

จาก วิกฤติ สู่ สันติสุข

วิถีแห่งวิถีสันติสุข
คือคำตอบ



อนุตราจารย์ชิงไห่

จากวิกฤติสู่สันติสุข

วิธีแห่งวีแกนออแกนิกคือคำตอบ

อนุตราจารย์ซิงไห่





ผู้เขียน:

อนุดราราจารย์ชิงไห่

ออกแบบปก:

Gena Balaria และ Dawn Faith

ออกแบบรูปเล่ม:

Meteo Rivera

บรรณาธิการ:

Love Ocean Creative International Company, Ltd.

ที่อยู่: B1., No. 3, Alley 30, Lane 78, Sec. 2, Fusing S. Rd.,

Taipei City, 10664, Taiwan, R.O.C.

โทรศัพท์: 886-2-2706-5528 และ 886-2-87896317

www.loveoceancreative.com / E-mail: info@loveoceancreative.com

The Supreme Master Ching Hai © 2010

พิมพ์ครั้งที่หนึ่ง: กันยายน 2011

พิมพ์ที่ประเทศไทย

ISBN: 978-986-6061-00-4 (ปกอ่อน)

สงวนลิขสิทธิ์

เรายินดีให้คุณคัดลอกเนื้อหาในหนังสือเล่มนี้หลังจากที่ได้รับอนุญาต
จากสำนักพิมพ์แล้ว

หนังสือเล่มนี้ใช้หมึกพิมพ์ที่ได้จากอ้วเหลืองซึ่งเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม
และกระดาษที่ใช้เป็นกระดาษรีไซเคิล

เพื่อเป็นการแผ่กระจายความรักที่มีอยู่เปี่ยมล้นออกไป โปรดแบ่งปัน
หนังสือเล่มนี้กับเพื่อน ๆ ของคุณ และคนที่คุณรัก



เนื่องด้วยกรรมดีของผู้อยู่อาศัยทั้งหมดของโลก
โลกที่งดงามไปนี้จึง ได้ถูกสร้างขึ้น แต่ถ้ามันปกคลุม
ไปด้วยกรรมเลวที่เกิดขึ้นใหม่แล้วละก็ โลกนี้และ/หรือ
ผู้อยู่อาศัยของมันจะมลายไป

สร้างกรรมดี :

มีเมตตา

เป็นวิถีน

รักษสิ่งแวดล้อม

~อนุตราจารย์ชิงไห่







สารบัญ



คำนำ	VII
ชีวประวัติอย่างย่อของ	
ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่	XI
คำขอรับรองจาก	
ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่ที่มีต่อผู้นำของโลก	XV
1. ทางออกวิถีกั้นเพื่อช่วยโลกเรา	1
I. ภาวะฉุกเฉินของโลก	2
II. ทางเลือกอาหารของเราคือประเด็นชีวิตและความตาย	5
2. สัญญาเตือนภัยเพื่อปลุกมนุษยชาติ	11
I. เลวร้ายกว่าสมมติภาพที่เลวร้ายที่สุด	12
II. เรากำลังหมดเวลาแล้ว	26
III. สู้กับปัญหาที่ต้นตอเดี๋ยวนี้	28
3. วิถีกั้นออกแกนิกเพื่อขยายโลกของเรา	35
I. ทำให้โลกเย็นลงและฟื้นฟูสิ่งแวดล้อม	36
II. เป็นทางออกที่รวดเร็วที่สุดและสีเขียวที่สุด	58
III. ให้ชีวิตเพื่อรักษาชีวิต	62



4. ออกกฎหมายและนโยบายวิถึแก่น	69
I. ผู้นำโลกควรเป็นตัวอย่าง	70
II. รัฐบาลต้องดำเนินการอย่างเร่งด่วน	71
III. ความสำเร็จของการเปลี่ยนมาทำอาชีพทางเลือก ของคนเลี้ยงสัตว์	88
IV. ตัวอย่างการบริหารจัดการที่ดี	90
V. วิถึแก่นอแกนิกเป็นการเคลื่อนไหวทางจิตวิญญาณ	94
5. การเปลี่ยนแปลงของโลกสู่อาหารจากพืชในทันที	97
I. โลกต้องการความช่วยเหลืออันสูงส่ง และความเป็นผู้นำจากสื่อมวลชน	98
II. ผู้นำทางศาสนานำทางผู้คนสู่การดำรงชีพอย่างมีคุณธรรม	100
III. การศึกษาที่ดัดแปลงสอนให้รู้จักวิถีชีวิตที่ดี ต่อสิ่งแวดล้อมและสุขภาพ	102
IV. องค์กรเอกชนส่งเสริมการเคลื่อนไหววิถึแก่น	106
V. จงเป็นการเปลี่ยนแปลงที่คุณต้องการจะเห็น	108
6. การก้าวกระโดดของมนุษยชาติสู่ยุคทอง	121
I. จุดเปลี่ยนผันในการวิวัฒนาการของมนุษย์	122
II. โลกกำลังขึ้นสู่อารยธรรมกาแลคซีที่สูงกว่า	127
III. ทำให้ฝันแห่งอีเดนเป็นความจริง	130
ภาคผนวก	135
หมายเหตุ	146
บรรณานุกรมการบรรยายโดยท่านอนุตราจารย์ชิงไห่	162
แหล่งข้อมูลเพิ่มเติม	167
สื่อสิ่งพิมพ์ของเรา	171



คำนำ



ณ งานสัมมนาต่าง ๆ และในการสัมภาษณ์กับผู้สื่อข่าว รวมถึงในการพบกับลูกศิษย์เมื่อเร็ว ๆ นี้ ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่ได้กล่าวถึงความเร่งด่วนเกี่ยวกับวิกฤติสภาวะอากาศในโลกปัจจุบัน ดังที่ท่านได้กล่าวไว้ “โลกเราคือบ้านที่กำลังไฟไหม้ หากเราไม่ทำงานด้วยกันในจิตวิญญาณที่เป็นหนึ่งเพื่อดับไฟ เราจะไม่มีย่านให้อาศัยอยู่อีกต่อไป” แต่ท่านก็ได้เสนอทางออกที่เปี่ยมไปด้วยความหวังให้กับมวลมนุษย์ ทางออกซึ่งทุกคนสามารถทำได้ อย่างง่ายดาย: “เป็นวีแกน เพื่อช่วยโลกเรา”

ดังที่วิกฤตินี้กำลังทวีความรุนแรงขึ้น ภัยธรรมชาติกำลังคร่าชีวิตนับหมื่น และโยกย้ายคนนับล้านไปจากบ้านเรือนของพวกเขา พร้อมกับการสูญเสียทางการเงินที่สูงถึงหลายพันล้านดอลลาร์ ระดับน้ำทะเลที่สูงขึ้นได้ทำให้ประเทศที่เป็นเกาะมากมายจมลง และกำลังเป็นภัยคุกคามต่อความเป็นอยู่ของอีกหลายประเทศ นอกจากนี้ฝนที่ตกไม่เป็นปกติ และความแห้งแล้งที่ทวีความรุนแรงมากยิ่งขึ้น กำลังส่งผลกระทบต่อหลายพื้นที่ซึ่งทำให้สภาวะการขาดแคลนอาหารและน้ำยิ่งเลวร้ายลง และผู้เชี่ยวชาญด้านภูมิอากาศได้เตือนถึงสภาพอากาศที่ยิ่งรุนแรงที่กำลังจะมาถึง พร้อมกับความเป็นไปได้ของ “ภาวะโลกร้อนที่ไม่อาจหวนคืน”

