de vil vurdere å kutte tilskuddet til kjøttbransjen, og i stedet gi det til de økologiske bøndene.¹²⁵

Selv om det ikke skjer så raskt som jeg ønsker, så ser det ut som om den kritiske massen gjør noe, fordi det skjer en framgang. Noen modige, tapre, heroiske ledere bidrar til å gjøre endringene, noe som er veldig rørende og inspirerende.

Og Jens Holm, medlem av Europaparlamentet, har jobbet med å få lovforslag vedtatt i EU som anbefaler å redusere kjøtt for å minske klimagassutslippene.¹²⁶



Tyskland

Tysklands miljøvernminister besøkte Brasil for å hjelpe til med å innføre strengere regler for å hindre avskoging til kjøtt som blir eksportert til Europa.

Irland

Det er mange som konverterer til økologiske bønder akkurat nå. I Irland skrev landbruksministeren til alle bøndene for å si til dem at de bør konvertere til økologisk landbruk, grønnsaksdyrking, og de blir til og med subsidiert. Akkurat nå er det en stor andel av bøndene som går over til økologisk landbruk.

Belgia

En av Belgias største byer, Ghent, har offisielt erklært hver torsdag som en vegetarisk dag, og starter dette skoleåret med at alle skoler i byen skal ha vegetariske måltider hver torsdag.¹²⁷

Storbritannia

Jeg er takknemlig til Hans Kongelige Høyhet prins Charles for hans direkte mot og fryktløse veltalenhet når det gjelder å snakke ut om miljøet. Jeg respekterer ham, og hilser ham. Han er også en handlingens mann, og forut for sin tid. For eksempel, så åpnet han et marked for økologiske produkter og prøver veldig hardt på å stanse avskogingen av verdens regnskoger.

Prins Charles prøver også å minimalisere sitt eget karbonavtrykk, for eksempel når han reiser. Han donerte også nesten 2,8 milliarder dollar fra sitt eget fond til skogbevaring.¹²⁸

Jeg lovpriser ydmykt den britiske regjeringen for dets lederskap og roser alle deres prosjekter for landet mot en fremtid med lave utslipp.

Jeg vil trekke fram regjeringens viktige arbeid i den bærekraftige matpolitikken. Så tidlig som i juli 2008, i en rapport bestilt av statsministeren Gordon Brown for å vurdere Storbritannias matpolitikk, stod det at “et sunt,



laveffekt- kosthold vil inneholde mindre kjøtt og færre meieriprodukter enn vi vanligvis spiser i dag.”¹²⁹

Helt siden da til nå har den samme ideen vært fremmet i den britiske regjeringen, for eksempel ved rådgiver og professor Tim Lang i National Health Service og komiteen for Klimaendring.¹³⁰ Regjeringen hjelper også bønder til å bli grønne ved å utgi en guide som blir kalt “Koden for god landbrukspraksis”¹³¹

Storbritannia har også ledere som har tatt i bruk eller tatt til orde for en plantebasert diett, slik som utenriksministeren for miljø, mat og bygdeutvikling Hilary Benn, stortingsrepresentanten David Drew og EU-parlamentets visepresident Edward McMillan. Dette er gode skritt i riktig retning, og alle land kan dra nytte av å se på de britiske eksemplene.

Regjeringen må være dristig og uten sidestykke. Jeg håper at den britiske regjeringen vil gripe anledningen til å lede an på veien for å redde planeten. Jeg håper Storbritannia vil være ledende i verden på dette. Kort sagt, alle Storbritannias retningslinjer for fred, konstruktiv bistand og medfølende, vegetarisk livsstil, samt grønne prosjekter, er de beste, og den britiske regjeringen kan foreslå og/eller gjennomføre mye denne kategorien.

USA

I USA har Representantenes Hus og Senatet for Hawaii tatt et enstemmig vedtak om at veganske og vegetariske måltidsalternativer skal bli gitt på alle skoler i Hawaii.¹³²

Som en del av den nye handlingsplanen for klima, ble Cincinnati i Ohio den første amerikanske byen som oppmuntrer til mindre kjøtt for å stoppe global oppvarming.¹³³

Regjeringsledere snakker fritt om fordelene ved vegetarismen. For eksempel vedtok den veganske kongressrepresentanten Dennis Kucinich denne sommeren den aller første Vegan Earth Day i California for vegetarianere og ikke-vegetarianere.¹³⁴

Tidligere i april 2009 innførte Senator Jamie Raskin av Maryland i USA, som hadde vært kjøttspiser hele livet, en vegetarisk uke for å hjelpe miljøet. Han har blitt vegetarianer, og skal holde tale på en nasjonal VegFest i september. Gode nyheter.¹³⁵



[I 2009 erklærte The Baltimore City Public Schools system kjøttfri mandag.¹³⁶]

[I april 2010 ble San Francisco den første amerikanske byen som erklærer en vegetarisk dag. San Francisco Board of Supervisors vedtok enstemmig en resolusjon til støtte og oppmuntring for restauranter, dagligvarebutikker og skoler for å øke deres kjøttfrie tilbud på mandager.¹³⁷]

[Representantenes Hus for Utdanning og Arbeidskomité i USA vedtok lovforslaget om Skolelunsjordningen som inkluderer økologiske og veganske pilotprogrammer.]

Formosa (Taiwan)

I Formosa kunngjorde presidenten Ma Ying- Jeou at det å spise mer grønnsaker og mindre kjøtt er en av de viktigste endringene i livsstilen som folk kan gjøre for å redusere utslipp.

For en politisk leder å si det, er virkelig modig og virkelig et veldig stort skritt. Og hans kone, førstedamen av Formosa, setter også et eksempel for barna ved å lese høyt en artikkel om hvordan man demper global oppvarming, spise mindre kjøtt, mer grønnsaker og frukt som et forsøk på å redusere utslippene.

President Ma Ying-Jeou og hele presidentkontoret undertegnet en erklæring om tiltak for å redusere CO₂, som inkluderer å spise lokalt og ta i bruk mer grønnsaker og mindre kjøtt.





Til slutt avla over en million mennesker i Formosa (Taiwan) et løfte om å redusere sitt kjøttforbruk ved å signere anmodningen.¹³⁸

V. ØKOLOGISK VEGANISME ER EN ÅNDELIG BEVEGELSE

Småbønder har en åndelig rolle i veganismen også. Vegansk kosthold i seg selv er en åndelig bevegelse, fordi den er den mest effektive måten å utvide vår menneskelige medfølelse på, og en edel og kjærlig kvalitet. Det kan reversere den onde sirkelen av vold og dårlig karmisk gjengjeldelse: “Som vi sår, så skal vi høste.” Og det plasserer oss innenfor en sirkel av kjærlighet, beskyttelse og nåde fra eventuelle negative hendelser i den fysiske verden.

Så, den veganske økologiske bonden støtter utallige andre ved å ha denne store fortjenesten ved å gi dem mat som har et minimum av vold, eller er fri for vold, og gjennom det oppnår han sikkert mange åndelige fortjenester selv også.

Den økologiske veganske livsstilen slutter seg til Ahimsa (ikke-voldprinsippet)

Når vi lever og lar leve, når vi elsker alle vesener som om vi elsker oss selv, er det allerede på et svært høyt nivå åndelig sett. Og selvfølgelig, det er i tråd med alle de største religionene på jorden. Det vil være svært tiltalende for Paradiset. Dette tillater oss enda mere å fullstendig utvide vår respekt og omsorg for alt liv.

Og det er derfor du føler deg mer rolig, skjønner du? Du føler deg mer tilknyttet omgivelsene rundt deg, fordi de alle yrer av liv. Jorden pulserer med kjærlighet og liv, trærne, plantene, de pulserer all denne kjærligheten for livet. Når vi sitter under et tre, føler vi denne beskyttende kjærligheten fra treet. Når vi nyter en deilig frukt, føler vi tilknytningen til denne betingelsesløse kjærligheten fra treet, som tilbyr oss ernæring og en behagelig smak.

Hvis vi er i den økologiske, veganske trenden eller dyrker med økologiske, veganske landbruksmetoder, så vil du føle mer og mer kjærlighet fra naturen, kjærligheten fra planeten Jorden, kjærligheten fra trærne, kjærlighet fra selv et blad, et gresstrå, fra blomstene. Vi vil føle så mye kjærlighet i den luften



vi puster. Vi føler så mye kjærlighet fra jorden vi går på. Dette kan vi ikke engang forklares på menneskelig språk. Vi må føle det. Jeg føler alltid det, men jeg kan ikke overføre dette åndelige budskapet til andre mennesker. Alle må oppleve det selv.

Når vi tyr til en medfølende, paradisrettet livsstil med et vegansk kosthold, da vil vi føle mer og mer kjærlighet, mer og mer tilknytning hele tiden. Ahimsa betyr; å ikke skade levende vesener, og det begynner med et vegansk kosthold. Økologisk, vegansk kosthold er det beste. Som vi sår, så skal vi høste. Dersom vi vil så disse velvillige frøene på jorden, så vel som i våre hjerter, som en veganer så unngår vi da alle disse animalske produkter.

For eksempel fører det meste av melkeproduksjonen til lidelse, først og fremst fordi kalvene til kua blir tatt bort ved fødselen(dette gjøres ikke i Norge!). Ikke mange vet det. Jeg visste heller ikke om det tidligere. Og disse kalvene vil snart bli drept. Berøvet for mors melk og mors kjærlighet, vil de bli drept så snart de er tatt bort. Deretter blir moren hardt koblet til en maskin som kan forårsake torturiske smerter og også sykdom, bare slik at mennesker kan ta fra henne melken.

Siden økologisk, vegansk landbruk ikke benytter plantevernsmidler og ikke har noe å gjøre med husdyrhold, melkeproduksjon eller noen skadelig aktivitet, kan det kalles en praksis av medfølelse, i tråd med himmelen, med verdier som gjenspeiler seg fra mange åndelige retninger og i religiøse læresetninger, som tilhengere av buddhismen og konfusianismen, og som det står skrevet i skriftene deres.



UMIDDELBART GLOBALT SKIFTE TIL EN PLANTEBASERT KOST

På dette tidspunktet kreves det all den innsatsen man kan få fra alle frivillige organisasjoner, myndigheter, media, publikum, og hvert enkelt individ. Planeten vår er som et hus som brenner. Hvis vi ikke jobber sammen med en forent ånd for å slokke brannen, vil vi ikke ha et hjem lenger. Ett hundre prosent av verdens befolkning må bli veganere snart for å redde planeten.



I. VERDEN TRENGER MEDIAS EDLE TJENESTER OG LEDERSKAP

Mediene har en veldig stor, heroisk, edel rolle i å redde verden i dette øyeblikket av vår historie. Og mens man redder liv, kan media redde den kjærlige, edle kvaliteten i menneskenes hjerter også.

Det trykte ord er svært kraftig. Folk er for opptatt med sine daglige aktiviteter, slik at de går til media for informasjon og rapporter om relevante hendelser, viktige saker, og all nødvendig informasjon. Derfor er media et nyttig verktøy for å vekke hverandre opp på dette avgjørende tidspunktet, en tid da vår planet og alt liv på den er i fare.

Jeg er så glad for å se at mange TV og radiokanaler begynner å kringkaste om den akutte situasjonen til planeten vår, og til og med løsningen med det veganske kostholdet, som er det skiftet som vi må foreta oss, med svært liten endring: kjøttstykket ut, og vegetarisk protein inn. Det er bare det - bare en liten endring, alle har råd til det. Og det er billigere, sunnere.

Mediene hjelper mye ved å peke på løsningen for menneskene. Faktisk er mediens mest presserende rolle akkurat nå å bli veganske selv - medfølende, edle og gjøre gode gjerninger for å informere folk om denne krisesituasjonen. Mediene bør sette et eksempel.

Mediene er til stor, stor hjelp når det gjelder å minne folk på å gå i denne oppadgående retningen. Oppmuntre folk gjennom arbeidet sitt for å bli veganere, å redde menneskeliv, dyreliv, og miljøet. Fordi det veganske kostholdet, selv om det er enkelt, er det gigantiske springbrettet som vil bringe oss høyere opp i vår utvikling. Dessuten renner tida ut for planeten vår. Vi må handle raskt for å redde liv.

Hver avis, hver dag når de trykker avisen, så kan de bare trykke én setning: "Vær Veggis. Tenk Grønt." Det er det hele, det er så lett. Alle avisene kan gjøre det. Bare ha en overskrift ett sted: "Vær Veggis. Tenk Grønt for å Redde Planeten."

Jeg skulle ønske at all media ville vise en vegansk kunngjøring hver dag på TV, i avisene, på radio osv., selv på reklametavler, i filmene, eller på kino, på dataskjermer. Overalt bør dette være det største og viktigste temaet å bekymre seg om.



Alle mediene bør bidra til å redde planeten, fordi hvis planeten blir borte, vil alle bli borte. Alle bør innse det. Penger - unyttig, hus - unyttig, makt - ubrukkelig. Så vi gjør det vi kan for å få folk til å innse det. Vi må redde den eneste planeten som vi har, og den vakreste som vi kjenner til. Det er den eneste vi kjenner til.

Vær en ekte, ærlig venn for menneskesamfunnet: advar alle om eventuelle skadelige situasjoner, bring nye forbindelser og data frem i lyset, som den alvorlige forbindelsen mellom kjøtt og global oppvarming, noe som gir muligheter for folk å velge en bedre livsstil, og være en modig stemme, en heroisk stemme, spesielt for de stemmeløse, inkludert de dyrene som lider så mye, så mye, fordi vi er alle beslektet og blir berørt.

Verden trenger mediernes edle service og ledelse. Så vær så snill, alle modige journalister, gjør det dere kan best: Fortell sannheten om hvordan vi skal redde planeten.

II. RELIGIØSE LEDERE VEILEDER ANDRE

De religiøse menneskene og lederne bør snakke høyt om dette emnet, bør innta mer av den ledende posisjonen for å hjelpe publikum med å forstå det store problemet vi står overfor, og løsningen for å bremse den globale oppvarmingen.

De religiøse lederne må sette et eksempel for sine etterfølgere. Først, selvfølgelig, må de oppfordre sine tilhengere til å spise vegetarisk, å gjøre gode ting og unngå det onde, for å oppmuntre dem til å beskytte miljøet. Dersom religiøse ledere kan be sine tilhengere om å gjøre disse tingene, vil Jorda vår garantert være trygg og vil bli reddet, fordi fred begynner på mattallerkenen vår. Fred begynner på spisebordet vårt.

Religiøse ledere kan gi uttrykk for og forsøke å være et levende eksempel i tråd med undervisningen fra sine opprinnelige grunnleggere, slik som Jesus, profeten Muhammed, Buddha, Guru Nanak, osv., som støtter den medfølende, vegetariske livsstilen. Læresetningene fra disse vismennene



understreker behovet for å ta vare på hverandre og å være gode forvaltere av Jorden.

I den kristne Bibelen blir det sagt, “Kjøttet er for buken, og buken for kjøttet, men Gud vil ødelegge dem begge.” Den buddhistiske Mahaparinirvana Sutra sa også, “Å spise kjøtt ødelegger frøet av medfølelse og enhver handling til kjøttspiseren vil skremme alle vesener på grunn av deres kroppslige duft av kjøtt.”

Egentlig har kristendommen, buddhismen, hinduismen, islam, enhver religion fortalt oss: ikke spis dyr, fordi de er Guds skaperverk.

Det åndelige aspektet ved et vegetarisk (vegansk) kosthold er veldig klart - ikke-vold “Du skal ikke drepe.” Da Gud sa til oss: “Du skal ikke drepe,” sa Han ikke menneskelige skapninger; Han sa alle skapninger.

Det står veldig tydelig i Bibelen at vi skal være vegetarianere (veganere). Og av alle vitenskapelige grunner bør vi være vegetarianere (veganere). Og av alle helsemessige grunner bør vi være vegetarianere (veganere). Og av alle økonomiske grunner bør vi være vegetarianere (veganere). Og av alle barmhjertighetsgrunner bør vi være vegetarianere (veganere). Og for å redde verden bør vi være vegetarianere (veganere).

Det fremgår i noen undersøkelser at hvis folk i Vesten vil spise vegetarisk (vegansk) en gang i uken, ville vi ha reddet 60 millioner mennesker hvert år. Så vær en helt, bli vegetarianer (veganer), av alle disse årsakene. Men hvorfor vegetarianer (veganer), spør du meg. Å være vegetarianer (veganer) er bare fordi Gud i oss ønsker det.

Derfor trenger religiøse tilhengere å bli minnet om at for å løse miljøproblemene, må vi sette denne læren ut i handling. Og det mest effektive tiltaket er noe som alle kan få gjort umiddelbart - bli vegane. Selvfølgelig, det andre er “tenk grønt”, som betyr å ta vare på miljøet og være sparsommelig i bruken vår.

Å være veganer, er å leve i tråd med vår sanne religiøse tro. Gi avkall på kjøtt og ta i bruk den plantebaserte livsstilen, som betyr at vi setter prinsippet om medfølelse om til handling.

Vi leser det og vi praktiserer det, som ikke-vold, vi må absolutt holde oss til det. Vi dreper ikke, og vi stjeler ikke, men vi redder liv, og vi gjør veldedighet. Vi elsker hverandre, vi hjelper hverandre, og følger vår moralske



standard. Det som ikke tilhører oss, det tar vi ikke. Isteden gir vi det som tilhører oss til dem som trenger det. Alle religioner lærer oss det, så vi trenger bare å praktisere det.

Vi ser tilbake på undervisningen vår, og ser hva Mesterne har fortalt oss, hva profetene har lært oss. Det er alt vi trenger å gjøre. Det er ikke nødvendig engang å gjøre noe annet. Skriftene er virkelig nok for oss til å leve i fred, men bare hvis vi praktiserer det.

III. EDEL UTDANNING LÆRER BORT EN SUNN, GRØNN LIVSSTIL

Huset vårt brenner. Vår planet er i fare. Dere lærere er nødt til å informere dem. Dere må handle umiddelbart. Fortell dem hva de skal gjøre. Veiled dem inn i et bedre liv. De ser opp til dere, de vil være takknemlige.



INFORMER BARNA

Vi må fortelle dem. Vi må være direkte og fortelle dem ærlig om det som skjer med planeten vår i forhold til global oppvarming og la dem få vite alle metodene for å forberede det, slik at vi kan redusere global oppvarming og muligens stoppe den helt.



Veganske barn nyter et godt måltid med frukt, grønnsaker og vegansk eplepai.



Barnas hjerter er veldig uskyldige og rene, de kan lett akseptere veiledning fra de eldste. Derfor må vi forklare nøyte for dem om det som er bra for planeten.

Etter forklaringen vil de forstå med en gang, og de vil gjøre med en gang de tingene du ønsker at de skal gjøre. Det er fordi barn har respekt for de eldre. Men vi må være en rollemodell først.

Vi er de eldste, vi må skape et eksempel selv først, og så kan vi utdanne dem, fordi barn lærer av eksempler; de lærer av skinnende eksempler, mer enn det å snakke. Derfor må vi som voksne være et lysende eksempel, vi må gjøre vårt beste.

Vi gjør det som er bra for planeten, slik at barna kan få en vakker arv som vi etterlater til dem. Vi må gjøre alt som er nødvendig, selv om det er et stort offer, men egentlig trenger vi ikke å ofre noe. Vi trenger bare å legge bort kjøttstykket og erstatte det med et stykke tofu.



MOBILISER DEN YNGRE GENERASJONEN

Det virker som om tenåringsene er mer interessert i mote og andre ting i stedet for den akutte situasjonen akkurat nå. Men de er også ofte de mest fordomsfrie menneskene. De er intelligente, de er enkle, de er en lett påvirkelig og en ærlig gruppe mennesker. Når de ser en forbindelse mellom global oppvarming og sitt eget liv, da kan de virkelig bestemme seg for å gjøre noe. Du vil bli overrasket, spesielt hvis de forstår at det de gjør virkelig kan utgjøre en forskjell, da kan de bli de første til å ta affære. De trenger bare en god leder som deg.

To nye studier har vist at unge mennesker er de som mest sannsynlig vil melde seg som frivillige og gi av seg selv.¹³⁹ Dette forteller bare at de unge menneskene i denne alderen har mye energi og kan være noen av de mest omsorgsfulle menneskene.

Så du kan oppmuntre dem ved å hjelpe dem til å finne aktive måter å vise sin omsorg og kjærlighet på. Du kan også hjelpe dem med å se hvor presserende global oppvarming egentlig er. Vis dem den menneskelige siden av global oppvarming, de sanne historiene om mennesker og dyr som lider på grunn av dette, for eksempel familiene på øystatene som må flytte eller



planlegge å flytte, fordi de ser vannet som kommer til å senke husene deres - eller, i noen tilfeller, allerede har flyttet - på grunn av stigende havnivå.

