

Peacefood



Das Buch, mit dem alles anfing...Für mich war es Inspiration pur.

Dr. Rüdiger Dahlke versteht es, den Leser mit Informationen, Fakten und schlüssigen Thesen in den Bann zu ziehen. Er zeigt im ersten Teil die Auswirkungen des Fleisch- und Milchkonsums auf den menschlichen Körper auf und weist in unmissverständlicher Weise auf Zusammenhänge zwischen der Aufnahme tierischer Produkte und Krebs, Autoimmunerkrankungen und Osteoporose hin. Ausgehend von der „China-Study“ hat er ein „Manifest für eine gesunde und tierleidfreie Ernährung“ geschrieben.

Er schildert die wahren Zustände der Massentierhaltung und welche Auswirkungen das für Tier und Mensch hat. Im letzten Teil gibt es noch vegane Rezepte.

Das Buch macht große Hoffnung, weil es uns viele Möglichkeiten neuen Handelns eröffnet.

Er verarbeitet die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse zu einem mitreißenden Buch, das den Leser – und mit ihm die ganze Welt – verändern kann.

Einfach großartig! Zum selber lesen und verschenken.

Share this: