

<<有机让生活更美好>>

图书基本信息

书名：<<有机让生活更美好>>

13位ISBN编号：9787534138324

10位ISBN编号：7534138329

出版时间：2010-6

出版时间：浙江科技

作者：胡删

页数：236

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<有机让生活更美好>>

### 前言

在推广有机生活这条路上已经走过了十几个年头，记得2007年5月太湖被蓝藻吞食了的那些日子里，我写了一篇博文《太湖我能为您做些什么？

》，当时是这样写的：太湖的污染，让无锡，这个在我们记忆中总是与美丽联系在一起，“水边芦苇青，水底鱼虾肥，湖水织出灌溉网，稻香果香绕湖飞”的鱼米之乡，变成了连喝水都成问题的“污秽”之地。

污染到了这个时候，让我们觉得几乎要走到人生的末路，我们这才猛醒。

让我们疼惜的不仅仅是被污染的太湖水，而是各种探求污染原因的报道：蓝藻暴发是因为天气变暖，归结为自然灾害；是工业企业排放大量工业废水；高速发展的城镇向太湖倾泻大量生活污水；以化肥农药为基础的农业模式把大量营养物质输入水体。

总之，把当年适宜淘米洗菜的河流湖泊，恶化成让鱼虾绝迹甚至让居民身心受害的“水祸”全是他人之错。

面对蓝藻泛滥，自来水腥臭，民生困顿，在这个时刻，我们需要共同面对自己良心的拷问，检查一下自己的行为，面对太湖，真诚地向太湖赔罪，大声地承认自己的错误：“我错了，是我让你——美丽的太湖失去了往日的美丽，是我让你——美丽的太湖被污染得如此不堪入目。

”我错了，我想吃又便宜又大的鱼蟹，太湖边的渔民为了满足我的需求，超面积网围养殖现象严重超标。

据环保专家介绍，网围养殖需投放大量饵料，残饵沉积湖底，成为水中有害藻类生长的肥料，会使水质的富营养化更加严重：此外，投放的部分水草腐烂和螃蟹排泄物会对水质造成不良影响。

根据国家《太湖水污染防治“十五”计划》的要求，从2001年开始到2005年底以前，要将网围养殖面积从16万亩压缩到1.5万亩。

但因为有无数个我想吃更便宜更多的鱼蟹，所以东太湖实际网围养殖面积一直在5万亩以上，远远超过《太湖水污染防治“十五”计划》中规定要压缩的目标。

## <<有机让生活更美好>>

### 内容概要

这是一本充满感人故事与实用资讯的著作，很值得追求健康或家有癌症病患的读者阅读。

我们在追求自身健康的同时，更重要的是追求地球环境的健康。

有机生活是一种健康、环保、低碳的生活方式，维护着地球生态平衡，是人类持续健康的保障。

本书倡导：为了自己的健康，为了地球的健康，让我们选择有机生活。

这是一种高尚社会责任的体现。

## <<有机让生活更美好>>

### 作者简介

胡删，有机事业工作者，高级健康管理师，中华环保基金会“有机生活让我们健康起来”活动负责人，“一日有机生活——让我们与地球同健康”活动的发起者和负责人。十多年来一直致力于有机生活的推广，希望通过自己的努力让更多人健康起来的同时也让地球健康起来。

她

## <<有机让生活更美好>>

### 书籍目录

有机生活之探究我们需要诺亚方舟有机调理之舟今日起航感激我生命中最爱的人快乐每一天最重要心理健康不容忽视替亲人“选命”难啊正面思维能带来快乐和健康家人的情绪影响患者康复“铲除”肿瘤生存的土壤有机带来的健康看得见爱是火山中的熔岩，随时会迸发出热浪感恩节的快乐学会当自己的医生被污染的食物，被损害的身体学会原谅，学会吃有机康复的过程充满快乐有机排毒第一天有机排毒第二天有机排毒最后一天脱胎换骨请给我一双慧眼排三浊，保健康做有机菜有讲究愿有机春风能温暖每个需求者有机调理需要更多人的支持适当提升体温，身体废物排空有爱“秀”出来有时大补反无益把爱传出去个个都是辨别有机的高手结束和开始——首期有机调理学员班结业典礼附录一 参加印伯纳内体瑜伽有机调理有感附录二 习惯与身体健康——有机养生心得附录三 2009年有机食谱附录四 有机生活推广网站及热线电话后记 愿您听见，我在一声声地感谢您

