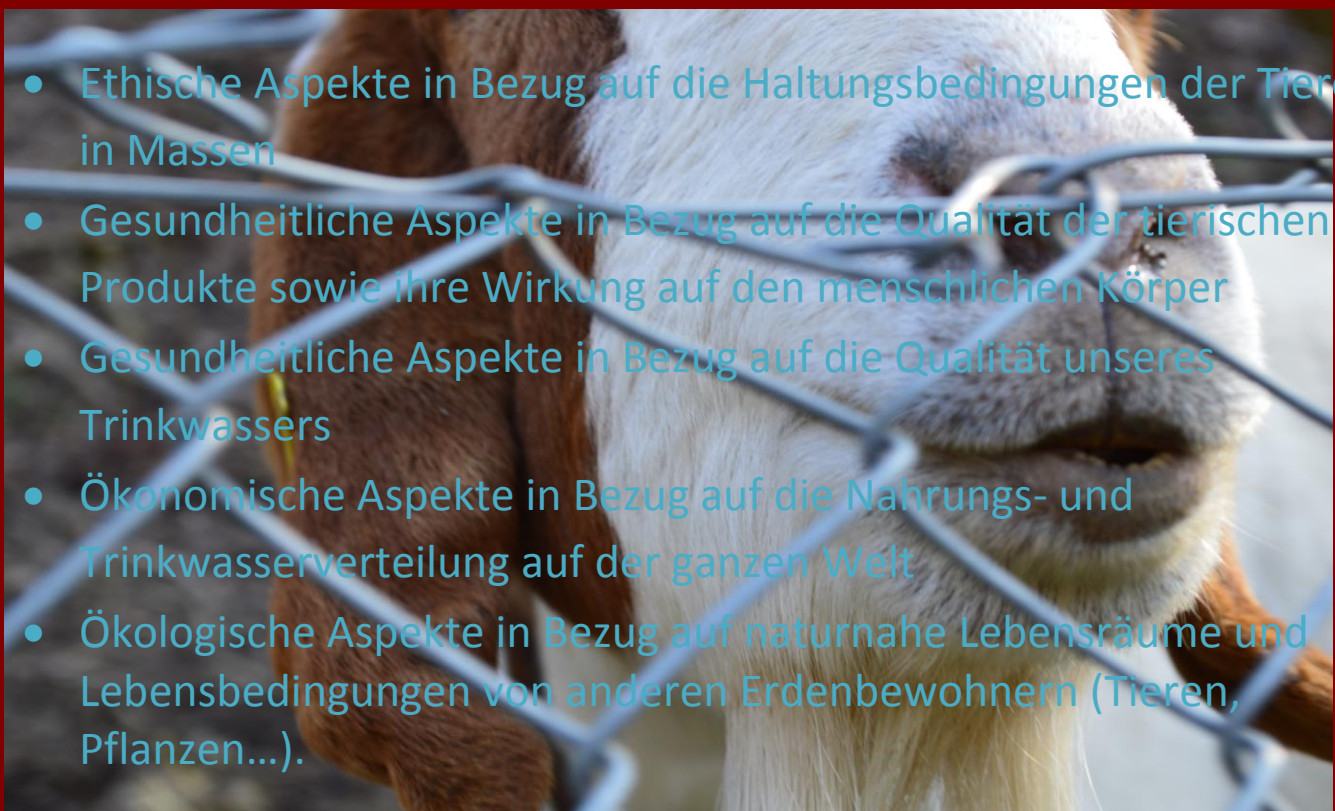


Vegetarisch oder gar vegan?

In meiner Praxis finden sich häufig hochsensible (high sensitiv) Menschen ein, die aus verschiedenen Gründen auf den Verzehr von Fleisch bzw. tierischen Produkten verzichten oder noch konsequenter handeln. Ihr besonderes Einfühlungsvermögen führt häufig zu großem Verständnis gegenüber dem Leid unserer Nutztiere. Sie möchten nicht länger mitverantwortlich sein.

Auch ist es nicht unbedingt notwendig, gleichzeitig hochbegabt zu sein, um weiter reichende Zusammenhänge zu begreifen, die mit unserem regulären Konsumverhalten einhergehen:



- Ethische Aspekte in Bezug auf die Haltungsbedingungen der Tiere in Massen
- Gesundheitliche Aspekte in Bezug auf die Qualität der tierischen Produkte sowie ihre Wirkung auf den menschlichen Körper
- Gesundheitliche Aspekte in Bezug auf die Qualität unseres Trinkwassers
- Ökonomische Aspekte in Bezug auf die Nahrungs- und Trinkwasserverteilung auf der ganzen Welt
- Ökologische Aspekte in Bezug auf naturnahe Lebensräume und Lebensbedingungen von anderen Erdenbewohnern (Tieren, Pflanzen...).

In meinen Behandlungen streben wir ein Bewusstsein von Achtsamkeit und Respekt gegenüber der eigenen Person an, was in der Regel zu einem größeren Bedürfnis nach Wohlbefinden, nach Gesundheit mit Bewegung und gesunder Ernährung führt, aber auch zu einem offeneren Blick gegenüber den Bedürfnissen der Umwelt, des Umfeldes. Einfühlungsvermögen und Rücksichtnahme sind die angenehmen Begleiterscheinungen bei Menschen, die beginnen, die Verantwortung für sich selbst zu übernehmen.

Gleichzeitig gilt es Strategien zu entwickeln, neben dem eigenen Bedürfnis nach Gerechtigkeit und Harmonie zu akzeptieren, dass es noch ganz viele Menschen gibt, die auf ihrem Weg noch viel weiter vorne stehen oder gehen. Alleine ist das schwer, doch gemeinsam können wir das schaffen!