ในหนังสือเล่มนี้ อนุตราจารย์ชิงไห่ได้นำเสนอตัวแปรหลัก ๆ ที่เกี่ยวข้องกับภาวะโลกร้อน และที่สำคัญยิ่งกว่าก็คือรากเหง้าของปัญหา ซึ่งก็คืออุตสาหกรรมปศุสัตว์

ที่จริงแล้ว การศึกษาทางวิทยาศาสตร์มากมายได้สนับสนุนมุมมองของท่านอนุตราจารย์ชิงไห่ ซึ่งท่านได้อธิบายอย่างละเอียดมาตลอดยี่สิบกว่าปีที่ผ่านมาว่า การเลี้ยงปศุสัตว์เพื่อ



เป็นอาหาร ไม่เพียงทำให้เกิดการสูญเสีย น้ำ ที่ดิน และพลังงานอันล้ำค่าเป็นจำนวนมาก แต่ยังก่อให้เกิดการปล่อย 51% ของก๊าซเรือนกระจกทั้งหมดในโลก ฟาร์มปศุสัตว์ยังเป็นแหล่งกำเนิดของมีเทนที่ใหญ่ที่สุดในบรรยากาศ ซึ่งเป็นก๊าซเรือนกระจกที่ทรงพลังยิ่งกว่า CO₂ แต่มีช่วงชีวิตที่สั้นกว่า

ดังนั้น ดังที่ท่านอนุตราจารย์ซิงให้ได้กล่าวไว้ มันไม่เพียงเป็นเหตุเป็นผลที่การหยุดการผลิตเนื้อสัตว์ และ “การหันมาเป็นวีแกน” หรือหันมาทานอาหารจากพืช จะช่วยลดอุณหภูมิโลกได้ทันที เชียวยาความเจ็บป่วยทางสิ่งแวดล้อมที่เกิดจากปศุสัตว์ และลดค่าใช้จ่ายสำหรับการบรรเทาสภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลงได้ถึงแสนล้านดอลลาร์ แต่การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ยังสามารถบรรลุผลได้โดยไม่ส่งผลกระทบต่อความใคร่ต่อความเคร่งครัดและสังคม ในทางตรงข้าม การหยุดยั้งคาร์บอนไดออกไซด์ที่เกิดจากภาคอุตสาหกรรมและการขนส่ง อาจส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจ นอกจากนี้ เทคโนโลยีสีเขียวส่วนใหญ่ใช้เวลาในการพัฒนาเป็นปี ๆ ในขณะที่การลดการปล่อยก๊าซมีเทนสามารถดำเนินการได้ทันทีกับอาหารวีแกนทุก ๆ งาน ดังนั้น การนำวิถีชีวิตวีแกนมาใช้ จึงเป็นทางออกที่ง่ายที่สุด รวดเร็วที่สุด และมีค่าใช้จ่ายน้อยที่สุดในการแก้ไขวิกฤติสภาพอากาศ และเป็นเพียงทางออกเดียวของเรา เนื่องจากเวลาของเรากำลังหมดลง

ผู้เชี่ยวชาญด้านสภาพอากาศ นักสิ่งแวดล้อม เจ้าหน้าที่ของรัฐมากมายได้เริ่มให้การสนับสนุนทางออกนี้แล้วเพื่อช่วยรักษาโลกให้รอดพ้นจากผลกระทบที่เลวร้ายที่สุดของสภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลง เสียงของพวกเขาได้รับการรวบรวมไว้ในรายงานขององค์การสหประชาชาติในเดือนมิถุนายน 2010 โดยกระตุ้นให้โลกมีการเปลี่ยนแปลงไปสู่การทานอาหารที่ปลอดเนื้อสัตว์และนม ซึ่งสอดคล้องกับคำร้องอันเร่งด่วนของท่านอนุตราจารย์ซิงให้ที่ว่า ทุกคนที่มีอำนาจในการตัดสินใจควรรีบก้าวไปข้างหน้าอย่างกล้าหาญในการออกกฎหมายสนับสนุนการเปลี่ยนแปลงนี้ทันที

บางที สิ่งที่เลวร้ายยิ่งกว่าการปล่อยก๊าซคาร์บอนของเราซึ่งเป็นสาเหตุของวิกฤติสภาพอากาศ ก็คือรอยยิ้มเลือดที่เราทิ้งไว้ข้างหลัง ในการฆ่าสัตว์ในฟาร์มผู้บริสุทธิ์นับพันล้านตัวในแต่ละปี ท่านอนุตราจารย์ซิงให้เตือนว่า อาชญากรรมทางคุณธรรมนี้ได้ขยายขนาดจนมีความรุนแรงระดับโลก ดังที่การกระทำที่รุนแรงของเราหวนกลับคืนมาหาเราในรูปแบบของภัย



ธรรมชาติ: “คุณหว่านเมล็ดพันธุ์ใด คุณจะได้รับผลเช่นนั้น” เช่นนี้คือคำสอนสากลที่พบได้ในทุกพระคัมภีร์อันยิ่งใหญ่ของโลก

ที่จริงแล้ว มวลมนุษย์กำลังประสบกับจุดเปลี่ยนผันที่สำคัญยิ่ง เรามีโอกาสเพียงครั้งเดียวที่จะรักษาโลกใบนี้ไว้ และเวลาก็คือเดี๋ยวนี้ แค่เพียงหันมาทานอาหารจากพืชที่ช่วยรักษาชีวิตและมีเมตตา นี่เราสามารถขจัดความมืดที่กำลังโอบล้อมเรา และก้าวเล็ก ๆ นี้ จะขับเคลื่อนมนุษยชาติไปสู่ระดับของจิตสำนึกที่สูงกว่า เราจะฟื้นคืนสมดุลของโลก ซึ่งจะนำไปสู่ยุคทองแห่งสันติสุข ความมั่งคั่งและความรัก ดังที่ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่ได้ให้สัญญาไว้ เราจะมีสวรรค์บนโลก

ขอให้เราทุกคนร่วมกันใช้โอกาสนี้ สร้างการเปลี่ยนแปลงในวันนี้ มาร่วมกันพัฒนาและยกระดับอารยธรรมของเราและโลกใบนี้กันเถิด

ทีมบรรณาธิการ



หมายเหตุจากบรรณาธิการ:

หนังสือเล่มนี้มีบางส่วนของคำกล่าวของท่านอนุตราจารย์ชิงไห่ที่ไม่ได้ถูกย่อความ ซึ่งท่านได้กล่าวไว้ใน การสัมมนานานาชาติและการพบกับลูกศิษย์ รวมถึงการให้สัมภาษณ์กับผู้สื่อข่าวต่าง ๆ สำหรับแหล่งที่มาของข้อความเหล่านี้ โปรดดูที่ “บรรณานุกรมการบรรยายโดยท่านอนุตราจารย์ชิงไห่” ในหน้าที่ 162

ในการกล่าวถึงพระเจ้า ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่ใช้คำที่ไม่มีเพศต่อไปนี้ เพื่อหลีกเลี่ยงการถกเถียงที่ว่า พระเจ้าเป็นเพศชายหรือหญิง

She + He = Hes (as in Bless)

Her + Him = Hirm (as in Firm)

Hers + His = Hiers (as in Dears)

ตัวอย่าง: When God wants, Hes makes things happen

according to Hiers will to suit Hirmself.

ด้วยการเป็นผู้สร้างสรรค์การออกแบบทางศิลปะและครูทางจิตวิญญาณ ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่รักการแสดงออกถึงความงดงามภายในทั้งหมด ด้วยเหตุผลนี้ ท่านจึงกล่าวถึงประเทศเวียดนามว่า “เอาหลัก” และประเทศไต้หวันว่า “ฟอร์โมซา” เอาหลักเป็นชื่อโบราณของเวียดนามซึ่งมีความหมายว่า “ความสุข” และฟอร์โมซาหมายถึง “สวยงาม” ซึ่งสะท้อนถึงความงดงามของเกาะและผู้คน ได้มากกว่า ท่านอาจารย์รู้สึกว่าการใช้ชื่อเหล่านี้จะนำมาซึ่งการยกระดับทางจิตวิญญาณและโชคดียิ่งประเทศเหล่านี้และผู้อยู่อาศัย



ชีวประวัติอย่างย่อของ ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่



ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่เป็นนักมนุษยธรรม นักสิ่งแวดล้อม นักเขียน ศิลปิน นักออกแบบ นักดนตรี ผู้กำกับภาพยนตร์ และครูทางจิตวิญญาณที่มีชื่อเสียง ผู้ซึ่งความรักและความห่วงใยที่มีให้กับมวลมนุษยชาติของท่านนั้น อยู่เหนือสีผิวและพรมแดนประเทศ นับตั้งแต่ต้นทศวรรษที่ 80 เป็นต้นมา ท่านได้เป็นหนึ่งในผู้บุกเบิกทางนิเวศวิทยาผู้อุทิศตนมากที่สุดท่านหนึ่งของโลก ด้วยการส่งเสริมการพิทักษ์สิ่งแวดล้อม การอนุรักษ์ความหลากหลายทางชีวภาพ การปลูกป่า วิถีชีวิตที่ยั่งยืน และสำคัญที่สุดก็คือ การทานอาหารวีแกนอแกนิก ซึ่งเป็นวิถีแก้ไขวิกฤติสภาวะอากาศที่มีประสิทธิภาพที่สุด และรวดเร็วที่สุด

ด้วยความมุ่งมั่นที่ไม่สั่นคลอน ท่านอุทิศเวลาและทรัพยากรในการปลูกโลกให้ตระหนักถึงผลกระทบที่รุนแรงของสภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลงและทางออกวีแกน ตั้งแต่ปี 2006 ถึงปี 2008 ท่านได้ดำเนินโครงการรณรงค์ทางเลือกใหม่ในการดำรงชีวิต และการสร้างความตระหนักด้านภาวะโลกร้อนที่เร่งด่วน ท่านยังมีวารสารข่าว เขียนหนังสือ ผลิตสารคดีมั่งสวิร์ดิในปี 2005 ที่มีชื่อว่า “วีรบุรุษที่แท้จริง” และรายการโทรทัศน์ในปี 2010 ที่มีชื่อว่า “คิงแอนด์โค” และเป็นแรงบันดาลใจให้กับการสัมมนานานาชาติเกี่ยวกับสภาพภูมิอากาศ ซึ่งออกอากาศบนโทรทัศน์สุพรีมมาสเตอร์ ตลอด 24 ชั่วโมง ทั้ง 7 วันทั่วโลก ผ่านดาวเทียม ซึ่งนำเสนอข่าวที่ครอบคลุมด้านอากาศที่เปลี่ยนแปลง การทานวีแกน และหัวข้อที่จรรโลงอื่น ๆ ตั้งแต่ปี 2007 เป็นต้นมา ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่ยังได้แบ่งปันความรู้ของท่านกับผู้เชี่ยวชาญด้านสิ่งแวดล้อม ผู้นำรัฐบาล ผู้ทรงเกียรติ และประชาชนผู้ห่วงใย ผ่านการสัมมนาเกี่ยวกับสภาวะอากาศที่เปลี่ยนแปลง 29 ครั้ง ใน 15 ประเทศ ซึ่งออกอากาศสดผ่านดาวเทียมและวิทยุ จากความพยายามเหล่านี้ คำขวัญของ



ท่าน “เป็นวีแกน รักรัษสิ่งแวดลอม เพื่อช่วยโลกเรา” ได้รับการเผยแพร่ไปทั่วโลก ซึ่งได้สร้างแรงบันดาลใจให้กับมวลมนุษยชาติที่จะโอบรับวิถีชีวิตวีแกนที่ยั่งยืนและดีต่อสุขภาพ และวิวัฒนาการสู่สถานะแห่งสันติสุขและความกลมเกลียวที่สูงขึ้น ด้วยตัวอย่างอันมีเมตตา ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่ยังได้ย้ำเตือนเราให้ระลึกถึงความดั่งมภายในของเรา และความรักที่มีให้กับทุกสรรพสิ่งที่พระเจ้าสร้างขึ้น ประกายความคิดอันลึกซึ้งซึ่งท่านได้มาจากการบรรลุลุธรรม ทำให้ท่านมองเห็นต้นตอของความทุกข์ของมนุษย์ ความไม่กลมเกลียวทางสังคม และความเสื่อมถอยทางสิ่งแวดล้อม ความรุนแรงที่เราได้กระทำต่อสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ รวมถึงเพื่อนสัตว์ผู้บริสุทธิ์ของเรา ด้วยความเมตตาที่มีต่อผู้อ่อนแอและไม่มีเสียง ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่ได้เขียนหนังสือขายดีอันดับหนึ่งที่มีชื่อว่า “นกในชีวิตของฉัน” “สุนัขในชีวิตของฉัน” และ “สัตว์ป่าผู้สูงส่ง” อัญมณีทางวรรณกรรมเหล่านี้ซึ่งมีในหลายภาษาได้เปิดเผยถึงความคิดอันลึกซึ้งและความรู้สึกของสัตว์ร่วมโลก และเน้นย้ำถึงธรรมชาติแห่งสวรรค์และความรักอันไร้เงื่อนไขของพวกเขา

ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่เกิดที่เอาหลัก (เวียดนาม) ตอนกลาง ได้รับการศึกษาที่ยุโรป และทำงานให้กับสภากาชาด ต่อมาท่านตระหนักถึงความทุกข์ทรมานที่มีอยู่ทั่วทุกมุมโลก และความปรารถนาของท่านในการค้นหาหนทางแก้ไข ได้กลายเป็นเป้าหมายสำคัญอันดับหนึ่งในชีวิตของท่าน ท่านจึงออกเดินทางสู่หิมาลัยเพื่อค้นหาการรู้แจ้งทางจิตวิญญาณ และในที่สุดก็ได้รับการถ่ายทอดแสงและเสียงภายในแห่งสวรรค์ ซึ่งต่อมามีชื่อว่า ธรรมวิถีกวนอิม หลังจากการบำเพ็ญอย่างขยันหมั่นเพียร ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่ได้บรรลุลการรู้แจ้งอันยิ่งใหญ่ หลังจากที่ท่านกลับจากหิมาลัย ตามคำร้องของผู้คนรอบตัวท่าน ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่ได้เริ่มแบ่งปันธรรมวิถีกวนอิม ส่งเสริมลูกศิษย์ของท่านให้มองที่ภายในเพื่อค้นหาความยิ่งใหญ่แห่งสวรรค์ของพวกเขาเอง ไม่นานนัก ท่านได้รับคำเชิญไปปาฐกถาธรรมที่อเมริกา ยุโรป เอเชีย ออสเตรเลีย และแอฟริกา หัวใจอันมีเมตตาของท่านอนุตราจารย์ชิงไห่ยังสะท้อนในความห่วงใยที่มีต่อผู้ยากไร้ ทูตทรัพย์จากการขายผลงานทางศิลปะของท่าน ทำให้ท่านสามารถสนับสนุนภารกิจในการปลดปล่อยนุตรของพระเจ้าผ่านงานการกุศลและการบรรเทาภัยพิบัติทั่วโลก

แม้ว่าท่านจะไม่แสวงหาชื่อเสียงใดๆ ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่ได้รับรางวัลมากมายจาก



รัฐบาลและองค์กรต่าง ๆ ทั่วโลก สำหรับงานด้านมนุษยธรรมของท่าน รางวัลส่วนหนึ่ง ได้แก่ รางวัลสันติภาพโลก รางวัลผู้นำทางจิตวิญญาณโลก รางวัลส่งเสริมสิทธิมนุษยชน รางวัลนักมนุษยธรรมโลก รางวัลการช่วยเหลือมนุษยชาติที่โดดเด่น รางวัลสันติภาพกูซีย์ 2006 ประกาศเกียรติบัตรสัปดาห์คนตรีเอสเองเจดลิส รางวัลเหรียญเงินอันดับหนึ่งเทเลลีประจำปี 2006 ครั้งที่ 27 รางวัลวิถีชีวิตที่ไม่หยุดนิ่งจากประธานาธิบดีของสหรัฐ จอร์จ ดับเบิลยู บุช และรางวัลอาสาสมัครประจำปี 2010 จากประธานาธิบดีบารัค โอบามาแห่งสหรัฐอเมริกา

นอกจากนี้ วันที่ 25 ตุลาคม และวันที่ 22 กุมภาพันธ์ ยังได้รับการประกาศให้เป็น “วันอนุตราจารย์ซิงไห่” ที่ประเทศสหรัฐอเมริกาโดยเจ้าหน้าที่ของรัฐฮาวายและอิลลินอยส์ สาสน์แสดงความยินดีจากอดีตรัฐมนตรีของสหรัฐ บิลคลินตัน บุช และเรแกน ได้ถูกมอบให้แก่ท่านในช่วงพิธีรับรางวัล และเพื่อเป็นการยกย่องบุคคลผู้มีคุณธรรมและส่งเสริมผู้อื่นให้เป็นแรงบันดาลใจจากตัวอย่างของพวกเขา ท่านอนุตราจารย์ซิงไห่ได้ก่อตั้งรางวัลโลกที่ส่องแสง ซึ่งมอบให้กับบุคคลและสัตว์ที่คู่ควร สำหรับวิริยภาพอันโดดเด่น ความเมตตา ภาวะผู้นำ ความกล้าหาญ หรืออัจฉริยภาพของพวกเขา

ท่านอนุตราจารย์ซิงไห่ยังอุทิศชีวิตอย่างไม่เห็นแก่ตัว ให้กับการสร้างอนาคตอันงดงามเพื่อโลกอันเป็นที่รักของเราและผู้อยู่อาศัยอันล้ำค่า ตลอดประวัติศาสตร์ที่ผ่านมา ผู้มีวิสัยทัศน์อันยิ่งใหญ่ได้มีความฝัน และท่านอนุตราจารย์ซิงไห่ได้กล่าวของท่านชัดเจน ดังนี้ “ฉันมีความฝัน ฉันฝันว่าโลกทั้งมวลจะสงบสุข ฉันฝันว่าการฆ่าทั้งหมดจะยุติลง ฉันฝันว่าเด็ก ๆ ทุกคนจะเดินในสันติสุขและความกลมเกลียว ฉันฝันว่า ทุกประเทศจะจับมือกัน ปกป้องกันและกัน และช่วยเหลือกัน ฉันฝันว่าโลกอันงดงามของเราจะไม่ถูกทำลาย มันใช้เวลาเป็นพัน ๆ ล้าน ล้าน ๆ ปีที่จะสร้างโลกใบนี้ขึ้นมา และมันงดงามยิ่งนำอัศจรรย์ยิ่ง ฉันฝันว่ามันจะดำเนินต่อไป แต่ในสันติสุข ความงดงาม และความรัก”



ฉันอยากโอบกอดผู้นำและผู้ที่ไม่ใช่ผู้นำ ผู้คนในโลกนี้ และบอกพวกเขาว่า “ตื่นเถิด” ฉันอยากโอบกอดพวกเขาและบอกพวกเขาว่า “ตื่นเถิด ตื่นเดี๋ยวนี้ ตื่นนะ ที่รักของฉัน ตื่นเถิด เพื่อนของฉัน รักษาชีวิตของคุณ”



คำขอร้องจาก ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่ ที่มีต่อผู้นำของโลก



ฉันซึ่งในพระคุณเป็นอย่างสูง ผู้นำผู้กล้าหาญในโลก สำหรับการก้าวออกมานอกขอบเขตของพวกเราและพูดเพื่อทุก ๆ คน แม้ว่าสาธารณชนจะไม่ยินดีกับความปรารถนาดีของพวกเรา สวรรค์จะจดจำ และพวกเขาจะได้รางวัลอันยิ่งใหญ่หลังจากนั้น แน่แน่นอนว่า มันยากมากที่จะอยู่ในตำแหน่งของผู้มีอำนาจ

การเป็นผู้นำคือการมีความกล้าหาญ ความเมตตา และความสูงส่ง นั่นคือเหตุผลที่ท่านคือผู้นำ แน่แน่นอนว่า มันไม่ง่ายที่จะอยู่ในตำแหน่งของผู้นำ ผู้นำจึงมีอยู่จำนวนน้อยในประเทศหนึ่งมีกษัตริย์เพียงพระองค์เดียว พระราชินีเพียงพระองค์เดียว มีเจ้าหญิงบ้าง เจ้าชายบ้าง ประธานาธิบดีหนึ่งคน นายกรัฐมนตรีหนึ่งคน มีผู้นำน้อยมากเมื่อเทียบกับคนจำนวนมหาศาลของโลกนี้ แต่น้อยยิ่งกว่าคือผู้นำผู้กล้าหาญ ผู้นำผู้มีคุณธรรม และผู้นำผู้มีปัญญา

สำหรับผู้นำผู้กล้าหาญและมีปัญญาเช่นนี้ เราให้การสนับสนุนและความเคารพอย่างเต็มที่ เรากาวนาให้สวรรค์มอบพระกำลัง ปัญญา ให้แก่พวกเขามากขึ้นเพื่อให้สามารถปฏิบัติหน้าที่อันสูงส่งของพวกเขา ดังที่ฉันได้บอกคุณแล้ว ผู้นำนั้นมีอยู่น้อยมาก และน้อยยิ่งกว่าคือผู้มีปัญญาและกล้าหาญ การเป็นผู้นำ เราต้องรู้ว่าอะไรดีต่อประชาชนของเรา และอะไรที่ไม่ดี และสิ่งที่ดี เราต้องส่งเสริมให้พวกเขาทำ ช่วยเหลือพวกเขา และสิ่งที่ไม่ดี เราต้องหยุด เพื่อปกป้องพวกเขา นั่นคือความหมายที่แท้จริงของผู้นำ



ส่งเสริมวิถีชีวิตปลอดเนื้อสัตว์ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อทุกคน

รัฐบาลที่ดีที่สุดควรส่งเสริมนโยบายที่เป็นประโยชน์ต่อคนทั่วไปและประชาชนทุกคน การระดมทุนที่ผิดได้นั้น ในตอนนี้ รัฐบาลต้องตระหนักว่า นี่คือการดำเนินการพิเศษที่ต้องใช้มาตรการที่ไม่ธรรมดา