Eller, den umenneskelige behandlingen av dyr på slakteriet eller i kosmetiske eksperimenter - det er mange filmer om dette. Vi har vist dem dette hver tirsdag i showet på Supreme Master Television som er kalt "Stopp Dyremishandlingen." Dette er ufattelige grusomheter. Dette er hinsides menneskelige, moralske standarder. Det er under vår verdighet å behandle dyr på denne måten. Så hvis du viser dem noe av denne sannheten om hvordan dyr lider for menneskeganen, vil du vekke studentenes medfølende natur, og de vil bestemme seg for å gjøre noe med det.

Eller du kan også vise hvordan trekkfuglene må fly lenger og lenger for å finne et sted og hekke, og isbjørnene som må svømme lenger og lenger nå fordi det ikke er mer is, og at de av og til drukner av utmattelse, eller hvorfor nabolandet har hatt så mange flommer i de senere årene, og så mange katastrofer osv.

Fortell dem hvordan klimaendringene påvirker virkelige liv, virkelige dyr, virkelige mennesker, og deres egne liv også. Da vil de unge innse at det å stanse klimaendringene må komme foran alt annet, foran alt som er viktig for dem i denne verden, til og med foran jobb, penger, og selv foran det å ha det gøy, for uten et stabilt klima og en levende planet, vil ingen være i stand til å nyte de tingene som vi ønsker å nyte, eller få til å gjøre de tingene som vi ønsker å gjøre.

Men det er også viktig å vise de unge at det fortsatt er håp; vi kan fortsatt redde planeten. Du kan fortelle dem dette: Det er en mulighet for at de kan bli virkelige helter, ved å være veganere og spre nyheten om denne løsningen. De kan redde liv, inkludert sine egne, og også menneskene over hele verden og utallige dyr som bor rundt omkring i verden.



Hvis du forklarer alle fordelene ved det å være veganer – av personlige grunner, for dyrene, for de sultne menneskene, for de sultne barna - vil de elske det, og de vil også bli så glade fordi de vet at de virkelig kan gjøre en forskjell.

De unge er ofte de som er mest klare til å endre livsstilen hvis de ser en grunn til det. Aldersgruppen deres er også, i mange tilfeller,



den første som ser at vegetarismen er bra, er korrekt. Så jeg tror at hvis vi kan forklare for dem på en logisk måte hvorfor det er det viktigste tiltaket for å løse den globale oppvarmingen, så vil de bli motivert. De vil støtte deg. De vil stå bak deg. De vil gjøre det.



HJELP TIL Å INNFØRE VEGANSKE SKOLELUNSJER

Det er mange studier som viser fordelene av sunne skolelunsjer og snacksprogram. Barn er også kjent for å konsentrere seg bedre når de spiser mer frukt og grønnsaker.

Amerikanernes førstedame introduserer nå alltid friske frukter og grønnsaker overfor barna i Amerika. Og hvis vi hjelper skolen til å forstå disse fordelene, kan de også gjøre dem mer tilgjengelig selv. I dag planter mange skoler og foreldre selv grønnsaker på skolen eller hjemme i hagen med barna, og barna elsker disse aktivitetene, de spiser mer grønnsaker - som de har dyrket selv!

Vi kan også fortelle barna våre at ved å være veganer bidrar de direkte til å helbrede og redde planeten vår, hjelpe foreldrene, og hjelpe seg selv og alle som lever i denne verden. Barn har et veldig kjærlig hjerte. Så hvis de vet at ved å være veganer kan de redde mange liv, ville de være veldig, veldig villige til å gjøre det. Vi ønsker å etterlate en verden til barna, en verden av grønn og frodig skjønnhet, en verden av mennesker og dyr i fredelig sameksistens. De vil gjerne bidra for å få dette til å skje.



IV. FRIVILLIGE ORGANISASJONER SOM FREMMER DEN VEGANSKE BEVEGELSEN

Den beste måten for frivillige organisasjoner å hjelpe på, er hvis dere alle aktivt og sammen oppfordrer til løsning nummer én, og den mest effektive - det vil si det veganske kostholdet – for å stanse den globale oppvarmingen, fordi vi har ikke mye tid nå til å vente på at den grønne teknologien skal ha noen effekt. Det tar også veldig lang tid å installere den grønne teknologien.

Så det veganske kostholdet er løsning nummer én, fordi kjøttindustrien avgir de mest varmefangende drivhusgassene for planeten vår, og forurenses - mer enn 50 %.¹⁴⁰ Tenk om vi eliminerer mer enn 50 % av de skadelige gassene, da vil planeten vår i det minste har kjølt seg ned mer enn 50 % nesten umiddelbart.

Hvis vi går inn for økologiske landbruksmetoder, om vi bruker alt på økologisk landbruk, vil det igjen absorbere 40 % av CO₂ i atmosfæren. Så alt dette til sammen vil avkjøle planeten på et blunk.¹⁴¹ Dette er ikke noe mystisk eller overtroisk, det hele er vitenskapelig. Alt er bevist og alt er klart.

Så blir det opp til deg og dine evner til å organisere, informere og snakke høyt om dette. Jeg setter min lit til å få regjeringenes oppmerksomhet på klimaendringskonferansen i København. Vennligst gjør ditt beste. Og regjeringen kan ytterligere utvide denne løsningen etter å ha hørt på deg.

De frivillige organisasjonene vet godt hvordan man starter en konstruktiv bevegelse i verden. De er meget, meget essensielle og veldig viktige for planeten vår. Alle de frivillige organisasjonene er veldig viktige for menneskeheten og for vår overlevelse, også når de har begynt å handle. Og på dette tidspunktet kreves all anstrengelse og alle frivillige organisasjoner, regjeringer, media, offentligheten, hvert eneste menneske må involvere seg.

Planeten vår er et hus som brenner. Hvis vi ikke jobber sammen med en felles ånd for å slukke brannen, så vil vi ikke ha noe hjem lenger. 100 % av jordens befolkning må bli veganere fort for å redde planeten.

Vi kan klare målene for utslipp, men vi må ekspandere dem og prioritere klokt. Først og fremst må vi eliminere den største enkeltstående kilden til menneskeskapt metan; nemlig buskapsindustrien. Stopp dyreproduksjon, da vil vi stoppe global oppvarming – det er veldig enkelt, fordi global oppvarming er forårsaket av animalske produkter. Sånn er det, enkelt og greit, ikke noe mystisk, ikke vanskelig.

For å være ærlig, sånn planen er akkurat nå, så kan vi ikke redde planeten. Det vil være for sent på den måten vi gjør det nå; det vil være for sent å redde verden. Så vi må bli veganere først, og det er på samme tid å tenke grønt. Så vil vi ha tid til å utvikle og installere den andre grønne teknologien etterpå.

Og vi vil få en himmelsk verden, fordi det å være veganer forandrer alt drastisk, fra miljøet til folks mentalitet, til verdens standard og til det å ha fred i verden, til å eliminere sult, til å ha et sant menneskelig fellesskap.

Med stabile temperaturer, balansert økosystem, dyr som lever i fred og mennesker som finner ny helse og glede og utrolige nye oppfinnelser, da vil vårt liv bli som en drømmeaktig Himmell som vi aldri før har kunnet forestille oss.



Medlemmer fra Supreme Master Ching Hai International Association promoterer den veganske løsningen under COP 15 i København, Danmark, 2009.



V. VÆR DEN FORANDRINGEN DU ØNSKER Å SE



FORANDRE VERDEN VED Å FORANDRE OSS SELV

Den beste måten å redde planeten på, er den individuelle måten.

Det begynner med oss. Siden tidenes morgen, så har alltid utviklingen startet med individet. Hvis vi vil endre verden, så må vi endre oss selv først. Nå, selv om regjeringen forbyr røyking eller drikking eller narkotika, men den enkelte fortsetter, så har vi ikke gjort store forskjellen. Så vi må forandre oss nå.

Jo flere mennesker som eliminerer kjøtt og alle animalske produkter fra livene sine, jo større er sjansen for å redde planeten, og ikke bare det, vi kan faktisk gjenopprette vårt jordiske hjem til hennes originale ynde og skjønnhet og vel så det, mer enn hva vi vet, vakrere, friere, mer fredfull, mer glede enn vi noensinne har opplevd.

Og det vil bli flere utrolige oppfinnelser som kommer hvis Jorden gjenoppbygger seg selv, leve et liv i medfølelse, barmhjertighet og fredfull sameksistens med alle skapninger på denne planeten.

Positiv energi vil redde verden

Alle dere der ute, vær så snill og fortsett. Gjør jobben din, fordi alles innsats teller virkelig. Selv kun en flyer med informasjon om kjøtt dietten og om fordelene ved den vegetariske dietten for å hjelpe planeten teller. Selv et ord teller. Litt informasjon teller. Alle hjelper litt, og så vil hele planeten forandre seg pga den kollektive bevisstheten i den positive retningen.

Alle ønsker den samme tingen; alle vil redde planeten; alle vil bevare kloden, fortsette dette livet, eller noe enda bedre. Da vil bevisstheten være enorm. Energien vil være meget fordelaktig, hvis alle legger vekk kjøttstykket, endrer livsstil – det er veldig enkelt.



Redd planeten først, og så vil ting endre seg etterpå. Du alene kan ikke redde planeten. Det er menneskene som forandrer sin bevissthet. Hvis de blir veganere, tenker grønt, gjør gode ting, da betyr det at de har forandret seg til det bedre. Deres bevissthet har steget opp til et høyere nivå, og da vil de selvfølgelig gi Jorden fortjeneste. De kunne fortsatt å bo her med sine barn, barnebarn, oldebarn, osv.

På det tidspunktet vil folk ha et høyere nivå av bevissthet, og ting vil bli klarere for dem og alle andre. Vi vil leve i fred og kjærlighet. Du må se for deg en positiv verden, det Himmerrike på Jorden som du ønsker deg. Du må se for deg en edlere verden, den positive verden, den vakre verden, den Himmelske verden. Det er en medfølende handling å redde verden. Selv om verden ikke blir reddet, så vil du bli det. Du er reddet av din kjærlige vennlighet, dine meritter vil bli mangedoblet fordi du ønsker å redde andre.

Hvis du ønsker å redde verden, hvis du ønsker å gjøre noe i retning av dette målet, så øker du din edelhet, dine himmelske egenskaper. Så hvis du sprer motet til å redde verden, hvis du blir veganer, hvis du tenker grønt, hvis du gjør gode ting, hvis du hjelper andre fordi du vil redde livet til andre skapninger på Jorden, da har du kvalitetene til en helgen. Du vekker opp igjen din hellighet. **Det handler ikke bare om å redde planeten og de fysiske livene. Det handler også om hvor stor du er som ønsker å gjøre dette, og faktisk ta del i dette livreddende korstoget.**

Makten er i forbrukernes hender

Ingen kan hindre oss i å gjøre det som er rett for våre liv og planeten vår. Vi bare slutter å bruke, spise, kjøpe animalske produkter, og da vil disse selskapene forsvinne på et blunk. Så, makten er i våre hender.

Vi, de vanlige forbrukerne, utøver det mest kraftfulle valget ved ganske enkelt å boikotte kjøtt og alle animalske produkter og blir veganere. Det ville ikke vært nødvendig å fortsette med den truende praksisen det er å drive dyreoppdrett hvis vi alle ble veganere.



Griseindustrien i USA har tapt 5,4 milliarder dollar siden 2007 (frem til 2009).¹⁴² Firma etter firma erklærer seg konkurs nå, så de spør regjeringen om hjelp, som endte opp med å kjøpe deres uønskede griseprodukter fra bønder for 105 millioner dollar i 2009.¹⁴³ Grunnen til at den mektige griseindustrien strever nå, er for det første høye priser på for, og for det andre så kjøper ikke folk produktene deres lenger etter det første utbruddet av svineinfluensa. Tenk dere hvis ingen spiste kjøtt, da ville ingen drepe disse dyrene. Det ville vært mer kraftfullt enn selskapenes lobbyvirksomhet.

Vi har makten. Dyreselskapene har bare makt fordi vi gir dem makt! Vi deler makten vår med dem. Men hvis vi slutter å kjøpe, forsvinner de.

Supreme Master Ching Hai's "Hvordan blir veganer for begynnere"

1. Spis vegansk mat før du handler, slik at du ikke blir suten når du er på butikken.
2. Gå rett til den veganske seksjonen.
3. Få veganske oppskrifter fra internett eller venner, eller fra en vegansk organisasjon.
4. Få støttende nye veganske venner.
5. Få info om de veganske fordelene.
6. Spre vegantrenden.
7. Føl deg som en helgen



TENK GRØNT

Tenk grønt. Dette er handlinger som beskytter miljøet, som å plante trær, utvikle holdbar energi og kjøre hybridbil, osv. Dette inkluderer selvfølgelig den grønne dietten, den veganske dietten.¹⁴⁴

Støtt økologisk jordbruk

Prøv å være økologisk. Kjøp økologisk mat for å støtte økologiske bønder. Gjør alt du kan for å støtte økologisk, vegetarisk jordbruk.



Bønder innen buskapsindustrien som valgte å bytte til vegansk eller økologisk vegansk business, fra USA til Iran til Au Lac (Vietnam) til Formosa (Taiwan), de byttet fordi de hadde fått ny informasjon. Noen ganger fra andre mennesker om at det er bedre måter å være bønder på. En sann bonde er en som dyrker produkter som opprettholder livet og jobber i harmoni med jorda. Vi kan også være dem som informerer, som snakker med dyrebøndene, en og en, om skadene ved kjøtt, og om fordelene ved økologisk vegansk.

De som vil gjøre det, kan gjøre det. Gå til bøndene. Snakk med dem. Når du har mulighet, gå til dem. Selv om vi ikke er i en maktsituasjon, sånn som regjeringen, så kan vi likevel prøve, en etter en. Vis dem bildet. Snakk til dem om situasjonen. Snakk med dem igjen og igjen helt til de forstår. Skriv til dem. Snakk med dem. Vi kan bare gjøre så godt vi kan.

Plant trær og grønnsaker

Vi kan plante økologiske trær og grønnsaker. Det beste er frukttrær og trær med nøtter, og de grønnsakene eller belgfruktene som bønner og ting som trenger lite vann.

Et tre om gangen, og så vil vi aldri gå tom for oksygen.

Du kan plante grønnsaker eller trær på eiendommen din eller rundt huset ditt. Frukt kan mette oss også. Jeg tenker ikke bare på de søte fruktene. Det er mange typer frukt, inkludert agurk, vannmelon, gresskar og papaya. Plant det du kan. Plant det som vokser lett, som er mettende og næringsrikt, som gror fort, og som ikke trenger for mye vann, fordi vi kan leve på hva som helst.

Folk som har hage kan dyrke grønnsaker i stedet for plen. Du kan plante nok til deg selv som et supplement. På denne måten har du god vegetarisk mat, sparer penger, tid og energi som vil bli brukt på transport.

Du kan til og med plante og høste innendørs. Eller hvis vi har en balkong, så kan vi til og med plante i vann. Vi må begynne nå, slik at vi kan ha våre egne grønnsaker.

Hvis det er vannmangel, så kan du plante mer bønner eller frukt. Bønner er veldig lette å dyrke. De gror veldig fort. De kan gro uten vann. Du kan lære om hvordan du dyrker ting ved å se på Supreme Master TV.¹⁴⁵



Vær sparsommelig

Lev et enkelt liv, enda enklere, jo enklere jo bedre.

Å være sparsommelig betyr at vi ikke skal bruke mer enn det vi trenger og sette pris på det vi har. Ressursene som naturen har gitt til oss er dyrebare og begrenset. Vi kan ikke misbruke dem, fordi det er bare gjennom at vi forvalter dem klokt at de vil vare.

Vi trenger ikke alltid å kjøpe nye og fasjonable klær. Vi må ikke gå til den mest trendy restauranten. Det er mange ting i livet som kan gi oss glede og tilfredshet uten at det koster så mye penger. Vi kan alltid leve uten møbler; det går helt fint.

Man kan spare verd å bruke mindre varmt vann, dusje kortere, ikke la vannet renne mens du dusjer, ikke la vannet renne mens du pusser tenner, slå av datamaskinen, slå av lyset når du ikke trenger det, slå av alt som står på standby som du ikke trenger, og da vil du kanskje spare 10% på regningene dine, vann og strøm til sammen.

En annen måte å utvikle enkelhet på, er å bruke så mye tid som mulig i naturens stillhet, eller skape et naturlig miljø hjemme hvor det er fred og ro. Lese oppløftende bøker som åndelige skrifter så vel som å praktisere meditasjon, er også gode måter å minne seg selv på at vi ikke trenger særlig mye for å være lykkelig og leve et tilfreds og fredfullt liv.



GJØR GODE GJERNINGER

Vi må skape en kjærlig atmosfære for planeten vår. Dette vil også beskytte oss.

En annen god måte å få fortgang i bevegelsen mot en holdbar planet, er å produsere mer positiv energi: Gjør gode gjerninger, vær kjærlig og snill. Utvikle våre gode kvaliteter. Dette vil skape et usynlig skjold som vil beskytte oss og planeten.

Vi skulle gjøre gode gjerninger for ytterligere å styrke den kjærlige, positive atmosfæren for vår planet. Vi må skape en glad, kjærlig atmosfære for planeten vår, slik at vi kan leve i den atmosfæren og være beskyttet og glade.

Dette er meget vitenskapelig. Hvis alle skaper den harmoniske atmosfæren, så vil planeten vår være fredfull, det vil bli som i paradiset.

Hvis du har spart penger, eller Buddhaer og Bodhisattvaer har gitt deg mer enn du trenger, så gi det til de fattige og trengende, du gir bare når noen er i nød. Du skal ikke gi for å få påskjønnelser.



BE, OG ANGRE

Be, be inderlig. Be til Himmelen, til alle Buddhaer, til alle guder, til alle engler som hjelper til med å vekke oss opp. Be til alle dyrene som vi har skadet og torturert direkte eller indirekte ved å spise kjøtt – be om deres tilgivelse. Be om Himmels beskyttelse og tilgivelse. Be alle guder om hjelp til med å vekke oss i tide, slik at vi kan redde hjemmet vårt. Vi kan virkelig ikke klare dette alene.

Vi må angre på all den skaden vi har påført Jorden og hennes beboere og be om og om igjen om tilgivelse. Og vi må reversere våre handlinger. Og den beste måten å angre på er å gjøre en innsats for å forandre oss. Snu om, gjør det som er bra. Avstå fra alt som er dårlig.

Vi kan be den guddommelige kraften om å synliggjøre seg på Jorden og vekke lederne, media, innflytelsesrike mennesker, og alle verdens borgere slik at vi tar de riktige stegene for å bevare planeten vår, og det fort – fort før det er for sent. Fordi på dette tidspunktet, så trenger vi Himmels innblanding for å redde planeten, ikke be om beskyttelse fra dem; bare be slik at de kan vekke alle sammen til den veganske løsningen som vil redde planeten vår.



START VEGANTRENDEN

Spre budskapet

En som har hjulpet til med å vekke opp uttallige mennesker til å innse at de kan endre livsstil til det bedre, dette er de sanne pionerene på sitt område og rettmessige stjerner og helter av sin tid.



Vi må spre nyheten; alle som bryr seg om planeten må spre nyhetene. Så vil folk slå følge med oss.

Skriv til regjeringer og media

For en lengre gjennomgripende effekt, kan du kontakte myndigheter tjenestemenn ved å skrive og la dem få vite fakta om dette forferdelige globale situasjonen, med all tilgjengelig informasjon på våre nettsider [SupremeMasterTV.com] for deg å laste ned og kopiere og sende.

Regjeringen er oppmerksom. Det er kanskje bare det at regjeringen prioriterer andre ting. Så, hvis du og andre er bekymret, så kan dere kontakte deres regjering og skrive til dem, informere dem eller minne dem på situasjonens alvorlighet som vi og den kommende generasjonen står overfor.

Skriv til regjeringens leder om den veganske løsningen, besøk dem, hvis mulig. For lederne er klar over disse alvorlige problemene som landet står overfor. Hvis innbyggerne også støtter dem, minner dem på at de er bekymret og at dette er i deres beste interesse, da vil de bli enda ivrigere etter å ta tak i klimaendringene. Da vil de huske at den globale oppvarmingen er den viktigste agendaen, at det er deres plikt ikke bare profesjonelt, men også personlig, fordi det angår dem og deres barn også.

Skriv til hele regjeringen, ikke bare til statsministeren, fordi statsministeren alene kan ikke ta den avgjørelsen. Skriv til et hvilket som helst departement i regjeringen. Alle gjør det sammen. Lag mange kopier og send en kopi hver til statsministeren, og til de viktigste departementene som tar avgjørelser.

