

المتحدث الأول موالاة(ذكر)/

بسم الله الرحمن الرحيم الحمد لله الذي خص نبيهه بجوامع الكلم و أنطقه ببديع الحكم و

السيدات و السادة أعضاء لجنة

ETHOS أعلى مقامه في فصاحة اللسان و نبع البيان

سيتم هذا المجلس

PATHOS التحكيم الموقرة الزملاء و الزميلات من كلا الفريقين موالاة و معارضة

ETHOS أحبيكم بتحية الإسلام تحية أهل الجنة يوم يلقونه سلام

POSITION للنظام الغذائي النباتي

ETHOS هذا هو نص القضية الذي جئنا اليوم لنتناظر من أجله

أولا سأقوم بتعريف

ETHOS مفاتيح نص القضية

GROUND سيتم هذا المجلس أي سيسلك هذا المجلس

النظام الغذائي النباتي هو النظام الغذائي الخالي من المصادر الحيوانية و مشتقاتها كاللحوم و

GROUND الألبان و الأجبان

أي أن مجلسنا الموقر سيدعم المبادرات و المشاريع و

GROUND الندوات التي تشجع على اتباع نظام غذائي نباتي

و موقف هذا الفريق يا سادة هو الموالاة التامة لهذا التوجه الرشيد الذي قام به هذا المجلس

POSITION

PATHOS يا سادة

هو الموالاة التامة لهذا التوجه الرشيد الذي قام به

هذا المجلس

ETHOS لما رأينا من المشاكل العويصة و الأمراض العديدة التي يعاني منها المجتمع بأكمله

ETHOS سنوضح هذه الأمراض من خلال خطاباتنا الرئيسية

SUPER CLAIM و الهدف من هذا الموقف تشجيع أفراد المجتمع لاتباع نظام صحي سليم

و الآلية المثلى أيها السادة التي سيتم بها تنفيذ هذا القرار من قبل المجلس ستكون من خلال دعم

POSITION المبادرات المجتمعية التي تهدف إلى توعية الناس بأهمية اتباع نظام غذائي سليم

ETHOS تتمحور حجة هذا الفريق بإذن الله تعالى من جانبين

سأتحدث أنا المتحدث

الأول من الجانب الذي يناقش هذا الجانب أضرار الأطعمة الغير نباتية بينما زميلي المتحدث

الثاني ستكون حججه بإذن الله من الجانب الصحي الاقتصادي و سيقصر زميلي المتحدث الثالث

أيهما السادة **ETHOS** بتفنيد ما جاء به فريق الخصم و سرد ما جئنا به لكم ملخصا

PATHOS

كما نعلم جميعا بأن الأغذية تنقسم إلى قسمين الأول حمضي و هو ما تقع تحته تصنيفات اللحوم و

GROUND مشتقاتها الثاني قاعدي و هو ما يتضمن كافة أغذية النظام النباتي

و نحن نعلم جيدا بأن الأطعمة الحمضية تحتوي على نسب عالية جده من الأحماض الأمينية

GROUND

فنجد أن **CLAIM** و هذا التركيز يجعلها ضارة بشكل كبير جدا على صحة الإنسان

تتناولها يعتبر المسبب الأساسي لأمراض عديدة من هذه الأمراض تلف الخلايا و الشيخوخة

RATIONAL BACKING المبكرة و انسداد الشرايين

GROUND بينما نجد أن الأطعمة القاعدية تتكون من فيتامينات و الياف و سكريات طبيعية

RATIONAL BACKING مما يجعلها مفيدة جدا لجسم الإنسان

فنجد أيها السادة أن تناول هذه الأطعمة القاعدية يحمي من أمراض الشيخوخة و السمنة و تصلب

أن تناول هذه الأطعمة **PATHOS** أيها السادة **RATIONAL BACKING** الشرايين

القاعدية يحمي من أمراض الشيخوخة و السمنة و تصلب الشرايين

ETHOS و ليس هذا فحسب

بل نجد أن وفقا لتقرير برنامج الغذائي العالمي التابع للأمم المتحدة يوعي بأهمية اتباع نظام

غذائي نباتي لما وجدته من نتائج في الدراسات التي قام بها عندما اكتشفوا بأن هناك رابطا و علاقة

واضحة أنه عندما اكتشفوا هذا المركز بأن هناك رابطا و علاقة واضحة بين معدلات طول العمر

فكشف **EVIDENTIAL BACKING** و اتباع نظام غذائي باتباع النظام الغذائي النباتي

التقرير على أن شعوب شرق آسيا تنصدر شعوب العالم فيما يعرف بمعدل حياة الإنسان و في

الوقت ذاته نجد أن هذه الشعوب تنصدر شعوب العالم في معدل استهلاكها للأغذية النباتية

و هذا الدليل أيها السادة يجعل أولوية أخلاقية في أعناقنا **EVIDENTIAL BACKING**

PATHOS

ألا و هي دعم المبادرات و خلقها طالما أنها تهدف للوصول إلى هدف نبيل مثل هذا الذي نطمح

CLAIM إليه أيها السادة

PATHOS أيها السادة

ألا و هو تشجيع أفراد المجتمع

SELF-REPETITION لا تباع نمط صحي سليم

PATHOS فكيف بكم سيداتي العزيزات أن تعارضوا مثل هذا القرار

PATHOS أن تعارضوا مثل هذا النص النبيل الذي يهدف إلى الرفعة بالوضع الصحي للمجتمع

SELF-REPETITION فما نطمح إليه نحن كفريق موالاة هو دعم هذه المبادرات و حتى خلقها

أي دعم هذه المبادرات التي تهدف إلى توعية الناس لا تباع نظام غذائي نباتي صحي و حتى خلقها

SELF-REPETITION

و لما لا حتى يمكن لنا إدراج هذه الندوات في مناهجنا الدراسية مما سينتج لنا جيلا صحيا بإذن

CLAIM الله

ETHOS صحيا بإذن الله

سيكون هذا الجيل يتبع نظاما غذائيا نباتيا

سليم مما سيحافظ هذا الجيل على نفسه من الأمراض التي ذكرناها لكم أهمها أمراض السمنة و