ฉันแนะนำให้ผู้นำโลกและทุกรัฐบาล โปรดส่งเสริมวิถีชีวิตปลอดเนื้อสัตว์และอย่างรวดเร็ว เพื่อที่เราจะสามารถรักษาโลกใบนี้ไว้ได้

เราไม่มีเวลา มีเวลาเหลือไม่มาก สิ่งนี้ไม่ได้เกี่ยวกับการเมืองด้วยซ้ำ มันเกี่ยวกับความอยู่รอดของเราเองและลูก ๆ ของเรา ถ้าทุกรัฐบาลส่งเสริมผู้คนให้หันมาทานอาหารปลอดเนื้อสัตว์ซึ่งดีต่อสุขภาพ โลกก็จะได้รับกอบกู้ไว้อย่างรวดเร็ว

กิจกรรมที่ดีต่อโลกเราสามารถทำให้เกิดความเป็นอยู่ที่ดีได้เช่นกัน เรามีการขาดแคลนอาหาร รัฐบาลสามารถสนับสนุนเกษตรกรวัยแก่นออกแกนิกและสนับสนุนการพัฒนาการดำเนินการสีเขียวอื่น ๆ อย่างง่ายดาย สิ่งนี้จะช่วยได้มาก รัฐบาลต้องจัดลำดับความสำคัญช่วยโลกให้รอด ทำการเกษตรแบบออแกนิก ให้เงินสนับสนุน

สำหรับผู้นำทุกคน ฉันขอร้องพวกเขาอีกครั้ง โปรดให้ความรักแก่ประชาชนชายหญิงของพวกเขาและเด็ก ๆ ทุกคนก่อนใครอื่น ขอมรับการดำเนินการที่จำเป็นอย่างกล้าหาญ ใช้อำนาจที่อยู่ในมือของพวกเขาซึ่งได้รับการไว้วางใจจากประชาชน เพื่อที่จะรักษาโลกใบนี้ไว้

อุตสาหกรรมปศุสัตว์ทั่วโลกในตอนนี้ ได้ทำให้เกิดภาวะโลกร้อนเท่ากับภาคพลังงานหรือมากกว่า และฉันรู้ว่ามันเป็นสาเหตุอย่างน้อย 80% การผลิตเนื้อสัตว์กำลังทำให้น้ำของประชาชนของท่านหมดไป ทำลายสุขภาพของพวกเขา ผลักดันให้พวกเขาทำสงคราม และเพาะเชื้อโรคร้ายแรงถึงชีวิตให้เกิดขึ้นใหม่ทุกวัน

มันกำลังฆ่าประชาชนของท่าน มีแต่ท่านเท่านั้นที่จะหยุดมันได้

พวกเขาต้องการตัวอย่างวิแกนอันกล้าหาญและส่องสว่างของท่าน เพราะพวกเขามองที่รัฐบาลของพวกเขาว่าเป็นผู้นำของพวกเขาอย่างแท้จริง



พวกเขาจะได้รับการช่วยเหลืออย่างมหาศาลจากกฎหมายสำหรับการเกษตรและการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม หรือกฎหมายที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนไปสู่วิถีชีวิตที่ง่ายขึ้น

เพื่อนร่วมชาติของท่าน ประชาชนของท่านจะยินดีกับท่าน สรรเสริญท่าน รักท่าน สนับสนุนท่าน และชนรุ่นหลังจะระลึกถึงท่านที่ได้ช่วยรักษาโลกใบนี้ไว้ และจะระลึกถึงการรักษาชีวิตของพวกเขาและชีวิตของคนที่คุณรัก และลูก ๆ ในอนาคตของพวกเขา และสวรรค์จะให้รางวัลแก่ท่านอย่างมหาศาล

เป็นผู้มีการเปลี่ยนแปลงวิถีส่งเสริมการให้อภัย และสันติสุข แล้วทุกปัญหา เช่น ความยากจน ความขัดแย้ง แม้แต่วิกฤติการเงิน โรคระบาด ก็จะอันตรายหายไปเช่นกัน

ฉันขอขอบคุณผู้นำของประเทศต่าง ๆ สำหรับทุกความพยายามในทิศทางนี้ที่ผ่านมา

เราทุกคนคือส่วนหนึ่งของคำตอบ

แต่ถ้าท่านจะอนุญาต ฉันขอกล่าวอย่างตรงไปตรงมาว่า สิ่งที่เรากำลังทำอยู่และกำลังวางแผนอยู่ในตอนนี้ ยังไม่เพียงพอและไม่รวดเร็วพอ และฉันขอให้ท่านมีความกล้าหาญและศรัทธาที่จะทำมากขึ้น และรวดเร็วขึ้น

สำหรับองค์กรต่าง ๆ ของโลก รวมถึงสื่อผู้เข้าใจถึงพลังของการเคลื่อนไหวทางสังคม ขอขอบคุณสำหรับการทำงานของท่านในการบอกกล่าวและส่งเสริมผู้คนให้หันมาสู่วิถีชีวิตที่ง่ายขึ้น ซึ่งปลอดภัยกว่า น่าตื่นตัว มีมนุษยธรรม มีประโยชน์ และทันสมัย

สำหรับบุคคลต่าง ๆ ขอขอบคุณที่กำลังทำในส่วนของท่านในการรักษาโลกใบนี้ของท่านไว้ แต่โปรดทำมันอย่างรวดเร็ว เรายังมีอีกมากมายที่ต้องทำ และเรามีเวลาเหลือน้อย

เราต้องกระตุ้นผู้นำของเรา และเพื่อนมนุษย์ เพื่อนบ้านของเราต่อไปให้เปลี่ยนเป็นวิถีกันเพื่อรักษาชีวิตของพวกเขาเอง และครอบครัวและลูก ๆ ของพวกเขา และสัตว์ และทุกสิ่งที่ทำให้การดำรงชีวิตของพวกเขามีความหมาย



เราสามารถออกจากภัยอันตรายนี้ได้ แต่ต้องด้วยทิศทางที่ถูกต้อง บ้านของเรากำลังมีไฟลุกไหม้ แต่ท่อน้ำนั้นอยู่ตรงหน้าเรา

เพียงแค่หยิบมันขึ้นมาและใช้มัน มันง่ายอย่างนั้น แค่นี้ก็แก้แค้นและโปรดทำอย่างรวดเร็ว วันของเรากำลังนับถอยหลัง

สำหรับมวลมนุษยย์ทุกคน สวรรค์รักคุณอย่างมาก เราจึงมีความหวังสำหรับการอยู่รอดของโลกเรามากกว่าแต่ก่อน เราจะตื่นสู่โลกวิถึแก้วดวงใหม่ที่มีเมตตา ที่เปี่ยมไปด้วยพลังงานแห่งความรัก ความเมตตา และพระพรที่ไม่มีสิ้นสุดจากสวรรค์

ฉันภาวนาให้คุณทุกคนดำเนินต่อไปสู่สันติสุขซึ่งอยู่ใกล้แค่เอื้อม ขอขอบคุณอย่างมากทุก ๆ ท่าน ขอขอบคุณค่ะ

ถ้าทุกคนหยุดกินเนื้อสัตว์ในตอนนี้ ภายในแปดสัปดาห์
สภาพอากาศจะเปลี่ยนเป็นดี ทุกสิ่งที่เสียหายจะกลายเป็น
ปกติภายในแปดสัปดาห์ ถ้าทุกคนบนโลกหยุดกิน
เนื้อสัตว์ และหันสู่หัวใจแห่งความเมตตา แล้วผลจะเห็น
ได้ทันที





