



Unser tägliches Brot gib uns heute...Körperintelligenz von Mensch und Tier

Es geht mal wieder um die Körperintelligenz. Wie können wir Menschen unsere eigene Körperintelligenz sensibilisieren, um sie bei uns selbst und unseren Tieren nicht weiter zu zerstören. Der Körper ist unser Tempel und er ist eine Gabe der Schöpfung. Das gilt natürlich auch für Tiere, deren Körper wir Menschen ebenso achtsam und mit Wertschätzung behandeln müssen, wie unseren eigenen Körper. Jedoch ist es naheliegend, dass ein Mensch sein Verhalten gegenüber sich selbst, auf jedes andere Wesen überträgt, dass sich in seinem Umfeld befindet. Folgende Situation hat mich zum Verfassen dieses Impulsbeitrages motiviert. Doch vorab zeige ich auf, wie ein Baby und ein Pferd auf natürliche Weise mit ihrer Ernährung umgehen, wenn die Körperintelligenz ohne Konditionierung noch voll funktionstüchtig ist.

Die Körperintelligenz ist evolutionär die älteste Form von Intelligenz. Neurowissenschaftler wissen, dass es die komplexeste Form ist, die heutzutage am häufigsten missachtet wird. Kein Tier ernährt sich wie der Mensch. Jedes Tier hat seine spezielle Nahrung. Wenn wir ein Pferd auf eine Wiese führen und es sich selbst überlassen, wird es nur ganz bestimmtes Gras, bestimmte Blätter, ausgewählte Zweige und Kräuter essen – unkonditioniert ist es sehr wählerisch. Pferde wissen instinktiv, was sie essen müssen. So war es auch bei uns Menschen als wir noch Babys waren. Gesunde Babys drehen vor dem „Überessen“ ihr Köpfchen weg. Manche Babys spucken den Spinat* wie wild geworden durch die Luft. Wenn ein Baby Hunger hat, schreit es. Der Körper agiert über Abneigung und über Lust. Unser Körper gibt ständig Signale. Pferde und auch Babys haben einen ursprünglichen Instinkt für gute Lebensmittel.

* **Spinat:** enthält Oxalsäure und ist in gekochten Nahrungsmitteln anorganisch bzw. tot, insofern ist sie schädlich. Spinat, Rhabarber und Mangold sind Spitzenreiter im Oxalsäuregehalt und sollten nur im rohen Zustand verzehrt werden. Oxalsäure bildet im gekochten Zustand eine feste Verbindung mit Kalzium in anderen Nahrungsmitteln, die während derselben Mahlzeit gegessen werden und zerstört in beiden den Nährwert. Dies führt dann zu einem Kalziummangel, der Knochenabbau verursacht.

Warum haben die meisten Kinder ihren Instinkt schon in der Grundschule verloren?

Die Erziehung funkte dazwischen. Übereifrige Mütter bei der Fütterung der Babys und so geht es weiter:

- Einen Löffel für Mutti, einen Löffel für Vati, einen Löffel für die Omi und für den Opi!
- Wir wären froh gewesen, wenn wir so etwas als Kinder bekommen hätten!
- Du isst deinen Teller leer, sonst scheint morgen die Sonne nicht!
- Weggeworfen wird hier nichts, im Krieg wären wir froh gewesen, wenn wir etwas zu essen gehabt hätten!
- Iss deinen Teller leer!
- Du isst, was hier auf den Tisch kommt!
- Du isst, was alle essen! Solange du deine Füße unter meinen Tisch stellst!
- Nur wer den Teller leer isst, bekommt gutes Wetter!

JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



Solche und ähnliche Sätze von unseren Vorfahren sind als Programme in uns gespeichert, und wenn wir nicht bewusst werden, laufen sie ungehindert in uns weiter.

Warum haben manche Pferde ihren gesunden Instinkt ebenfalls verloren? Aus falsch verstandener Tierliebe oder einfach aus Unkenntnis werden heute viele Pferde krank gefüttert, obwohl die Mehrheit natürlich nur das Allerbeste für seinen Freund möchte und sich meistens sogar ganz **besonders viel Mühe** bei der Gestaltung der Pferdefütterung **gibt**. Unsere Pferde brauchen keine synthetischen Aromastoffe, Zusatzstoffe und künstlichen Vitamine, Spurenelemente und Mineralstoffe, mit denen herkömmliches industrialisiertes Pferdefutter angereichert wird. Und manche Pferdebesitzer füttern ihre Pferde einfach mit dem Ernährungswissen, wie sie sich selbst füttern. Zum Beispiel mit Weizenbrötchen.