RATIONAL BACKING كذلك تصلب الشرايين

بينما إذا خالفتم مثل هذا القرار الذي أتى به سيادة المجلس ستكون عاقبة تخلفكم الأمراض الوخيمة

SELF- التي ذكرناها مثل السمنة و كذلك تصلب الشرايين و غيرها من الأمراض العديدة

REPETITION

PATHOS أيها السادة

في الختام أذكر نفسي و أذكركم أن الجانب الذي أتيت به جانب يتعلق بالأضرار الأضرار الناتجة

ETHOS على الأطعمة الغير نباتية

ذكرت منها أن النظام الغذائي أو الأطعمة الغذائية

تنقسم إلى قسمين منها حمضي و منها قاعدي بينت أنا المتحدث الأول أن القسم الأول الحمضي

يحتوي على نسب عالية جدا من الأحماض الأمينية و هذا التركيز يجعلها ضارة بشكل كبير جدا

و كذلك الجانب الآخر الجانب القاعدي و بيننا لكم تقارير أب برنامج الغذائي العالمي التابع للأمم

SELF-REPETITION المتحدة يوعي بأهمية إتباع نظام غذائي نباتي سليم

ETHOS و هذا ما يؤكد على موقفنا و موالائنا التامة

PATHOS و شكرا

المتحدث الاول معارضة(انثى)/

ETHOS بسم الله الرحمن الرحيم

PATHOS لجنة التحكيم الموقرة زملائي من فريقي الموالاة و المعارضة الجمهور الكريم

ETHOS السلام عليكم و رحمة الله و بركاته **جئنا اليوم لنعارض نص القضية الذي**

RECITATING سيتجه هذا المجلس الى النظام الغذائي النباتي **POSITION** يقول

هادفين من تلك المعارضة توفير نظام غذائي متكامل بما فيه الفيتامينات و البروتينات و المعادن

SUPER CLAIM تجنب المشاكل الصحية الناتجة من فقدان أحد العناصر الغذائية الضرورية

أنا المتحدث الأولى سوف أتكلم عن الجانب الصحي و مبدأ الحرية و المتحدث الثانية سوف

تتحدث عن عدم الفعالية و المعنيين بالأمر و المتحدث الثالثة ستقوم بتنفيذ ما لم يتم تنفيذه و تنفيذ

ETHOS التنفيذ ثم إعادة البناء

ETHOS في البداية سوف أتطرق إلى ما أتى به المتحدث الأول من فريق الموالاة

قال في آلية تطبيق الاتجاه أو كيف سيطبّقون اتجاه المجلس اليوم عن طريق دعم المبادرات التي

RECITATING تهدف إلى تشجيع الناس إلى الاتجاه إلى النظام الغذائي **و لكن قضية**

REBUTTAL المجلس تقول سيتجه المجلس اليوم إلى النظام الغذائي فلماذا المبادرات

اليوم بما أنه سوف نقوم بالمبادرات في تشجيع الناس إلى الاتجاه إلى هذه الجهة أو النظام الغذائي

لماذا المجلس اليوم يتجه إلى هذه الجهة و لم يَقم من الأساس بتشجيع الناس إلى الاتجاه إلى

REBUTTAL الجانب النباتي

فدعم المبادرات و التي تهدف إلى تشجيع الناس ليس من آلية تطبيق الاتجاه لأن الاتجاه قد قام به

REBUTTAL المجلس فعليا

و من ثم ذكر في الحجج قال الأطعمة الحمضية و القاعدية و صنف اللحوم على أنها حمضية و

RECITATING صنف النباتات على أنها قاعدية **و نحن نعلم أن اللحوم فيها القاعدة و**

REBUTTAL الحمض و النباتات كذلك تحتوي على القاعدة و الحمض **وهذا إن دل على**

ETHOS ضعف موقفهم و قلة المعلومات لديهم

و من ثم ذكر أن النظام الغذائي يؤدي إلى طول الحياة و ضرب أمثلة على المجتمع الآسيوي و

RECITATING هنا يهدفون إلى طول الحياة

و لكن الأمر الأمراض الناتجة عن الأطعمة

النباتية و قصور المكونات الغذائية في النظام الغذائي للأفراد لا يتجهون له و إنما يسعون إلى

REBUTTAL طول الحياة فقط للأفراد

و لكن هل طول الحياة سوف يؤدي إلى حياة سليمة للأفراد أم لا لم يذكروا ذلك لم يتطرقوا له إنما

REBUTTAL يسعون إلى زيادة الحياة للأفراد ذلك فقط

تم ذكر أن أمراض السمنة و

RECITATING تصلب الشرايين هي الناتجة عن الغذاء الحيواني أو اللحوم

نحن نعلم أن

أمراض السمنة هي تؤدي إلى أمراض السمنة الناتجة عن عدم ممارسة الرياضة فإذا كنت نباتي

REBUTTAL و لم تمارس الرياضة سوف تؤدي بك ذلك إلى السمنة

RECITATING و من ثم ذكر تصلب الشرايين

و تصلب الشرايين لا يؤدي به فقط

النظام الحيواني و إنما كذلك ينتج عن التدخين ماذا سوف نفعل النباتيون الذين يدخنون هل لن

REBUTTAL يصيبهم تصلب الشرايين اليوم لأنهم نباتيون فقط و لكن هل مسموح التدخين لهم

الآن سوف أتطرق إلى الحجج الذي سوف أذكرها في محوري المحور الصحي و مبدأ الحرية

ETHOS

لو جئنا لنطرق اليوم إلى النظام الغذائي ما الذي يحدده بالطبع الفرد نفسه

RATIONAL BACKING

و ذلك يعتمد على عدة معايير ظروفه المحيطة مثل توافر المواد في المنطقة المحيطة به و حالته

RATIONAL BACKING الصحية و قدرته المادية

و لكن لو جئنا اليوم نفرض على

SELF- الأفراد نظام غذائي واحد و هو النظام النباتي و كما جاءت قضية المجلس اليوم

REPETITION

من المؤكد سوف يؤدي ذلك إلى نقص بعض العناصر الغذائية التي لا يمكن الحصول عليها في

CLAIM النظام غذائي واحد

EVIDENTIAL مثل البروتينات و الدهون الغير مشبعة

BACKING

RATIONAL BACKING و أن أحد المناهج تخصص علم الغذاء و التغذية الإنسانية

فمن حق الشخص أن يختار النظام الغذائي الذي يتناسب مع حالته الصحية و عقيدته و ديانتته و لا

