

## Schweinefleisch meiden! Beachte das Naturgesetz.

Das Positive einer rein vegetarischen Lebensweise liegt **nicht in der fleischfreien, sondern in der Schweinefleischfreien Diät** des Vegetariers; er kommt nicht in Gefahr Schweinefleisch zu sich zu nehmen. Wir brauchen "Tierisches Eiweiß" und sollten ruhig das Fleisch von Gras fressenden Tieren essen (z.B. Kalb, Lamm, Ziege...) Jede erfolgreiche Diät in der Geschichte vermeidet Zucker, Weizen (Getreide), Hülsenfrüchte, Tier-Milch, Schweinefleisch.

Lakto-Vegetarier seien besonders auch vor Milch gewarnt: [http://josef-stocker.de/milch\\_meiden.pdf](http://josef-stocker.de/milch_meiden.pdf)

Hinweise über die Schäden durch den Genuss von Schweinefleisch fand ich in dem Buch:

**Iatroudakis, Michael "Paleo Lifestyle"** Seite 42 bis 50: "**Jordan Rubin**, ein amerikanischer Naturarzt und Gesundheitsexperte schrieb das Buch "**Schöpfers Kost**". Mit 19 Jahren litt Jordan Rubin an **Morbus Crohn**, einer chronisch-entzündlichen Darmerkrankung, die in der Schulmedizin als unheilbar gilt. Seine Erkrankung ging mit einem so starken Gewichtsverlust einher, dass er **an den Rollstuhl gefesselt war**. Er suchte und probierte über 70 alternative Ernährungstherapien auf der ganzen Welt, inklusive internationale Krankenhausaufenthalte -, um von Morbus Crohn geheilt zu werden. Die Odyssee endete bei einem Besuch bei einem Ernährungsberater in Kalifornien, **der ihm sagte, dass er nicht nach Gottes Plan handle**.

Inspiziert von dieser Beratung, fing Jordan an, die Bibel zu studieren und fand Hunderte von Bibelstellen über eine gesunde Lebensweise, vor allem in Bezug auf die Ernährung. **Von da an mied er total alles vom Schwein (wie auch heute noch Juden und Islamanhänger):** Innerhalb von Monaten nahm er wieder an Gewicht zu und heilte sich selbst von Morbus Crohn". Wer mehr erfahren möchte

<http://www.makersdiet.com/>

Das gleiche erlebte Pastor Elmer Josephson ("**Wie lebe ich gesund?**") auch ihm half in Todesnot das **Meiden von Schweinefleisch**. God calls such meat UNCLEAN and an ABOMINATION (Levitikus 11,1 ff)

**Über die von Gott zugelassenen Nahrungsmittel lesen wir in Levitikus 11,1 (und Deuteronomium 14),** und weil Christus uns nicht von Naturgesetzen frei gemacht hat, gelten diese Speisegesetze auch heute noch:

**Im Judentum wie auch im Islam, ist der Verzehr von Schweinefleisch verboten, und das mit gutem Grund;** so lange sich die Israeliten an die im 3. Buch Mose 11,1 f genannten Speisegesetze hielten, waren sie das gesündeste, langlebigste Volk. Diese Nahrungsmittel und der Mensch haben sich inzwischen nicht geändert - also auch die Wirkweise dieser Nahrungsmittel.

Das Eiweiß des Schweinefleisches neigt **aufgrund seiner Struktur** sehr stark zur **Fäulnis**. Diese **Fäulnisprodukte sind toxisch (giftig)** und belasten den ganzen Körper (Lymphe, Blut, Leber).

Josephson, 52: "Wenn Schweinefleisch anfängt, schlecht zu werden, verdirbt es von innen nach außen, so dass man den Schaden erst sehr spät entdeckt (und dadurch größere Gefahr läuft).

Am Rindfleisch dagegen beginnt der Fäulnisprozess von außen nach innen und ist schneller ersichtlich"

Schweinefleisch enthält eine große Anzahl von Inhaltsstoffen und Giften, die für unseren Organismus nicht gut sind, vor allem **Fäulnisgifte - gleich ob das Schwein minderwertig oder aber mit Bio höchst wertvoll ernährt wurde**.