Wem kommen die alten oben genannten Denkmuster noch bekannt vor?

Über folgenden Dialog in unserem Reitstall war ich sehr erstaunt, weil die Dame erst 20 Jahre jung ist und mir die oben genannten Glaubenssätze bestätigte. Die junge Dame kam mit einem getrockneten Weizenbrötchen aus der Sattelkammer und wollte es an ihr eigenes Pferd verfüttern. Auf dem Weg zu ihrem Pferdestall schaute ein anderes Pferd aus seinem Stallfenster, und sie reichte ihm das Weizenbrötchen, damit er ein Stückchen abbeißen konnte. Das Pferd schnappte ihr das ganze Brötchen aus der Hand, so dass für ihr eigenes Pferd nichts mehr übrig blieb. Ich beobachtete den Vorgang und sagte:

„Naja, es ist wie ist, jetzt braucht dein Pferd das Weizenbrötchen nicht mehr essen, der freut sich sicher darüber!“ Die junge Dame schaute erstaunt und erwiderte:

„Ja, er mag die Brötchen sowieso nicht so gerne. Wenn wir zu Hause grillen, bleiben immer sehr viel Brötchen über und es ist einfach schade, wenn wir diese Lebensmittel in den Müll werfen.“

Ich schließe mich der Meinung der jungen Dame an, Weizenbrötchen gehören nicht in den Müll. Allerdings bezeichne ich sie nicht als Lebensmittel. Um nicht tiefer in die Diskussion einzusteigen, jedoch einen wertvollen Impuls zu geben, empfahl ich die folgenden Bücher, siehe unten. Hier nochmal in Kürze die gesundheitlichen Nachteile des Weizenmehls:

- Weizengluten fördert Übergewicht.
- Weißmehl macht unfruchtbar, dick und süchtig.
- Gluten vernebelt die Sinne und verklebt den Darm.
- Weizen erhöht die Entzündungsbereitschaft im Körper.
- Weizen stört den Muskelaufbau.
- Weizen greift Gelenkstrukturen an.
- Weizen schwächt das Immunsystem.
- Weizen lässt den Blutzucker Achterbahn fahren.
- Weizen nährt ausschließlich die Nahrungsmittelindustrie selbst und später dann die Schwester Pharmaindustrie und niemand anderen.

Die Bitte: „Unser täglich Brot gib uns heute – oder besser doch nicht“, kann jeder für sich selbst recherchieren. Allerdings würde kein Pferd freiwillig in die Bäckerei gehen, um sich ein Brötchen oder ein Stück Kuchen zu kaufen. Wir können mit mehr Bewusstheit unsere

JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart

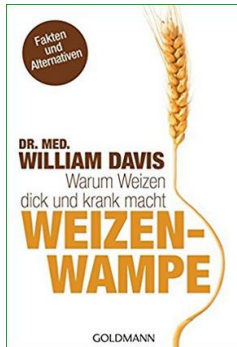


sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



Ernährungsweisen beobachten und überprüfen, ob wir sie sogar auf unsere Tiere übertragen. Heilsame Hinweise und Informationen für ein gesünderes Leben gibt es genug. In Verbindung mit einem bewussten Blick in die Natur, in unsere Umwelt und unsere eigene Intuition, können wir unsere Instinkte wieder sensibilisieren.



Brot ist kein Pferdefutter! Quelle: <https://www.natural-horse-care.com/fuetterung-pferd/brot-pferde/>

Brot hat ernährungsphysiologisch keinerlei Nutzen fürs Pferd. Die meisten Brotsorten oder Semmeln, Schnitten usw. bestehen fast immer aus Weizen- oder Roggenmehlen. Beides, Roggen als auch Weizen, sind Getreidearten, die für Pferde ungeeignet sind. Der hohe Kleberanteil der meisten Cerealien, die in den Backwaren verarbeitet werden, führt auch gerne zu erheblichen Verdauungsproblemen - bis hin zur Kolik.

Pferde, vor allem mit gesundheitlichen Problemen, sollten grundsätzlich strikt vom Brot fern gehalten werden. Ein gut geführter Stall verbietet heute seinen Einstellern grundsätzlich Brot von zu Hause mitzunehmen, da es darüber hinaus Mäuse und Ratten anlockt und in vielen Fällen auch noch in irgendwelchen Ecken vor sich hin schimmelt.