Skriv masse. Send e-post til dem, fax dem, skriv til dem. Skriv til avisene. Snakk med radio, snakk med TV. Gjør intervjuer. Snakk til alle du kjenner. Driv lobbyvirksomhet der du kan. Snakk med de lederne du kjenner. Snakk til deres venner, hvis du ikke kjenner lederen, så snakk med lederens venner, lederens familie, lederens bekjente, lederens kelner, hushjelp, renholder, sjåfører, familiemedlemmer, barna deres, barna som går på samme skole som dine barn, deres ansatte, sekretæren deres, alle som du tror kan få sagt noe til lederen på en akseptabel måte.



Hvis lederne tar noen positive skritt, så skulle vi skrive til dem og takke den og oppmuntre dem. Vi skulle ha et positivt engasjement. Vi må oppmuntre dem når de gjør noe riktig slik at de fortsetter i den retningen, eller enda bedre, forbedrer seg.

Jeg skrev et brev til President Obama, jeg skrev et brev til Europaparlamentet, Europakommisjonen, og de svarte meg. De sa at de ville ta hensyn til det, ta notis av mine ord, mine råd ville være i deres hjerter og i deres sinn i de kommende dagene. Jeg setter pris på slike ledere som lytter.

Led grasrotbevegelser og den veganske trenden

Hold seminarer for grasrota. Tilby bevis og informasjon til publikum om løsningen på den globale oppvarmingen. Jobb sammen med andre vegetarianere. Når alle jobber sammen, så vil anstrengelsens frukter mangedobles og planeten kan reddes.

Som enkeltmennesker og samfunn, så må vi handle i stedet for å vente på regjeringen, eller på at teknologien skal utvikles. Det er så enkelt. Bare en løsning; den medfølende dietten, fordi medfølelse avler medfølelse. Det er en veldig enkel lov i universet. Hver handlig har en reaksjon. Så, det er ingen grunn til å vente på godkjenning fra regjeringen eller økonomiske ressurser osv.

På et mer lokalt nivå igjen, så kan du sponse et matkurs. Dette vil hjelpe folk til å forstå hvor lett det er å lage delikate og næringsrike veganske måltider til seg selv og familien.

Jeg har også hatt en idé om en vegansk restaurantkjede som serverer raske, smakfulle, næringsrike veganske retter kalt Loving Hut: og det bar frukter. Nå er det mange av dem. Mer enn 138 stykker, i mange ulike land. Loving Hut restauranter er åpnet, fra Formosa til Frankrike til USA til Australia til Norge.¹⁴⁷ De åpner på travle steder, som i kjøpesenter og i viktige skjæringspunkt.



En av Supreme Master Ching Hai's delikate vegan måltider vist i hennes spesielle matprogram. "A Gift of Love" SupremeMasterTV.com/gol; SupremeMasterTV.com/veg

Folk kan også åpne veganrestauranter, alle kan det. De går ikke nødvendigvis dit fordi det er vegansk, men fordi de tror det er helt vanlig, god mat, eller at kundene, unge som gamle forteller: "Til og med bedre enn kjøtt!" Så ved å lage veganske retter og produkter mer tilgjengelige for folk, så blir det et reelt alternativ.



Internsjonal Loving Hut restaurant inspirert av Supreme Master Ching Hai LovingHut.com vinner VegNews Magazine's 2010 Veggie Pris i kategorien: Favorittrestaurant (verden over)



Folk prøver å samle seg nå for å løse den alvorlige krisen.
Jeg ser forbedring og aksept overalt.

Jeg ser anstrengelser for fred, jeg ser sjenerøse hjelpende hender fra alle nasjoner og individer og grupper og organisasjoner.

Jeg ser kjærlighet som vokser på ulike måter.

Disse tegnene er kanskje fortsatt ubetydelige ennå, men de er som gnister av ild som snart vil bli til mektige flammer, som vil forkulle tidligere uvitenhet og hat, og skape en ny begynnelse av en edlere og mer hellig rase på Jorden.

Vær så snill og tenk positivt, og fortsett med å gjøre det du kan for å vekke opp dine naboer. Fortsett med å drømme om en himmelsk verden i vår levetid og for den neste generasjonen.

Vi er sammen. Vi er fryktløse. Vi er sterke. Vi er fast bestemt på å forandre verden. Vi er modige. Vi er med hele menneskeheten som ønsker en fredfull, trygg, kjærlig verden.

Og vi fortjener det alle sammen! Vær så snill og fortsett.



MENNESKEHETENS SPRANG INN I DEN GYLNE TIDSALDEREN

Tiden er inne for at vi skal forandre oss, utvikles, vokse og stå oppreist som skaperverkets rettmessige krone, de velvillige herskere og beskyttere, og som Himmelenes barn på Jorden. La oss sammen ta det spranget uten sidestykke inn i den Gylne Tidsalder, inn i den tiden med medfølelse, harmoni, vennlighet og sann fred som venter på oss. Jeg vet at vi kan gjøre det.



I. ET VENDEPUNKT I DEN MENNESKELIGE UTVIKLINGEN

Dere skjønner, ett skritt fra alle i riktig retning kan resultere i et stort sprang i vår utvikling som den menneskelige rasen. Og det lille skrittet er veldig enkelt. Det er bare: ingen drap. Være tro mot “Leve, og la leve,” overholde den universelle loven hvor vi får liv ved å avle liv. Fordi likt tiltrekker likt; det vet vi alle sammen. Dette innebærer selvfølgelig en vegansk diett.

Mennesker er naturlig mer sjenerøse og fredfulle i sine hjerter; det er bare det at vi alle har blitt misledet, vi har misforstått i lang, lang tid. Vi trodde at kjøtt var bra for oss, vi trodde melkeprodukter var bra for oss, vi trodde egg var bra for oss. Men alt det er feil. Det er det motsatte. Det har blitt bevist at alt dette vi har blitt fortalt at er “bra for oss”, er feil. Det er det motsatte av bra. Det har brakt oss lidelse, sykdom og enorme økonomiske tap via skatter og avgifter for å kurere sykdom og tilsvarende ting.

Vi har blitt misledet i lang, lang tid. Nå må vi undersøke. Vi må lytte til kloke leger og forskere. Vi må se resultatene av deres forskning: at kjøtt og animalske produkter er virkelig veldig, veldig giftig for oss. Vi må stoppe nå, spesielt for våre barns skyld. Vi kan ikke fortsette å forgifte barna våre lenger; de er hjelpeløse. De stakkars barna, de stoler på oss, de tror at vi vet best, men det er ikke vår skyld heller. Vi må bare ta en helomvending.

Hvorfor er det ikke vår skyld? Fordi vi også har lært denne veien. Og våre besteforeldre, våre oldeforeldre har også lært denne veien. Og vi har vært for opptatte med å overleve i hverdagen, med jobbing. Vi har ikke hatt tid til forskning, så vi visste ikke at disse tingene virkelig er giftige for oss.

Og mest av alt, det spiser opp planeten vår. Det dreper ikke bare mennesker, det dreper planeten vår. Og vi må stoppe det for å kunne redde vår verden. Vi må gjøre helomvending. Gå i motsatt retning, den rette veien som ikke forårsaker noen lidelse; ikke tar noen liv, men som elsker og beskytter alle skapninger. Det er spranget som hele menneskeheten trenger.

Vi vil føle oss helt annerledes etter å ha tatt dette spranget. Vi vil føle at vi automatisk har utviklet oss til et høyere bevissthetsnivå. Bare tenk på hvor store, sterke, intelligente og kapable vi er. Vi er i stand til å plante alle



mulige ting som kan spises, og vi skulle ikke bruke vår makt, vår intelligens, vår kapabilitet til å pine, plage, torturere, påføre lidelse og myrde de små, hjelpeløse, uskyldige dyrene som aldri har gjort oss noe vondt. I følge loven er de uskyldige. Og hvis vi dreper uskyldige skapninger, så er vi de som blir straffet. Jeg beklager hvis jeg fornærmer dere, men dette er sannheten. Og jeg er sikker på at dere forstår det.

Gjennom vårt sprang i denne utviklingen, så kan vi etterlate denne eksistensen av begjær og frykt og gå henimot et sant liv i fred og opplysning - fra denne ondskapsfulle sirkelen av drap, lidelse og vold, til sirkelen av kjærlig vennlighet, beskyttelse og glede.

Kan vi se for oss et liv hvor de svake ikke trenger å frykte de sterke, hvor det ikke er vold lenger, ikke krangling mellom naboer i fjern og nær, og ingen barn som trenger å dø av sult, tørst eller sykdom hvert femte sekund, hver dag, mens deres mor ser på, totalt hjelpeløs med et hjerte som drukner i sorg?

Mens jeg snakker, så dør det mange barn et eller annet sted. Hvert femte sekund dør et barn av sult. Vi kan ikke fortsette med dette. Vi kan ikke vente lenger. Vi må redde disse livene – ikke bare dyrs liv, men barnas liv, selv om det ikke er våre barn.

Kjøtt forårsaker så mye lidelse fordi det forårsaker sult og krig. Vi bruker opp alt korn, soya og gode ressurser og jord og vann for å støtte kjøttindustrien, og derfor mangler verden mat og vann. Så, for å redde liv må vi stoppe kjøttindustrien.

Måten vi lever på akkurat nå, er i en dypt degradert tilstand av hva vi virkelig er. Vi er Guds barn, som er kjærlige og vennlige. Vi er Himmels arvinger. Vi har bare glemt det. Kan du forestille deg at Gud kommer til Jorden å drepe alt innen rekkevidde for å spise? Beklager, men er det en sånn Gud, så vil jeg ikke være Hiers barn. Ville du likt å være et barn av en slik Gud?

Ok, nei. Takk. Takk. Dere er så snille. Hvis Gud er nåde, medfølelse og kjærlighet, og vi er Guds barn, synes dere ikke da at vi skulle oppføre oss som Guds barn på Jorden?

Vi må gå kjærlighetens og medfølelsens vei. Vi må representere vår Far hvis vi vil helligholde Hans navn. Vi ber alltid hver dag, "La ditt navn holdes hellig, i Himmelen og på Jorden," men hva gjør vi for å helligholde Hiers navn? Vi må representere Hirm.



Vi ber alltid til Gud fordi vi tror at Gud er nådig, beskyttende, medfølende og kjærlig. Og vi er alle barn av Gud, vi må representere disse kvalitetene. Vi er de kvalitetene: Vi er kjærlighet og vennlighet. Vi har bare blitt misledet, misinformert, og vi har glemte. Så vær så snill og husk. Disse kvalitetene er dypt inne i oss, så vi vet at det må finnes noe som er bedre enn det vi ser rundt oss.

Vi har eksempler gjennom vår historie på mennesker hvis liv var så oppløftende at de skinner den dag i dag – ikke bare åndelige ledere, men filosofer som Platon, statsmenn som Sokrates, matematikeren Pythagoras og poeten Ralph Waldo Emerson fra Amerika. De var alle vegetarianere. Er dere overrasket? Nei, det er dere ikke. Dere ser ikke overrasket ut. Så dere visste alt dette. Alle de store menneskene, de er vegetarianere eller veganere. Så, hvis vi studerer dem nøye, så vil vi se at grunnlaget for det siviliserte livet de viste oss er den veganske dietten.

Den veganske dietten er en av de første, enkeltstående, største medfølende handlingene ved ikke å skade et annet liv og ikke ødelegge omgivelsene våre. Hvis vi sammenligner en kjøttbasert diett med en veganbasert diett, så bruker kjøtt dietten omtrent 14 ganger mer vann, seks ganger mer korn og 10 ganger mer energi og over 20 ganger mer jord, mens man ofte ødelegger dyrebare regnskog.

Å være veganer er en god ting med tanke på ærbare meritter, så vel som å bevare det eneste hjemmet vi har. Jo mindre skade og ødeleggelse vi påfører planeten og hennes innbyggere, jo mindre må vi betale. Vi betaler dyrt nå, og vi vil måtte betale enda dyrere hvis vi ikke stopper kjøtt/dyreindustrien.

Jo mer vi utvider vår kjærlige godhet og beskyttelse til alle skapninger, jo større vil vi bli i denne verden, jo bedre vil følelsen i hjertene våre være, så vel som i Himmelenes Rike. Det er derfor store Mestere og andre opplyste sjeler fra fortiden har lært oss det samme, at hvis vi ikke ønsker å bli skadet, så må vi ikke påføre andre skade. Alle religioner sier det samme, denne setningen, denne betydningen. Det som er bra for oss, skal vi gjøre mot andre; vi høster det vi sår, uten unntak. Det var derfor de lærte oss ikke å spise dyr, og til å være veganere.

Hvis vi tar dette spranget, en liten endring i dietten vår; i stedet for kjøtt, animalske proteiner, så velger vi proteiner fra grønnsaker, som uansett er førsteklasse. Animalske proteiner er annenklasse. Hvorfor? Fordi de har



spist førsteklases grønnsaker og frukt og vi spiser deres kropp. Det er annenklasses. Vi er mennesker, hvorfor velger vi det som er annenklasses? Det gjør oss ikke godt. Så vi må ta dette spranget.

Vi må gjøre dette spranget, mine damer og herrer, fordi hvis vi gjør det, vil den Gylne Tidsalderen være her om kort tid og varsle om en tid med fredelige leveforhold uten det evige tapet av liv - tidlig dødsfall av flere titalls av milliarder hvert år! Torturert og myrdet for vår flyktige nytelse, som vi kan erstatte. Kjøtt er erstattelig.

Det er så mange undre i det jordiske livet som vi ennå har til gode å oppleve, å oppdage. Så mye vitenskapelig kunnskap som venter på å bli avslørt og utforsket, og oppfunnet, og utrolig teknologi som venter på å bli oppdaget og utviklet! Det finnes bedre sosiale systemer. Dette er ting som stort sett er utenfor vårt nåværende logiske nivå, til og med utenfor vår fantasi, men de kan bare oppnås gjennom det å tappe fra visdommen og skaperkraften vår.

For å kunne åpne denne visdommen, må vi først fjerne skadelige hindringer som blokkerer og undertrykker den, som kjøtt, meieriprodukter, fisk, fjærkre og alle animalske produkter. Disse tingene forhindrer vår intelligens, forsinker fremgangen vår, ikke bare åndelig og moralsk, men teknologisk sett også.

Foruten våre personlige grunner for å ville ønske en gyllen epoke, så har vi også planeten å ta hensyn til. Og jeg er sikker på dere vet at vi står i fare for å miste den hvert øyeblikk. Så dette bevissthetspranget er også for å redde planeten vår og alle andre vesener som fortjener en harmonisk verden å leve i.

Hvis alle tar dette spranget, eller denne endringen, så kan vi redde planeten vår. Jeg lover, med all den ære jeg har, og med Gud som vitne. Samtidig vil vi løfte oss selv, noe som har blitt oversett lenge nok.



MENNESKERASEN ER KLAR TIL Å BEVEGE SEG OPPOVER

Det er på høy tid at den menneskelige rasen skal stige til et høyere bevissthetsnivå. De bør være edle, snille og medfølende. Være veganer, tenke grønt, gjøre gode ting, det er ikke bare for planetens skyld; det er for at hele menneskeheten skal foredles, åndelige verdier og kvalitet. De bør gjøre det, bare for å være edle.



Vi må vende tilbake til vår omsorgsfulle og medfølende natur som finnes i hjertet vårt. Det er veldig enkelt. Vi er det. Vi er medfølelse. Vi er barmhjertige; vi er kjærlige.

Hvis vi virkelig ønsker å se ekte harmoni bli født mellom mennesker og dyr og natur og Paradiset, så må vi være den harmonien, må vi leve i harmoni og handle i harmoni, som inkluderer det å spise harmonisk hver gang vi kommer til bords.

Å foreta et vegansk valg er derfor et ekte fremskritt i evolusjonen, og godhet fra vår menneskelige natur. Og vi vet også at likt tiltrekker likt, godhet tiltrekker mer godhet. Når vi deler denne medfølende sannheten med andre, vil både menneskeheten og verden bli ytterligere løftet.

II. JORDEN STIGER OPP TIL EN HØYERE GALAKTISK SIVILISASJON

Når det gjelder oppstigningen av vår planet, så bør vi gjenoppta den universelle planen; det at vi skulle stige opp på samme plan som andre høyere, åndelig utviklede planeter. Det er planen. Men mennesket er gitt fri vilje, og den frie viljen har de ikke brukt klokt.





TA LÆRDOM AV MARS OG VENUS

Jordas sammenslåing med andre planeter i galaksen - det er en stor visjon. Vi trenger bare å se på våre naboplaneter, Mars og Venus, for å se at visjonen er dystert og katastrofal, hvis vi ikke tar det riktige valget nå.

Enhver planetariske forsker vet at Mars og Venus har gått igjennom dramatiske atmosfæriske forandringer i fortiden, noe som ligner det vi har begynt å oppleve akkurat nå. En gang for lenge siden lignet Mars og Venus på planeten vår - de hadde vann, liv og folk som lignet oss. Men innbyggerne på Mars og Venus ødela sine respektive planetariske hjem fordi de avlet opp for mange husdyr, og gassene som slapp ut utløste en irreversibel drivhusgasseffekt, pluss giftig hydrogensulfid i Mars sitt tilfelle. Det er derfor vi bare ser sporene av landformer og hav som en gang pleide å være der.

Rundt fem milliarder planeter har blitt ødelagt eller har hatt en liknende skjebne som Venus eller Mars. Bare de planetene som har innbyggere med et lavt bevissthetsnivå har blitt ødelagt eller ruinert, ikke de på høye nivåer.

Og på Venus er atmosfæren så oppvarmet og fylt opp med CO₂ at forskere dermed kalte det en "galopperende global oppvarming" og sier at slik kan fremtiden på Jorden kanskje bli.

Planetene som ble reddet fra ødeleggelsen, som Venus, ble reddet fordi deres samfunn ble vegansk - jeg mener de som blir reddet. Jeg nevnte at det var fire Venus - bare to av dem ble reddet fordi samfunnet deres ble veganske. De to andre planetene Venus ble ødelagt - en er helt borte, en er kokende varm, ubeboelig, fordi folk der ikke har vært veganere.

De fleste av menneskene på Mars visste ikke, eller hørte ikke etter at det veganske kostholdet var løsningen. Marsboere gikk gjennom ødeleggelsen en gang og glemte aldri den smertefulle leksen, og de var snille nok til å sende sitt budskap til jordens mennesker gjennom kontakten med oss. Deres budskap er: Vær dydige, redd hjemmene deres før det er for sent.

Vi nærmer oss, vi er nesten der hvor det ikke er noen vei tilbake. Det er derfor vi nå hele tiden prøver å spre løsningens budskap: et vegetarisk kosthold. Det gir fysisk makt til å stoppe den globale oppvarmingen fordi det har en moralsk makt. Det har en vitenskapelig makt som at: "Likt tiltrekker likt." Vi må respektere livet, og deretter vil vi frembringe liv.



EDLE VENNER I GALAKSENE VENTER

Det er mange ikke-vegetariske planeter, og det er mange vegetariske planeter. De er utallige i vår galakse alene. Disse vegetariske samfunnene er mer avansert enn oss. De har til og med reisebelter. Det er så mye mer der som vi aldri kan drømme om engang.

Menneskene i disse samfunnene kan nyte masse fritid og utvikle sine hobbyer og sine talenter, så vel som å oppdage sine slumrende evner. Derfor blir det født mange fantastiske oppfinnelser i disse samfunnene. Og mange fantastiske ting skjer, fordi folk er avslappet og gjør det de kan best. Ingen bekymringer for manglende fysiske behov, så deres liv er fulle av frihet og lykke. Høres ikke det fantastisk ut?

Jeg har allerede fortalt dere at alle slike samfunn er veganske. Deres syn på livet er veldig klart - veldig klart, veldig usevvisk, ubetinget, veldig intelligent. Jeg har ikke sett en eneste sivilisasjon så avansert og så glad, med mindre det er et vegansk samfunn.

Og når vi stopper drepingen, vil vi generere en mer kjærlig, snill og innbydende atmosfære for andre edle vesener i galaksen, slik at de kanskje vil være sammen med oss eller ha kontakt med oss.

Hvis vi på en eller annen måte er heldige nok til å få kjenne denne typen planet, eller denne typen utviklede skapninger, så vil lykken og freden fra den planeten, eller fra disse menneskene, gjøre at vi føler en lengsel etter å være der, og ikke bry oss så mye om fortjeneste og skyld i denne verden. Vi vil bare forlate denne verden når som helst hvis vi får en sjanse til å være sammen med dem. Men fordi vi ikke er så utviklet som de er - åndelig, mentalt og psykisk, og på dydig vis - noen av oss er ikke det, så vi kan ikke være så nær dem, vi kan heller ikke slutte oss til dem, planeten vår kan heller ikke bli rangert som en av dem.

Så de venter ivrig. De har sendt meldinger til oss om at vi bør utvikle oss mer slik at vi kan holde følge med hele galaksesystemet, og at de alltid er klare til å hjelpe oss med å heve vårt nivå av åndelig forståelse og mental evne, så vel som det teknologiske.