و كذلك يجب مراعاة إن البعض يوجد CLAIM يجب انتهاك تلك الحرية و التعدي عليها

لديه حساسية من بعض المكونات التي تكون في النباتات مثل حساسيات البقوليات و حساسية

RATIONAL BACKING المكسرات و غيرها الكثير الذي سيزيد من نقص العناصر الغذائية

RATIONAL و نقص العناصر الغذائية يؤدي إلى زيادة في استخدام المكملات الغذائية

و لو جننا نتطرق إلى نقص البروتينات مثلا التي لا يمكن الحصول عليها من BACKING

النظام الغذائي و نحن نعلم أن البروتينات يمكن الحصول عليها من اللحوم و الأسماك و البيض و

غيرها من المصادر الحيوانية و الوظيفة الأساسية للبروتينات هي بناء العضلات و مصدر مهم

EVIDENTIAL BACKING للطاقة من بعد الكربوهيدرات

و إذا كانت العضلات غير قوية لأننا اتبعنا النظام الغذائي النباتي و غير مبنية بشكل كافي لأننا لا

نحصل على البروتينات يؤدي إلى صعوبة في الحركة و صعوبة في أداء المهام اليومية للأفراد

و لو صار الافتراض لو افترضنا أن المرأة الحامل لا تأخذ RATIONAL BACKING

RATIONAL BACKING البروتينات لأنها اتجهت إلى نظام غذائي نباتي غير متكامل

سوف يؤدي ذلك إلى ظهور جنينها يحمل مرض التقزم و هو مرض ينتج من نقص البروتين و

EVIDENTIAL BACKING هذا يؤدي إلى قصور عقلي كذلك

و كذلك سيضطر النباتيون إلى أخذ المكملات الغذائية بجانب الأمراض التي ظهرت إليهم و يؤدي

ذلك إلى ضغط على المواطن أي زيادة المتطلبات و زيادة صرف الأموال و ليس الجميع قادر

RATIONAL BACKING على ذلك

و إذا لم يستطع توفير المكملات ستسوء حالته الصحية و ستضطر وزارة الصحة علاجه لأن تلك

و بالتالي نصل إلى الهدف الذي نسعى إليه RATIONAL BACKING مسؤوليتها الأولى

و هو توفير نظام غذائي متكامل بما فيه الفيتامينات و البروتينات و المعادن و ETHOS

SELF- تجنب المشاكل الصحية الناتجة من فقدان أحد العناصر الغذائية الضرورية

و كما ذكر فريق الموالاة ETHOS REPETITION

أن سوف نقوم بتشجيع الأفراد على الاتجاه أو الموازنة بين النظام الغذائي النباتي و النظام الغذائي

SELF-REPETITION الحيواني

ETHOS أختتم حديثي بتلخيص ما جئت به

تطرقت إلى المحور الصحي و مبدأ الحرية و ذكرت في مبدأ الحرية أنه يجب على الأفراد

الاختيار ما هو مناسب لهم حسب الظروف المحيطة و قدرة الأفراد و حالتها الصحية و كذلك

تطرقت إلى بعض الأمراض الناتجة من نقص العناصر الغذائية التي لا يمكن الحصول عليها من

النظام النباتي مثل مرض التقزم الذي ينتج عند المرأة الحامل و ضعف العضلات لدى الفرد مما

SELF-REPETITION يؤدي به إلى عدم القدرة على أداء المهام اليومية

PATHOS شكرا .

المتحدث الثاني موالاة(ذكر)/

PATHOS الصحة تاج على رؤوس الأصحاء

سيدي ميسر الجلسة السيدات و

PATHOS السادة من المحكمين الزملاء من فريق الموالاة الزميلات من فريق المعارضة

ETHOS السلام عليكم و رحمة الله و بركاته

ETHOS نتناظر اليوم حول قضية نص سيادتكم التي تقول

PATHOS سيادتكم

TEAM REPETITION سيتوجه هذا المجلس للنظام الغذائي النباتي التي تقول

أؤكد أولا أنا المتحدث الثاني من فريق الموالاة على موالاة فريقنا و بشدة لهذا القرار الرشيد

ETHOS متجهين من هدفنا

TEAM REPETITION ألا و هو تشجيع الأفراد على إتباع نظام صحي سليم

و قبل

ETHOS التطرق إلى الجانب الصحي الاقتصادي سأقوم أولا بتنفيذ ما جاء به الفريق الخصم

قالوا بأننا بتنفيذ قرار المجلس نعتدي على حرية الأشخاص و نفرض عليهم ما لا يريدون

RECITATING

نحن لن نفرض عزيزتي على الأشخاص بأن يتناولوا فقط اللحوم بأن

يتناولوا فقط الغذاء النباتي و إنما سنوعي و نشجع و نري الناس الأضرار الناتجة عن النظام

REBUTTAL الغير نباتي

REBUTTAL و بهذا لن يفرض على أحد أن يتناول شيئا لا يريده أو أن يحرم من شيء يريده

ETHOS هذا أولا ثانيا

قالت بأن اللحوم حمضية اعترفت بذلك بعظمة لسانها و لكنها بعد ذلك أتبعته بمعلومة مغلوبة ألا

أتبعته بمعلومة مغلوبة **RECITATING** و هي بأن النباتات يوجد منها الحمضية

ألا و هي بأن النباتات يوجد منها الحمضية **ETHOS**

و لم تأت بأي مثال على ذلك كل من يدرس الطب الصيدلة على سبيل التحديد أو التغذية يعلم تمام

العلم أنه لا يوجد نبات يتناول من قبل الناس و هو حمضي لم تأت بأي مثال هذه المعلومة مغلوبة

REBUTTAL بالكامل و هي غير صحيحة

تحدثت أيضا عن أمراض قالت أيضا بأن هنالك أمراض ناتجة عن الغذاء من نظام النباتي و أن

