

INDICE

Prefazione	XI
Il fenomeno zucchero	1
<i>di Tomas Götz</i>	
Molto più che un semplice alimento	2
Il saccarosio	2
La scoperta del dolce	3
L'oro bianco	5
L'inizio del colonialismo: lo zucchero nel Nuovo Mondo	5
Il mattone dell'era moderna	7
L'industria e l'inizio dell'era moderna	8
Lo zucchero in numeri	9
Elemento costitutivo dell'era moderna	9
L'autentica storia nera dell'oro bianco	11
Lo zucchero oggi	12
Da oro bianco ad alimento quotidiano	13
La pancia al centro della storia	13
La nascita del gusto: perché il dolce non ci basta mai	14
I gusti sono differenti	14
Il perché dello zucchero	15
Una spezie esotica	16
Pupazzetti di zucchero e palazzi dolci	17
Zucchero simbolo di ricchezza e potere	19
La rivoluzione industriale della vita	20
Vivere per lavorare	21
Zucchero: esperienza di sapori moderni	22
L'alimentazione multinazionale dei Paesi industriali	22
Servitevi, prego!	23
Da farmaco a veleno	26

Schiavi dello zucchero	28
<i>di Wolfgang Weirauch</i>	
Un genocidio cristiano	28
La canna da zucchero	31
La lavorazione dello zucchero	32
Il lavoro degli schiavi dello zucchero	33
Il lavoro infantile	35
La retribuzione degli schiavi dello zucchero	36
La barbabietola da zucchero “rosicchia” la foresta pluviale	37
Un’Arabia Saudita verde	39
I bovini si mangiano la foresta pluviale	39
La legge forestale	41
Il fiume morente	42
Il clima sta cambiando	45
In bicicletta nell’alveo del fiume	46
L’isola delle vedove	46
Morti viventi	47
Insufficienza renale: l’inizio e la fine della catena dello zucchero	47
La nostra responsabilità consiste nell’occuparci dello zucchero	48
la droga zucchero	49
<i>Intervista a Hans-Ulrich Grimm</i>	
<i>di Wolfgang Weirauch</i>	
L’obesità inizia da dentro	51
Niente fruttosio per i diabetici	52
Inizia il circolo infernale	53
I diabetici trasformati in affare	54
Foraggiare l’industria a spese della propria salute	55
Il fruttosio industriale fa ammalare	56
Il diabete è guaribile	60
I diabetici devono sacrificarsi per il PIL	61
Milioni di morti a causa dello zucchero	62
Lo zucchero insanguinato non giova all’immagine	64

La sfera più segreta dell'economia mondiale	65
Agenti sottocopertura dell'industria dello zucchero	66
Per sfuggire al regime del terrore delle lobby si promuove di tutto	68
La scienza è strettamente intrecciata all'industria	70
Le lobby dello zucchero statali e private	71
Cambiare idea non è ancora popolare	72
Non tutti gli zuccheri sono uguali	74
<i>Intervista alla prof.ssa Thisbe K. Lindhorst a cura di Wolfgang Weirauch</i>	
Lo zucchero semplice	76
Non tutti gli zuccheri sono dolci	76
Fruttosio e glucosio	77
I disaccaridi	77
I polisaccaridi	79
La glicolisi	80
La glicogenesi	82
Insulina e glucagone	83
Il fruttosio non è uno zucchero sano	84
Le informazioni fornite sulle confezioni sono poco chiare	85
I succedanei dello zucchero	86
La predominanza maschile	87
Bisogna imparare le regole degli uomini	89
I problemi vanno risolti assieme	90
Le società maschili non contribuiscono alla realizzazione dell'altra parte della popolazione	91
Il glicocalice: la guaina zuccherina	92
L'essere umano è permeato di zucchero	93
Gli zuccheri sono tanti e hanno infiniti aspetti	94
Tutte le cellule hanno un glicocalice diverso	95
L'organizzazione dell'Io	98
Zucchero filato che respira	100
Il glicocalice delle cellule cancerose	104

