



ERNÄHRUNG → ADRENALIN → AGGRESSION

Ausgangspunkt für diesen ausführlichen Artikel zu einem neuen, vielleicht provozierenden Thema war die Diskussion über die verschiedenen wissenschaftlichen Vorträge von Dr. Rudolf Steiner aus den 20er Jahren des vorigen Jahrhunderts, in dem auf die **Gefahren** hingewiesen wurde für das Sozialverhalten, die Verhaltensstörungen und die negativen, physiologischen Veränderungen beim Menschen **durch den Verzehr von Fleisch von Schlachttieren**, die einem exponential erhöhtem (Angst)Stress ausgesetzt sind in der kurzen Phase vor der Schlachtung. (Ein permanent erhöhtes Stresspotential als Folge einer nicht artgerechten Haltung wurde hier jetzt nicht berücksichtigt, vergrößert aber sicherlich noch einmal mit einem wichtigen Faktor das beschriebene Problem.)

Spezifische Andeutungen wiesen auf den Effekt des vorhandenen **Adrenalins** im Fleisch der Schlachttiere (= rotes Fleisch) auf die physiologischen Reaktionen beim Menschen. Diese Reaktionen bewirken dann eine Steigerung des Aggressionspotentials und der Aggressionsbereitschaft mit allen negativ-reaktiven Rückkoppelungen auf den agierenden und re-agierenden Menschen.

Als erster, praktischer Beleg sei hier nur der Weblink angeführt einer der zahlreichen Firmen, die für verschiedene Kampf(ab)arten unterschiedlichster Couleur Adrenalinpräparate anbietet, um die Aggressionsstärke und -fähigkeit der Kampf"sportler" zu erhöhen:

http://www.amazon.com/exec/obidos/tg/sim-explorer/explore-items/B00009RSHK/0/101/1/toy_display_on_website/purchase/

Es ist m.E. deutlich, daß im allgemeinen dies nicht für den einmaligen Gebrauch zutrifft, auch wenn es z.B. beim **schlacht-frisch roh verarbeiteten** und zubereiteten Fleisch schon eine signifikante Menge Adrenalin durch den Körper zu 'verdauen' gilt. Auch handelt es sich hierbei nicht um ein isoliertes Phänomen oder eine singuläre Reaktion, sondern um ein Detail einer gesamten Reaktions- und Wirkungskette, in die sehr viele „Informationsmoleküle“ (verschiedenen Peptide, Hormone, Transmitterstoffe) eingebettet sind. Wenn hier helfend-korrigierend eingegriffen werden muß / sollte, ist deswegen auch das Verständnis und Wissen um die gesamten Vorgänge und

Regelcircuits nötig. Anders wird nur an einem ‚Rädchen‘ gedreht und die negativen Folgen werden außer Acht gelassen und sind dann mittelfristig mit irreparablen Schäden verbunden. Als Beispiel hierfür seien die persönlichkeitsverändernden Folgen des **Hormondopings** im DDR-Sport einerseits und die durch neueste Forschungsergebnisse der UNI Stockholm belegten negativen Einflüsse der Fehl-Fett-Ernährung für die entzündliche Ursache des Herzinfarktes (lokale Plaques-Reaktion der großen Gefäße) angeführt. Frappant in diesem Zusammenhang ist die Tatsache, daß in der Schlachtviehmast **diesselben verbotenen Hormon-präparate** eingesetzt werden wie damals zu DDR-Zeiten bei den Sportlern.