ومرة أخرى لم تذكر أي مثال هذا **RECITATING** هنالك غذاء نباتي يتسبب في أمراض

REBUTTAL غير صحيح

فإن حسب منظمة الصحة العالمية فإن الأشخاص الذين يتبعون نظاما نباتيا يكون عمرهم أطول

EVIDENTIAL BACKING بنسبة % مقارنة بأولئك الذين لا يتبعون النظام النباتي

REBUTTAL حاولت ان اطرح عليها هذه الأسئلة من خلال مداخلاتي و لكنها رفضتها كلها

و هذا إن دل على شيء دل على ضعف موقفها و عدم قدرتها على الإجابة على هذه الأسئلة

ETHOS

ETHOS ننتقل الآن إلى الأمر الآخر

قالت بأن البروتينات و الدهون

و هذا أيضا أمر غير صحيح فإن **RECITATING** الغير مشبعة لا تتوفر في النباتات

الأفوكادو على سبيل المثال و كذلك الكيوي مصنفتان كأكثر غذاءين نباتيين فيها نسبة عالية من

البروتينات و انها تغني عن اللحوم كما أن الأفراد يمكنهم اللجوء إلى المكملات هذه ليست

بمعضلة عندما يرى الفرد و يعلم الأمراض التي قد تصيبه عن طريق من تناول اللحوم و

REBUTTAL مشتقاتها فإنه سيفضل شراء المكملات على أنه يتناول اللحوم و يمرض

RECITATING تحدثت عن الحساسية

لم أفهم صراحة ما علاقة هذا الموضوع بنص

ETHOS قضيتنا

فإنه حتى و إن كان المكمل الذي يحتاجه الجسم موجودا في عنصر

غذائي يتحسس منه الفرد يمكنه ببساطة أن يحصل على هذا العنصر عن طريق المكملات

REBUTTAL

SELF-REPETITION كما ذكرنا هي ليست معضلة

و تحدثت عن امرأة الحامل و قالت أنها إذا كانت نباتية فإن هذا الأمر سيؤدي إلى مرض القزامة

RECITATING أو ما يسمى ب dwarfism عند الأطفال

و مرض القزامة ليس له أي علاقة من قريب و لا من بعيد بكون لامرأة نباتية أو غير نباتية

REBUTTAL مرض القزامة ينتج عن نقص إفراز هرمون النمو من الغدة الدرقية

ETHOS و هذه أيضا معلومة مغلوطة أخرى يحاول فريق المعارضة غش سيادتكم بها

و المرأة الحامل في كلتا الحالتين سواء أكانت نباتية أو غير نباتية فإنها تحتاج إلى المكملات من

REBUTTAL حديد و بروتينات و غيرها

ETHOS هذا الأمر كذلك ليس له أي علاقة بنص قضيتنا

ETHOS ننتقل الآن إلى الجانب الصحي الاقتصادي في عجالة

كما ذكرنا سابقا فإن

الأغذية القادمة من مصادر حيوانية تعتبر أغذية حامضية و هي التي تتسبب في الشيخوخة

المبكرة بتسريع تلف خلايا المخ ناهيك عن تأثيرها السلبي عن القلب و الصحة بشكل عام

TEAM REPETITION

PATHOS لماذا

لأنها كما ذكر زميلي المتحدث الأول

تتكون بشكل رئيسي من الأحماض الأمينية في حين أن الأطعمة النباتية القاعدية تطيل العمر و

تحفظ من أمراض القلب و الروماتيزم لماذا لأنها تتكون بشكل رئيسي من الألياف و بروتينات و

TEAM REPETITION معادن و سكريات طبيعية و يمكن للفرد الاستغناء بها عن اللحوم

ETHOS الأمراض الناتجة عن أطعمة الحامضية كثيرة و متعددة لا تخفى على أي أحد منا

نذكر منها مرض النقرس أو ما يسمى بداء الملوك الذي يتسبب في تلف الكبد و عدم قدرته على

RATIONAL العمل بكفاءة في تصفية السموم يأتي هذا المرض من كثرة تناول اللحوم

BACKING

و حسب منظمة الصحة العالمية فإن هذا المرض يكون بنسبة عالية في دول

EVIDENTIAL BACKING كالسعودية و الإمارات المعروفة بكثرة تناول اللحوم

و من

ناحية طبية فإنه لا يوجد علاج لهذا المرض و المريض عليه أن يتناول العلاج لبقية عمره إلى

RATIONAL BACKING جانب أنه سيضطر إلى أن يصبح نباتيا

و الشريط الواحد من

RATIONAL BACKING علاج مرض النقرس يكلف حوالي

دولار اقتصاديا

تكلس المبايض و هي عبارة عن تكلس المبايض مرض آخر ناتج عن الحليب عبارة عن تكلس

الكالسيوم على المبايض مما قد يؤدي إلى أكياس المبايض و قد تتطور الحالة لدرجة استئصالها

EVIDENTIAL BACKING من المرأة المصابة بهذا المرض

و بدليل أن النظام الصحي أو النظام الغذائي النباتي يمكن أن يشفي بهذا المرض دليلنا على ذلك

الدراسة التي قامت بها جامعة ميتشيغان الأمريكية علي سيدة مصابة بتكلس

المبايض حيث طلبوا منهم الإقلاع عن تناول اللحوم و مشتقاتها لمدة شهر كامل و كانت النتيجة

بأن % من العدد الذي أجرت عليه هذه الدراسة قد شفي بالفعل من تكلس المبايض

EVIDENTIAL

BACKING

، انسداد الشرايين القلب مرض آخر كذلك ناتج عن ناتج عن تناول اللحوم و

مشتقاتها مرض لا يخفى على أحد بأنه انسداد الشريان التاجي مما يؤدي إلى عدم وصول الدم إلى

و عملية **EVIDENTIAL BACKING** كافة الأعضاء و العمل الى كافة أعضاء الجسم

EVIDENTIAL انسداد الشرايين تكلف فوق المئة ألف دولار في الولايات المتحدة الأمريكية

BACKING

PATHOS ختام أشكركم على حسن استماعكم

ETHOS و السلام عليكم و رحمة الله و بركاته .