De vil slett ikke tvinge sin vilje på oss. De venter, venter og venter på oss til vi er klare. Så lenge vi ikke velger å leve etter høye universelle standarder,



så vil vi ha vanskeligheter med å finne fred i oss selv, og enda mer med andre skapninger i universet. Vi vil være ute av takt med innbyggere på våre naboplaneter, derfor vet vi ikke om deres eksistens.

Men, det er ikke vanskelig å endre alt dette. Vi må bare gå tilbake til vårt opprinnelige, kjærlige selv, fordi det er det vi er. Vi er kjærlighet. Vi er guddommelige. Vi er medfølelse. Vi er alt det beste i universet. Det er bare det at vi glemmer.

III. REALISER EDENS DRØM

Hvis verden skulle bli 100 % vegetarisk akkurat nå, ville den gode effekten av det bli synlig mer eller mindre etter bare 60 dager. Det er åtte uker. Innen åtte uker vil vi se virkning. Du vil selvfølgelig også se det umiddelbart, det er nesten umiddelbart. Men for å kunne se det hele, store bildet, kan du oppleve det innen åtte uker, åtte korte uker.

Innen åtte uker vil alle katastrofer stoppe. Det er slik Himmelen er skapt. Hva tror du? Hvor kommer Himmelen fra? Himmelen er et sted hvor alle skapninger opptrer på samme måte. Ikke ensformig, men på samme nivå av medfølelse, samme nivå av kjærlighet og samme nivå av åndelig kunnskap, forståelse, samme nivå av edelhet. Det er det som er Himmelen.

Himmelen kommer ned for å møte oss, hvis vi imøtekommer Himmelen standard. Og hvis alle kan innse dette og gå med små steg, faktisk bare ett skritt, ett veldig viktig skritt som avgjør skjebnen til planeten vår, som er det vegetariske skrittet, vil alt annet bli gitt oss. Hvis vi er barmhjertige, vil vi frembringe barmhjertighet. Den universelle loven svikter aldri.

Den negative, morderiske, dårlige energien vil endre seg til velvillighet, glede, avslappenhets; velvillighet overfor alle innbyggerne på denne planeten, inkludert dyrene, og selvfølgelig, først og fremst overfor mennesker.

Og hva slags Jord ville vi da leve på? Det ville være Eden igjen. Vi vil plutselig få fred og plutselig realisering av likhet mellom alle nasjoner, mellom alle mennesker og mellom mennesker og dyr. Innsikten vil gry over oss. Det er ikke nødvendig med forklaringer. Folk vil plutselig forstå at vi



alle er like. Vi alle er medborgere, dyrene er likestilte med oss. Og folk vil ha respekt også for trær og planter.

Hvis vi endrer vår livsstil til en mer himmelsk kvalitet, så vil den himmelske intelligensen bli vekket i oss igjen, og deretter vil vi få en endeløs liste av oppfinnelser og bekvemmeligheter innefor rekkevidde. Vi vil få flygende bil, jeg mener, ikke bare på den måten de lager den nå, men på en mer praktisk måte. Vi kan til og med få flygende belter som på andre planeter.

Vår vitenskapelige og teknologiske forståelse vil også gå utenfor Jorden. Fordi med en forhøyet, medfølende atmosfære kan vi til og med kommunisere med andre mer avanserte mennesker på andre planeter, og lære av dem, utveksle kunnskaper.

Hver nasjon vil naturligvis ha tilstrekkelige ressurser og helhjertet utveksle hjelp overfor hverandre. Det finnes slike systemer som eksisterer uten penger, basert på hva jeg har sett i høyere utviklede samfunn i universet, slik som på andre planeter. Det er ikke systemet. Det er folket, det er forestillingen om livet, konseptet om samfunnet som må endres først, folkets konsept. Med en gang de bytter til en mer sosial, mer nabovennlig, mer global solidaritet, så vil den slags utvekslingssystem automatisk bli til virkelighet.

Alle vil elske, og dele med hverandre: kjærlighet, hengivenhet og eiendeler. Og så vil vi få et lykkeligere liv, færre uheldige mennesker, færre eller ingen hjemløse, færre eller ingen sultne barn, færre eller ingen sykdommer i det hele tatt. Og dyrene vil være beskyttet: ikke flere kjøttpisere, bare vegetarianere eller veganere.

Dere vil hilse hverandre med et smil hver dag, og det finnes ingen konkurranse i arbeidet deres, alle lar hverandre være i fred, bare kjærlighet og vennskap. Og jo høyere bevissthet det er på en planet, desto mer intensiv blir det denne typen energi, kjærlighet og vennlighet.

Å være vegansk på verdensbasis er et fremskritt av medfølelse som vil oppløfte og forene alle kulturer, bringe ro til mennesker så vel som til dyr. Den indre freden som kommer fra det å erstatte dreping med respekt for alt liv, vil spre seg som en bølge over hele kloden, løfte opp menneskenes hjerter og skape et harmonisk Eden på Jorden. Det vil bringe oss alle til en varig Gyllen Tidsalder.



Supreme Master Ching Hai in Monaco, 2007





VEDLEGG

1. Havnivåets Stigning og dets verdensomspennende effekt

Det er ikke bare de små øystatene som trenger å bekymre seg for at havnivået skal stige. Mer enn 70 prosent av verdens befolkning lever på kystslettene, og 11 av verdens 15 største byer er ved kystens elvemunninger. I løpet av det 20. århundre steg havnivået mellom 10 og 20 centimeter.

IPCC anslår at havnivået i det 21. århundre vil stige fra 9 til 88 cm. **Selv denne relativt beskjedne anslått havnivåstigningen vil skape kaos.** Kystflom og stormskade, nedbrutte strandsoner, saltvannsforurensning av ferskvannsforsyninger, oversvømmelser av kystens våtmarker og barriereøyer, og en økning av saltinnholdet i elvemunninger er alle realiteter selv om havnivået stiger lite.

En skremmende realistisk mulighet er smeltingen av Grønlands isdekke. Ifølge FNs klimapanel IPCC: "Klimamodellene indikerer at den lokale oppvarmingen over Grønland vil sannsynligvis bli en til tre ganger større enn det globale gjennomsnittet. Isdekkemodeller projiserer at en lokal oppvarming som er høyere enn 3 ° C, dersom den vedvarer i årtusener, vil føre til en nesten fullstendig nedsmelting av isdekket på Grønland med en resulterende havnivåstigning på ca. 7 m" (IPCC 3rd Assessment, Synthesis Report, Summary for Policy Makers).

Mellom isdekket på Grønland og isdekket på den vestlige Antarktis, kan verden godt stå overfor en 13-meter (43 fot) havstigning hvis vi ikke drastisk demper våre utslipp av klimagasser. Selv en liten brøkdel av denne høye havnivåstigningen vil være en økonomisk og humanitær katastrofe. Følgende er mulige konsekvenser av et stigende havnivå:

- **Milliarder brukes på tilpasning** - hvis du har råd til det. En fersk studie har beregnet at kostnadene ved å tilpasse seg enda en meter høyere havnivå i USA vil beløpe seg opp til 156 milliarder dollar (3 % av BNP).
- Med bare en meter høyere havnivå vil enkelte øystater, for eksempel Maldivene, ligge under vann. Allerede har to av øyene som utgjør Kiribati (en øynasjon i Stillehavet) gått under bølgene. **Hvis trendene til dagens oppvarming fortsetter,**



vil byer som London, Bangkok og New York ende opp under havoverflaten, flytte på millioner av mennesker og forårsake massiv økonomisk skade.

- De stigende havene vil forurense både overflate- og undergrunnstilgangen på ferskvann, og forverre verdens eksisterende ferskvannsmangel.
- Landsbygder og jordbruksland (spesielt ris) på noen kyster vil bli utryddet. (Kilde: http://www.greenpeace.org/international/campaigns/climate-change/impacts/sea_level_rise/)

2. Mer tilbaketrekning av Isbreer

- Snøfonna på Sierra Nevada-fjellene i USA, som gir vanningsvann til Californias Central Valley, verdens frukt- og grønnsaks kurv, smelter allerede tidligere på våren, og er ventet å minke med 30-70 prosent innen utgangen av dette århundre. (Kilde: http://www.sierranevadaalliance.org/programs/db/pics/1133215435_14399.f.pdf pdf Sierra Climate Change Toolkit 2nd edition, Sierra Nevada Alliance)
- Isbreene på Afrikas høyeste fjell, Kilimanjaro, har krympet med 80 % over det siste århundret, med en forminskning på 33 % fra 1989 til 2000. (Kilde: "Thompson LG, Mosley-Thompson E, Davis ME, Henderson KA, Brecher HH, Zagorodnov VS, Mashiotta TA, Lin PN, Mikhalenko VN, Hardy DR, Beer J. 2002. Kilimanjaro ice core records: evidence of Holocene climate change in tropical Africa." Science 298: 589-593. <http://bprc.osu.edu/Icecore/589.pdf>)
- Global oppvarming gjør at Kinas isbreer krymper med 7 % hvert år, noe som kan ha ødeleggende effekt for de 300 millionene som er avhengige av dem for vann. (Kilde: "Ice-capped Roof Of World Turns To Desert" By Geoffrey Lean 08 May 2006, The Independent, <http://www.countercurrents.org/cc-lean080506.htm>)
- Siden 1930-årene har isbreområdene på fjellene i Sentral-Asia krympet med 35-50 prosent, og hundrevis av små isbreer har allerede forsvunnet. (Kilde: <http://www.unep.org/pdf/ABCsummaryFinal.pdf> UNEP Atmospheric Brown Clouds: Regional Assessment Report With Focus on Asia 2008)

3. De ekstreme globale værforholdene

2010 er det varmeste året som er registrert så langt:

Dette året er i ferd med å bli det varmeste i historien, ifølge klimaforskere ved det amerikanske National Oceanographic and Atmospheric Administration (NOAA).

Med julitemperaturer som er den nest høyeste i historien, var det i månedene mars, april, mai og juni de høyeste som var registrert.

I juni 2010 bemerket også David Easterling i NOAA's National Climatic Data Center det uvanlige funnet at landmassene over hele verden har blitt varme.

Videre har 17 land, bestående av 19 % av Jordens totale landareal, inkludert nordlige nasjoner som Finland og Russland, satt nye rekorder for den mest trykkende varmen.

Dette er det største overflatearealet på planeten som har opplevd slike enestående høye temperaturer i det samme året. Om disse alarmerende tallene uttaler Dr. Mark Serreze,



direktør for det amerikanske National Snow and Ice Data Center: “Poenget i denne saken er at den globale oppvarmingen ikke har stoppet.”

Kevin Trenberth, leder av seksjonen for klimaanalyse ved det amerikanske National Center for Atmospheric Research (NCAR), advarte videre at med slike forhold bør vi være forberedt på økte tropiske stormer, og sa: “Sist gang det var så varmt som dette, var da vi hadde den rekordbrytende orkansongen som førte til Katrina og Rita, og vi ikke hadde flere bokstaver igjen å bruke. I år er temperaturene i Atlanterhavet høyere enn de var i 2005. ”

(Kilde: <http://solveclimate.com/blog/20100816/most-ever-heat-record-temperatures-19-percent-earths-surface>
<http://news.discovery.com/earth/heat-record-climate-change.html>
<http://www.washingtonpost.com/wp-dyn/content/article/2010/08/13/AR2010081306090.html>
<http://www.accuweather.com/blogs/news/story/35632/hottest-year-on-record-so-far.asp>
<http://green.blogs.nytimes.com/2010/08/17/weather-extremes-and-climate-change/>)

I Russland

I 2010 ledet den ekstreme varmen i Russland til 14 340 dødsfall i Moskva bare i juli. Varmen forårsaket også den verste tørken i den europeiske delen av Russland på et halvt århundre, noe som fikk den russiske regjeringen til å suspendere hveteeksporten. Varmen i sin tur førte til ekstrem brannfare over det meste av den europeiske delen av Russland.

(Kilde: <http://climateprogress.org/2010/08/07/russian-heat-wave-drought-soil-moisture-wheat/>)

I USA

Året 2010 begynte med meget kalde forhold i Florida. Så ble det den varmeste sommeren som er målt i dette området.

In Australia

Nord Australia hadde den våteste perioden som er målt noen gang fra mai til oktober, mens i den sørøstlige delen hadde rekord når det gkaldt tørke.

I Sør Amerika

Deler av Amazonaselvens bekker ble rammet av tørke og hadde den laveste vannstanden som er målt i historien.

(Kilde: http://seattletimes.nwsourc.com/html/business/technology/2013716921_apyescidisastrousyear.html)



4. Store og katastrofale branner

In Australia

Øst- Australia forberedte seg på flere branner og oversvømmelser da den sørlige delen møtte ekstrem varme og kraftig regnvær, som truet med å heve flomvannet som herjet i nord. En hetebølge uten like i dette århundret ble spådd til å intensivere høye temperaturer og tørre vinder som produserte de verste skogbrannsførhold i løpet av 25 år.

(Kilde: http://www.google.com/hostednews/afp/article/ALeqM5gyUztcdkUqzd_SFg9jClfRmHIWEg)

I Russland

I august 2010 var russiske skog- og torvbranner ute av kontroll, de fortsatte å rase i store deler av landets europeiske territorium, med syv russiske regioner som erklærte unntakstilstand. I alt flammet 520 branner over Russland, over et samlet areal på 188 525 hektar (465 000 dekar). Nær 650 000 hektar hadde blitt brent.

(Kilde: <http://online.wsj.com/article/SB10001424052748704017904575408833952872038.html>)

5. Store globale flomkatastrofer

Flom alene har dette året krevd mer enn 6300 liv i 59 nasjoner i løpet av september, i følge Verdens Helseorganisasjon.

Sveitsisk Re, 30. november, så døde nærmere 260.000 mennesker i naturkatastrofer i 2010. katastrofer har også kostet 222 milliarder dollar i tap i 2010 – mer enn Hong Kongs økonomi.

(Kilde: http://seattletimes.nwsourc.com/html/business/technology/2013716921_apyescidisastrofyear.html)

I Kina

I 2010 ble store deler av Kina rammet av sommerregn som utløste den verste flommen på ti år. Det forårsaket utallige dødelige jordskred, og gjorde at mange store elver steg opp til farlige nivåer. 1,4 millioner hjem ble ødelagt av flommen, noe som også førte til et økonomisk tap på 275 milliarder yuan (41 milliarder dollar).

Nordøst i Kina var det verst rammede området, med hele byer under vann, og elver som grenser til Nord-Korea hevet seg til kritiske nivåer, som fremskyndet frykt for oversvømmelser i begge land.

(Kilde: <http://www.google.com/hostednews/afp/article/ALeqM5juX85JVgP2tsnqUSZxNgLuXejxDw>)

I Pakistan

Flommene i Pakistan i 2010 begynte i juli etter det kraftige monsunregnet. Over 2000 mennesker døde, og over en million hjem ble ødelagt. Og anslagsvis ble 20 millioner mennesker skadet eller hjemløse.



(Kilde: http://en.wikipedia.org/wiki/2010_Pakistan_floods)

I Australia

I januar 2011 ble Queensland i Australia rammet av en massiv flodbølge som blir beskrevet som en katastrofe "av bibelsk størrelse." Mer enn 20 byer ble avskåret eller oversvømt over et område større enn Frankrike og Tyskland. Krisen ble utløst av Australias våteste vår noensinne. Minst seks elver i Queensland flommet over sine bredder. Flommen påvirket om lag 200.000 mennesker, og mange ble evakuert. Skadene kan koste milliarder av australske dollar å reparere.

(Kilde: <http://www.bbc.co.uk/news/world-asia-pacific-12102126>)

6. Store globale jordskjelvkatastrofer

I Kina

- Et skjelv på størrelsesorden 8 i mai 2008 i Sichuanprovinsen, ødela et stort område sørvest i Kina og etterlot minst 87 000 mennesker døde eller savnet.
- Et skjelv på størrelsesorden 6,2 ristet Golmud i august 2009 og utløste ras og sammenbrudd av om lag 30 boliger.
- I april 2010 ble minst 589 mennesker drept og mer enn 10.000 skadet etter et jordskjelv på størrelsesorden 6,9 som rammet Vest-Kina.

(Kilde: <http://www.telegraph.co.uk/news/worldnews/asia/china/7588401/China-earthquake-kills-hundreds.html>)

På Island og andre land

En vulkan lammet flytrafikken i flere dager i Europa, forstyrre reise for mer enn sju million mennesker. Andre vulkaner i Kongo, Guatemala, Ecuador, Filippinene og Indonesia sendte folk rask til sikkerhet. Det er etter flom, drepte ras og flere jordskjelv hundrevis tidligere i år.

I Indonesia

I en 24-timers periode i oktober, fikk Indonesia Trifecta av Terra terror: en dødelig størrelsesorden 7.7 jordskjelv, en tsunami som drepte mer enn 500 mennesker og en vulkan som forårsaket mer enn 390 000 mennesker på flukt.

(Kilde: http://seattletimes.nwsources.com/html/business/technology/2013716921_apyescidisastrofousyear.html)

Verden over

Tidlig i januar 2010 rammet tre jordskjelv Solomon Islands, etterfulgt av et skjelv på størrelsesorden 7 bare noen uker etter som rammet Haiti, og det gjorde en million mennesker hjemløse, drepte mer enn 230.000 og skadet 300.000. Korea og Japan ble også rammet. Så var det et skjelv i Chile på størrelsesorden 8,8, en av de sterkeste som noensinne er målt. Flere seismiske hendelser fulgte i Japan, Mexico, Sumatra og det ferskeste vest i Kina. I april 2010 var antall døde fra disse naturkatastrofene kommet opp i nesten 250.000 mennesker.



(Kilde: [http://www.businessweek.com/news/2010-04-15/killer-
quakes-on-rise-with-cities-on-fault-lines-roger-bilham.html](http://www.businessweek.com/news/2010-04-15/killer-
quakes-on-rise-with-cities-on-fault-lines-roger-bilham.html))

7. Verdens matmangel

Uforutsigbart vær truer stabiliteten av matforsyninger:

På tirsdag den 7. september 2010 presenterte den Sri Lanka-baserte International Water Management Institute (IWMI) en rapport til en internasjonal samling av forskere på Verdens Vannuke i Stockholm i Sverige. Det ble advart om at klimaendringene er i ferd med å bringe mer uberegnelig nedbør. Rapporten uttalte at upålitelige tidspunkt og varierende mengder av regn har i økende grad merkbare virkninger på matsikkerheten og den økonomiske veksten.

Dette skyldes delvis det faktum at ca 66 % av avlingene i Asia forsynes kun med regn i stedet for næring, mens i Afrika er hele 94 % forsynt med regnvann. Ved å opplyse om disse nylige eksemplene på ekstremt tørre forhold som har ført til sommerens ødeleggende russiske branner, og det motsatte i de katastrofale pakistanske flommene, Sunita Narain, uttalte dermed lederen for Indias Center for Science and Environment (CSE): "Vi har kommet til et punkt hvor vi får mer vann, mer regnfulle dager, men det er mer ustabil, så det vil føre til tørke og det vil føre til flom."

(Kilde: [http://www.france24.com/en/20100907-erratic-
global-weather-threatens-food-security](http://www.france24.com/en/20100907-erratic-
global-weather-threatens-food-security))

8. Global oppvarming: en grad – til -grad guide

Dersom den globale oppvarmingen fortsetter med dagens hastighet, kan vi stå overfor utryddelse. Så hva vil egentlig komme til å skje når Jorden varmes opp? Her er en grad – til-grad guide, tatt ut fra Seks Grader: Fremtida Vår på en Varmere Planet, av Mark Lynas (Our Future på en Hotter Planet, by Mark Lynas, National Geographic, 22. januar, 2008 (Lynas, M, 2007)

1 °C Økning

Det isfrie havet absorberer mer varme og akselererer den globale oppvarmingen, ferskvannet er tapt med en tredjedel fra verdens overflate, lavtliggende kyster oversvømt.

Sjansen for å unngå en grad av global oppvarming: null.

2 °C Økning

Europeere dør av heteslag, skogene er herjet av brann, stressede planter begynner å slippe ut karbon i stedet for å absorbere det, en tredjedel av alle arter dør ut.

Sjansen for å unngå to grader av global oppvarming: 93 %, men bare hvis utslippene av klimagasser reduseres med 60 % de neste 10 årene.



3 °C Økning

Karbonutslipp fra vegetasjon og jordsmonn setter mer fart på den globale oppvarminga, regnskogen i Amazonas dør, superorkaner rammer kystbyene, sult i Afrika.

Sjansen for å unngå tre grader av global oppvarming: liten, hvis stigningen har nådd to grader og utløser en karbonsyklusfeedback fra jord og planter.

