

# Inhaltsverzeichnis

|  |     |
|--|-----|
| Geleitwort von Jane Goodall .....                      | 9   |
| <b>Vorwort</b> .....                                   | 13  |
| <b>Von Bruno und sprechenden Schweinen</b> .....       | 19  |
| Verschlossene Augen .....                              | 23  |
| Das Schwein, unser fremder Freund .....                | 28  |
| Wieso wir wissen sollten, was wir essen .....          | 32  |
| Wer zahlt die Rechnung? .....                          | 36  |
| Die Folgen und ihr hoher Preis .....                   | 40  |
| <b>Ein Kreislauf der Zerstörung</b> .....              | 47  |
| Ausgeflattert? Die Artenvielfalt schwindet .....       | 51  |
| Die Geschichte unseres Essens .....                    | 55  |
| Zwei Seiten einer Medaille .....                       | 60  |
| Verschwendete Mittel zum Leben .....                   | 64  |
| Die apokalyptischen Zwillinge .....                    | 69  |
| <b>Du bist, was du isst?</b> .....                     | 73  |
| Von Glyphosat, Nitrat und verseuchten Böden .....      | 77  |
| Nahrungsmittel vs. Lebensmittel .....                  | 81  |
| Das Öl aus der Palme .....                             | 85  |
| Plastik, Plastik, Plastik .....                        | 90  |
| Die marokkanische Nordsee-Garnele .....                | 94  |
| Resi, die Turbokuh .....                               | 97  |
| <b>Unsere Bauern, die fremden Wesen</b> .....          | 103 |
| Vom Leben in drei Welten .....                         | 106 |
| Tierfabriken oder Feinkostläden? .....                 | 111 |
| Die Großen werden größer, die Kleinen sterben aus .... | 115 |
| Unterbezahlt, unbezahlt, ausgelagert .....             | 119 |
| Von Abhängigkeit zu Abhängigkeit .....                 | 124 |

|   |     |
|---|-----|
| <b>Teil der Lösung werden</b> .....                     | 129 |
| Das Problem annehmen .....                              | 132 |
| Bewusstsein, Begegnung, Berührung .....                 | 137 |
| Vom Individuum zum Kollektiv .....                      | 141 |
| Feindbilder überwinden, Brücken bauen .....             | 145 |
| Ein dreifacher Appell .....                             | 149 |
| <br>  |     |
| <b>Eine andere Welt ist möglich</b> .....               | 155 |
| Von Pandemien und ihren Ursachen .....                  | 159 |
| Die Aktionäre der Landwirtschaft .....                  | 164 |
| Mitbestimmung neu definieren .....                      | 168 |
| Die Pyramide auf den Kopf stellen .....                 | 172 |
| Den ökologisch-solidarischen Neustart wagen .....       | 176 |
| <br>  |     |
| <b>Epilog</b> .....                                     | 181 |
| Von der Ohnmacht zu einer historischen Initiative ..... | 181 |
| Am Wendepunkt .....                                     | 183 |
| Enttäuschung offen annehmen .....                       | 185 |
| Bewegung durch Druck .....                              | 186 |
| Familie und Sicherheit .....                            | 188 |
| Bewusstseinsbildung: der Weg als Ziel .....             | 191 |
| Inklusion statt Provokation .....                       | 193 |
| Vom Ich zum Wir .....                                   | 195 |
| Solidarische Gemeinschaft .....                         | 197 |
| Geschichte schreiben .....                              | 199 |
| Veränderung passiert in uns .....                       | 201 |
| <br>  |     |
| <b>Anhang</b> .....                                     | 205 |
| Danksagung .....  | 205 |
| Daten, Fakten und weiterführende Lektüre .....          | 207 |