ทางออกวิถึแค้น เพื่อช่วยโลกเรา

ในขณะนี้ มันเร่งด่วน เราจะต้องหยุดภาวะโลกร้อนเพื่อที่จะมีชีวิตรอดให้ได้ก่อน ดังนั้น การทานวีแกนจึงเป็นเพียงวิธีแก้ปัญหาคือเดียวที่จะส่งผลทันทีสำหรับทุกปัญหาบนโลกเรา ไม่ว่าจะเป็น สิ่งแวดล้อม การอยู่รอด สุขภาพ เศรษฐกิจ ฯลฯ

ฉันเชื่อแน่ว่าโลกของเรากำลังอยู่บนรอยต่อของเปลี่ยนแปลงที่สร้างสรรค์ เพื่อความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นของผู้อยู่อาศัยทั้งหมด ซึ่งรวมถึงสัตว์ ต้นไม้ และพืช

ถ้าเราใช้โอกาสนี้ทำงานร่วมกันในการเปลี่ยนนิสัยที่ไม่ดีของเรา เช่น การกินเนื้อสัตว์ การเสพยาเสพติด การสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์ แล้วเหมือนที่หลายประเทศได้เลิกการสูบบุหรี่ ร่วมกัน เราสามารถเห็นการเปลี่ยนแปลงที่จับพัตันและยิ่งใหญ่เกิดขึ้นบนโลกเรา



I. ภาวะฉุกเฉินของโลก



เวลานั้นเร่งด่วน

“เวลานั้นสายแล้ว มันถึงเวลาแล้วที่จะตัดสินใจ ผมค่อนข้างมั่นใจว่าคุณจะเลือกอย่างฉลาดในการจัดการกับประเด็นโลกร้อน นักวิทยาศาสตร์ได้บอกไว้ค่อนข้างชัดเจน”¹

— บ็อบ คี มุน

“เรามีวิกฤตอากาศที่เปลี่ยนแปลงซึ่งเป็นเรื่องฉุกเฉินระดับโลก”

— อัล กอร์

นักวิทยาศาสตร์ของโลกเกรงว่า ถ้าเราผ่านจุดที่ไม่อาจหวนคืน ขึ้นต่อไปของการเปลี่ยนแปลงสภาพอากาศจะไม่เพียงแค่วุ่นวาย แต่อาจไม่สามารถหวนกลับคืนได้และจะเกิดภัยพิบัติที่รุนแรง ได้มีสัญญาณที่แสดงว่าช่วงเวลานี้กำลังใกล้เข้ามาแล้ว จากการที่ทะเลสาบต่าง ๆ และในบริเวณอื่น ๆ มีก๊าซมีเทนผุดขึ้นมา แทนที่จะถูกเก็บกักไว้อย่างปลอดภัยใต้แผ่นน้ำแข็งโลก

ไม่มีใครทราบถึงวันที่มีเทนจำนวนมหาศาลในปริมาณที่ไม่อาจควบคุมได้จะถูกปล่อยออกมา ซึ่งจะทำให้อุณหภูมิสูงขึ้นอย่างฉับพลัน และเป็นตัวเร่งปรากฏการณ์โลกร้อนที่ไม่อาจหวนคืน สิ่งนั้นจะเป็นหายนะแก่เรา

ผลกระทบทำลายล้างอื่น ๆ ของสภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลงได้เกิดขึ้นแล้ว น้ำแข็งอาร์กติกซึ่งเป็นตัวสะท้อนความร้อนจะหายไปในฤดูร้อนอันใกล้นี้ ระดับน้ำทะเลที่ขึ้นสูงและเกาะที่จมลงหรือถูกคุกคามนับสิบ ๆ แห่ง บริเวณมรณะในมหาสมุทร เกิดขึ้นจากความ เป็นกรดที่เกินกว่าที่สิ่งมีชีวิตจะอาศัยอยู่ได้เนื่องจากมีก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์มากเกินไป ไฟป่ารุนแรงเกิดขึ้นบ่อยครั้ง สัตว์ป่ากำลังสูญพันธุ์อย่างรวดเร็วเกินอัตราการสูญพันธุ์ตามธรรมชาติถึง 100 เท่า พายุทำลายล้างที่รุนแรงเกิดขึ้นบ่อยครั้งขึ้น การระบาดของยุงที่เป็น



พาหะนำโรคจากการขยายตัวของพื้นที่เขตร้อน แผ่นน้ำแข็งของโลกหายไป ทะเลสาบและแม่น้ำกำลังเหือดแห้งหรือหายไปนับหมื่น ๆ แห่ง และการแผ่ขยายของพื้นที่ทะเลทราย

จากผลกระทบทางสิ่งแวดล้อมเหล่านี้ ประชากรสองพันล้านคนกำลังเผชิญกับการขาดแคลนน้ำ และ 20 ล้านคนอยู่ในภาวะสิ้นหวังเหมือนดังผู้ลี้ภัยแต่ไม่ได้รับการคุ้มครองใด ๆ จากรัฐ

เหล่านี้เป็นผลลัพธ์ซึ่งเก็บบททั้งหมดมาจากการกระทำที่รุนแรงของมนุษย์ การกระทำหมายเลขหนึ่งก็คือการกินเนื้อสัตว์

[นอกจากนี้] อุตสาหกรรมปศุสัตว์เป็นสาเหตุหลักของการกักต้อนของดินในโลก มันคือตัวขับเคลื่อนหลักของการเกิดพื้นที่ทะเลทราย การสูญเสียความหลากหลายทางชีวภาพ และการสูญเสียน้ำและมลภาวะทางน้ำ ทั้ง ๆ ที่น้ำกำลังหายากขึ้นทุกวันเนื่องจากภาวะโลกร้อน นอกจากนี้ภาคปศุสัตว์ยังใช้น้ำมันเชื้อเพลิงและรัฐพืชไปอย่างไร้ประสิทธิภาพ กล่าวโดยย่อก็คือ เราทิ้งขว้างรัฐพืชไปมากกว่า 12 เท่า น้ำอย่างน้อย 10 เท่า และพลังงานเชื้อเพลิงแปดเท่าในการผลิตเนื้อวัว เมื่อเทียบกับการผลิตอาหารวีแกนในสัดส่วนของสารอาหารที่เท่าเทียมกันหรือมากกว่า



การปศุสัตว์: สาเหตุหลักของวิกฤติโลก

หนทางเดียวที่จะหลีกเลี่ยงหายนะสภาพอากาศ “ที่ไม่อาจหวนคืน” ก็คือ การลงมือดำเนินการ โดยมุ่งไปที่สาเหตุที่สำคัญที่สุดที่ก่อให้เกิดภัยพิบัติซึ่งก็คือการผลิตเนื้อสัตว์ ในตอนนี้เรามีหลักฐานและข้อมูลทั้งหมดที่ทำให้กล่าวได้อย่างมั่นใจว่า **อุตสาหกรรมปศุสัตว์คือตัวการผลิตก๊าซเรือนกระจกอันดับหนึ่ง**

การค้นพบล่าสุดที่ได้รับการตีพิมพ์จากองค์การสหประชาชาติในปี 2006 บอกเราว่า อุตสาหกรรมปศุสัตว์เป็นสาเหตุของการปล่อยก๊าซเรือนกระจกมากกว่าภาคการขนส่งทั้งหมดในโลก - เครื่องบิน รถไฟ รถยนต์ รถมอเตอร์ไซด์ ฯลฯ รวมกัน² “การคำนวณใหม่บอกเราว่า อุตสาหกรรมปศุสัตว์เป็นสาเหตุของภาวะโลกร้อนอย่างน้อย 50%”³