4 °C økning

En ukontrollert tining av permafrosten gjør den globale oppvarmingen ustoppelig, mange deler av England blir gjort ubeboelig etter flom; Middelhavsregionen blir forlatt.

Sjansen for å unngå fire grader av global oppvarming: liten, hvis stigningen har nådd tre grader og utløser en løpsk tining av permafrosten.

5 °C økning

Metan fra havbunnen akselererer den globale oppvarmingen; isen blir borte fra begge poler, menneskene vandrer rundt på leting etter mat og prøver forgjeves å leve som dyr av jorda.

Sjansen for å unngå fem grader av global oppvarming: ubetydelig, hvis stigningen har nådd fire grader og det blir frigitt fanget metan fra havbunnen.

6 °C økning

Livet på jorden ender med apokalyptiske stormer, lynraske flommer, hydrogensulfidgass og metanildkuler som løper løpsk over hele verden med kraften av atombomber, bare sopp overlever.

Sjansen for å unngå seks grader av global oppvarming: null, hvis stigningen har passert fem grader, da er alle tilkoblingene kjørt ut av kontroll

9. Forurensning fra husdyravfall

I USA

- Omtrent 13 prosent av hovedkildene til drikkevannet i Midtvesten inneholder usikre nivåer av nitrater fra kunstgjødsel, søl og fra lekkasjer fra gjødselslaguner.
- I 2001 tvang EPA fem grisefarmer til å forsyne lokale beboere med vann på flasker, fordi aktiviteter på gårdene hadde forurenset det lokale drikkevannet.
- En studie fra 1997 fant ut at 82 prosent av dyreoppdrettsvirksomheter produserte nitrogen i overkant av landkapasiteten, og 64 prosent med overflødig fosfor som stammet fra fjærfeoperasjoner.
- En fersk rapport fra Chesapeake Bay Foundation identifiserte gjødsel fra kylling som den primære årsaken til forurensning i bukta.

(Kilde: <http://www.humanesociety.org/assets/pdfs/farm/gve.pdf>)



10. Den Edle Kvaliteten (NQ) hos dyr og mennesker

“Gjennom meditasjon har jeg oppdaget at den Edle Kvaliteten (NQ) til ulike arter kan måles i prosent for å vise hvordan de legemliggjør evnen til medfølelse og uselviskhet.

Hunder og griser, for eksempel, har hver seg en imponerende NQ på 30 %. Kyr har en NQ på 40 %. I kontrast, har dyr med mer voldelige eller kjøttetende tendenser, lavere NQ. Løver, for eksempel, har en NQ på 3 % og tigre 4 %.

Og for mennesker, mens noen av oss har – som dere vet, helt generelt - noen av oss har NQ på 10 %, mens mange av oss har kun 3 % av den Edle Kvaliteten. Menneskene kan lære av disse eksemplene på Edle Kvaliteter fra våre medborgere.” —Supreme Master Ching Hai

Den Kjærlige Kvaliteten (LQ) hos dyr og mennesker

“Det er den ubetingede, kjærlige kvaliteten utover kjærligheten mellom mann og hustru, mor og sønn, den kjærligheten vi har for alle skapninger. Vi er klare til å ofre og hjelpe, enten det er overfor velgjøreren vår, en fremmed eller en fiende.” —Supreme Master Ching Hai

Nedenfor er den Kjærlige Kvaliteten (LQ) vist i prosent for noen representative dyr og mennesker som Mester Ching Hai har delt med oss ut ifra Hennes himmelske innsikter:

- Husdyr: Rangering fra 80 % to 300 %

Hund	110 %	Gris	120 %
Kylling	90 %	Bøffel	110 %
Hest	180 %		
- Ville Dyr: Rangering fra 20 % to 300%

Vill apekatt	100 %	Bjørn	110 %
Elefant	100 %	Hval	300 %
Ku	300 %	Delfin	110 %
Tiger	20 %	Løve	21 %
- Mennesker: Gjennomsnittet er på 20 %
 - Det høyeste på denne planeten: 90 %
 - Det laveste på denne planeten: 5 %
 - Helgen/vismann: tusenvis av %, og de er ikke mennesker!

“NQ og LQ er begge viktige, mens IQ er kanskje viktig, eller ikke! Vi skulle kultivere denne LQ. Menneskene skulle se innover og tenke på hvordan vi bruker vår dyrebare tid (korte tid) på denne planeten.” —Supreme Master Ching Hai



NOTER

Kapittel 1

1. Supreme Master TV, "Climate Change Public Service Announcements: Hva VIPene sier," SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/sos_video/17.
2. FNs studie refererer her til Henning Steinfeld et. al., *Livestock's Long Shadow: Environmental Issues and Options*. The Food and Agriculture Organization of the United Nations, 2006.
3. Robert Goodland og Jeff Anhang fant ut at "buskapsindustrien bidrar 32.564 millioner tonn drivhusgass årlig, noe som tilsvarer 51 prosent av global drivhusgassutslipp." Se deres artikkel, "Livestock and Climate Change," *Worldwatch Magazine*, (Nov/Dec, 2009), 10-19. <http://www.worldwatch.org/node/6294>.
4. Ibid, 11.
5. Dette er fordi når korn blir gitt som for til dyr i stedet for til mennesker, så vil 90% av energien fra det opprinnelige kornet gå tapt.
6. Supreme Master TV, "Climate Change Public Service Announcements."
7. Lucas Reijnders og Sam Soret, "Quantification of the Environmental Impact of Different Dietary Protein Choices," *The American Journal of Clinical Nutrition*, Vol. 78, Nr. 3 (September 2003), 664S-668S. <http://www.ajcn.org/content/78/3/664S.full>.
8. World Food Programme, "Hunger Stats," <http://www.wfp.org/hunger/stats>.
9. UNEP, *Assessing the Environmental Impacts of Consumption and Production*. June, 2010. <http://www.unep.fr/scp/publications/details.asp?id=DTI/1262/PA>.
10. Goodland og Anhang, "Livestock and Climate Change," 15.
11. See Elke Stehfest et.al., "Climate benefits of changing diet." Netherlands Environmental Assessment Agency. Tilgjengelig online på <http://www.pbl.nl/en/publications/2009/Climate-benefits-of-changing-diet.html>.
12. Dette studiet av SIWI og IWMI (Stockholm International Water Institute and International Water Management Institute), "Saving Water from Field to Fork" (May 2008) fant ut at 70% av rent vann blir gitt til buskapsindustrien. www.siw.org/documents/130Fra_kriser_til_fred:_Vegansk_levesett_er_svaret_resources/Policy_Briefs/PB_from_Field_to_Fork_2008.pdf. Senteret for Internasjonal



- Skogforskning (Indonesia) sier at 60-70 prosent av avskogingen i Brasils regnskog Amazonas er forårsaket av kvegfarmere. Se forskningen "The Impact of the Growing Demand for Beef on the Amazon Rainforest in Brazil," April 2, 2004, http://www.mongabay.com/external/brazil_beef_amazon.htm. Se også Cees de Haan et al., *Livestock and the Environment: Finding a Balance*, Chapter 2. <http://www.fao.org/ag/againfo/programmes/en/lead/toolbox/FAO/Main1/index.htm>.
13. I en artikkel publisert i *The Guardian*, 15. april, 2008, viser spaltist George Monbiot til FAOs statistikker og uttalelser, "Mens 100 millioner tonn med mat vil bli gjort om til drivstoff for biler, så vil 760 millioner tonn snappes fra menneskene og brukes til dyrefor. Dette kunne dekket den globale matkrisen 14 ganger. Hvis du bryr deg om at folk sulter, spis mindre kjøtt." <http://www.guardian.co.uk/commentisfree/2008/apr/15/food.biofuels?INTCMP=SRCH>.
 14. Dette er Supreme Master Ching Hai egen estimering. Det samsvarer med data presentert i nyere vitenskapelige studier. For eksempel, basert på Stern Review, er det anslått at innen år 2050 kostnadene ved å tilpasse seg klimaendringene kan være alt fra 10 til 40 billioner dollar per år. Se Nicolas Stern et al, *The Economics of Climate Change: Stern-rapporten*. HM Treasury, 2006. I februar 2009 Nederland Environmental Assessment Agency publisert en ny rapport med anbefalinger for nederlandsk og internasjonal politikk på miljømessig bærekraft. Rapporten konkluderer med at 70% av klima-change-å redusere kostnadene kan bli frelst gjennom et globalt skifte til en kjøtt-fri diett, med 80% blir frelst gjennom et kosthold fritt for alle animalske produkter (a vegan diett): "Den samlede netto nåverdien av klimatiltak kostnader over 2000-2050 periode i både NoRM (ingen kjøtt fra drøvtyggere) og NoM (ikke kjøtt) er redusert med 70% i forhold til referansen tilfelle (0,3% av BNP, og ikke 1%) og av enda mer enn 80% i NoAP saken (ingen animalske produkter) (Tabell 6)" (side 14). Også "I Healthy Diet variant, for eksempel, er kumulative utslippene reduseres med ca 20%, mens kostnadene er redusert med mer enn 50%" (noe som gir 20 trillioner dollar) (side 15). Bruke Stern-rapporten verdier, potensiell besparelse på 28 trillioner og 32 trillioner dollar henholdsvis anslått.
 15. Ibid.

Kapittel 2

16. NASAs klimaforsker Jay Zwally beskriver viktigheten av situasjonen som følger: "Atlanterhavet er nesten isfritt innen slutten av sommeren 2010, mye fortere enn tidligere antatt." Se "Arctic Ice 'could be gone in five years.'" *The Telegraph*, December 12, 2007. <http://www.telegraph.co.uk/earth/earthnews/3318239/Arcticice-could-be-gone-in-five-years.html>.
17. Forskere fra National Snow and Ice Data Center har funnet ut at i 2009 så stod is som var eldre enn 2 år for mindre enn 10% av isedekket innen utgangen av februar. Se "Arctic sea ice younger, thinner as melt season begins," i *Arctic Ice News and Analysis*, April 6, 2009, <http://nsidc.org/arcticseaicenews/2009/040609.html>.



18. Lederen ved National Snow and Ice Data Center, Dr. Mark Serreze sier, "Vi kan meget vel være i den hurtige nedadgående sklien i den forstand at vi passerer vippepunktet. Det tipper nå. Vi ser at det skjer nå," sagt i R. Black, "Arctic Ice is at tipping point." *BBC News*, 28. august, 2008, <http://news.bbc.co.uk/2/hi/7585645.stm> The National Snow and Ice Data Center i USA sier også, "Den arktiske havisen når generelt 13 Notes sitt årlige minimum i midten av september. I august i år (2010) var isomfanget det nest laveste registrert av satellitt etter 2007. 3. september (2010), sank isomfanget til under sesongens minimum for 2009 og ble den tredje laveste registrert av satellitt. Nordvestpassasjen og Nordsjøveien er stort sett isfrie og tillater jordomseiling i Atlanterhavet." Vennligst se "Updated minimum Arctic sea ice extent," September 27, 2010, <http://nsidc.org/arcticseaicenews/2010/092710.html>.
19. Jonathan L. Bamber, "Reassessment of the Potential Sea-Level Rise from a Collapse of the West Antarctic Ice Sheet." *Science* 15 May 2009 324: 901-903 [DOI: 10.1126/science.1169335] (in Research Articles). Abstrakt online på <http://www.sciencemag.org/content/324/5929/901.short>.
20. Fra U.S. Geological Survey, "The Water Cycle: Water Storage in Ice and Snow." Tilgjengelig online på <http://ga.water.usgs.gov/edu/watercycleice.html>.
21. The International Organization for Migration, "Migration, Climate Change, and Environmental Degradation: A Complex Nexus." Tilgjengelig online på <http://www.iom.int/jahia/Jahia/complex-nexus>.
22. Ved den 3. konferansen for Parties of the UNFCCC holdt i Kyoto, Japan, ba H.E. Maumoon Abdul Gayoom Maldivers verdens ledere om å sette klimaendringene på dagsorden på følgende måte: "Maldivene er en av de små statene. Vi har ingen mulighet til å påvirke hendelsene vi verden. Men hva dere gjør eller ikke gjør vil i stor grad virke inn på folks skjebne. Det kan også endre verdenshistoriens kurs."
23. University of Alaska, Fairbanks, "Metan bobler opp fra arktiske innsjøer, nå som på slutten av den siste istiden" *Science Daily*, 26. oktober, 2007, <http://www.sciencedaily.com/releases/2007/10/071025174618.htm>. Se også "Scientists Find Increased Methane Levels in Arctic Ocean," *Science Daily*, 18. desember 2008, <http://www.sciencedaily.com/releases/2008/12/081217203407.htm>. I en rekke nylige rapporter har forskere dokumentert den intense frigjøringen av metan fra havbunnen nær Øst-Siberia, Russland og Spitsbergen. Se f.eks. Judith Burns, "Methane seeps from Arctic sea-bed," *BBC News*, August 19, 2009, <http://news.bbc.co.uk/2/hi/8205864.stm>, og Steve Connor, "Exclusive: The Methane Time Bomb," *The Independent*, September 23, 2009, <http://www.independent.co.uk/environment/climate-change/exclusive-themethane-timebomb-938932.html>.
24. See John Atcheson, "Ticking Time Bomb," *Baltimore Sun*, December 15, 2004, fra <http://www.commondreams.org/views04/1215-24.htm>.
25. I et intervju med Supreme Master Television, diskuterte Dr. Gregory Ryskin of Northwestern University sin forskning som indikerer at for mer enn 250 millioner år siden var det metaneksplosjoner som utryddet 90% av alle marine arter og 75% av jordiske arter, og tillegger, "Når det skjedde en gang, kan det skje igjen." <http://pangea.stanford.edu/research/Oceans/GES205/methaneGeology.pdf>.



26. For eksempel, i et intervju med Supreme Master Television, diskuterer den indiske glasiologen Indian Glaciologist Dr. Jagdish Bahadur forholdet mellom isens retrett og katastrofer som flom og tørke på følgende måte: "Himalayas isbreet er generelt på retrett som overalt andre steder på denne planeten som følge av global oppvarming. Fortsatt smelting i samme skala vil resultere i massive flommer. Med det samme isbreet trekker seg tilbake vil de 132 fra kriser til fred: Vegansk levesett er svaret frigjøre mer vann, etterfulgt av alvorlig tørke." Supreme Master TV, "The Himalayan Glaciers are Disappearing," March 25, 2009. http://suprememastertv.com/bbs/board.php?bo_table=sos_video&wr_id=83&goto_url
27. United States Environmental Protection Agency, "Climate Change-Health and Environmental Effect: Extreme Events," <http://www.epa.gov/climatechange/effects/extreme.html>.
28. Anne Minard, "No More Glaciers in Glacier National Park by 2020?" *National Geographic News*, March 2, 2009, <http://news.nationalgeographic.com/news/2009/03/090302-glaciers-melting.html>.
29. University of Colorado at Boulder, "Vestens vannforsyninger er truet av klimaendringer: Varmt klima kan tømme reservelageret i Western Colorado River Basin midveis i dette århundre." July 2009, <http://geology.com/press-release/colorado-river-watersupply>.
30. "Tapet av isbreene i Andes truer vannreserver," *Tehran Times*, November 28, 2007, http://www.tehrantimes.com/index_View.asp?code=158041.
31. Pew Oceans Commission, *America's Living Oceans: Charting a Course for Sea Change: a Report to the Nation*, 2003. Tilgjengelig online på http://www.pewtrusts.org/our_work_report_detail.aspx?id=30009.
32. Diaz, R J. og R. Rosenberg, "Spredning av døde soner og konsekvensen for det marine økosystemet," *Science*, Vol. 321. no. 5891 (2008): 926—929. http://www.precaution.org/lib/marine_dead_zones_growing.080815.pdf.
33. "Store lager av fisk har falt 90% siden 1950," *National Geographic News*, May 15, 2003, http://news.nationalgeographic.com/news/2003/05/0515_030515_fishdecline.html.
34. "Havfisker kan forsvinne innen 2050," *Discovery News*, May 17, 2010, <http://news.discovery.com/earth/oceans-fish-fishing-industry.html>.
35. Robert McClure, "Død spekkhogger er 'Rød Alarm,'" "Dead Orca is a 'Red Alert,'" *Seattle Post Intelligencer*, May 7, 2002, http://www.seattlepi.com/local/69418_whale07.shtml.
36. For eksempel Black Saturday skogbrannene som brant tvers over den australske staten Victoria lørdag, 7. februar, 2009, forårsaket landets høyeste tap av liv i skogbranner noensinne. 173 mennesker døde som et resultat av brannene og 414 ble skadet.
37. The World Bank, Republic of Peru Environmental Sustainability: A Key to Poverty Reduction in Peru June 01, 2007. http://siteresources.worldbank.org/INTPERU/SPANISH/Resources/PERU_CEA_Full_Report_eng.pdf. Also see the World Bank, "Climate Change Aspects in Agriculture: Peru Country Note," January 2009, p. 3. http://siteresources.worldbank.org/INTLAC/Resources/257803-1235077152356/Country_Note_Peru.pdf.



38. "Barn dør i hardt vintervær i Peru," *BBC News*, 12 July 2009, <http://news.bbc.co.uk/2/hi/8146995.stm>.
39. US Environmental Protection Agency, "Klimaendringer- effektene på helse og omgivelser: Ekstreme hendelser." <http://www.epa.gov/climatechange/effects/extreme.html>.
40. "Trettiåtte prosent av verdens overflate står i fare for å bli ørken," *Science Daily*, February 10, 2010. <http://www.sciencedaily.com/releases/2010/02/100209183133.htm>. 133 Notes
41. "Tørke skaper vannmangel for fem millioner mennesker i Kina," *Earth Times*, August 23, 2009. <http://www.earthtimes.org/articles/news/282501,droughtcauseswatershortage-for-5-million-people-in-china.html>.
42. "Australias gressbranners dødsoffer teller 200," *CBC News*, February 17, 2009. <http://www.cbc.ca/world/story/2009/02/17/australia-wildfires.html>.
43. "Hva er avskoging?" Timeplan med Lisa M. Algee, Environmental Education PhD student, the University of California at Santa Cruz. http://kids.mongabay.com/lesson_plans/lisa_algee/deforestation.html.
44. World Wildlife Foundation, "Avskoging," http://wwf.panda.org/about_our_earth/about_forests/deforestation.
45. Yacov Tsur et al., *Pricing Irrigation Water: Principles and Cases from Developing Countries*. Washington: Resource for the Future, 2004, 220.
46. "Argentina har mistet nærmere 70% av skogen sin på et århundre," *Frankrike 24*, Oktober 1, 2009. <http://www.france24.com/en/20090926-argentina-lost-major-part-forests-century-soy-crops-environment>.
47. Rhett A. Butler, "98% av orangutangens naturlige miljø blir borte i løpet av de neste 15 årene," *Mongabay.com*, June 11, 2007, <http://news.mongabay.com/2007/0611-indonesia.html>. Se også UNEP, Orangutangens siste kamp, tilgjengelig online på <http://www.unep.org/grasp/docs/2007Jan-LastStand-of-Orangutan-report.pdf>.
48. Mer vil bli diskutert om rundt sort karbon. Det er verd å merke seg at forskere fra NASA's Goddard Institute of Space Studies og Columbia University Drew Shindell Og Greg Faluvegi har funnet ut at sort karbon er den tredje største individuelle varmekilden etter metan og CO₂, og er ansvarlig for 50% av den arktiske smeltingen. Se Drew Shindell og Greg Faluvegi, "Klimaets respons på regional strålingspådriv gjennom det 20. århundre," *Nature Geoscience* 2 (April 2009), 294-300. Abstrakt online på <http://www.nature.com/ngео/journal/v2/n4/abs/ngео473.html>. Similarly, Noel Keenlyside, klimaforsker ved Leibniz Institute of Marine Sciences i Tyskland påpeker, "I Arktis og de arktiske områdene så gjør sort karbon det mulig for snø og is å absorbere mer av solens varme." Noel Keenlyside, "Atmosfærisk forskning; Ren luft policy og Artisk oppvarming," *Nature Geoscience* 2, (2009): 243-244. Abstract online at <http://www.nature.com/ngео/journal/v2/n4/full/ngео486.html>.
49. Julia Whitty, "Dyreutryddelse; en stor trussel for menneskeheten," *The Independent*, April 30, 2007. <http://www.independent.co.uk/environment/animal-extinction--the-greatest-threat-to-mankind-397939.html>.
50. IPCC (Intergovernmental Panel of Climate Change), *Fourth Assessment Report: Endringer i de atmosfæriske konstitusjonene og i strålingspådriv*, 2007, 212.



