

[Free pdf] Vegan fr alle: Warum wir richtig leben sollten

Vegan fr alle: Warum wir richtig leben sollten

Von Jan Bredack

audiobook / *ebooks / Download PDF / ePub / DOC



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #29800 in BcherVerffentlicht am: 2014-04-14Einband: Gebundene Ausgabe256 Seiten | File size: 42.Mb

Von Jan Bredack : Vegan fr alle: Warum wir richtig leben sollten before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Vegan fr alle: Warum wir richtig leben sollten:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen4 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Schlecht geschrieben und eindeutig noch mehr GeldgierVon JRIch muss Jan Bredack zustimmen in dem Punkt, dass Vegan

nicht nur den linksorientierten Menschen vorbehalten sein soll, und er hat durch seine Veganz-Supermärkte den Veganismus sehr demokratisiert. Nur leider ist sein Tun durchgängig kapitalistisch gefärbt, und dieses Buch zeigt für mich eher, dass er noch eine Geldader finden wollte, als sein Wissen zu teilen. Das Buch ist mehr als schlecht geschrieben, er hat wohl seine Geschichte und sich selbst als sehr wichtig genommen, dass er sich entschied, dieses Buch zu schreiben. Die Veganz-Supermärkte sind super, dieses Buch ist jedoch mehr als unnötig. 6 von 7 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Interessante Lebensgeschichte - und mehr. Von Honeybal Lektor. Im vorliegenden Buch schildert Jan Bredack seinen persönlichen Werdegang vom jungen zuerst erfolgreichen Manager, der sein Leben vorrangig der Karriere und materiellen Dingen widmete, zum Veganer. Ausschlaggebend für diese Veränderung waren eine gesundheitliche Krise sowie eine neue Beziehung und wieder einmal wird deutlich, dass jede Krise das Potential für positive Veränderungen und Lernprozesse birgt. Er stellt seine Ernährung komplett um, beendet seine Tätigkeit in einem Großkonzern und gründet schließlich eine vegane Supermarktkette. Allein dieser interessante Werdegang rechtfertigte für mich schon das Kauf des Buches, da ich solche Lebensläufe ungemein interessant und spannend finde. Jedoch hat mir das Buch weitaus mehr gegeben als diese an sich schon interessante Story. Die mit im Buch enthaltenen Daten und Fakten, über Aufzucht, Haltung und Verzehr von Tieren und deren globale, wirtschaftliche und moralische Auswirkungen sind erschreckend. Halte mich eigentlich nicht für völlig naiv, aber die Dimension dieses - Verbrechen ist wohl der richtige Ausdruck - sind zutiefst schockierend. Der biermige Fleischkonsum führt nicht nur zum unnötigen Leid von Tieren, sondern nimmt letztlich auch den Hungertod von Menschen billigend in Kauf. Im Grunde sind die Zusammenhänge klar, aber man muss sie sich erst mal wieder deutlich vor Augen führen und dabei leistet das Buch wertvolle Hilfe. Obwohl ich ohnehin schon auf vernünftige und ausgewogene und weitgehend fleischfreie Ernährung achte, werden sich meine Gewohnheiten durch dieses Buch wohl erneut ändern und ich werde den Verzehr von Fleisch zumindest noch stärker einschränken. Da Bredack seine Botschaft nicht als Moralapostel "verkündet" wie ich dies von einigen Bekannten kenne, kommt sein Anliegen trotzdem sehr klar an. Das Buch hat mir deutlich mehr gegeben, als ich es erwartet habe! Nicht nur ein spannender Lebenslauf, sondern ein Buch, das zum Nachdenken anregt und dabei helfen kann, das eigene Wertegerüst mal wieder einer grundlegenden Überprüfung zu unterziehen. 3 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. "Papa, warum isst du kein Fleisch mehr?" Von Heike M. Gleich vorweg, ich bin kein Veganer, auch kein Vegetarier. Wenn ich mich auch an 6 von 7 Tagen fleischlos ernähre, kann ich mich zu dem letzten Schritt noch nicht durchringen. So hatte ich von diesem Buch erwartet, dass ich Tipps und Anregungen für eine Ernährungsumstellung bekommen würde. Die gab es natürlich auch, aber in erster Linie ist dieses Buch eine Biografie. Ich lernte den Menschen Jan Bredack kennen, der mir vor der Lektüre kein Begriff war und der von sich selbst sagt, er sei vor seinem Wandel ein Karrierist und Tierquäler, ein Angeber und Verteiliger von Massentierfleisch gewesen. Nun ja, normalerweise hätte dessen Biografie nicht meine Aufmerksamkeit erregt. Nach einem Burn out änderte er sein Leben grundlegend. Er gründete eine neue Familie, wurde von einem Tag zum anderen zum Vegetarier und kurz darauf zum Veganer und gründete in Folge dessen die Supermarktkette Veganz. Das ist ein beachtlicher und radikaler Bruch in seinem Leben. Aber bei den Schilderungen, wie es dazu kam, war ich schon ob seiner grenzenlosen Naivität erstaunt. Als ehemaligem Manager sollte doch auch ihm bewusst gewesen sein, dass Steaks nicht vom Himmel fallen und Kühe Klüber bekommen müssen, um Milch zu geben. Und so gab es noch ein paar Punkte, die ich einfach nicht glauben konnte oder wollte. Bei all dem Persönlichen, was Jan Bredack vor seinem Leser ausbreitet kommt mir der sachliche Teil viel zu kurz. Die Informationen, die ich erwartete, kamen nur tropfenweise. Das waren auch die Stellen die ich in mich aufsaugte. Leider wurden sie vom Ego des Autors viel zu oft berdeckt. Sicher, Jan Bredack hat ein interessantes Leben mit einer großen Wende, trotzdem bin ich nach der Lektüre etwas enttäuscht. Es entsprach eben nicht meinen Erwartungen. Sprachlich ist das Buch zuerst einfach gehalten, manche Stellen fand ich ein wenig langatmig. Trotzdem las es sich recht flüssig. Den Schritt zum hin zum Veganer werde ich nicht beschreiten, der zum Vegetarier sollte für mich nicht allzu groß sein. Und wenn jeder, der es liest, noch einmal über seine Ernährung nachdenkt, so hat das Buch letztendlich doch etwas gebracht.