Lo zucchero: esigenza e disgrazia dell'io	107
<i>Intervista al dott. Volker Fintelmann</i>	
<i>a cura di Wolfgang Weirauch</i>	
Gente sempre più grassa	108
L'essere umano non è il suo corpo	111
Lo zucchero d'uva ricavato dai cibi	111
L'essere umano non può rinunciare ai carboidrati	112
Il glucosio, attivatore dell'io	113
Il dolce corrisponde all'io	114
Il carbonio	115
Lo zucchero nel sangue	115
Il fegato è l'occhio dello zucchero	116
Dove c'è zucchero c'è organizzazione dell'io	117
Il glicocalice	119
Lo zucchero, sostanza base dell'uomo intraprendente	119
Infiltrarsi nell'organismo per vie raffinate	121
Il concetto di zucchero	122
Giganteschi depositi di rifiuti nell'organismo	122
Sana voglia di dolce o voracità	123
Organizzazione dell'io e organismo del calore	124
L'io pone limiti con l'acido silicico	126
L'io attivo nello zucchero	126
L'io ha bisogno dell'uomo terreno	127
L'impronta data dagli io apparenti del mondo virtuale	127
L'io soffoca nello zucchero	129
Il dolce rappresenta il desiderio che l'io ha del corpo	130
Il colesterolo è condannato a torto	132
La strategia pro margarina è riuscita	133
Coi dolci si fanno affari miliardari	134
I dolci muovono affari di miliardari	135
Zucchero e grasso	136
Il fegato è un genio che fa da assistente all'io	137
Il grasso si deposita ovunque	138

VIII

Neuroborreliosi e telefonia mobile
Il grasso, malattia da deposito
Il diabete senile, malattia della vita
L'io assaggia il sangue tramite il
Il diabete giovanile
Shock intellettuali
Il diabete allo stadio iniziale è curabile
Il diabete gravidico
Insulino-resistenza
Occorre tenere presente l'individuo
Non abbiamo bisogno del frutto
I succedanei degli zuccheri simulano
Il dolce fa parte del piacere di vivere
Il fluoro
Lo zucchero per Rudolf Steiner
Tecniche raffinate di lotta all'io
Consapevolezza sanitaria a scuola
Le cellule del cancro amano lo zucchero
I supermarket sono una sorta di

La botta bianca

Aspetti pedagogici di una sostanza

Intervista al dott. Wolfgang Schu

a cura di Matthias Klaussner

“Scolaro suicida con overdose di

Due esperimenti

Lo zucchero nei programmi scolastici

Lo zucchero nella lezione di chimica

Ora le cose si fanno davvero dolci

L'effetto risvegliante

L'addio alla mensa familiare

Non c'è ancora consapevolezza di

Lo zucchero sveglia per breve te



Neuroborreliosi e telefonia mobile	139
Il grasso, malattia da deposito	140
Il diabete senile, malattia della volontà	141
L'io assaggia il sangue tramite il pancreas	142
Il diabete giovanile	143
Shock intellettuali	144
Il diabete allo stadio iniziale è curabile	147
Il diabete gravidico	150
Insulino-resistenza	151
Occorre tenere presente l'individualità di una persona	152
Non abbiamo bisogno del fruttosio industriale	153
I succedanei degli zuccheri simulano un mondo parallelo	155
Il dolce fa parte del piacere di vivere	156
Il fluoro	157
Lo zucchero per Rudolf Steiner	158
Tecniche raffinate di lotta all'io	159
Consapevolezza sanitaria a scuola	160
Le cellule del cancro amano lo zucchero	160
I supermarket sono una sorta di pancreas economico	161
La botta bianca	162
Aspetti pedagogici di una sostanza che crea dipendenza	
<i>Intervista al dott. Wolfgang Schulze</i>	
<i>a cura di Matthias Klaussner</i>	
“Scolaro suicida con <i>overdose</i> di zucchero”	162
Due esperimenti	163
Lo zucchero nei programmi scolastici	164
Lo zucchero nella lezione di chimica della scuola Waldorf	166
Ora le cose si fanno davvero dolci	167
L'effetto risvegliante	168
L'addio alla mensa familiare	168
Non c'è ancora consapevolezza di questo problema	169
Lo zucchero sveglia per breve tempo	170

I succedanei dello zucchero	172
Esempi concreti anziché principi morali	173
Non comprare sempre quella roba ecologica!	175
Schiavi dello zucchero	176
I processi chimici sono intrecciati alla vita quotidiana	177
Lo specchio d'argento	179
L'elemento dello zucchero è liquido	179
Durante le sperimentazioni le cavie si trasformano in drogati	182
Le discussioni sull'alimentazione vanno svolte obiettivamente	183
La dipendenza incombe come una spada di Damocle	185
Note	187

Le citazioni si riferiscono alla numerazione dell'Opera Omnia di Rudolf Steiner.