Da nicht jeder Leser exakt weiß, um welchen Stoff es sich handelt, hier nur kurz als Erläuterung die neutrale Erklärung aus © *Psychologisches Lexikon, Brigitte Romberg, Berlin 1996. Alle Rechte vorbehalten.*

Adrenalin

Im Nebennierenmark (Nebennieren) produziertes Hormon mit sympatikusaktivierender (u.a. erhöhter Herzschlag und Blutdruck, Zuckersumme mit allen weiteren Folgen für die beeinflussten Regelcircuits, erhöhte Muskelspannung = Ausschüttung von u.a. Acetylcholin extrazellulär, Kampf- / Flucht-Disposition, wmr.balliël) Wirkung. Adrenalin fördert Atmung, Herztätigkeit und die Bereitstellung von Energiereserven in Gefahren- und Stresssituationen und stellt damit die Funktionen des Körpers auf eine aktive Bewältigung dieser Situationen ein. Bei allen Arten der Aktivierung wird Adrenalin verstärkt ausgeschüttet und ist im Urin und Blut nachweisbar.

Zwei wichtige Details seien hier kurz erwähnt, die auch für den nicht fachspezifisch bewanderten Leser einsichtig sein können:

1. Die u.a. **intensivmedizinisch** nutzbar gemachte positive Wirkung von (Nor)Adrenalin (und seinen Verwandten) in natürlicher oder synthetischer Form ist stark abhängig von den physiologischen Rahmenbedingungen und Akutsituationen des Körpers sowie Rezeptoren"ermüdung" bei häufigem und/oder längerem Gebrauch. Dies ist auch der Grund für eine notwendige Dosisanpassung - meistens eine Erhöhung- beim Gebrauch in der Intensivmedizin.

2. Die unstrittige Wirkung auf die menschliche Physiologie verändert sich nicht dadurch, daß es sich um nicht-menschliches, sondern tierisches Adrenalin handelt. Ganz kurz sei hier nur hingewiesen auf die hohe Ähnlichkeit des hormonalen Systems zwischen Säugetieren und Menschen. (Nicht umsonst wird von den verschiedenen Arzneimittelkommissionen ja auch der Tierversuch als Vorstufe zum Human-Trial und die Aussagekraft der Tierversuche akzeptiert für die Beurteilung und Zulassung von neuen Arzneimitteln.) Der Autor hat diese Überkreuzreaktion (= beinahe identische Reaktion der Tierphysiologie auf Humanpräparate) selbst als Mitarbeiter des ‚Tierstalls‘ des UNI-Klinikums Aachen beobachten können bei der post-op-Versorgung von Kälbern nach Herzklappen-Ok's.

Unstreitig ist ferner die Adrenalindurchdringung des gesamten unterstützenden Physiologieapparates, extra- sowie intrazellulär. Deshalb ist im rohen und roh zubereiteten Schlachtfleisch -auch natürlich ‚medium‘ - der gängigen Tiersorten, wie Rind, Schwein, Wild im gesamten Querschnitt Adrenalin anzutreffen und somit natürlich auch direkt in der menschlichen Physiologie sofort nach Verzehr. Dies bedeutet für den **Verzehrenden** ein (Über)Angebot an Transmitter-Hormonen mit der spezifischen chemisch-gebundenen Information zum falschen Zeitpunkt und außerhalb der passenden Rahmenbedingungen. Die Folgen mag sich jeder selbst ausmalen. Positiv kann sich dies nur auswirken, wenn die Situation selbst die Indikatoren bietet, die zur passenden Ausschüttung führen.

Es setzt sich z.B. ein Mitarbeiter nach dem Verzehr eines Steaks in der Personalkantine wieder an seinen PC oder geht in sein Produktionsteam zurück mit einem signifikant erhöhten Adrenalin Spiegel, obwohl es überhaupt keine Ursache gibt für diesen erhöhten Hormonspiegel. Die Transmitterstoffe haben aber schon längst das gesamte Reaktionsgefüge und -potential in einen anderen Zustand versetzt, als in den der Situation angemessenen. Auch neutral betrachtet ist m.E. der Schluß zulässig, daß in dieser Situation für diesen Mitarbeiter und / oder das Team das **Fehlerpotential** (= Gefahrenpotential) signifikant erhöht ist. Eine durch die Situation induzierte und passende Adrenalin-ausschüttung, die durch die Unmittelbarkeit der Situation bedingt ist und auch im Handeln und Umgang mit und in der Situation wieder abgebaut wird, ist somit verhindert, evt. sogar noch verschärft.