المتحدث الثاني معارضة(انثى)/

ETHOS بسم الله الرحمن الرحيم

PATHOS لجنة التحكيم الموقرة زملائي من فريق الموالة و المعارضة أيها الحضور الكريم

في بداية خطابي سوف أذكركم بنص قضيتنا لهذا اليوم سيتجه هذا المجلس للنظام الغذائي النباتي

ETHOS

ETHOS و جننا بهدف واضح

و هو توفير نظام غذائي متكامل بما فيه من الفيتامينات و البروتينات و المعادن تجنبنا لأي مشاكل

TEAM REPETITION صحية ناتجة من فقدان أحد العناصر الغذائية

في بداية خطابي

ETHOS سوف أفند ما جاء به المتحدث الثاني من فريق الموالة

RECITATING و بدأ خطابه بعبارة و قال الصحة تاج على رؤوس الأصحاء

شكرا

ETHOS زميلي المتحدث الثاني على هذه العبارة

فأنا أتفق مع هذه العبارة اتفاقا تاما و لكن نحن اليوم نختلف في المبدأ و في الهدف الذي نصبو إليه

REBUTTAL و من موقفنا نحن كمعارضة نعارض معارضة تامة لهذا القرار

فجاء

RECITATING المتحدث الثاني و قال بأن اللحوم تؤدي إلى أمراض القلب و شيخوخة مبكرة

و لكن لم يوضح لنا كيف تؤدي هذه اللحوم إلى أمراض القلب و الشيخوخة المبكرة

REBUTTAL

و لكن نحن و لكن نحن نؤكد بأن القلب ليس سببه الأول و الأخير و ليس

المسبب الأساسي بهذا المرض هو اللحوم و لكن هي العادات السيئة و أيضا التدخين و الكثير من

REBUTTAL العادات السيئة التي يمارسها الإنسان في أيامه

REBUTTAL و الشيخوخة المبكرة ليس لها علاقة أيضا باللحوم و ما الى ذلك

و ثم جاء إلى مرض و قال بأن هناك يحدث مرض تكيس المبايض و سببه الأول هو تناول

اللحوم و قال بأنه في الجامعة التي ذكرها بأنهم طلبوا من النساء الإقلاع عن تناول لحوم لمدة شهر

RECITATING كامل

و لكن دعني أستوضح لك بأن تكيس المبايض ليس سببه تناول

اللحوم و مشتقات الحليب و غيرها و إنما تخطب الهرمونات في جسم المرأة هو من يؤدي إلى

REBUTTAL تكيس المبايض ،

فتخطب الهرمونات في جسم المرأة هو ما يؤدي إلى تكيس المبايض و ليس تناول اللحوم و غيرها

SELF-REPETITION

RECITATING و إذا تحدثنا عن انسداد الشرايين

و نحن نعلم بأن أغلب المرضى المصابين بانسداد الشرايين بسبب العادات السيئة بسبب التدخين و

العادات السيئة و عدم ممارسة الرياضة و الإفراط في تناول الأطعمة المشبعة مثل الوجبات

REBUTTAL السريعة و إلى ما ذلك

سوف أنتقل الآن إلى حجتي سوف أتحدث عن

ETHOS المعنيين بالأمر على المدى القريب و المدى البعيد

و سأوضح لكم في بداية

ETHOS خطابي

ETHOS و سوف أتحدث عن الهرم الغذائي

الهرم الغذائي

يتكون من الكربوهيدرات و البروتينات و الخضار و الفواكه و الفيتامينات و الأملاح و الدهون

GROUND أيضا

فنحن نعلم بأن الإنسان بحاجة لجميع هذه المكونات ليمارس حياة طبيعية و صحية و يوازن في

فهو يحتاج من كل جزء من هذا الهرم الغذائي **GROUND** العمليات الحيوية في جسده

SELF-REPETITION الجزء البسيط و فعلية الموازنة ما بين الهرم الغذائي لتفادي أي مشكلة

ETHOS و لكن لننظر اليوم لو نتحدث بأن المجلس قام بتطبيق هذا الاتجاه

دعونا نلاحظ ما الذي سوف **TEAM REPETITION** و هو الاتجاه إلى النظام الغذائي

ETHOS يحدث

عدم توافر الفيتامينات و البروتينات اللازمة للإنسان سوف يؤدي ذلك إلى تدهور صحة الفرد

بسبب عدم حصوله على الفيتامينات و البروتينات اللازمة لمواصلة العمليات الحيوية في جسده

RATIONAL BACKING

ما قد يؤدي إلى تقليل **CLAIM** فذلك سوف يؤدي إلى غياب فرد عن الأداء الوظيفي

مصدر دخل الأسرة ما سوف يؤثر على الأسرة مع عدم توفر الاحتياجات الأساسية

RATIONAL BACKING

و ذلك بين ذلك سوف يؤثر سلبا على الدولة بانخفاض الإنتاج

RATIONAL BACKING الذي ينتج عن غياب المواطنين

بسبب توجهها إلى توفير **CLAIM** و ذلك سوف أيضا يكلف الدولة من حيث اقتصادها

الذي استهان بها **RATIONAL BACKING** العناية اللازمة و توفير المكملات الغذائية

و قالوا المكملات الغذائية الجميع يستطيع أن يحصل **ETHOS** زملائي من فريق الموالاة

REBUTTAL لكن المكملات الغذائية قد تكون مكلفة **RECITATING** عليه

فنحن نعلم بأننا اذا الانسان اتجه إلى النظام الغذائي سوف يقتصر فقط على الفيتامينات الموجودة

من الأنظمة الغذائية و لن يحصل على البروتينات و غيرها من المكملات الغذائية التي يحتاجها

و الذي يحصل عليها من مختلف أجزاء الهرم الغذائي كما **TEAM REPETITION**

فنحن لاحظنا بأن ذلك أثر هذا **SELF-REPETITION** استوضحت في كلامي في البداية

ETHOS الفرد ثم أثر على المجتمع و على الأسرة

ثم أدى ذلك يؤثر أيضا على الدولة من حيث أن دولة سوف تتجه إلى توفير الأدوية و الانشغال