Pressestimmen
Gesellschaftskritisch, glücklicherweise wenig missionarisch, was das vegane Leben betrifft, aber doch mit ökonomischen und ökologischen Fakten, die sehr zum Nachdenken anregen., Ostsee-Anzeiger, 01.04.2015
Sein Buch soll nicht missionieren, sondern inspirieren., Westfalen-Blatt, 11.11.2014
Spannend und flott erzählt. Bredacks eindringliche Botschaft ist gleichzeitig seine Vision: Vegan bedeutet nicht nur, fleischlos zu essen, sondern Leben für alle!, Sdkurier, 17.10.2014
Ein Impulsbuch, das nicht missioniert, sondern inspiriert und zum Nachdenken bringt!, gruene-smoothies-nahe.de, 22.04.2014
Ein hervorragendes Buch! Es hält, was der Titel verspricht: Eine Botschaft zu transportieren, die jeden angeht!, www.sebastian-stranz.de
Kurzbeschreibung
Jan Bredack sagt selbst: Veganer waren früher für mich Extremisten, die nicht alle Latten im Zaun haben. Inzwischen weiß er, wie gut ihm die neue Ernährungs- und Lebensweise tut. Er war auf der Karriere-berholspur, schon mit 30 Jahren leitender Manager bei Mercedes, daneben eine Familie mit drei Kindern und Triathlon als Hobby. 2008 klappt Bredack zusammen und ändert sein Leben daraufhin komplett. Er, der bis dahin alles in sich reingeschaufelt hat, was ihm auf den Teller kam, wird Veganer.

2011 steigt er bei Daimler aus und gründet in Berlin den veganen Supermarkt Veganz, aus dem gerade eine europaweite Kette wird. Anhand Bredacks persönlicher Geschichte erzählt das Buch viel Wissenswertes über die vegane Lebensweise und liefert erschütternde Fakten, die für ihre ökologische wie ökonomische Notwendigkeit sprechen. Ein Impulsbuch, das nicht missioniert, sondern inspiriert und zum Nachdenken bringt!

Über den Autor und weitere Mitwirkende: Jan Bredack wuchs in den 70er-Jahren in der DDR auf. Zunächst lässt er sich zum Kfz-Mechaniker ausbilden. Zur Wende heuert er bei Daimler als Pannenhelfer an. Er studiert nebenher und legt einen beispiellosen Aufstieg bis in die Spitze der Zentrale hin. In Moskau baut er das erste russische Daimler-Nutzfahrzeugwerk auf. Er hat Familie mit drei Kindern und betreibt Triathlon als Hobby bis er 2008 einen Burn-out erleidet. Er krempelt sein Leben komplett um, kündigt bei Daimler, stellt seine Ernährung auf vegan um und baut die vegane Supermarktkette Veganz auf.

Helmut Kuhn, geboren 1962, studierte Geschichte und Publizistik in Berlin und Paris. Er arbeitete bei der deutsch-jüdischen Zeitschrift "Aufbau" in New York und lebt heute als freier Journalist und Autor in Berlin. Helmut Kuhn schreibt u.a. für die Süddeutsche Zeitung, Die Zeit, Neue Zürcher Zeitung, Stern, Focus und mare. 2002 erschien sein vielbeachtetes Romandebüt "Nordstern". Als Co-Autor verfasste er zusammen mit Murat Kurnaz "Fünf Jahre meines Lebens. Ein Bericht aus Guantanamo" (2007).