Wie wirkt sich das mitverzeharte Adrenalin im menschlichen Körper aus, auch bei technischer Bearbeitung, wie u.a. Kochen und Braten ? Ist es überhaupt noch vorhanden ?

Leider habe ich bei meiner Recherche hierzu noch keine konkret-spezifischen Untersuchungen, Resultate und/oder Meßergebnisse gefunden.

Der **wichtigste Aspekt** jedoch ist m.E. die **große Übereinstimmung** des hormonalen Systems bei Mensch und Tier, hierbei dann auch die Wirkung diverser Hormone und hormonalen Komplexen. Auf die notwendige Dosiserhöhung infolge Rezeptorenadaptation im gesamten menschlichen Körper wurde schon hingewiesen. Die pharmakologische Stabilität der Präparate beträgt unter sterilen Bedingungen im abgeschlossenen Produktionszustand rund 5 Jahre, nach Einbringung in chemische Prozesse (= menschliche Physiologie) wenige Stunden, manchmal auch nur Minuten. Deswegen ist eine Dosiserhöhung auch meistens nötig, wenn der primär eintretende Effekt wieder nachläßt.

Ein weiteres Phänomen dieser Transmitterstoffe, das sich in diesem Zusammenhang auch zusammen mit der adaptogenen Fähigkeit des menschlichen Körpers kombiniert, ist -zumindest in Teilen- die Antwort auf die oben formulierte Frage. Die **adaptogenen Fähigkeiten** des menschlichen Körpers bieten diesem die Möglichkeit, Regelcircuits in Stand zu halten, auch wenn die stofflichen ‚Zutaten‘ akut nicht vorhanden sind. So können z.B. die Langerhans'schen Inselzellen in der Bauchspeicheldrüse wohl auf den Blutzuckerspiegel reagieren, auch wenn der Zellmembrantransport gestört ist. Dies wird durch eine Art "Schloß-Schlüssel-Funktion" bedingt, die z.B. auch beim Altersdiabetes in umgekehrter Reaktionsfolge zum Nachlassen der Insulinproduktion führt.

Wenn nun der Mensch das gebratene oder gekochte Schlachtviehfleisch verzehrt und die Eiweißstrukturen durch die Bearbeitung zerstört sein sollten, so bleibt auf der Transmitterebene immer noch der "**Abdruck**" des **Adrenalins** vorhanden, der wiederum - bedingt durch die Ähnlichkeit der hormonalen Rahmenbedingung aller ‚Säuger‘ - eine ähnliche Reaktion hervor wie der echte Stoff. Gemessen wurde dies z.B. beim Verzehr von Schweinesalami.

Leider habe ich hierzu nur eine ausländische Site gefunden, die der Gründer der Firma ECOVER, u.a. auch zu Untersuchungen der verschiedenen Ernährungsformen:

http://www.bomi-1-gezondheid.com/Voeding_en_geest/vlees_adrenalin_e_vegetarisch_vegetarisme.htm

Weitere, spezifische bio-chemische Fachinformation oder Übersetzungen können gerne bei mir erfragt werden.

Memory

Ein weiteres Phänomen spielt in diesem Zusammenhang noch eine wichtige (Doppel)Rolle, nämlich die **‘Erinnerung’** der **Hormone**, der **Peptide**.

