

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 u.a. 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 und erhöht seine Energie ausgeglichener.

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.

In Zweifelsfalle lieber langsamer als schneller vorgehen.

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.

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

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

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

und

swissveg.ch

Dies ist eine Information vom:

Goldblau-Center

Hans-Peter Keller

<http://goldblau-center.ch>