SELF-REPETITION بعلاج المواطنين

CLAIM و عدم التوجه إلى الارتقاء باقتصادها

توجه للنظام الغذائي يتطلب توفير

GROUND الأغذية النباتية بكميات كبيرة

و هذا يحتاج إلى أراض زراعية واسعة و سرعة في توفير هذه الأغذية لسد الطلب إلى المواطنين

GROUND

و بهذا سوف يلجأ بعض المزارعين لاستخدام المواد الكيميائية لتسريع النمو ما قد يؤدي بصحة

CLAIM الإنسان و يستنزف الأراضي أيضا

فتوجهنا للنظام الغذائي سوف يولد كثيرا من المشاكل الصحية من التسمم الغذائي و الحساسية ضد

RATIONAL BACKING الأطعمة بسبب المواد المضافة

و لكن إذا تمت الموازنة بين

الأطعمة ذلك لن يؤدي إلى خلق هذه المشاكل و إنما سوف يوفر جميع القيم الغذائية اللازمة للحياة

RATIONAL BACKING الصحية

و لكن نحن نرى بأن فريق الموالاة جاء و قال نحن

RECITATING سوف نقوم بتوعية المجتمع بالاتجاه للنظام الغذائي

و لكن لماذا لا تقومون أيضا بتوعية المجتمع في الموازنة في النظام الغذائي بدلا من الاتجاه الى

REBUTTAL النظام الغذائي بصورة تامة

في الموازنة في النظام الغذائي سوف يغني عن جميع المشاكل التي أتيت بها و سوف يخفف

SELF-REPETITION المشاكل الموجودة

و التي تحدثت عنها بصريح العبارة و كنتم

RECITATING تناشرون عنها و يقولون بأن الطب ودارسي التغذية يعلمون ذلك

ETHOS في نهاية خطابي سوف أخص ما جئت به

تحدثت عن المعنيين بالأمر و

وضحت كيف يؤثر ذلك على الفرد ثم أثر ذلك على المجتمع و على الأسرة بشكل خاص ثم أثر

ذلك على الدولة بأن الدولة سوف تستهلك الكثير من الأموال في علاج المواطنين و تحدثت عن

التوجه الغذائي كيف سوف يؤثر على الأراضي و كيف يؤثر على المواطنين من خلال الحساسية

ضد الأطعمة و المواد الكيميائية المضافة لأن المزارعين سوف يلجئون إلى ذلك و أن الموازنة

في الحياة الغذائية أفضل من التوجه إلى النظام الغذائي فنحن لا نرى بأن توجه للنظام الغذائي هو

SELF-REPETITION الحل الأمثل للتقليل من المشاكل التي جاء بها فريق الموالة

ETHOS هذا و السلام عليكم و رحمة الله و بركاته .

المتحدث الثالث موالة(ذكر)/

السادة لجنة التحكيم الموقرة زملائي المتناظرين موالة و معارضة الجمهور الكريم أهلا و سهلا

PATHOS و مرحبا بكم

ETHOS لازلنا نتناظر في نص القضية الذي ينص على التالي

سيتم هذا المجلس

TEAM REPETITION للنظام الغذائي النباتي

قبل أن أشرع في خطابي أريد أن أوضح ما وضحنه من قبل و لكن يبدو أن فريق المعارضة لم

ETHOS يفهمه بتاتا

هنالك فرق واضح جدا بين مفهوم الاتجاه و مفهوم الفرض إذا ما كنا نريد فرض الطعام الغذائي

النظام الغذائي النباتي لقلنا سيفرض هذا المجلس النظام الغذائي النباتي و لكننا سنتجه و وضحن

آلية الاتجاه من خلال دعم المبادرات و حتى خلقها و توعية الناس بأن النظام الغذائي النباتي له

TEAM REPETITION أفضلية عالية جدا على نظيره الحيواني

ابتدأت مناظراتنا بهدفنا

ETHOS الواضح

TEAM REPETITION و الذي هو تشجيع أفراد المجتمع على اتباع نمط صحي سليم

ETHOS و هذا ما وصلنا إليه من خلال سرد حججنا

بينما كان هدف الفريق الخصم

RECITATING تجنب فقدان عناصر غذائية أساسية

و ردينا على هذا الهدف بوضوح

ETHOS

قلنا أنه يوجد حلول أخرى عديدة لعملية الاستغناء عن النظام الغذائي الحيواني و وضحن بأن هذه

العناصر الغذائية المهمة التي نتحدثون عنها موجودة في أنواع عديدة من النباتات و موجودة أيضا

و عندما تحدثت الزميلة السيدة المتحدثثة الثانية و

TEAM REPETITION في المكملات

هي قد تكون مكلفة إلى حد ما و لكن في معظم دول

RECITATING قالت أنها مكلفة جدا

العالم لا يفتقر سعرها بشكل كبير عن اللحوم على سبيل المثال و لكن ما يفتقر عنها بشكل كبير

هي العمليات الجراحية التي تجرى بسبب استهلاك كميات كبيرة من اللحوم و الأطعمة التي

REBUTTAL تتطوي تحت سلسلة الأغذية الحيوانية

ثم تحدثت عن موضوع أن و تحدثت من جديد عن موضوع الفرض إذا كان المجلس سيتجه لماذا

RECITATING يدعم المبادرات

نرى بأن أفضل طريقة للاتجاه إلى هذا النظام هو توعية المجتمع بأهمية هذا النظام و أفضليته

TEAM REPETITION على الأنظمة الأخرى

ثم قالت و في محاولة منها لإبعاد القضية

ETHOS عن سياقها

ماذا سنفعل بالنباتيين المدخنين في إشارة منها إلى أن معظم هذه

RECITATING الأمراض السبب الأساسي فيها التدخين

نحن ضد التدخين كذلك ضد كل

الظواهر السلبية و لكن مناظرتنا الآن عن الأفضلية النظام النباتي الغذائي النباتي على النظام