- Tilgjengelig online på <http://www.ipcc.ch/pdf/assessment-report/ar4/wg1/ar4-wg1-chapter2.pdf>.
51. For mer detaljer, vennligst Global Humanitarian Forums studier, "Klimaendring, innflytelsen på menneskeheten, rapport: Anatomien av en stille krise." Available at <http://www.eird.org/publicaciones/humanimpactreport.pdf>.
 52. Kevin Watkins et al., Human Development Report 2006: Bortenfor knapphet: Makt, fattigdom og globale vannkriser, United Nations Utviklingsprogram, 2006, 20, 23. <http://hdr.undp.org/en/reports/global/hdr2006.134> Fra kriser til fred: Vegansk levesett er svaret
 53. FAO, "1.02 milliarder mennesker sulter—en sjettedel av menneskeheten er underernært— mer enn noensinne," *FAO Media Center*, June 19, 2009. <http://www.fao.org/news/story/0/item/20568/icode/en>.
 54. Megan Rowling, "Klimaendringene koster 315.000 dødsfall, en årsrapport" *Reuters*, May 29, 2009, <http://www.reuters.com/article/idUSLS1002309>.
 55. Ibid.
 56. "Perus helseminister advarer mot faren for mulig denguefeber i Lima, insisterer på forbygging," *Andean Air Mail og Peruvian Times*, March 2, 2009, <http://www.peruviantimes.com/peru-health-ministry-warns-of-possible-dengue-fever-inlima-insists-on-prevention/021936>.
 57. Det er viden godtatt at global oppvarming forårsaker økning av flom og tørke og at dette øker spredningen av epidemier i områder som er uforberedt på disse katastrofene. F.eks sier Washington Post, "Malaria klatrer over fjellene for å nå befolkningen i høyreliggende områder i Afrika og Latin Amerika. Kolera gror i varme sjøer. Denguefeber og Lyme sykdom beveger seg nordover. Vest Niles virus, som aldri har blitt sett på dette kontinentet inntil for 7 år siden, har infisert mer enn 21.000 mennesker i USA og Canada og drept mer enn 800. verdens Helseorganisasjon har identifisert mer enn 30 nye sykdommer de siste 3 tiårene, denne formen for eksplosjon har ikke skjedd siden den industrielle revolusjonen brakte store masser av mennesker sammen i byene." Se Struck, Doug, "Klimaendringene driver sykdommer til nye territorier," *The Washington Post*, May 5, 2006, <http://www.washingtonpost.com/wp-dyn/content/article/2006/05/04/AR2006050401931.html>. Se også Alyshah Hasham, "Klimaendringene sprer infeksjonssykdommer over hele verden," *International News Services*, <http://www.internationalnewsservices.com/articles/1-latest-news/17833-climate-changespreads-infectious-diseases-worldwide>.
 58. Fra "Forskere: Arktis skriker: Global oppvarming kan ha gått over vippepunktet," *Fox News*, December 12, 2007. Tilgjengelig online på <http://www.foxnews.com/story/0,2933,316501,00.html>.
 59. Fra FAO, "Buskapsindustrien, hovedtrusselen mot miljøet: Hjelp behøves umiddelbart," *FAO Newsroom*, November 29, 2006. Tilgjengelig online på <http://www.fao.org/newsroom/en/news/2006/1000448/index.html>.
 60. Fra Peter Fricker, "Omsorg for miljøet? Spis mindre kjøtt," *Global and Mail*, Jan. 23, 2008. Tilgjengelig online på <http://www.theglobeandmail.com/news/world/article661961.ece>.

61. Jerry Mayer og John P. Holms eds, *Bite-size Einstein: Sitater om alt fra den største hjernen i det 20. århundret*. St. Martin's Press, New York, 1996, p. 10.

Kapittel 3

62. IPCC, Fourth Assessment Report, 212.
63. Kirk Smith, "Metankontroll for risikabel geoengineering, vær så snill," *New Scientist* 2714 (June 25, 2009). [http://www.goodplanet.info/eng/Contenu/Pointsde-vues/Methane-controls-before-risky-geoengineering-please/\(theme\)/268](http://www.goodplanet.info/eng/Contenu/Pointsde-vues/Methane-controls-before-risky-geoengineering-please/(theme)/268).
64. Goodland og Anhang, "Buskapsindustrien og klimaendringer." 135 Notes
65. William Collins, Professor of Earth and Planetary Science, the University of California, Berkeley, U.S.A. har allerede pekt ut de plutselige endringene i klimaet som metan kan forsterke: "Molekyler fra metangass som stenges inne i en hule med is er i en så konsentrert form at når isen smelter ekspanderer de 164 ganger mer sitt frosne volum og er 72 ganger mer potent enn karbondioksid som drivhusgass." Se Peter Preuss, "Innflytelser: På terskelen av abrupte klimaendringer." *Berkeley Lab News Letter*, September 17, 2008, <http://newscenter.lbl.gov/featurestories/2008/09/17/impactson-the-threshold-of-abrupt-climate-changes/>.
66. For mer detaljer om metanfrigjøring fra sjøen, se Cornelia Dean, "Studier sier at undersjøisk frigjøring av metan er på vei," *The New York Times*, March 04, 2010, <http://www.nytimes.com/2010/03/05/science/earth/05methane.html>. Også Michael Fitzpatrick, "Metanfrigjøringen ser sterkere ut," *BBC News*, Jan.6, 2010, <http://news.bbc.co.uk/2/hi/8437703.stm>. For metanfrigjøring fra innsjøer, se Katey M. Walter et al., "Metanproduksjon og bobleutslipp fra arktiske innsjøer: Isotopiske implikasjoner for kildebaner og år," *Journal of Geophysical Research* 113, http://www.fs.fed.us/pnw/pubs/journals/pnw_2008_Walter001.pdf. Se også Katey M. Walter et al. "Metan bobler opp fra Siberiske innsjøer som en effekt av klimaoppvarming," *Nature* (2006) 443. <http://www.nature.com/nature/journal/v443/n7107/abs/nature05040.html>.
67. Katey Walter, "Siberian Lakes Burp 'Time-Bomb' Greenhouse Gas," *Science Daily*, September 8, 2006. <http://www.sciencedaily.com/releases/2006/09/060908094051.htm>.
68. Peter Ward, "Innflytelsen fra dypet," *Scientific American*, September 18, 2006, <http://www.scientificamerican.com/article.cfm?id=impact-from-the-deep&sc=I100322>, og Supreme Master TV, "Lærdom fra fortiden: Masseutryddelse og global oppvarming med Dr. Peter Ward," Sept. 23, 2009, http://suprememastertv.com/pe/?wr_id=87&page=4&page=4#v. Also L.R. Kump, A. Pavlov og M. A. Arthur, "Massiv frigjøring av hydrogensulfid til havoverflaten og atmosfæren i lgjennom intervaller av nedgangen av havets oksygen," *Geology*, v. 33 (2005), 397-400.
69. Forskere har funnet ut at "buskapsindustrien (inkludert kjøtt, egg og melkeprodukter) er ansvarlig for 65% av det menneskeskapte verdensomspennende utslippet av nitrogensulfid." Se Steinfeld et al., *Livestock's Long Shadow*, 114.



70. Et mengde studenter har tatt opp disse temaene, særlig de av Professor Heitor Evangelista og kolleger ved Janeiro State University i Brazil, Professor Mark Jackson ved University of California ved Berkeley, Greenpeace og Friends of the Earth. Se nyhetsrapporter av Lauren Morello, "Å kutte sotutslipp kan forsinke klimaendringene i Arktis," *Scientific American*, August 2, 2010, <http://www.scientificamerican.com/article.cfm?id=cutting-soot-emissions-may-slow-climatechange-in-the-arctic> også av Randy Boswell, "Sot er den nest største årsaken til klimaendringene: Studie," *Ottawa Citizen*, August 1, 2010, http://www.ottawacitizen.com/technology/Soot+second+leading+cause+climate+change+study/3349011/story.html?cid=megadrop_story#ixzz0vekfE8s.
71. Se "Et intervju med Dr. Kirk Smith, Professor of Global Environmental Health ved UC Berkeley," Supreme Master TV, July 1, 2008, SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/sos_video/21. 136 Fra kriser til fred: Vegansk levesett er svaret
72. Monica Bruckner, "Den døde sonen i Mexicogulften," <http://serc.carleton.edu/microbelife/topics/deadzone>.
73. SIWI og IWMI, "Spare vann fra marker til gaffel." Se også Natural Resources Defense Council, "Fakta om forurensning fra buskapsindustrien," <http://www.nrdc.org/water/pollution/ffarms.asp>.
74. Robert J. Diaz og Rutger Rosenberg, "Utbredelse av døde soner og konsekvenser for det marine økosystemet."
75. Dr. Andrew Bakun og hans kollega, Dr. Scarla Weeks ved the University of Cape Town i South Africa, har funnet ut at overfiske av sardiner på sørvestkysten av Afrika kan være en faktor i utbruddet av to giftige gasser – hydrogensulfid og metan – fra bunnen av Atlanterhavet. Hydrogensulfid forårsaker en grusom råtten-egglikt lukt som lenge har plaget innbyggerne i et lokalt samfunn i Namibia, og som også forgifter fisk og lager oksygenfattige døde soner i vannet. Se Andrew Bakun og Scarla J. Weeks, "Drivhusgassenes økning, sardiner, submarine utbrudd og muligheten for abrupt degradering av intense marine oppstrømmende økosystemer" *Ecology Letters* (2004) vol.7, issue 11, 1015–1023. http://woldlab.caltech.edu/~tristan/silence/bakun_2004_eco_letters.pdf.
76. Fra Thomas Lane, "FNs offisielle advarsler om tap av fiskearter." *BBC News*, May 21, 2010. <http://www.bbc.co.uk/news/10128900>.
77. David Pimentel, økolog og Professor Emeritus ved Cornell University, USA advarer, "Når 87% av alt vann blir brukt til buskapsindustrien, så vil USA snart bli et vannstresset land." Pimentel, "USA kan mette 800 millioner mennesker med det kornet som blir brukt til dyrefor, økologen Cornell veileder dyreforskere," *Cornell Science News*, August 7, 1997. <http://www.news.cornell.edu/releases/aug97/livestock.hrs.html>.
78. Se, for eksempel, Anne Minard, "Ikke mer is i Glacier National Park by 2020?" *National Geographic News*, March 2, 2009, <http://news.nationalgeographic.com/news/2009/03/090302-glaciers-melting.html>. For en vitenskapelig rapport, se R. D. Moore om risiko og vannkvalitet, "Isbreers endring i vesten, Nord Amerika," *Hydrological Processes* 23 (2009), 42–61. DOI: 10.1002/hyp.7162. http://www.glaciers.pdx.edu/fountain/MyPapers/MooreEtAl2009_GlacierChangeWaterRunoff.pdf.

79. En klassisk studie på dette emnet har Marcia Kreith, *Water Inputs in California Food Production, forberedt for the Water Education Foundation, Sacramento, CA.* 1991. http://www.sakia.org/cms/fileadmin/content/irrig/general/kreith_1991_water_inputs_in_ca_food_production-excerpt.pdf.
80. Marlow Vesterby og Kenneth S. Krupa, *Enormt forbruk av land i USA*, 1997 (SB973) September 2001, <http://www.ers.usda.gov/publications/sb973/sb973.pdf>.
81. Se FNkommisjonens konvensjon for å bekjempe ørkenutbredelse (UNCCD), "Tiende år på rad: FN markerer Verdens Dag for bekjemping av Ørkenutbredelse," June 17, 2004, http://www.unccd.int/publicinfo/pressrel/showpressrel.php?pr=press01_06_04.
82. Yacov Tsur et al., *Pricing Irrigation Water: Prinsipper og case fra utviklingsland*, 220. 137 Notes
83. Juliet Gellatley og Tony Hardle, *The Silent Ark: A Chilling Exposé of Meat*. Harper Collins Publishers Ltd., 1996.
84. Harvey Blatt, *Amerikas mat: Det du ikke vil vite om det du spiser*. Boston: MIT Press, 2008, 136.

86. I følge IPCC forskere, så bidrar avskoging og skogrydding fra 17.4% opptil en tredjedel av verdens atmosfæriske drivhusgasser. Se IPCC, Fourth Assessment Report, Synthetic Report, Section 2, p. 36 og Working Group Report, section 7, p.527.
87. John Robbins, *Diett for et nytt Amerika*, utdrag fra <http://whitt.ca/soapbox/vegetarian.html>.
88. Julie Denslow og Christine Padoch, *Mennesker fra den tropiske regnskogen*. Berkeley: University of California Press, 1988, 169.
89. Se Greenpeace UK, "Kongos regnskog i Sentral Afrika," <http://www.greenpeace.org.uk/forests/congo>.
90. En studie fra Rodale Institute, USA sier, "Even though climate and soil type affect [CO₂] sequestration capacities, these multiple research efforts verify that practical organic agriculture if practiced on the planet's 3.5-billion tillable acres, could sequester nearly 40 % of current CO₂ emissions." See Timothy LaSalle and Paul Hepperly, "Regenerative Organic Farming: A Solution to Global Warming," 2008. Tilgjengelig online på http://www.rodaleinstitute.org/files/Rodale_Research_Paper-07_30_08.pdf.
91. I et intervju med Supreme Master Television, Professor of Geophysical Science ved the University of Chicago Dr. David Archer sier, "Idet er helt klart at når man dyrker korn og gir til dyrene for så å spise dem, så mister vi 90% av den opprinnelige energien fra kornet, og da kan du ikke bare mette færre mennesker via jordbruk, men det krever også mye mer fossil energi for å få det til å skje." See Supreme Master TV, "Vitenskapen og løsningen på klimaendringene," http://suprememastertv.com/bbs/board.php?bo_table=sos_video&wr_id=16. Earth Save International har også lagt sammen de høye kostnadene fra kjøttproduksjonen: "6 kg korn blir 8 brød og to plater med spaghetti. 55 kvm regnskog: For hver halv kilo med regnskogbiff, så blir 300 kg med dyrebar, levende materie ødelagt, inkludert 20 til



- 30 plantearter, over 100 insektarter og dusinvis av pattedyr og reptiler. 9450 liter vann: Dette kunne blitt brukt til å dyrke mer enn 100 kg grønnsaker og frukt.” Se Earth Save International, “The Hamburger Poster,” <http://www.earthsave.org/support/hamburgerSMALL.pdf>.
92. John Robbins, *Diett for et nytt Amerika: Hvordan dine matvalg påvirker helsen din, lykken og det fremtidige livet på Jorden* Tiburon: H. J. Kramer, 1987, 367.
93. Her er noen tall og statistikker: I følge en studie gjort av the International Union for the Conservation of Nature, så er 30% av verdens pattedyr, fugler og amfibiartene nå truet av utryddelse pga menneskelige handlinger. Se The Millennium Ecosystem Assessment Report, 2005, <http://maweb.org/en/Reports.aspx>. Over en million arter vil gå tapt i de kommende 50 årene. Dessuten vil omtrent 45.000 arter 138 Fra kriser til fred: Vegansk leveste er svaret som overvåkes av IUCN, så vil 40% være truet av utryddelse i 2008. Se “IUCN Røde Liste avslører verdens pattedyr i krise,” *IUCN News release*, October 6, 2008. <http://www.iucn.org/search.cfm?uNewsID=1695>.
94. The US General Accounting Office fastslo for lenge siden at buskapsindustrien produserer jevnt over 130 ganger mer avfall enn mennesker. Griser produserer tre ganger mer ekskrementer enn mennesker gjør, og kuer 21 ganger den mengden som genereres av mennesker. Se *Animal Agriculture Waste Management Practice*, 1999, <http://www.gao.gov/archive/1999/rc99205.pdf>.
95. F. Ackerman og E. A. Stanton, *Klimaendringer – prisen for inaktivitet: Report to Friends of the Earth England, Wales and Northern Ireland*, 2006. http://www.foe.co.uk/resource/reports/econ_costs_cc.pdf. Se også F. Ackerman, *Klimaendringer – prisen for inaktivitet: Beviser presentert for: United States Congress House Committee on Energy and Commerce*, 2009. http://www.e3network.org/opeds/Ackerman_testimony_April22.pdf.
96. Fra B. Barrett og A. Lim, “Japan kommer til å lide enorme økonomiske tap.” *Our World 2.0* (United Nations University), June 30, 2009. <http://ourworld.unu.edu/en/japanexamines-costsof-climate-change/>.
97. Anslaget for en 40 trillioner dollar klima-ndringer kostnaden i 2050 er basert på modellen leveres av Stern Review. For vegansk kosthold fordeler basert på denne estimering, vennligst se Elke Stehfest et al., “klimafordeler ved å endre kostholdet,” The Netherlands Environmental Assessment Agency, 2009. Tilgjengelig online på <http://www.pbl.nl/en/publications/2009/Climate-benefits-of-changing-diet.html>.
98. Se “Hjertesykdommer og slag statistikkere 2010 Update: En rapport fra the American Heart Association,” *Circulation*, 2010; 121; e46-e215 p. e206. <http://circ.ahajournals.org/cgi/content/full/121/7/e46>.
99. Se the Centers for Disease Control and Prevention study, “Diabetes: Suksess og muligheter for befolkningen – basert på forebygging og kontroll: At a Glance 2010” <http://www.cdc.gov/chronicdisease/resources/publications/aag/ddt.htm>. Også, F. G. Jansman et al “Kostnadsfaktorer i behandlingen av tykktarmskreft.” *Pharmacoeconomics*. No. 25 (2007), 537-562. Abstract online at <http://ideas.repec.org/a/wkh/phecon/v25y2007i7p537-562.html>.
100. Disse passasjene er tatt fra Supreme Master Ching Hais intervju med journalist Ben Murnane, July 7, 2009. intervjuet ble publisert 12. juli, 2009, under tittelen,



- “Et viktig kall om å redde planeten vår.” Se tintervjuet på video: http://www.suprememastertv.com/wow/?wr_id=365&page=9&page=9#v.
101. *Foodwatch, Økologisk: En klimafrelser?* Foodwatchrapporten på drivhusgasseffekten på miljøet og økologisk jordbruk i Tyskland. May 2009. http://foodwatch.de/foodwatch/content/e6380/e24459/e24474/foodwatch_report_on_the_greenhouse_effect_of_farming_05_2009_ger.pdf.
 102. Ibid.
 103. Se Gowri Koneswaran og Danielle Nierenberg, “Global dyreproduksjon og global oppvarming: Innflytelse og lindring av klimaendringene” (diskusjon), *Miljømessige helseperspektiv*, 116(5) (May 2008): 578-582, <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2367646>.
 104. William Lambers, “25,000 dør av sult hver dag,” *History News Network* (George Mason University), October 7, 2007, <http://hnn.us/articles/27396.html>.

Kapittel 4

105. På en videokonferanse holdt i January 2008 i Los Angeles, USA, svarte Supreme Master Ching Hai på spørsmål om hva slags beskjed hun ville gi til verdens ledere. Denne paragrafen er en del av hennes svar.
106. I September 2010, antall land som hadde innført røykeforbud har kommet opp i 94
107. Worldwatch Institute, “Målestokken –Prisen på biff,” *World Watch Magazine*, Jul/Aug 1994. Tilgjengelig online på <http://www.worldwatch.org/node/791.108>. I løpet av de siste årene har subsidier til gårder forblitt høye i USA selv i årene med underskudd. USAs regjering betaler omtrent 20-25 milliarder dollar i direkte subsidier til bønder årlig. I følge USDA 2006 Fiscal Year Budget, subsidieringen av dyrefor alene omfatter mer enn 35% av det totale. Mellom 2003 og 2004 brukte USA 3.6 milliarder dollar på dyrefor som mais og soya hvert år. Dette førte til at dyrefor ble tilgjengelig til under kostnadene. Se the Institute of Agriculture and Trade Policy, Trade and Global Governance Program, “Dyrefor under kostnadene: En indirekte subsidiering av industrielle dyrefabrikker,” June 2006, <http://www.worc.org/userfiles/IATP%20cheap%20grain.pdf>.
109. Slaktehus: Den sjokkerende historien om grådighet, forsømmelse og umenneskelig behandling på innsiden av USAs kjøttindustri, av Gail A. Eisnitz (Human Farming Association, 2006) viser at en hamburger kan inneholde opptil hundre ulike kuer, og at en infisert ku kan forgifte opptil 16 tonn med kjøtt.
110. AlterNet.org Editors, “De syv dødlige mytene om industrielt jordbruk: Myte tre,” September 5, 2002, <http://www.alternet.org/story/13904>.
111. I 2008, opererte allerede elleve økologiske hager i bydelen, for eksempel, se Helen Kilbey, “Sør Afrika: Cape Town blir økologisk,” *AllAfrica.com*, January 14, 2008, http://www.regoverningmarkets.org/en/news/southern_africa/south_africa_cape_town_goes_organic.html. Also see “From the Ground Up: Organic Gardening Fuels a Food Revolution,” *AllAfrica.com*, January 9, 2008, http://allafrica.com/specials/organic_food_sa.