“การวิเคราะห์ของเราแสดงให้เห็นว่า ปศุสัตว์และผลิตภัณฑ์ของมัน แท้จริงแล้วเป็นสาเหตุของการปล่อยก๊าซเรือนกระจก 32,564 ล้านตันต่อปี ในหน่วยของคาร์บอนไดออกไซด์ หรือ 51 เปอร์เซ็นต์ของการปล่อยก๊าซเรือนกระจกทั่วโลกในแต่ละปี”⁴

— สถาบันเวิร์ลวอร์ช



มีเทนนั้นทรงพลังกว่า CO₂

การปศุสัตว์เป็นสาเหตุหลักของปล่อยก๊าซมีเทนที่เกิดจากมนุษย์ และมีเทนไม่เพียงสามารถเก็บกักความร้อนได้ 72 เท่า มันยังเป็นก๊าซที่มีอายุสั้น ซึ่งหมายความว่า มันจะหายไปจากบรรยากาศได้เร็วกว่าคาร์บอนไดออกไซด์ภายในหนึ่งทศวรรษ ซึ่งตรงข้ามกับเป็นพัน ๆ ปีของก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ ดังนั้นการกำจัดมีเทนโดยการกำจัดการเพาะพันธุ์ปศุสัตว์ คือหนทางที่เร็วที่สุดที่จะทำให้โลกลง

ใช่แล้ว เราต้องจัดการตัวปล่อยก๊าซที่สำคัญที่สุดนี้

ฉันขอเชิญชวนให้ผู้นำผู้มีปัญญาทุกคนหยุดยั้งการผลิตเนื้อสัตว์ที่เป็นภัยถึงชีวิต ซึ่งเป็นตัวผลักดันหลักให้เราไปถึงจุดที่ไม่อาจหวนคืนในขณะนี้ มิฉะนั้นแล้วความพยายามทั้งหลายอื่น ๆ ในการลดคาร์บอนในระบบของเราอาจล้มเหลวไป หรือไม่มีโอกาสที่จะบรรลุผลได้

เราจะทำลายโลกใบนี้หากเรายังไม่หยุดกินเนื้อสัตว์
ผลิตเนื้อสัตว์และผลิตภัณฑ์สัตว์อื่น ๆ



II. ทางเลือกอาหารของเราคือ ประเด็นชีวิตและความตาย



เรากำลังกลืนกินโลกของเรา

ถ้าการกินเนื้อสัตว์ไม่ถูกสั่งห้ามหรือไม่ถูกจำกัดแล้วละก็ โลกทั้งใบอาจหายไป นี่เป็นเรื่องความเป็นความตายของทุกคน มันมีโซ่ทางเลือกส่วนบุคคล และเมื่อเรากินเนื้อสัตว์ เราก็กำลังกลืนกินโลกทั้งหมด กลืนกิน 90% ของเสบียงอาหารทั้งหมด และปล่อยให้คนอื่นๆ อยู่อย่างหิวโหย⁵ มันไม่ใช่ทางเลือกที่จำเป็นเลย

แม้แต่ก่อนจะมีภาวะฉุกเฉินนี้ คนที่กินเนื้อสัตว์ก็ได้กลืนกินทั้งโลก กินอาหารมากมาย ซึ่งเป็นผลให้เกิดความหิวโหยและสงคราม และมันไม่ใช่เป็นทางเลือกที่ถูกต้องตั้งแต่แรกเริ่ม

“เว้นแต่เราจะเปลี่ยนทางเลือกอาหารของเรา ไม่มีสิ่งใดอื่นที่สำคัญ เพราะมันคือเนื้อสัตว์ที่ทำลายป่าไม้มากที่สุด มันคือเนื้อสัตว์ที่ก่อมลภาวะทางน้ำ มันคือเนื้อสัตว์ที่ก่อให้เกิดเชื้อโรค ซึ่งต้นทุนของเราทั้งหมดไปสู่โรงพยาบาล ดังนั้นมันคือทางเลือกอันดับหนึ่งสำหรับทุกคนที่ต้องการจะรักษาโลกใบนี้ไว้”⁶

— มาเนกะ คานธี

สถานการณ์ทั้งหมดนี้ [ภาวะโลกร้อน] กำลังเลวร้ายลงเรื่อย ๆ และจะไม่ยุติจนกว่าเราจะเปลี่ยนวิธีการดำเนินชีวิตของเรา ที่จริงแล้ว หนทางแก้ไขนั้นง่ายมาก เพียงแค่หยุดกินเนื้อสัตว์ นั่นก็คือหนทางแก้ไขที่ดีที่สุด นี่คือนสิ่งที่เล็งไม่ได้ในขณะนี้ เนื่องด้วยภาวะอันตรายอันน่าสะพรึงกลัวของโลกเราและเวลาที่เรามีอย่างจำกัด

การเลิกผลิตเนื้อสัตว์จะช่วยให้การปล่อยก๊าซเรือนกระจกลดลงและเป็นหนทางที่เร็วที่สุดที่เป็นไปได้ และหยุดยั้งความเสียหายอันเลวร้ายต่อสิ่งแวดล้อม ตั้งแต่สภาพอากาศ



ที่เปลี่ยนแปลง ไปจนถึงการใช้ที่ดินและน้ำในทางที่ผิด การสูญเสียสัตว์ป่าและภัยคุกคามต่อสุขภาพของมนุษย์

นอกจากหุตุ [ภาวะโลกร้อน] ได้ถึง 50% แล้ว – นั่นหมายถึงมากกว่านั้น นี่เป็นแค่การประมาณการเชิงอนุรักษ์กันขม – ยังมีคุณประโยชน์ที่สำคัญอีกมากมาย มันช่วยแก้ปัญหาน้ำขาดแคลนของเรา วิกฤตความอดอยากของโลกเรา และปัญหามลภาวะและดินเสื่อม

ถ้าคุณเปรียบเทียบ [การกินเนื้อสัตว์] กับการกินอาหารวีแกน การกินเนื้อสัตว์ใช้ผืนดินมากกว่า 17 เท่า ใช้น้ำมากกว่า 14 เท่า และใช้พลังงานมากกว่า 10 เท่า⁷ เราผลิตซีอิ๊วได้เพียงพอที่จะเลี้ยงประชากรมนุษย์ทั้งหมดอย่างเหลือเฟือ แต่กระนั้นประชากรหนึ่งพันล้านคนกำลังหิวโหย และเด็กเล็ก ๆ 6 ล้านคนเสียชีวิตในแต่ละปี – นั่นคือเด็กหนึ่งคนเสียชีวิตทุก ๆ ชั่วโมงที่ ขณะที่เรามีอาหารมากมายที่จะเลี้ยงประชากรในโลกได้ทั้งหมด และมากกว่านั้น มากกว่าสองเท่าด้วยซ้ำ⁸ ในทางตรงข้าม ประมาณหนึ่งพันล้านคนทุกข์ทรมานจากโรคอ้วนและโรคภัยที่เกี่ยวข้องกับการกินมากเกินไปหรือการกินเนื้อสัตว์มากเกินไป

ดังนั้น จึงมีเหตุผลในทางปฏิบัติมากมายที่จะเป็นวีแกน นอกเหนือจากธรรมชาติแห่งความเมตตาที่ถูกบ่มเพาะจากการอนุรักษ์ทุกชีวิต นี่ก็เป็นสิ่งที่สำคัญเช่นกัน แต่ถ้าผู้คนแค่เริ่มต้นด้วยอาหารวีแกน การเอาใจใส่ใจต่อทุกชีวิตก็จะมาเอง

