

Möchten Sie aufhören Fleisch zu essen?

Hier ein paar wertvolle Tipps:

Menschen, die aufhören möchten, Tiere oder andere tierische Produkte zu essen, ist wertvoll, wenn sie ihren Körper langsam an weniger Fleisch oder weniger andere tierische Produkte zu essen gewöhnen, bis sie dann ganz aufhören dies zu essen.

Dies weil ein sofortiger Verzicht auf Fleisch oder andere tierische Produkte einen intensiven sehr unangenehmen Reinigungsprozess im Körper auslöst.

Bei langsamem Abbau von Fleisch oder anderen tierischen Produkten reinigt sich der Körper deutlich angenehmer und harmonischer.

Auch ist ratsam, sich mit dem Thema gesunde „vegetarische oder vegane Ernährung“ zu beschäftigen.

Es ist gut, wenn Sie beginnen allgemein weniger Fleisch zu essen.

Als nächsten Schritt, aufzuhören Tiere wie Kalb, Rind, Schwein, Pferd, Fohlen . . . zu essen.

Als nächsten Schritt aufzuhören Geflügel, Poulet zu essen.

Als nächsten Schritt ganz aufzuhören Tiere zu essen auch Fisch.

Und wenn Sie weitergehen möchten, als nächsten Schritt auch aufhören Milchprodukte und Eier zu essen.

Vegane Ernährung (davon normalerweise mindestens 1/4 Rohkost) dürfte die gesündeste Ernährung sein (aus biologischem Anbau, ohne Gift angebaut). Dies zeigen viele Erfahrungsberichte, Informationen und wissenschaftliche Studien.

Informationen dazu finden Sie u.a. in den 2 Webseiten:

zentrum-der-gesundheit.de (im Suchfeld: Vegetarische Ernährung oder Vegane Ernährung eingeben)

swissveg.ch

Übrigens vegane Ernährung ist wertvoller gelebter Umweltschutz und hilft den Welthunger deutlich zu vermindern (um ca. 300 kg Fleisch zu bekommen, müssen dem Schlacht-Tier vorher u.a. ca. 4'000 bis 5'000 kg pflanzliche Nahrung verfüttert werden und einige tausend Liter Wasser . . .).

Auch ist tierische Nahrung für viele gesundheitliche Probleme mindestens mitverantwortlich (erzeugt u.a. Ablagerungen, Verschleimungen, dann sind auch die Themen Fäulnisbakterien und Übersäuerung . . .).

Dies ist eine Information vom:

Goldblau-Center

Hans-Peter Keller

<http://goldblau-center.ch>