## <<有机让生活更美好>>

### 章节摘录

插图：我们需要诺亚方舟木村阿公花了三十年时间种植苹果，他呕心沥血，几次耗尽资财，弄得家徒四壁、身无分文，甚至欲走绝路，但是因为信念，因为全家人的坚守，木村阿公坚持了下来。

三十年，对一个种苹果的农民来说是跨越整个生命的历程。

木村阿公在努力，苹果树在努力，大自然在努力，峰回路转，最终等到了耕耘者的最高奖赏，木村阿公用自然农耕法种出不用农药、不施肥，香甜可口的奇迹苹果。

在日本一家预约用餐需等上半年的老字号餐厅里，“木村先生的苹果汤”便是它久负盛名的招牌菜之一。

餐厅主厨井口久和先生面对着放在自己店里的已经对半切开且放了两年都没有烂的苹果，惊叹其生命力之不可思议：“这种苹果居然不会烂，可能是汇聚了生产者的灵魂！”

”这样充满生命力的美味在杭州灵隐我们的新生态有机生活馆内也能品尝到，那是来自阿朗自然农耕基地的产品。

他们采用最苛刻的有机种植方式，完全靠大自然的力量让作物生长。

钟情这样种植作物的有机人告诉我，他们是在协助大自然，并分享大自然的恩惠。

这才是农业，是依靠地球资源生存的农耕者们应有的态度，是生活在这个地球上所有人类应有的共识。

无论科学多么进步，人类的生活都无法脱离大自然。

因为人类本身就是大自然的产物，因此人类是否能够发自内心地认为自己只是在协助大自然，而非主宰大自然，这攸关人类的未来。

有些人不以为然，觉得是有机人危言耸听，杞人忧天。

有些人会嘲笑他们的愚蠢——这样种作物，如何盈利？

不用农药，不用化肥，根本是种不出什么作物来的！

有些人会猜测他们是否在自己的有机产品能卖个好价钱而编故事。

有些人认为这是在与现代农业唱反调，会造成饥荒。

有些人认为……这让我联想到诺亚方舟的故事：上帝看见整个世界腐朽了，到处充斥着暴力和罪恶。

上帝对唯一正直的完人诺亚说：人类的可憎我再清楚不过了，我要使洪水泛滥全世界，消灭天下所有活着的人和地上万物。

但我要与你立约，你要为自己造一艘方舟，你到时就带着你的妻子、儿子、儿媳们一起进入方舟。

你还要把各种飞禽、走兽、爬虫，每样两只，雌雄各一带上，和你一道登舟，在船上喂养好。

此外还要带上各种吃的东西，储存在船上，作为你们和动物的食物。

洪水泛滥了四十天，淹没了天下所有的高山，人也好，兽也好，爬虫也好，飞鸟也好，所有生命全部从地面上消灭干净，唯独诺亚和方舟上的妻子、儿子、儿媳、鸟兽爬虫活了下来。

洪水退后，上帝对诺亚说：“你和你的妻子、儿子、儿媳们都从方舟上出来吧。

把你带上方舟的各种地上生物、鸟兽爬虫都放出来吧，让它们滋生繁衍，遍布全世界吧。

”根据日本弘前大学农业生命科学系杉修一教授的研究，木村的苹果园的土壤和苹果树叶表面的微生物数量，是其他果园的好几倍，他的苹果园状态和白神山区(白神山区是日本青森县的山毛榉原始森林，1993年被列入世界自然遗产名录)原生林的状态十分相像。