1. Wenn ein bestimmter Spiegel dieser Hormone erreicht wurde, um die Reaktion der zugehörigen Regelkreise hervorzurufen, entsteht

eine Art „Negativ – Positiv – Reaktion“ . Die einmal gestartete Reaktionskette unterhält sich bis zu einem gewissen Grade selber, d.h. die Handlung, die auf die hervorgerufene Reaktion folgt, ruft ihrerseits wieder eine Reaktion hervor mit der dazugehörenden Hormonausschüttung, mit der folgenden Reaktion, mit der folgenden Aktion, mit der Diese **Reaktionskette** bleibt aber auch bestehen, wenn der erste Reiz nicht mehr besteht, wenn der Sinn des gestarteten Regelkreises nicht mehr vorhanden ist. Im Tierreich sind sowohl die bekannten Übersprungshandlungen oder ein beinahe unendlicher Fluchtmechanismus die Folgen. Der Mensch muß mit dem Verstand selbst seinen Körper regelrecht abbremsen, wenn z.B. eine Gefahren-, Streß- oder Wettkampfsituation nicht mehr besteht. Die Notwendigkeit eines **Cooling-Down** nach sportlichen Anspannungen ist in erster Linie begründet im Abbau des überschüssigen Adrenalins im Körper, um Fehlreaktionen (z.B. Blutzuckerausschüttung, zu schnelle Atmung, Milchsäurestau in der Muskulatur) zu vorzuzukommen.

2. Wenn **rotes Fleisch** Teil unsere Nahrung wird, nehmen wir damit also diese Peptide, die bis in die kleinsten Microorganismen vorkommen, mit der gespeicherten Information in unsere Regelkreise auf, wo diesen plötzlich ein Zustand vorgegaukelt wird, der in Wahrheit nicht existiert. Stress aller Art, (Todes)Angst, Emotionen, Fluchtimpulse, existieren im „Negativ-Abdruck“ der Peptide und lösen wegen der Ähnlichkeit des hormonalen Systems dann beim Menschen die dazugehörigen Reaktionen aus.

Damit schließt sich der Kreis.

Schlußfolgerungen:

Der Verzehr von **Rotem Fleisch** erhöht und fördert die Aggression und Aggressionsbereitschaft beim Menschen, unabhängig von Menge und Zubereitung des Grundstoffes.

Die beschriebenen Abläufe sind vielfach beschrieben [suche via Google mit den Stichworten Adrenaline, Aggression, Ernährung (Voeding) (Nutrition) im Internet → mind. 1 Woche Lesestoff z.B.

http://www.kirchenprovinz.de/134_45374.htm oder <http://forum.heilung-ganzheitlich.de/viewtopic.php?t=11> oder http://www.suite101.com/article.cfm/physical_education/41651 oder <http://www.nutranews.org/fra/index.php?articleid=102> oder http://www.thefooddoctor.com/displayarticle_HV.htm?ArticleID=181 oder <http://www.ushapki.com/block.html>], auch unter den verschiedensten Gesichtspunkten.

Jeder einzelne Verbraucher muß für sich selbst die Frage des Verzehrs von rotem Fleisch beantworten.

Ausblick:

Viel wichtiger als eine Dogma-Diskussion finde ich einen nüchternen Umgang mit dieser Frage, der sich neben den notwendigen, ethischen Fragen in erster Linie auf die eigene **Gesundheit** richtet.

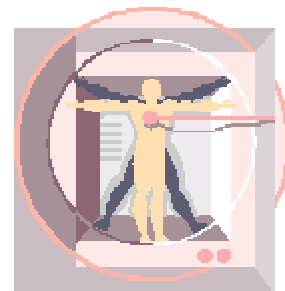
→ **Zum Leben, Wachsen, Gedeihen haben wir kein „rotes Fleisch“ nötig.**

→ **Energetisch** muß unser Körper ~ 9 kcal aufwenden für die Verarbeitung von 1g tierischem Eiweiß, woraus er auch nur ~ 9 kcal Energie beziehen kann, d.h. **keinerlei Gewinn.**

→ Die Aufbereitung, Verdauung und die Abbauprodukte bedeuten einen **ineffizienten Einsatz** der hochkomplizierten biochemischen Regelcircuits im menschlichen Körper mit der Ungewißheit, ob eventuell wichtige und benötigte Fein-Ingredienten überhaupt den Aufbauprozessen im Körper zugute kommen, bzw. diese überhaupt erreichen.

