

Kettenthema - Was gab´s zu Essen? Lieblingsfrüchtchen und ähnliche Schwärmereien

Post by "Angelika" of Jan 23rd 2021, 8:15 pm

[Quote from Jörg](#)

Hi Caro,

Das darf ich hier im Forum eigentlich gar nicht erzählen. 😄 🤔

Da ich eher aus "technischen Gründen" zu diesem Forum gestoßen bin, habe ich mit dem eigentlichen Thema nur bedingt zu tun.

Ich achte zwar auf sehr viele Dinge, ernähre mich aber nicht primär mit Rohkost und auch nicht ausschließlich pflanzlich.

Insgesamt achte ich verstärkt auf Ausgewogenheit und seit vielen Jahren hält sich auch mein Fleischkonsum in extremen Grenzen. Trotzdem muss ich zugeben, dass ich mir z.B. am letzten Mittwoch nach längerer Zeit mal wieder Köfte gemacht habe (die auch bei anderen Menschen meines Umfelds teils beliebt sind, wenn ich sie mache).

Aber auch die haben bei mir einen sehr hohen Kräuteranteil, vor allem mediterraner Art.

Nur sollte ich das einem Rohkost-Forum vielleicht nicht unbedingt erzählen..... 🤔

(ups... habe ich ja gerade....) 🧑🍳

Display More

Das ist okay, weil es fast niemanden gibt, der/die ausschließlich roh isst über viele Jahre. Im Forum geht es auch nicht darum, dass nur 100%ige Rohis schreiben dürfen, da gäbe es nix zu schreiben. Aus verschiedenen Gründen: Mangelware und leider meist auch eher sehr divers extravagant und dabei gerne dominierend, was die eigenen Ansichten betrifft.

Deshalb ist das Forum eigentlich auch als lockere Kommunikationsmöglichkeit gedacht. Es gibt ja sogar eigene Rubriken "mit Kochkostanteil". Jene, die sich vorwiegend pflanzlich ernähren, essen oft auch Soja, und dass muss gekocht sein. Das verträgt aber auch nicht jede(r) und so ist die Welt sehr divers, gerade bei Rohis und alle die einen Lebensstil pflegen, der möglichst viel Frischkost beinhaltet.

Natürlich kann es aber vorkommen, dass ein(e) Rohi, der/die in einer Diskussion ist - rückfragt - wie es um die eigene Ernährung steht. Einfach, weil man besser "abchecken" kann, ob das Gegenüber ähnliches mitgemacht/erlebt/geföhlt haben könnte. Fast so in der Art, wie vermutlich Menschen die Drogen genommen haben, vom Gegenüber wissen wollen, ob diese "mitreden" können, wie das Gefühl und der Entzug ist.

Rohkost kann schon sehr tolle Hochgefühle bringen. Und Zucker kann einem bald als eine der härtesten Drogen vorkommen.

Ich muss z.B. bei Zucker immer an dieses Lied denken, obwohl es eigentlich auf andere Drogen gemünzt war, als der Sänger im Drogenentzug war.

Zum Glück bin ich davon (raffinierter Zucker) schon lange nicht mehr abhängig. Aber selbst bei Rohkost, merkt man/frau, wie Zucker anzieht.

Hervorhebung im Zitat ist von mir:

[Quote from https://www.radiobob.de/musik/textkunde/alice-cooper-mit-poison](https://www.radiobob.de/musik/textkunde/alice-cooper-mit-poison)

Auch wenn das Musikvideo zu "**Poison**" davon ausgehen lässt, dass der Songtext von der Verführung durch eine Frau handelt und dem Versuch, ihr zu widerstehen, wird von vielen Fans wild über einer tiefere Bedeutung des Songs spekuliert: **Von Interpretationen zu Heroinkonsum** über AIDS oder BDSM ist hier alles dabei.

<https://www.youtube.com/watch?v=Qq4j1LtCdw>

Ich glaube manche reden sich darauf aus, dass sie ungute Geföhle erst gar nicht wahrnehmen wollen mögen und sich deshalb erst gar nicht weg vom Zucker bringen wollen. So in der Art, wenn ich dann so empfindsam darauf reagiere, wenn ich xy dann doch mal wieder esse, dann bleib ich lieber dabei.

Was Rohis hier zumindest etwas eint ist, dass sie merken wie gut es sich ja doch anfühlt, wenn man/frau über längere Zeit "clean" i(s)st. Und im Rückfall merken manche dann wie stark die Auswirkungen auf den Körper sein können. So wie Caro Bella schrieb, Kopfjucken nach Lebensmitteln mit raffiniertem Zucker/Honig. Aber auch psychisch/geistig können die Auswirkungen krass sein.

Am kuriosesten, davon hat Tom Ate schon öfter geschrieben, wenn es durch schwankende Ernährungsweise zu schwankendem Empfinden kommt. Aber das kann Tom Ate viel besser beschreiben 😊