ยูเอ็นกระตุ้นให้หันมาทานอาหารปลอดเนื้อสัตว์และปลอดผลิตภัณฑ์นม:

“ผลกระทบจากการกลีกรรรมคาดว่าจะเพิ่มสูงขึ้นเนื่องจากการเติบโตของประชากร ซึ่งเพิ่มการบริโภคผลิตภัณฑ์สัตว์ การลดผลกระทบนี้อย่างมีนัยสำคัญจะเป็นไปได้ ด้วยการเปลี่ยนไปสู่การทานอาหารที่ไม่มีผลิตภัณฑ์สัตว์เท่านั้น”⁹



การทานอาหารจากพืชเป็นทางออกที่รวดเร็วที่สุด

“การดำเนินการแทนที่การผลิตปศุสัตว์ไม่เพียงแต่สามารถบรรเทาผลกระทบต่อชั้นบรรยากาศได้อย่างรวดเร็ว แต่ยังสามารถหลีกเลี่ยงสถานการณ์วิกฤติอาหารและน้ำของโลกที่กำลังเกิดขึ้นได้อีกด้วย”¹⁰

— สถาบันเวิร์ลวอร์ช

การเป็นวีแกนจะส่งผลให้เกิดการกำจัดมีเทนออกจากรบรยากาศทันที ซึ่งมีเทนเป็นหนึ่งในก๊าซเรือนกระจกที่เก็บกักความร้อนมากที่สุดถึง 72 เท่าของการเก็บกักความร้อนของคาร์บอนไดออกไซด์¹¹ แน่นอนว่าการเป็นวีแกนนั้นจะทำให้การเปลี่ยนเป็นทะเลทรายช้าลง และรักษาทรัพยากรธรรมชาติของคุณ เช่น ทะเลสาบและแม่น้ำ และปกป้องป่าไม้ของคุณ

คุณสามารถใช้มาตรการสีเขียวอื่น ๆ เช่น การปลูกต้นไม้ หรือหันไปใช้เทคโนโลยีที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมด้วยเช่นกัน ทั้งนี้ การทานมังสวิรัตคือหนทางที่เร็วที่สุดและยังลดกรรมเลวจากการฆ่าได้อีกด้วย ดังนั้นจึงเป็นทางออกที่สำคัญที่สุด

เราอนุรักษ์น้ำสะอาดได้ 70% รักษาป่าฝนเขตร้อนจากการถางป่าเพื่อเป็นทุ่งหญ้าเลี้ยงสัตว์ได้มากถึง 70%¹² มันทำให้มีพื้นที่สำหรับใช้ประโยชน์มากขึ้น 3.5 ล้านเฮกตาร์ต่อปี มันทำให้มีเมล็ดธัญพืชเหลือไว้ใช้ประโยชน์มากขึ้นถึง 760 ล้านตันต่อปี ซึ่งคิดเป็นครึ่งหนึ่งของผลิตผลธัญพืชทั่วโลก คุณจินตนาการออกไหม?¹³ ใช้น้ำมันเชื้อเพลิงน้อยกว่าที่ใช้ในการผลิตเนื้อสัตว์ 2/3 เท่า ลดมลพิษจากของเสียจากสัตว์ที่ไม่ได้รับการบำบัด รักษาอากาศให้สะอาด ลดการปล่อยก๊าซถึง 4.5 ตันต่อหนึ่งครัวเรือนในสหรัฐอเมริกาต่อปี และมันหยุดภาวะโลกร้อนได้ 80%¹⁴

ถ้าจะกล่าวถึงการประหยัดด้านการเงิน นักวิทยาศาสตร์ที่เนเธอร์แลนด์พบว่า ต้องใช้งบประมาณ 40 ล้านล้านเหรียญดอลลาร์สหรัฐในการยับยั้งสภาวะโลกร้อน ซึ่ง 80% เติม



ของเงินจำนวนนี้จะประหยัดได้ด้วยการทานอาหารวีแกน! นั่นคือการประหยัดเงินได้ถึง 32 ล้านดอลลาร์สหรัฐ สำหรับก้าวง่าย ๆ ของการหันจากเนื้อสัตว์ไปรับประทานผลิตภัณฑ์¹⁵

โลกมีกลไกที่จะซ่อมแซมตัวเอง แม้ว่าเราใช้งานดาวเคราะห์ดวงนี้หนักเกินไป เราสร้างมลพิษมากเกินไปและเราสร้างกรรมจากการฆ่ามากเกินไป โลกจึงไม่ได้รับอนุญาตให้ซ่อมแซมตัวเองเพราะกรรมเลวของผู้อยู่อาศัย พื้นที่ที่เราลบล้างผลกรรมเลวจากการฆ่านี้ โลกก็จะกลับหลังหันและจะได้รับอนุญาตให้ซ่อมแซม พื้นฟู และก้าวขึ้นชีวิตอีกครั้ง แท้จริงแล้วมันคือ ผลกรรมเลว เราได้ใช้โลกนี้จนเกินพิกัด เราจึงต้องเปลี่ยนการกระทำของเรา ก็แค่นั้นเอง

แล้วเราจะรักษาโลกใบนี้ไว้ได้ รักษาชีวิตของเรา และชีวิตของลูก ๆ ของเรา และสัตว์ต่าง ๆ ก็เช่นกัน โลกจะกลายเป็นสวรรค์ ไม่มีใครขาดแคลนอะไรอีก ไม่มีใครหิวโหย ไม่มีสงคราม ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ ไม่มีภาวะโลกร้อน ไม่มีอะไรอื่นนอกจากสันติสุข ความสุข และความอุดมสมบูรณ์ ถิ่นสัญญาในนามของพระพุทธะ มันเป็นอย่างนั้น



การฆ่าสัตว์นำพาซึ่งกรรมเลว

“คุณหว่านเมล็ดพืชเช่นไร คุณจะได้ผลเช่นนั้น” “สิ่งที่เหมือนกันดังคู่กัน” เราได้ถูกเตือนแล้วทั้งทางวิทยาศาสตร์และทางจิตวิญญาณ ดังนั้นภัยพิบัติทั้งหลายที่เกิดขึ้นทั่วโลก แน่นอนว่า มันเกี่ยวข้องกับ การปราศจากความเมตตาต่อเพื่อนร่วมโลกของเรานั้นคือราคาที่เรากำลังจ่ายสำหรับสิ่งที่เราได้กระทำต่อสัตว์ผู้บริสุทธิ์ ผู้ที่ไม่เคยทำร้ายเรา ผู้ที่เป็นลูก ๆ ของพระเจ้าเช่นกัน ผู้ที่ถูกส่งมายัง โลกนี้เพื่อช่วยเราและให้กำลังใจเรา

มันไม่ใช่ปัญหาทางเทคนิค มันไม่ใช่การซ่อมแซมทางเทคนิคที่เราต้องมุ่งไป มันคือ ผลกรรมสนอง เหตุและผลตอบสนองที่เราต้องให้ความสนใจ ราคาของการฆ่า ราคาของความรุนแรงนั้นเลวร้ายยิ่งกว่ารถยนต์ การระเบิดของดวงอาทิตย์ หรือการระเบิดของมหาสมุทรใดก็ตามรวมกัน เพราะเราต้องรับผิดชอบต่อการกระทำของเรา ทุกการกระทำก่อให้เกิดปฏิกิริยาตอบสนอง เราจึงแค่ต้องหยุดฆ่า เราแค่ต้องหยุดฆ่าสัตว์และมนุษย์