112. En ny type gjødsel importert fra Tanzania har hjulpet bønder i Kenya med å redusere surheten i jordsmonnet og øke avkastningen på korn som mais med 30%. I Uganda er jordbruksproduktiviteten forventet å øke ved at Korea har forpliktet seg til å konstruere en økologisk gjødselabrikk der. Se Ministry of Agriculture, Republic of Kenya, "Bønder kan høste maksimale fordeler med økologisk gjødsel," http://www.kilimo.go.ke/index.php?option=com_content&view=article&catid=149%3Anews&id=266%3Afarmers-to-reap-maximum-benefits-fromorganicfertilizer&Itemid=46.
113. "Økologisk mat har lenge vært ansett for å være en nisje på markedet og en luksusvare for rike kunder. Forskere i Danmark har imidlertid funnet ut at det ikke vil bli noen negative effekter for matsikkerheten for Afrika sør for Sahara hvis 50% av jorda i mateksporierende regioner i Europa og Nord Amerika blir økologiske innen 2020." Se "Forskere: Økologisk påtrykk vil ikke skade verdens matforsyninger," *USA Today*, May 5, 2007, <ftp://ftp.fao.org/paia/organicag/OFS/press4.pdf>.
114. I følge IFOAM, er det globale markedet for økologisk mat og drikke estimert til rundt 50 milliarder amerikanske dollar, og økte med 10-20 prosent årlig fra 2000 til 2007. Denne sub-sektoren gir en unik eksportmulighet for mange utviklingsland fordi 97% av dets inntekter er generert i OECD 140. Fra kriser til fred: Vegansk levesett er svaret land, mens 80% av dets produsenter er å finne i utviklingsland i Afrika, Asia og Latin Amerika. Se UNEP, "Økologisk jordbruk i Uganda," <http://www.unep.org/greeneconomy/SuccessStories/OrganicAgricultureinUganda/tabid/4655/language/en-US/Default.aspx>. Se også UNEP, "Miljømessig grønn revolusjon er nøkkelen for fremtidens matsikkerhet i Afrika," *Press Release*, May 14, 2009, <http://www.grida.no/news/press/3680.aspx>.
115. Ivette Perfecto et al., "Økologisk jordbruk og den globale matforsyningen," *Fornybart jordbruk og matsystemer*, 22 (2007): 86-108. <http://agr.wa.gov/Foodanimal/Organic/Certificate/2008/NewsRelease/BadgleyResearchPaper.pdf>.
116. "Økologiske gårder er best for dyre- og planteverden," *BBC News*, August 3, 2005. http://news.bbc.co.uk/2/hi/uk_news/4740609.stm.
117. Se Al Meyerhoff, "Tapet av milliarder av bier reiser spørsmål om kontrollen av våre plantevernmidler," *Los Angeles Times*, July 30, 2008, <http://beediary.wordpress.com/tag/ccd>.
118. Timothy LaSalle, "Økologisk landbruk kan stoppe klimaendringene," *The Tree Hugger*, October 10, 2010. <http://www.treehugger.com/files/2009/10/organicfarmingcould-stop-global-climate-change.php>.
119. C. Benbrook, "Forenkling av plantevernmidler Risk Equation: Det økologiske alternativet," *State of Science Review of the Organic Center*, March 8, 2008. http://www.organic-center.org/reportfiles/Organic_Option_Final_Ex_Summary.pdf.
120. FAO, *Organic Agriculture and Food Security* (2007). <ftp://ftp.fao.org/paia/organicag/ofsf/OFS-2007-5.pdf>.
121. Se note 14. Dette refererer til forskning gjort av Netherland Environmental Assessment Agency for å skaffe rekommanderinger til Nederlands regjering og internasjonal politikk.

122. Se studie fra UN agency The International Fund for Agricultural Development (IFAD), "Overgangen til økologisk jordbruk blant småbønder i Latin Amerika og Karibbien," April 2003, Report No. 1337. http://www.ifad.org/evaluation/public_html/eksyst/doc/thematic/pl/organic.htm.
123. Se note 14, 119.
124. Se John Robbins, "Grisebonden," April 2010, Tilgjengelig online på <http://www.johnrobbins.info/blog/the-pig-farmer>. Se også John Robbins, *Matrevolusjonen: Hvordan din idett kan hjelpe til med å redde livet ditt og vår verden*.
125. Se Europaparlamentet, "2050, Fremtiden begynner i dag – Rekommanderinger for EUs fremtidige integrerte politikk ang klimaendringer," April 2, 2009. <http://www.europarl.europa.eu/oeil/file.jsp?id=5626312>.
126. Se Jens Holms, "EUparlamenten kaller kjøtt en klimatrussel," February 4, 2009. <http://jensholm.se/2009/02/04/the-eu-parliament-calls-meat-a-climate-threat>.
127. Se Chris Mason, "Belgisk by planlegger en 'veggisdag' " *BBC News*, May 12, 2009. <http://news.bbc.co.uk/2/hi/europe/8046970.stm>.
128. Se Candra Malik, "Prins Charles gir 2.8 milliarder pund for å bevare regnskogene," July 30, 2009. <http://www.thejakartaglobe.com/news/prince-charles-gives-28b-topreserverain-forests/321249>.
129. Se "Hvem er med på en lakarbo diett?" *Sustainable Development Commission* (Northern Ireland), June 18, 2009. <http://www.sd-commission.org.uk/news.php/246/ireland/whos-up-for-a-low-carb-diet>. 141 Notes
130. Ibid.
131. Dette viser til et hefte produsert av Countryside Management Branch DARD kalt Code of Good Agricultural Practice, August 2008, som sørger for god ledelse for å unngå forurenset vann, luft og jordsmonn. http://www.dardni.gov.uk/code_of_good_agricultural_practice_cogap_august_2008.pdf.
132. Se Hawaiiis lovgivning, "Ber rådet for utdanning om å utvikle en politikk som inkluderer vegetariske og veganske valgmuligheter i alle skolemenyer," *Report HCR59 HD1*, gitt November 2, 2009. http://www.capitol.hawaii.gov/session2009/Bills/HCR59_HD1_.HTM.
133. Se City of Cincinnati, Klimabeskyttelse, en handlingsplan – Den grønne Cincinnati Planen, July 19, 2008, 35, 209-211. Available online at http://www.cincinnati-oh.gov/cmgr/downloads/cmgr_pdf18280.pdf.
134. Jennifer Duck, "Bring baconet hjem, vegan stil," *ABC News*, May 4, 2007, <http://abcnews.go.com/Politics/story?id=3139687&page=1>. Se også "Dennis Kucinich feirer Jordens Vegandag med en spesiell VEGGIS beskjed," <http://vegdaily.com/2009/07/dennis-kucinich-celebrates-vegan-earth-day-with-a-special-veggie-message/>.
135. Jason Tomassini, "Senator blir vegetarianer for en uke," *Gazette.Net*, April 29, 2009, http://www.gazette.net/stories/04292009/takonew183650_32520.shtml. Se også Kailey Harless, "Raskin's Revolusjon," *VegNews.com*, May 4, 2007, www.vegnews.com/web/articles/page.do?pageId=688&catId=1.
136. *Kjøttfri mandag*, "Baltimoreskoler blir kjøttfrie," <http://www.meatlessmonday.com/baltimore-schools>.



137. The San Francisco Vegetarian Society, "San Francisco er den første byen i USA som erklærer mandager som 'vegetardag,'" April 7, 2010, <http://www.vegsources.com/news/2010/04/sanfrancisco-is-first-us-city-to-declare-mondays-as-veg-day.html>.
138. Se Taiwan Environmental Information Center, "Millioner av mennesker undertegner på å hindre global oppvarming ved å bytte til en vegetarisk diett" (på kinesisk), <http://e-info.org.tw/node/33565>.

Kapittel 5

139. I the National Survey on Giving, Volunteering and Participating (NSGVP), har Statistics Canada intervjuet 2389 mennesker i Canada mellom 15 og 24 år. Se Susan Pedwell, "Jeg vil utgjøre en forskjell," Canadian Living, http://www.canadianliving.com/life/community/i_want_to_make_a_difference.php.
140. I følge World Watch forskning så bidrar buskapsindustrien med 51% av alle drivhusgasser som produseres på Jorda. Se note 3.
141. Se noter 90, p.1
142. Se the Iowa Pork Producers Association, "USDA for å kjøpe mer gris," November 11, 2009, <http://www.iowapork.org/Newsroom/NewsForProducers/USDAporkbuy/tabid/1504/Default.aspx>. Se også the National Pork Producers Council (NPPC)'s Capital Pork Report (November 2009), <http://nppc.org/uploadedfiles/cprNOV-6.pdf>.
143. Ibid. 142 Fra kriser til fred: Vegansk leveste er svaret
144. Flere forslag til grønne aktiviteter er tilgjengelig på Supreme Master Television website.
145. Se, for eksempel, Supreme Master TV dokumentaren, "Vann trengs ikke! Tørt jordbruk i Au Lac (Vietnam)," gratis online på <http://www.suprememastertv.com/bbs/tb.php/pe/79>, "Dyrke frukt og grønnsaker i sand – en historie fra Au Lac (Vietnam)," [SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/pe/72](http://www.suprememastertv.com/bbs/tb.php/pe/72).
146. Linken is [SupremeMasterTV.com/sos-flyer](http://www.suprememastertv.com/sos-flyer).
147. Grunlagt Mars 7, 2008, Loving Hut vegan restaurant nummer 221 verden over i slutten av januar 2011.



BIBLIOGRAFI OVER TALENE TIL SUPREME MASTER CHING HAI

Denne boken inneholder uforkortede uttalelser fra Supreme Master Ching Hais taler ved ulike anledninger. Følgende er en komplett liste.

1. *Måten å komme inn i Guds Rike på er gjennom opplysning*, offentlig foredrag i Massachusetts, USA, den 24. februar 1991. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/451.
2. *Gjør planeten grønn*, offentlige foredrag i California, USA, den 19. mai, 1991. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/346.
3. *Å spise kjøtt ødelegger liv og skader planeten (Del 1)*, internasjonal samling i Hawaii, USA, den 3. september, 1994. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/554.
4. *Lev et liv i Bevissthet og Kjærlighet (Del 3)*, internasjonal samling i Cambodia den 11. mai, 1996. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/630.
5. *I balanse med vårt planetariske økosystem*, internasjonal samling i Florida, USA den 6. juni, 2001. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/362.
6. *Bevar vår dyrebare planet (Del 2)*, internasjonal samling i London, United Kingdom den 24. oktober, 2006. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/336.
7. *Enkel livsstil for å redde planeten (Del 1)*, internasjonal samling i Østerrike den 27. mai, 2007. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/336.
8. *Dyr bidrar til vår planets helse (Del 2)*, internasjonal samling i Pari den 1. august, 2007. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/611.
9. *Supreme Master Ching Hai om klimaendringene internasjonal samling i Paris*, 25. desember, 2007. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/307.
10. *Tid for å handle i forhold til global oppvarming*, internasjonal samling i Paris, 26. desember, 2007. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/350.
11. *en global anstrengelse for å redde planeten*, telefonkonferanse med Supreme Master TV stab i Los Angeles, USA den 20. januar, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/357.
12. *Løsningen*, internasjonal samling i Østerrike, 28. februar, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/327.



13. *Bli veggis, tenk grønt, redd planeten*, internasjonal samling i Monaco, 4. mai, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/383.
14. *SOS! Internasjonalt seminar om global oppvarming: Å redde liv og beskytte Jorden*, Internasjonal konferanse i Seoul, Sør Korea, 22. mai, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/245.
15. *Eden på Jorda gjennom vegetarisme*, videokonferanse med organisasjonens medlemmer i Surrey, United Kingdom, 12. juni, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/386.
16. *Vegetarianisme er løsningen for å redde Jorden*, videokonferanse med organisasjonens medlemmer i London, United Kingdom, 13. juni, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/396.
17. *2008 Avgjørende øyeblikk for å redde Jorden: Hva kan jeg gjøre?* internasjonal konferanse i Taipei, Formosa (Taiwan), 29. juni, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/254.
18. *Eden på Jord, internasjonal kunstutstilling* i Taipei, Formosa, 5. juli, 2008.
19. *Spre den vegetariske løsningen*, videokonferanse med organisasjonens medlemmer i Seattle, USA, 6. juli, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/412.
20. *Ha en positiv visjon og holdning*, videokonferanse med organisasjonens medlemmer i San Jose, USA, 10. juli, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/421.
21. *Vær veggis, tenk grønt, gjør godt*, videokonferanse med organisasjonens medlemmer i New York, USA 13. juli, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/430.
22. *Et edelt mål og en forandring i hjertet kan redde planeten*, videokonferanse med organisasjonens medlemmer i Au Lac (Vietnam), 20. juli, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/447.
23. *Menneskene er medfødt medfølelse og kjærlige*, videokonferanse med organisasjonens medlemmer i Bangkok, Thailand, 24. juli, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/455.
24. *Klimaendringer*, internasjonal konferanse i West Hollywood, USA, 26. juli, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/262.
25. *SOS: Stopp Global Oppvarming*, internasjonal konferanse i Tokyo, Japan, 27. juli, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/265.
26. *Lev et dydig liv i henhold til Kjærlighetens Lov*, videokonferanse med organisasjonens medlemmer i Los Angeles, USA, 31. juli, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/458.
27. *Leve våre liv med Bevissthet og Kjærlighet*, videokonferanse med organisasjonens medlemmer i Penghu, Formosa (Taiwan), 2. august, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/467.
28. *Medfølelse avler medfølelse*, videokonferanse med organisasjonens medlemmer i Sydney, Australia, 17. august, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/484.



29. *Gå i den edle retningen*, videokonferanse med organisasjonens medlemmer i Auckland, New Zealand, 19. august, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/492.
30. *Finn trygghet og beskyttelseved å gå Himmelens Vei*, internasjonal samling i Frankrike, 20. august, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/532.
31. *Å spise kjøtt ødeleggerliv og skader planeten (Del 7)*, internasjonal samling i Frankrike, 23.august, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/554.
32. *Den eneste beskyttelsen er den dydige livsstilen*, videokonferanse med organisasjonens medlemmer i Vancouver, Canada, 24. august, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/514.
33. *Live intervju med Supreme Master Ching Hai by East Coast FM Radio*, Irland, 31. august, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/275.
34. *Intervju med Supreme Master Ching Hai by Bob Lebensold of Environmentally Sound Radio*, USA, 11. september, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/460.
35. *Stopp Global Oppvarming: Handle nå*, internasjonal konferanse i Pathum Thani, Thailand, 11. oktober, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/284.
36. *Fuglene i mitt liv Aulacese (Vietnamesisk) utgave*, internasjonal bokpremiere Pathum Thani, Thailand, 11.oktober, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/288.
37. *En stor oppgave: Å redde planeten*, videokonferanse med organisasjonens medlemmer i California, USA, 26. november, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/502.
38. *Intervju med Supreme Master Ching Hai på East Coast Radio FM*, Irland, 30. november, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/310.
39. *Himmelsk kunst, Engelsk utgave*, internasjonal bokpremiere i Los Angles, USA, 12. desember, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/304.
40. *Stol på Gud (Del 3)*, internasjonal samling, 16. desember, 2008. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/download/7478.
41. *Medfølelse er medfødt hos oss alle*, internasjonal samling, 26. januar, 2009.
42. *SOS internasjonal konferanse i Ulan Bator*, Mongolia, 27. januar, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/314.
43. *Handle nå! For en mer fredelig og sikker verden*, videokonferanse med Supreme Master Ching Hai og Philippinenes tidligere President Fidel Ramos i Taipei, Formosa (Taiwan), 21. februar, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/319.
44. *SOS-Redd planeten, internasjonal konferanse i Xalapa*, Veracruz, Mexico, 6. mars, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/326.
45. *Juice Fast for Peace videokonferanse* i Culver City, California, USA on March 7, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/331.
46. *Åndelig praksis og oppriktighet hjelper planeten*, internasjonal samling, 8.mars, 2009.
47. *Redd vår Jord konferanse 2009: Beskytte miljøet og repektere alt liv*, internasjonal konferanse i Seoul, South Korea, 26. april, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/339.



48. *Vær økologisk veganer for å redde planeten*, internasjonal konferanse i Togo, 9.mai, 2009 SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/343.
49. *La oss gjøre forandringen - Beskytt miljøet*, internasjonal konferanse i Boca del Río, Veracruz, Mexico, 4. juni, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/348.
50. *Vegansk Jord Dag for en vegansk verden*, internasjonal konferanse i Woodland Hills, California, USA 21. juni, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/355.
51. *Fra kriser til fred: Vegansk levestett er svaret* Intervju med Supreme Master Ching Hai by journalist Ben 51. Murnane 12. juli, 2009, Utgitt av the Irish Sunday Independent. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/365.
52. *Det finnes en alternativ måte å leve på*, internasjonal samling July 26, 2009.
53. Intervju med Supreme Master Ching Hai by journalist Charles Norton for The House Magazine, UK, 8. august, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/375.
54. *Vi må redde planeten for enhver pris*, internasjonal samling i August 8, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/625.
55. *Løsninger for en vakker planet*, internasjonal samling i Nonthaburi, Thailand, 15. august, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/372.
56. *Hundene i mitt liv og de Edle villdyrene*, Aulacese (Vietnamesisk) utgave, internasjonal bokpremiere i Nonthaburi, Thailand on August 15, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/386.
57. *Venus' hemmelighet*, videokonferanse med Supreme Master TV stab i Los Angeles, USA, 29. august, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/bmd/636.
58. *Global oppvarming: Ja, det er en Løsning!*, internasjonal konferanse i Lima, Peru, 12. september, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/387.
59. *Supreme Master Ching Hais Hundene i mitt liv The Dogs in My Life*, Spansk utgave, internasjonal bokpremiere i Lima, Peru, 12. september, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/400.
60. *Barns helse og en varig planet*, internasjonal konferanse i Jeju Island, Sør Korea, 21.september, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/379.
61. *Global enhet: Sammen om å redde liv*, internasjonal konferanse i Hong Kong, Kina, 3. oktober, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/383.
62. *Beskytte vårt hjem med Kjærlighet*, internasjonal konferanse i Taichung, Formosa (Taiwan), 11. oktober, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/388.
63. *Supreme Master Ching Hais De Edle villdyrene, Tysk og fransk utgave*, Hundene i mitt liv- polsk utgave, internasjonal bokpremie i Frankfurt, Tyskland, 18. oktober, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/390.
64. *Vegansk økologisk for velstand og for å redde planeten fra klimaendringene*, internasjonal konferanse i Jakarta, Indonesia, 22.oktober, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/393.
65. *Menneskehetens sprang inn i den Gylne Tidsalderen*, internasjonal konferanse i Washington DC, USA, 8. november, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/397.



66. *Supreme Master Ching Hais videobeskjed til medlemmene av Mexican Magistrates Pro-Environment Justice og Intervju av Country Focus* på BBC Radio Wales, 12. november, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/403.
67. *SOS-En hurtigaksjon for å stoppe klimaendringen fra global oppvarming, internasjonal konferanse* i Orizaba, Veracruz, Mexico, 16. november, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/411.
68. *Intervju med Supreme Master Ching Hai av the Irish Dog Journal*, 16. desember, 2009. SupremeMasterTV.com/bbs/tb.php/wow/406.
69. *Den ekstrordinære Kjærligheten og den grenseløse Visdommene fra en Levende Mester*, telefonkonferanse med Supreme Master TV stab i Los Angeles, USA, 1. august, 2010.



YTTERLIGERE RESSURSER

Beslektede filmer

- **Home** (2009)
En dokumentar av Yann Arthus-Bertrand består nesten helt luftfoto av ulike steder på Jorden. Filmen viser mangfoldet av liv på planeten og hvordan menneskeheten truer dens økologiske balanse. <http://www.home-2009.com/us/index.html> (also on Youtube)
- **Meat the Truth** (2007)
Produsert av det vitenskapelige byrået the Party for the Animals, også kjent som the Nicolaas G. Pierson Foundation. Denne filmen avslører at den største årsaken til klimaendringene er buskapsindustrien for kjøtt og meieriprodukter, som produserer mer utslipp enn hele verdens transportsektor til sammen. Med i filmen er kjente nederlandske skuespillere, forfattere og politikere, som deler sitt syn på det å bli vegetarianer. Vitenskapelig data fra the United Nations Food and Agricultural Organization blir også presentert. www.partijvoordedieren.nl (Dutch) http://www.godsdirectcontact.org.tw/eng/news/194/vg_34.htm
- **An Inconvenient Truth** (2006)
I denne prisvinnende amerikanske dokumentaren informerer tidligere visepresident Al Gore offentligheten om at global oppvarming er en reell og tilstedeværende fare. Basert på ledende forskning av toppforskere verden rundt, beskriver filmen hvordan menneskelige aktiviteter over det siste århundret kan resultere i at vårt hjem planeten tilintetgjøres, og at vi veldig liten tid til å reversere den destruktive trenden så vel som å forhindre store globale katastrofer som ekstremt vær, flom, tørke, epidemier og hetebølger bortenfor alt det vi noensinne har opplevd. Filmen er en oppfordring for oss alle til å ta ansvar og gjøre vår del
- **A Delicate Balance: the Truth** (2007)
Denne filmen går enda lenger enn Al Gores An Inconvenient Truth ved å si at deet eneste håpet for planeten er at mennesker slutter med kjøtt og melkeprodukter. <http://www.adelicatebalance.com.au/>



- ***The 11th Hour*** (2007)
En dokumentar med særpreg skapt, produsert og skildret av Leonardo DiCaprio, beskriver tilstanden av naturlige omgivelser og informerer seerne om at nå er det siste øyeblikket vi har til forandring.
Filmen gir håp og potensielle løsninger på miljøproblemer ved påkalle styrkende handlinger for å forme og tenke på nytt menneskelige globale aktiviteter gjennom teknologi, sosialt ansvar og bevaring. <http://www.warnerbros.co.uk/11thhour>; <http://www.imdb.com/title/tt049293>
- ***Earthlings*** (2005)
Denne filmen, skildret av Oscarnominerte Joaquin Phoenix, beskriver menneskehetens avhengighet av dyrene for mat, klær, underholdning og forskning, men illustrerer også vår komplette disrespekt for dyr. Gjennom sin dyptpløyende studie av dyrebutikker, valpegårder, dyrebeskyttelser, fabrikker, lær- og pelshandel, sport, underholdningsbransjen, medisin og forskning, skildrer Earthlings den daglige praksisen i noen av verdens største forretninger som er avhengige av dyr for profit.
<http://veg-tv.info/Earthlings> (Also on Youtube)
- ***Devour the Earth*** (1995)
Denne kortfattede dokumentaren som er produsert av UK's Vegetarian Society og the European Vegetarian Union er skildret av den verdenskjente vegetarianeren og Beatlesmedlem, Sir Paul McCartney. Filmen inneholder også en prolog av Slovenias siste president, Dr Janez Drnovsek. Devour the Earth illustrerer klart de miljømessige konsekvensene av menneskelig aktivitet og de effektene som kjøttbasert kosthold har på vår vakre, dyrebare planet.
<http://www.youtube.com/watch?v=x420RF9AVk8> (Also on Youtube)
- **Films on Goveg.com:**
Klikk på "Meet the Animals" og se en informative videoer.

Beslektede lenker

SUPREMEMASTERTV.COM

Viser programmer om den grønne, sunne, medfølende økologiske veganske livsstilen og emnet global oppvarming. Sendingene inkluderer også livekonferanser om klimaendringer, intervjuer med Nobelprisvinnere, NASAs forskere, regjeringsmedlemmer og miljøeksperter.

VEGSOURCE.COM

En utmerket kilde til veganske oppskrifter, informative videoer, artikler og bøker om vegetarisk livsstil og dyrevennende temaer.

IVU.ORG

The World Union of Vegetarian/Vegan Societies. Har promotert vegetarianisme verden over siden 1908.



WORLDPRESERVATIONFOUNDATION.ORG

Materiale og veiledning for å oppmuntre den enkelte, media, regjeringer og andre institusjoner til å vedta lover og politikk som resulterer i minkende forbruk av animalske produkter.

MERCYFORANIMALS.ORG

Den offisielle websiden til Mercy For Animals (MFA) tilbyr informasjon om saker rundt dyrs rettigheter, nettbutikk, m. m.

CHOOSEVEG.COM

Online utgave av MFA's guide tilbyr oppskrifter, videoer, tips, m.m.

EGGCRUELTY.COM

Bilder, videoer og informasjon fra MFAs skjulte undersøkelser om grusomheter mot dyr på eggefarmen i Ohio, USA.

VEGGUIDE.ORG

Den ultimate restaurant- and shoppingguiden for vegetarianere.

GOVEG.COM

Råd for aktivister, nyhetsartikler, hundrevis av oppskrifter, m.m.

VEGANHEALTH.ORG

Informasjon om hvordan man lever et sunt, vegansk liv.

VIVA.ORG.UK

Gjennom sine populære kampanjer, forskning, skjulte undersøkelser og effektive mediapresentasjoner, Viva! Så bringes realiteten av moderene jordbruk inn i folks stuer.



VÅRE UTGIVELSER

For å heve vår sjel og få inspirasjon i det daglige, så er en stor samling av Supreme Master Ching Hais lære tilgjengelig via bøker, videoer, kassetter, DVD, MP3 og CD.

I tillegg til disse utgivelsene, så kan man få tilgang til en stor del av Mesters lære via internett. Flere hjemmesider tilbyr de nyeste utgitte Nyhetsmagasinene (Se “Quan Yin Web Sites” delen under) Andre tilgjengelige online utgivelser inkluderer Mesters dikt og inspirerende aforismer, så vel som foredrag i form av video- og lydfiler.

BØKER

Å kunne ta opp en av Mesters bøker i midt i en travel hverdag, kan være livreddende, ettersom hennes ord klart og tydelig minner oss om vår Sanne Natur. Enten man leser hennes åndelig informative foredrag i The Key of Immediate Enlightenment serien, eller de dypt medfølende diktene i Silent Tears, så vil alltid visdommens juveler avdekkes.

I den følgende listen er antall tilgjengelige utgaver på hvert språk angitt i parentes. For mer informasjon om innhenting av disse og andre bøker, vennligst se “Å skaffe seg utgivelser”-delen.

Nøkkelen til umiddelbar opplysning:

Aulacese(1-15), Kinesisk(1-10), Engelsk(1-5), Fransk(1-2), Finsk(1), Tysk(1-2), Ungarsk(1), Indonesisk(1-5), Japansk(1-4), Koreansk(1-11), Mongolsk(1,6), Norsk (1) Portugisisk (1-2), Polsk(1-2), Spansk (1-3), Svensk(1), Thai(1-6) og Tibetansk(1)

The Key of Immediate Enlightenment-Questions and Answers:

Aulacese(1-4), Kinesisk(1-3), Bulgarsk, Tjekkisk, Engelsk (1-2), Fransk, Tysk, Ungarsk, Indonesisk(1-3), Japansk, Koreansk(1-4), Portugisisk, Polsk og Russisk(1)

Special Edition/Seven-Day Retreat in 1992:

Engelsk og Aulacese

The Key of Immediate Enlightenment-Special Edition/1993 World Lecture Tour:

Engelsk (1-6), Og Kinesisk (1-6)



Letters Between Master and Spiritual Practitioners:

Engelsk (1), Kinesisk (1-3), Aulacese (1-2), Spansk (1)

My Wondrous Experiences with Master:

Aulacese (1-2), Kinesisk (1-2)

Master Tells Stories:

Engelsk, Kinesisk, Spansk, Aulacese, Koreansk, Japansk og Thai.

Coloring Our Lives:

Kinesisk, Engelsk og Aulacese.

The Supreme Master Ching Hai's Enlightening Humor — Your Halo Is Too Tight!

Kinesisk og Engelsk

God Takes Care of Everything—Illustrated Tales of Wisdom from The Supreme Master Ching Hai:

Aulacese, Kinesisk, Engelsk, Fransk, Japansk og Koreansk

Secrets to Effortless Spiritual Practice:

Kinesisk, Engelsk og Aulacese

God's Direct Contact—The Way to Reach Peace:

Kinesisk og Engelsk

Of God and Humans—Insights from Bible Stories:

Kinesisk og Engelsk

The Realization of Health—Returning to the Natural and Righteous Way of Living:

Kinesisk og Engelsk

I Have Come to Take You Home:

Arabisk, Aulacese, Bulgarsk, Tjekkisk, Kinesisk, Engelsk, Fransk, Tysk, Gresk, Ungarsk, Indonesisk, Italiensk, Koreansk, Mongolsk, Polsk, Spansk, Tyrkisk, Rumensk og Russisk

Aphorisms:

Kombinert utgave av Aulacese / Engelsk / Kinesisk, Spansk / Portugisisk, Fransk / Tysk, Japansk / Engelsk, Koreansk / Engelsk, Kinesisk og Engelsk.

The Supreme Kitchen (1)—International Vegetarian Cuisine:

Kombinert utgave av Engelsk / Kinesisk, Aulacese og Japansk

The Supreme Kitchen (2)—Home Taste Selections:

Kombinert utgave på Engelsk / Kinesisk

One World... of Peace through Music:

Kombinert utgave på Engelsk / Aulacese / Kinesisk

A Collection of Art Creations by The Supreme Master Ching Hai:

Engelsk og Kinesisk

S.M. Celestial Clothes:

Kombinert utgave på Engelsk and Kinesisk



The Dogs in My Life:

Aulacese, Kinesisk, Engelsk, Japansk, Koreansk, Spansk, Polsk og Tysk

The Birds in My Life:

Aulacese, Kinesisk, Engelsk, Fransk, Tysk, Mongolsk, Russisk, Russisk og Indonesisk

The Noble Wilds:

Aulacese, Kinesisk, Engelsk, Fransk, Tysk, Koreansk, og Mongolsk

Celestial Art:

Kinesisk and Engelsk

Thoughts on Life and Consciousness

En bok av Dr. Janez Drnovšek: Tilgjengelig på kinesisk

DIKTSAMLLINGER

The Love of Centuries: En diktbok av Mester

Tilgjengelig på Engelsk, Kinesisk og Aulacese

Silent Tears: En diktbok av Mester

Tilgjengelig på Tysk / Fransk, Engelsk / Kinesisk, Aulacese, Engelsk, Spansk, Portugisisk, Koreansk og Filipinsk

Wu Tzu Poems: En diktbok av Mester

Tilgjengelig på Aulacese, Kinesisk og Engelsk

The Dream of a Butterfly: En diktbok av Mester

Tilgjengelig på Aulacese, Kinesisk og Engelsk

Traces of Previous Lives: En diktbok av Mester

Tilgjengelig på Aulacese, Kinesisk og Engelsk

The Old Time: En diktbok av Mester

Tilgjengelig på Aulacese, Kinesisk og Engelsk.

Pebbles and Gold: En diktbok av Mester

Tilgjengelig på Aulacese, Kinesisk og Engelsk

The Lost Memories: En diktbok av Mester

Tilgjengelig på Aulacese, Kinesisk og Engelsk

Beyond the Realm of Time (song performance in Aulacese): CD og DVD

A Touch of Fragrance (sang fremført på Aulacese av hedrede sangere): CD

That and This Day (dikt fremført på Aulacese): CD

Dream in the Night (sang fremført på Aulacese): CD og DVD

T-L-C, Please (sang fremført på Aulacese): CD

Please Keep Forever (dikt fremført på Aulacese): CD



Songs and Compositions of The Supreme Master Ching Hai: (CD) Engelsk, Aulacese, Kinesisk

The Song of Love: (DVD) Aulacese og Engelsk

Good Night Baby: (CD) på Engelsk

The Jeweled Verses (dikt av berømte Aulacese poeter resitert på Aulacese): CDs 1, 2 og DVDs 1, 2

The Golden Lotus (dikt fremført på Aulacese): CD og DVD

Vi inviterer dere til å høre på resiteringen av ærverdige Thich Man Giac's nydelige dikt gjennom den melodiose stemmen til Supreme Master Ching Hai, som også resiterer to av sine egne dikt, "Golden Lotus" og "Sayonara".

An Ancient Love (dikt fremført på Aulacese): CD og DVD

Traces of Previous Lives (dikt fremført på Aulacese): Lydbånd og CDs 1, 2 og 3, DVDs 1 og 2 (med undertekster på 17 språk)

A Path to Love Legends: Lydbånd og CDs 1, 2 and 3; video 1 og 2 (dikt av berømte Aulacese poeter; fremført på Aulacese)

* Diktene "A Path to Love Legends," "An Ancient Love," "Beyond the Realm of Time," "Dream in the Night," "Please Keep Forever," "That and This Day," "Traces of Previous Lives," "The Jeweled Verses," "The Golden Lotus" and "T-L-C, Please" resitert eller tonesatt og sunget av dikteren selv.

Lydbånd, video, MP3s, CDs og DVDs av The Supreme Master Ching Hais foredrag, musikk og konserter er tilgjengelig på Arabisk, Armenisk, Aulacese, Bulgarsk, Kambodiansk, Kantonesisk, Kinesisk, Kroatisk, Tjekkisk, Dansk, Nederlandsk, Engelsk, Finsk, Fransk, Tysk, Gresk, Hebraisk, Ungarsk, Indonesisk, Italiensk, Japansk, Koreansk, Malaysisk, Mandarin, Mongolsk, Nepalsk, Norsk, Persisk, Polsk, Portugisisk, Russisk, Singalesisk, Slovensk, Spansk, Svensk, Thai, Tyrkisk og Zulu. Kataloger vil bli snedt ved etterspørsel. Alle spørsmål er velkomne.

THE KEY OF IMMEDIATE ENLIGHTENMENT GRATIS HEFTE

Nøkkelen til umiddelbar opplysning: Gratis hefte gir en introduksjon til Supreme Master Ching Hais lære. Heftet er elektronisk tilgjengelig og kan lastes ned gratis. Disse heftene har blitt oversatt til mer enn 74 språk.

I heftet legger Supreme Master Ching Hai vekt på betydningen av å meditere i det daglige. Teksten inneholder også hennes avhandling om den høyere åndelige dimensjonen og fordelene av en vegansk diett, såvel som info om Quan Yin meditasjonsmetoden, som er den ultimate og høyeste åndelige veien. Supreme Master Ching Hais oppløftende innsikter i Nøkkelen til umiddelbar opplysning, tilbyr håp til dem som spør etter Sannheten.

Som Master Ching Hai sier: "Ved å oppnå indre fred, så vil vi oppnå alt annet. All tilfredsstillelsen, all oppfyllelse av verdslig og himmelske ønsker kommer fras Guds Rike, den



indre realiseringen av evig harmoni, vår evige visdom og vår allmektige kraft. Hvis vi ikke oppnår dett, vil vi aldri finne tilfredsstillelse, uansett hvor mye penger eller makt vi har, eller hvor høy posisjon vi har.”

For direkte tilgang til heftet, vennligst se:

<http://sb.godsdirectcontact.net/>

Denne hjemmesiden tilbyr heftet på mange språk. Hvis du ikke finner ditt språk, og du ønsker å oversette den, vennligst ta kontakt med oss:

divine@Godsdirectcontact.org.

Gratis Introduksjonshefte Nedlastning:

<http://sb.godsdirectcontact.net> (Formosa)

<http://www.Godsdirectcontact.org/sample/> (U.S.A.)

<http://www.direkterkontaktmitott.org/download/index.htm> (Austria)

<http://www.Godsdirectcontact.us/com/sb/>

Å SKAFFE SEG UTGIVELSER

Alle utgivelser tilbys nær kostnadsprisene. Hvis du ønsker å kjøpe eller bestille en utgivelse, vennligst sjekk først med ditt lokale senter eller med kontaktpersonen om tilgjengeligheten.

For å skaffe en liste over tilgjengelige utgivelser, så kan du sjekke med ditt lokale senter eller se følgende websid:

<http://www.godsdirectcontact.org.tw/multilang/>

<http://smchbooks.com/new-c/cover/cover.htm>

<http://magazine.godsdirectcontact.net/>

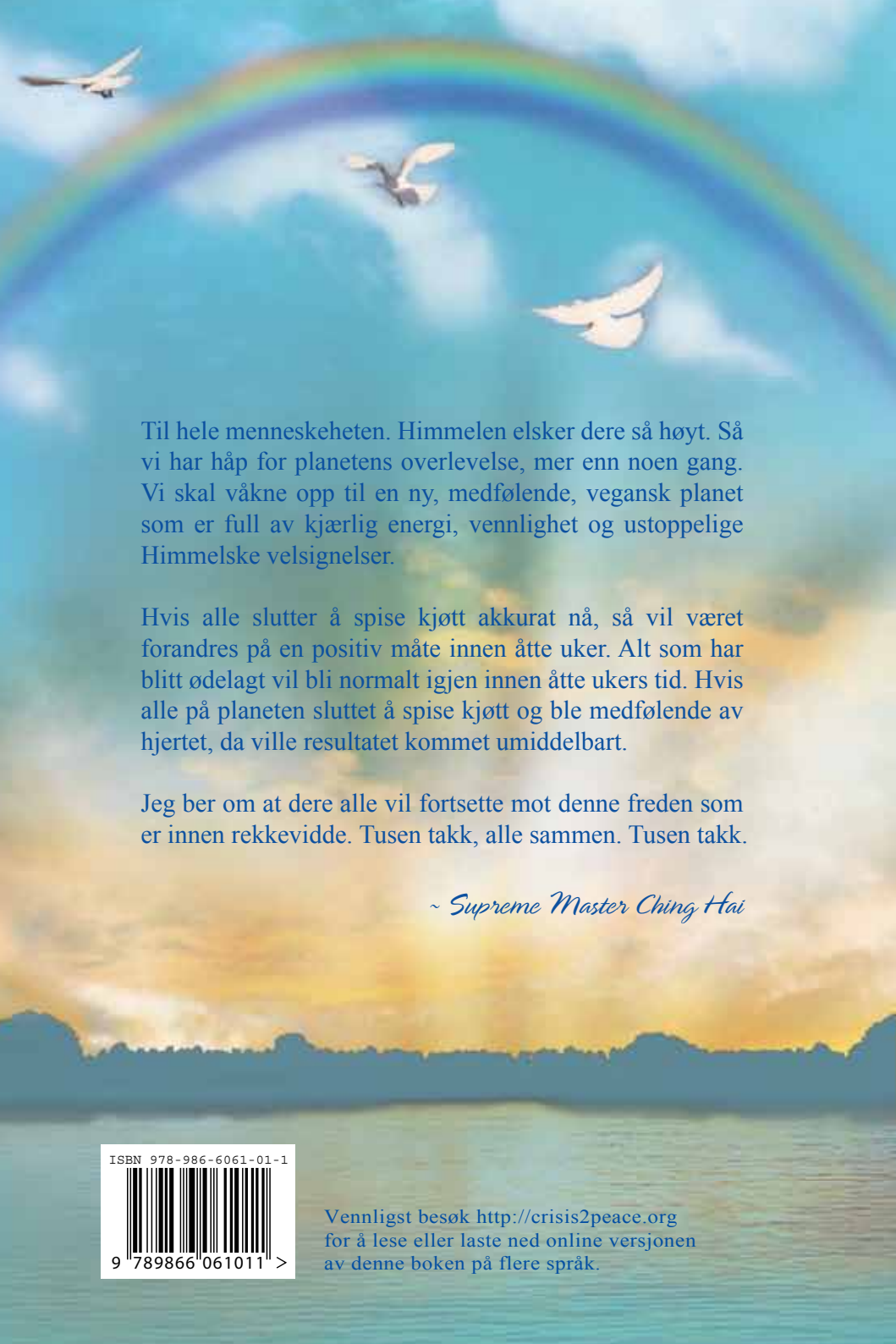
I tillegg så har mange av nyhetsmagasinene online en liste over nylige utgitte bøker og innspillinger.

Hvis det er nødvendig, så kan du bestille direkte fra hovedkontoret i Formosa, adresse: P.O. Box 9, Hsihu, Miaoli, Formosa, ROC (36899). En detaljert katalog er også tilgjengelig ved forespørsel.

QUAN YIN WWW SITES

God's direct contact—The Supreme Master Ching Hai International Association's global Internet site: <http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/links/links.htm>

Få tilgang til en katalog over Quan Yin websider verden over, tilgjengelig på mange språk, så vel som det 24 timers TV programmet, A Journey through Aesthetic Realms. Du kan laste ned eller melde deg på The Supreme Master Ching Hai News, tilgjengelig på eBok og i utskriftsvennlige format. Flerspråklige utgavere av Nøkklene til umiddelbar opplysning er også tilgjengelig.



Til hele menneskeheten. Himmelen elsker dere så høyt. Så vi har håp for planetens overlevelse, mer enn noen gang. Vi skal våkne opp til en ny, medfølende, vegansk planet som er full av kjærlig energi, vennlighet og ustoppelige Himmelske velsignelser.

Hvis alle slutter å spise kjøtt akkurat nå, så vil været forandres på en positiv måte innen åtte uker. Alt som har blitt ødelagt vil bli normalt igjen innen åtte ukers tid. Hvis alle på planeten sluttet å spise kjøtt og ble medfølende av hjertet, da ville resultatet kommet umiddelbart.

Jeg ber om at dere alle vil fortsette mot denne freden som er innen rekkevidde. Tusen takk, alle sammen. Tusen takk.

~ Supreme Master Ching Hai

ISBN 978-986-6061-01-1



9 789866 061011 >

Vennligst besøk <http://crisis2peace.org>
for å lese eller laste ned online versjonen
av denne boken på flere språk.