

14天轻断食, 被“魔法”营养餐改变的生活

——袋鼠王创始人朱威廉谈饮食之道



身体的不平衡是由于不适当的饮食习惯和不正确的生活方式, 以及外伤、病毒等因素引起的。在这些因素中, 有些因素是自己无法控制的, 但是, 生活方式和饮食却是自己可以控制的。

五年前, 麦克尔·莫斯利医生的一次学术研究, 将他引向断食中寻求答案。他走访最前沿的科学家, 并大胆用自己做实验, 将断食经验与当代科学相结合, 终于发明了针对现代人的全新养生方法: 轻断食。这种轻断食的方法较断食而言, 更适合现代人的身体与心灵。

2017年3月, 袋鼠王把全新的素食代餐带到了我们大家面前, 希望更多的人能了解、尝试并分享轻断食, 在这个过程中重新认识自己的身体, 也同时获得更健康的生活方式。

从中国IT业的元老到素食代餐CEO

作为一个今年三月刚刚诞生的年轻品牌, 袋鼠王可能还没有达到众所周知的程度, 但要是说起这个品牌的创始人, 大家一定毫不陌生: 他就是颇具传奇色彩的人物——朱威廉。

这位中国IT业的元老, 从创办联美广告中国有限公司, 到担任盛大副总裁、天联世纪总裁, 创办榕树下全球中文原创作品网站、图范网、暴雨娱乐等知名企业公司……他见证了中国互联网行业十多年来的沧海桑田, 也是一个拥有5次创业经历的连环创业客。

而如今, 他摇身一变, 成为素食代餐袋鼠王的CEO, 开始了又一次全新领域的创业。

一定有人很好奇, 关于断食纤体、控制体重的产品很多, 朱威廉为什么还想到要创办袋鼠王这个品牌?

威廉亲自尝试了轻断食和代餐之后, 非常惊奇身体所发生的变化: “我以前的饮食习惯并不是太健康, 在尝试轻断食和代餐之后, 我开始认真思考食物和身体的关系。”

袋鼠王推崇所食即所见

轻断食作为一个全新的生活方式, 已经被很多白领所接受并喜爱, 但因为市面上代餐产品种类繁多, 大家很担心食品的安全问题。针对这个问题, 朱威廉在创立品牌之初, 也用了将近一年多的时间, 进行了上百人的“公测”, 并进行了严谨的调研和数据对比之后得出结论: 袋鼠王是想以全新的方式打造一款健康产品, 传播正确饮食理念和健康生活方式。“我们的理念是, 只要懂得并善用正确的饮食方式, 能在日常繁忙的工作和生活中掌握轻断食的技巧。”



链接 TIPS

何为轻断食

轻断食是指让人回归最自然的饮食状态: 每周5天正常饮食, 另2天稍加控制。轻断食不仅改变饮食习惯, 更是一种生活方式。

在轻断食期间, 食物的选择上其实非常的考究。轻断食时需要摄取食物的全膳食纤维、有机食材的活性酵素等, 但是一般人很难辨别这样的食材, 且也没有时间去凑齐这些食物, 这也是袋鼠王会出现的原因。

袋鼠王是专为轻断食人群所设计的营养代餐, 它的出现解决了“轻断食期间吃什么”的大问题。所有的食材均来自素食, 50%来自有机, 能够让使用者更好地度过轻断食的两日修行。

- * 非粉末状代餐, 所食即所见, 让你吃的放心
- * 方便快捷、营养美味、饱腹感强
- * 袋鼠王——轻断食的亲密伴侣



一周五天正常饮食,
两天轻断食,
你的收获远远超出想象……



袋鼠王的代餐非常方便, 可以用常温冲泡, 浸泡10-20分钟, 水分吸收后就可食用啦。
甜蜜蜜风味可以用豆奶、牛奶、坚果奶、酸奶等调配, 还可以加红糖、蜂蜜增加甜度!
田园风味则可以尝试用有机豆瓣酱、海鲜酱、油等调制。

不仅如此, 袋鼠王提倡“食物也是有性格的”的理念也很有意思。朱威廉介绍说, 在瑜伽的饮食理念中, 把人的精神层面和对应的食物分为三种: 悦性、变性和惰性, 所以袋鼠王的代餐采用的食材都是相对悦性的食物: 新鲜的蔬菜水果、干果、坚果、粗粮等, “我们当初在研发的时候就考虑到让应悦性的食物去改善一个人和谐、平衡的状态。同时, 我们也根据不同人群的喜好研发出了两种口味各异的袋鼠王, 也是为了让食客们能选到自己喜欢的口味, 吃起来获得更愉悦的心情。”

虽然早前朱威廉也创办过餐饮品牌, 但朱威廉却明确表示, 创办和经营袋鼠王和普通的餐饮业完全不同: “经营餐饮业是让人们的味蕾得以满足, 而袋鼠王则是希望对人们的健康提供帮助。”他一再强调, 自己是轻断食的受益者, “我现在越来越相信, 身体是有自愈功能的, 所以一定要在适当的时候, 给身体一个空间, 让它休息。”

从今年三月正式诞生到现在, 虽然才过去短短三个月的时间, 但袋鼠王的产品和健康理念已经得到了传播。在国内, 品牌还成功举办了几期“十四天发现更好的自己”的轻断食活动, 让更多的人了解、感受、体验到了轻断食的神奇之处。

“我现在认为: 吃得健康, 吃得均衡, 吃得适量, 可以让一个人拥有更健康的体魄和更积极的生活。而这一点, 正是袋鼠王努力的方向和使命。”听朱威廉这样说, 似乎太有说服力, 让人不得不想要亲自加入到袋鼠王的家族中尝试一下。