→ Will ich mich fremdbestimmter Induktion körpereigenen Reaktionen und deren Folgen aussetzen oder versuche ich, im täglichen (Ernährungs)Zyklus die der **humanen Physiologie** gemäßen und entsprechenden Regelcircuits so positiv zu beeinflussen, daß diese dem individuellen Entwicklungs- und Wachstumsprozeß gerecht werden und diesen unterstützen.

→ Bleibe ich **gesund** (*nicht*: weniger ungesund, *sprich* krank) und stütze meine physiologische Entwicklung auf die bis ins 19. Jahrhundert bekannte und angewandte (heute leider verloren gegangene) Kenntnis von Ernährung, Lebenshygiene und Rhythmus oder begeben sich in einen zerstörerischen Kreislauf von **ungesundem citius, longius, altius**, der nicht dem menschlichen Maß und **Goldenem Schnitt** entspricht.



→ *Suche (und finde) ich zur Unterstützung der Physiologie in Stress- und Belastungssituationen im Rahmen der Ernährung **die** richtige Ergänzung und vor allem, die der menschlichen Physiologie entsprechende Ergänzung, die **Körper und Geist** die Unterstützung bietet, die sie brauchen, **ohne** daß diese Ergänzung auch noch eine **artfremde** Belastung zu bedeutet, u.a. durch einen Überhang der **Freien Radikalen** in allen Organsystemen.*

Hierbei sollte die Aufmerksamkeit auch noch kurz der **biologischen Wertigkeit** der Nahrung gewidmet werden. Neben der brennwertnotwendigen Basisversorgung mit Fetten,

Eiweissen und Kohlenhydraten sind es aber in viel höherem Maße die Mikrob Bestandteile unserer Nahrung (z.B. Bioflavonoide oder Phytonutrienten), die u.a. Steuerungsfunktionen haben in Wachstums- und Regenerationsphasen unseres Körpers. Wenn



seit 1985 die **biologische Wertigkeit** unserer Nahrung teilweise bis zu **80% weniger** geworden ist (selbst im etablierten und integeren Teil der Bio-Branche bis zu 30 %), sind dies alarmierende Daten, die gesamt betrachtet auch nicht mehr rückgängig gemacht werden können. Dies ist ursächlich auch auf die kontinuierliche Verschlechterung der Umweltbedingungen für z.B. die gesamte Landwirtschaft zurückzuführen mit teilweise **irreparablen Schäden**.

Diese Beschädigung setzt sich dann "natürlich" fort in unseren Organsystemen. Hier können dann alltägliche und Standard-Regelkreise im Laufe der Zeit (oder in zu frühen Jahren) nicht mehr 100% funktionieren; ganz zu schweigen von **außergewöhnlichen Belastungen** wie Krankheit, Stress, Sport, Überbelastung usw. In diesen Situationen bemerken wir manchmal erst, daß unsere Reserven schon längst aufgebraucht sind und **keinerlei "Puffer"** mehr vorhanden ist. Ein deutliches Beispiel hierfür ist das Auftreten von "Rheumabeschwerden" beinahe 20 Jahre (durchschnittlich z.Zt. ab 40 / 45) vor dem Alter, das man gewöhnlich hiermit in Verbindung bringt.

Wenn bei schon verbrauchter Reserve dann neben der minderwertigen Nahrung auch noch fremde Eiweisse, Hormone und andere Peptide verarbeitet und deren Wirkung ausgeglichen werden muß, ist es eigentlich vorausszusehen, daß unser Körper und wir sehr schnell an die Grenze unseres Wohlbefindens gelangt sind und krank werden.

Unsere Basis, unser Fundament ist löcherig wie ein Schweizer Käse.

Dann ist eine bloße Reaktion auf die Symptome vielleicht in akuten Situationen notwendig, aber lange nicht ausreichend.