REBUTTAL الصحي على النظام الغذائي الحيواني

فإن كانت المناظرة عن التدخين كنا

REBUTTAL سنعتبر لك عن مضار التدخين

RECITATING و استمرت في كلامها و استخدمت حتى لفظ انتهاك الحرية

و لم يتحدث أي أحد من متحدثينا عن قضية انتهاك الحرية و فرض طعام معين على الأشخاص

REBUTTAL

ETHOS و استمرت أيضا في سرد عدة معلومات مغلوطة

بينها

زميلي المتحدث الثاني تماما بأنها مغلوطة و أي شخص يدرس مراجع علم الطب يعلم بأنها

TEAM REPETITION مغلوطة تماما

عندما قالت على سبيل المثال أن المرأة التي لم

تحصل المرأة الحامل التي لا تحظى تحصل على بروتين يسيء سيصيب الجنين مرض التقرم

RECITATING

REBUTTAL لم تقل حتى أن هذا عامل مساعد أو عامل ثانوي

RECITATING بل قالت أنه السبب الأساسي

و أوضحنا أن الأمر ليس له علاقة

TEAM REPETITION بالدورتين كما أوضحنا بالحجة

و الدليل أيضا معلومات مغلوطة

ETHOS أخرى قالتها السيدة المتحدثثة الثانية

RECITATING عندما كانت قالت بأن تكلس المبايض يحصل بسبب مشاكل هرمونية

ETHOS بينما كل من يدرس الطب

كذلك يعلم بأن تكلس المبايض السبب الرئيسي له

هو تكلس الكالسيوم الموجود في اللحوم و مشتقاتها أو في مشتقات اللحوم التي نتحدث عنها

REBUTTAL

ثم تحدثت أيضا السيدة المتحدثة الثانية عن أن جسم الإنسان يحتاج إلى كامل عناصر الهرم

RECITATING الغذائي

و نحن أيضا لم نقل بأننا ستمنع الإنسان من استهلاك كامل عناصر الهرم الغذائي و لكن قلنا بأن

هنالك طرقا صحية أكثر لاستهلاك هذه عناصر الهرم الغذائي من دون أن يضطر الإنسان أن

REBUTTAL يخاطر بحياته في بعض الأحيان و يأكل أطعمة قد تعرض حياته و صحته للخطر

ETHOS ثم تحدثت أيضا في حجة لم أفهم ما قصدها بها تماما لأنها لم توضحها

ألا و

RECITATING هي حجة أن النظام الغذائي النباتي يحتاج إلى أراضي واسعة

و كأننا

ETHOS نتحدث الآن عن قرية صغيرة نريد أن نزرع فيها كل محصولنا الغذائي النباتي

أولا المناطق الزراعية المزروعة في العالم لا يتجاوز مساحتها في العالم ككل لا تتجاوز %

في العالم كله لزراعة النباتات لها أفضل لها أفضلية كبيرة جدا بل إنها تفيد حتى البيئة و تفيد

REBUTTAL المجتمع ككل

ETHOS و لا أدري أين هي الحجة هنا

ثم سألت

RECITATING سوالا كانوا يسألونه منذ بداية المناظرة ألا و هو لماذا لا نوازن

ETHOS لأننا ذكرنا لكم بالحجة و الدليل و المنطق

TEAM بأن هذا النظام الغذائي الذي تدافعون عنه يعرض حياة الإنسان للخطر و لهذا لا نوازن

REPETITION

WARRANT فلا أحد يوازن بين الخير و الشر

قلنا بأن أحدهما

يزيد فيه نسبة الأمراض و نسبة المشاكل الصحية بينما الآخر يقلل من هذه المشاكل فكيف نوازن

TEAM REPETITION بين هذا و ذلك

حقيقة في هذه المناظرة إذا ما أردنا تلخيصها يجب أن نجيب على ثلاثة أسئلة جوهرية تماما

ETHOS

ETHOS الأول كيف سيتجه المجلس

و وضعنا لكم كيف أن مجلسنا

سيتجه نحو دعم المبادرات و خلقها التي تهدف إلى توعية المواطنين و توعية أفراد المجتمع

TEAM بأهمية النمط الغذائي النظام الغذائي النباتي و لما فيه من علو على نظيره الحيواني

REPETITION

ETHOS السؤال الثاني لماذا سيتجه المجلس

ETHOS و وضعنا ذلك أيضا بالحجة و الدليل

عندما كنا تحدثنا عن أفضلية هذا النظام النباتي و تحدثنا أيضا عن أن الدول التي تستهلك نسب

أعلى من النظام الغذائي النباتي معدلات الحياة فيها أعلى من نظيرتها التي تستهلك النظام الغذائي

TEAM REPETITION الحيواني

ETHOS و وضعنا ذلك و لم يرد فريق الخصم على أي من هذه الحجج و البراهين الواضحة

ETHOS السؤال الأخير و الأهم هو كيف ستكون نتيجة الاتجاه للنظام الغذائي

أوضحنا أننا من خلال هدفنا سنصل إلى تشجيع أفراد المجتمع على اتباع نمط صحي سليم مما

سينتج عنه مجتمع صحي غني عن كل المشاكل التي قد تحصل له بسبب استهلاكه لكميات

TEAM REPETITION مرتفعة من الأطعمة التي تدافعون عنها

كانت المناظرات واضحة من جانبنا أي أننا وضعنا مفهوم الاتجاه بينما إن فريق الخصم أساء فهم

ETHOS النص أصلا عندما ظن بأننا نريد انتهاك حرية الناس و فرض أشياء معينة عليهم

يبدو بأن فريق المعارضة صامت حتى أنه لم يداخلني و الصمت كما نعلم هو دليل على الرضا

ETHOS

ETHOS فالسلام عليكم و رحمة الله و بركاته .