目前还没有调查昆虫与杂草的种类和数量，相信结果也差不多。

这些多姿多彩的生物之间的“角力”，抑制了疾病和害虫的异常发生，所以，在没有农药、没有肥料的情况下，苹果树结出了充满自己能量的果实。

## <<有机让生活更美好>>

### 后记

夜深了，书稿也进入了最后的篇幅，十几年来一直帮助我鼓励我的朋友一位一位浮现在我的面前，谢谢您，我亲爱的朋友们，我一遍一遍感谢所有的朋友，我相信今晚你们的耳朵一定发烫，因为我一直在念叨着你们的好，再多的纸也写不完我的感激。

有机的路走得不容易，新生态公司刚做的前几年，钱只出不进。

面对着一屁股债务犹豫彷徨时，一直默默支持我的宋青宜女士，鼓励我继续做下去。

她说有机是个阳光产业，一定会有前途的。

她是一位非常有爱同情心和环保意识的留日学者，她把自己的杭州公司已经比较紧张的厂房食堂分隔出一大间，免费给我，让我的在风雨之中飘摇的新生态公司有了一个稳定的落脚点。

宋青宜女士不断穿梭在日本与中国之间，给我带来了许多日本做有机的经验和信息，鼓励我继续坚持做下去。

在她的支持下，坚定了我独自创业继续前行在有机之路上的信心。

感谢俞兴良先生，在新生态公司山穷水尽之时，毅然投资进来，支撑着我继续走有机之路。

感谢我爱我家公司的陆斌斌先生，从财力、物力、人力上帮助我推动有机理念的传播和发展。

感谢李润豪先生放弃自己的工作，投身到有机健康产业委员会里来，帮助我共同推广有机事业。

感谢那么多年来对我不离不弃的姚骅、陈亚建、高彦、章力、高浩宁、周柏良、周学健、俞小庆、章亚芬、来玉珍、赵丽嘉、章译文、黄蓉、潘锡海、田力等等我的老朋友、新生态的老员工和不断加入进来的义工们，没有你们的支持我根本走不到今天——感谢中华环境保护基金会的汪亦红主任和李娜，你们对有机肯定和无私的付出，让我把梦想变成了现实。

## <<有机让生活更美好>>

### 媒体关注与评论

“弘扬中华养生文化、推广有机生活方式、提高国民生命质量、创建和谐美好家园”，这是我一直很推崇的理念。

而本书中处处都能看得见与这个理念相呼应的文字，是一本很有诚意、值得一读的好书。

——哈米肴有机爱心基金会会长、哈米肴国际连锁机构总裁 刘思远 这本书让我对有机生活充满了信心，祝愿更多的朋友和胡老师一起用爱心和智慧来经营有机事业，祝愿每个人、每处环境和整个地球都健康。

浙江尚农生物科技有限公司董事长 金深 ——我们在追求自身健康的同时，更重要的是追求地球环境的健康。

有机生活是一种健康、环保、低碳的生活方式，维护着地球生态平衡，是人类持续健康的保障。

本书倡导：为了自己的健康，为了地球的健康，让我们选择有机生活。

这是一种高尚社会责任的体现。

——禾然有机董事长 孙德菩希望大家能抽空读一读本书，来参加“一日有机生活——让我们与地球同健康”活动，了解有机生活，体验有机生活，爱上这种低碳、环保、健康的生活方式。

也许我们的行动微不足道，但用我们的信心和力量终能会聚成地球绿色的希望！

只要我们凝聚每一份力量，减少1千克化肥，减少1升农药，减少1千克碳排放量，普通民众同样也拥有改变未来的力量。

——胡删



## <<有机让生活更美好>>

### 编辑推荐

《有机让生活更美好:胡老师说有机生活》是一本关于肿瘤病人的有机调理实录，是献给他们及其家人的“心灵鸡汤”，它不仅记载了有机食品与有机生活理念，如何救治肿瘤患者及家人于病痛的水火之中它更向大众展示了一种更健康、更环保、更美好的生活方式，选择有机就是选择人与地球共同健康，用我们每一个人的力量会聚成地球绿色的希望。

#### 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>