Jahrelanger Verzehr von "**Rotem Fleisch**" hat infolge des künstlichen Stress' die Zellreserven so weit aufgebraucht, daß diese durch die Nahrung nicht mehr aufgefüllt und die Funktionen der einzelnen Organsysteme nicht mehr gewährleistet werden kann [Beispiel: Verstopfung der Zellmembranen in der Bauchspeicheldrüse = rein mechanische Ursache für Altersdiabetes.]

Indirekte negative Folgen an weiteren zentralen Organsystemen treten auch auf, die Erläuterung hierzu würde den Rahmen dieses Artikels sprengen.

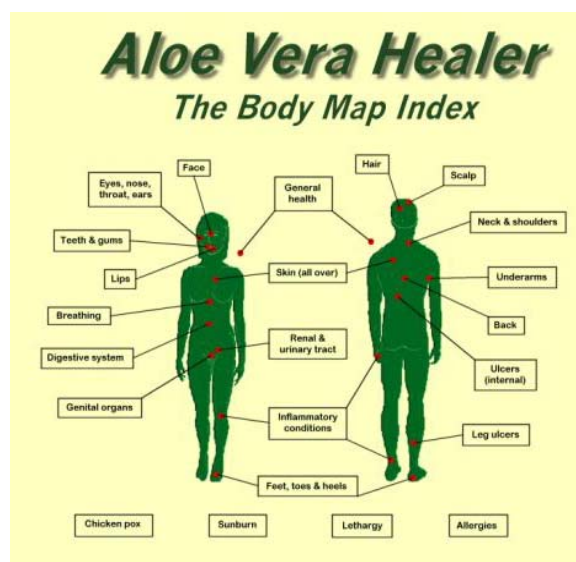
*Bleibt der Mensch weiter auf seinem löcherigen Fundament stehen oder füllt er diese Mängel wieder an auf **integrale Weise**, ohne für diesen Prozeß seinem Körper noch extra Arbeit abzuverlangen ?*

Dies ist glücklicherweise möglich mit Hilfe eines integralen, rein pflanzlichen Nahrungsergänzungsystems, das 400 naturwissenschaftlich definierte Inhaltsstoffe besitzt, **seit 6000 Jahren** bekannt ist, angewendet wird und dem Körper mit all seinen Systemen diese Stoffe im natürlichen Zustand und Wirkzusammenhang bei 100% Biologischer Wertigkeit anbietet. Kurz hingewiesen werden soll hier auf die edele Vertreterin der Aloe Vera, die

ALOE VERA BARBADENSIS MILLER.

Aus dem Pool von ~ 400 Inhaltsstoffen, die sich in Wirkstoffgruppen geordnet selbst in Bilanz halten und unterstützen holt jede individuelle Physiologie sich die akut notwendigen Stoffe und lagert den Rest ein.

Möglich ist dies durch die hohe Ähnlichkeit dieser Basisstoffe mit den "Human-Chemie" und deren physiologischen Abläufe.



Orte positiver Einflüsse auf Organsysteme

Eine **objektive Verbesserung** tritt schon nach dem ersten Gebrauch ein. Ob der Mensch aber subjektiv dies auch so erfährt, hängt neben den Rahmenbedingungen und anderen Faktoren hauptsächlich ab von Alter, Zustand der Mikrozellstrukturen, Reserven, Belastung, evt schon existierende Beschwerden / Krankheiten, Lebens- und Eß-Gewohnheiten.

Damit ist jeder Ausblick auch ein Zurückschauen, um die aktuelle Situation (und eventuelle Probleme) zu begreifen und hierdurch die individuell-richtigen Schlüsse ziehen zu können.

Für weitere Informationen, Dokumentationen, Antwort auf Fragen, ein persönliches Analyse- & Beratungsgespräch bitte Kontakt aufnehmen unter

TERMIN: tel 0031-62 50 78 555

fax 0031-43/367 27 66

wmr@balliel.com