المتحدث الثالث معارضة(انثى)//

ETHOS بسم الله الرحمن الرحيم

PATHOS لجنة التحكيم الموقرة زملائي في فريقتي الموالية و المعارضة

أنا المتحدث

ETHOS الثالثة من فريق المعارضة سوف أقوم بالتنفيذ الذي يتخلله البناء

أتينا اليوم لكي

ETHOS نتناظر في قضية المجلس التي تنص على

سيتجه هذا المجلس للنظام الغذائي

RECITATING النباتي

سعيًا لتحقيق الهدف توفير نظام غذائي متكامل بما فيه من فيتامينات و بروتينات و معادن تجنبًا

TEAM REPETITION للمشاكل الصحية الناتجة من فقدان أحد العناصر الغذائية الضرورية

كانت **ETHOS** أولا سوف أقوم بتنفيذ ما أتى به المتحدث الأول من فريق الموالاة

مشكلتهم الأمراض و المشاكل العويصة ثم قال بأن هدفهم توعية أفراد المجتمع إلى اتباع نظام

فإذا هم لا يوالون قرار المجلس هذا و إنما سوف يشجعون **RECITATING** غذائي سليم

و لم يحددوا النظام الغذائي **REBUTTAL** أفراد المجتمع إلى اتباع نظام غذائي سليم فقط

REBUTTAL النباتي

REBUTTAL فهم لا يوالون قرار المجلس و إنما أتوا ببديل آخر و هو إتباع نظام غذائي سليم

أيضا لم يوضحوا ما هو هذا النظام الغذائي السليم فإذا نحن نفهم هو الموازنة بين النظام النباتي و

ثم قالوا بأن آلية تطبيق القرار و هي التوعية **REBUTTAL** النظام الحيواني

فأنا أوجه لهم سؤال ما هي ضمانات تنفيذ التوجه المجلس هذا **RECITATING**

REBUTTAL

ثم أتى المتحدث الأول و تحدث عن أنواع الأطعمة و قسمها إلى حمضية و إلى قاعدية و قال بأن

الليمون و البرتقال افوكادو كما **RECITATING** لا يوجد نباتات لا يوجد نباتات حمضية

REBUTTAL قالوا أليست هذه نباتات حمضية

ثم قال بأن اللحوم تحتوي على نسبة عالية من الأحماض الأمينية و تضر بصحة الإنسان و منها

تلف الخلايا و انسداد الشرايين و ذكر أيضا أمراض الشيخوخة و تصلب الشرايين

بأن **ETHOS** فنحن نعيد مرارا و تكرارا و مرة أخرى و نقول **RECITATING**

انسداد الشرايين و الشيخوخة و تصلب الشرايين ليست فقط بسبب تناول اللحوم و أيضا بسبب

العادات الصحية و السلوكيات التي يمارسها الأشخاص مثل التدخين و مثل تناول الكحول و

TEAM REPETITION غيرها من العادات السلبية

و أيضا طرح علينا مثلا و هو بأن دول شرق الأوسط هي الأكثر سمنة بسبب التلاوي بتناول

RECITATING الأغذية النباتية

و أيضا لاحظت عليهم بأنه **REBUTTAL** و هذا ليس مقياسا ليس مقياسا لطول العمر

فقط يتحدثون عن الآثار السلبية التي سوف تنتج من اتباع النظام الغذائي الحيواني و لا يتأتون

بالآثار الإيجابية من النظام الغذائي النباتي الذي سوف يوعون أفراد المجتمع على إتباعه

REBUTTAL

و هذا يدل على أنهم غير واعين و غير مدركين بأهمية و فوائد النظام

ثم أتى ETHOS الغذائي بتاتا و إنما فقط يركزون على سلبيات الغذاء النباتي الحيواني

RECITATING المتحدث الثاني و قال بأن نحن قلنا بأنهم يتعدون على حرية الاختيار

نعم بهذا التوجه يتم التعدي على حرية اختيار الغذاء و نحن نعلم كما قلنا بأن في تخصص علم

الغذاء و التغذية الإنسانية يوجد منهج يتحدث عن ثقافة الغذاء و أن من حق الشخص يختار الغذاء

TEAM REPETITION المناسب له بما يتناسب مع حالته الصحية و ديانتته و عقيدته و ثقافته

فليس من حق المجلس الآن أن يتوجه إلى الغذاء النباتي و كأنه لا يراعي الحالة الصحية و لا

ثم قال بأن مرض النقرس تسبب تلف الكبد TEAM REPETITION الديانة للأشخاص

RECITATING

يعيدون و يكررون الأمراض الكثيرة التي سوف تنتج من اتباع النظام

RECITATING الغذائي النباتي

و لكن ما هي الإيجابيات التي سوف تظهر على الأشخاص إذا اتبعوا النظام الغذائي النباتي

REBUTTAL

و لن يجيب لا المتحدث الأول و لا الثاني و لا الثالث عن الجانب الايجابي في النظام الغذائي

ETHOS

ثم قال أنتم قلتم بمرض النقرم و قام بنعتنا نحن بجهلنا عن الموضوع و أننا نقول معلومات

مغالطة فيها و ليس لها صحة بأن مرض نقرم ناتج كما قال هو نقص هرمون النمو

RECITATING

و هرمون النمو ينقص بسبب عدم توفير الكميات المحتاجة للمرأة الحامل من البروتين

REBUTTAL

و أيضا قال بأن تقول علينا و قال نحن فقط ندعو المرأة الحامل بأن تأخذ

RECITATING المكملات الغذائية

نحن قلنا بأن المكملات الغذائية يجب أن تؤخذ على

جميع من يتبع النظام الغذائي و ذلك لسد النقص في البروتينات و قلنا بأن المكملات الغذائية تكلف

TEAM REPETITION كثيرا

ثم قال إن النقص هذا يؤدي إلى عمليات جراحية كبيرة

RECITATING

إذن لماذا لا نعالج المشكلة قبل حصولها نقوم بموازنة النظام الغذائي

بتوفير النظام الأخذ من النظام الغذائي الحيواني و النظام الغذائي النباتي فنهي المشكلة هنا و لا

نتطرق إلى عمليات جراحية بسبب نقص بعض الفيتامينات و البروتينات و اللازمة التي يجب أن

REBUTTAL

نأخذها

الآن سوف أقوم بإعادة بناء ما حاول أن يهدمه فريق الموالاة

ETHOS

قلنا بأن المعنيين بالأمر عدم توفير الفيتامينات يؤدي تدهور صحة غياب الفرد

عن الأداء الوظيفي يؤثر على الإسراع عدم توفير جميع المتطلبات و الاحتياجات هذا يؤدي

TEAM الأمراض فيجبر الدولة على أن تعالج وتصرف أموالا طائلة لمعالجة هؤلاء المرضى

REPETITION