Der mittlerweile verstorbene **Dr. med. Hans Heinrich Reckeweg** hat über den Verzehr von Schweinefleisch und seine Bedenken, eine Abhandlung geschrieben mit dem Titel: „Schweinefleisch und Gesundheit“:

"In meiner mit den verschiedensten akuten und chronischen Krankheitsfällen gefüllten Praxis konnte ich nun merkwürdige Beobachtungen machen, die ich aufgrund zahlreicher, auch sonstiger Beobachtungen in der Homotoxikologie auswerten konnte. Hierbei stellte sich heraus, dass Schweinefleisch als ein bedeutsames **Menschengift (Homotoxin)** anzusehen ist, **welches im Körper zu Abwehr Erscheinungen führt**, die als verschiedenste Krankheiten in Erscheinung treten (Gifte müssen irgendwo heraus; Entzündungen, Abszesse, Furunkel, Blinddarmentzündung...

**Dr. Reckeweg:** <http://www.gesundheitlichaufklaerung.de/schweinefleisch-und-gesundheit>

Bekanntlich muss ein auf der Jagd erlegtes **Wildschwein** sofort aufgebrochen werden, weil das Fleisch sonst ungenießbar wird und toxische Eigenschaften annimmt." Schweinefleisch verdirbt sehr schnell, die Fäulnisgifte sind sehr schädlich für den Menschen.

**Nerze gehen ein** (Josephson S 47): „Wenn wir an unsere Nerze Schweinefleisch, egal in welcher Form, verfütterten, würden sie eingehen. Wir geben ihnen Pferdefleisch zu fressen, und damit gedeihen sie prächtig. **Von Schweinefleisch werden sie ausnahmslos krank** und gehen ein."

Folgender Fall ist in Gerichtsakten nachzulesen: „Die Silver-Moon-Nerzfarm in New Holstein, Wisconsin, hatte bei einer Fleischfabrik eine Ration Rinderleber für ihre Nerze bestellt. Statt der Rinderleber lieferte die Fabrik Schweineleber, die die Farmer ahnungslos an ihre Nerze verfütterten. Die Folge? **Sämtliche Nerze gingen ein**. Es gab ein Gerichtsverfahren, und die Fleischfabrik musste für den Schaden aufkommen."

Nicht selten geschieht es, dass Rinder vom sogenannten **rasenden Juckreiz**, einer unheilbaren Infektion, befallen werden. Übertragen wird diese Krankheit durch den Speichel von Schweinen auf Getreidehalmen. Werden diese Halme anschließend von Rindern gefressen, entsteht bei ihnen ein so heftiger Juckreiz, dass das geplagte Tier von einem Baum zum anderen rast, sich die Haut vom Maul schürft und sehr bald eingeht.

**Die ungesunden Faktoren des Schweinefleischs** laut Dr. Reckeweg:

**1. Schweinefleisch hat einen sehr hohen Fettgehalt (mit zu wenig Omega-3 Gehalt).** Auch mageres Schweinefleisch enthält sehr viel Fett, weil das Fett intrazellulär (in der Zelle) in den Fleischzellen sitzt. Dies ist bei anderen Fleischsorten wie Rind, Kalb usw. so nicht der Fall. Der hohe Fettgehalt des Schweinefleisches erhöht das Risiko von Herz- und Kreislauferkrankungen wie z.B.: Bluthochdruck, Herzinfarkt und Arteriosklerose. Schweine fressen auch in Biobetrieben **viel Getreide, Soja und Co. Getreide führt zu viel ungesundem Fett**. Kraftfuttermast: Da kann das **Fettsäureverhältnis** im Fleisch nicht wirklich gut sein, verglichen mit Weidefleisch. (Omega-3 zu Omega-6)

Die Bibel lobt nur das Fleisch von Grasfressern und Weidetieren, sie verbietet das Schwein.

**2. Schweinefleisch enthält ein Eiweiß, das aufgrund seiner Struktur eine hohe Verwesungsrate hat. Es geht sehr schnell in Fäulnis über.** Die dabei entstehenden Fäulnisprodukte belasten Darm, Lymphe, Blut und Ausscheidungsorgane erheblich. **Die Eiweißstruktur des Schweinefleisches (DNS) ist der des menschlichen Körpers sehr ähnlich.** Dadurch wird es bei der Verdauung vom Abwehrsystem nicht als Fremdkörper erkannt, sondern kann leicht durch die Darmwand ins Lymphsystem und ins Blut gelangen, mitsamt seinen Eiweißfäulnisprodukten und Toxinen. (Führt zu Entzündungen, Abszessen, ...) Das Schwein hat nun tatsächlich viele Attribute mit dem Menschen gemein, aber das Schwein ist gewissermaßen **das „negative Abbild des Menschen.“**

**3. Schweinefleisch hat einen sehr hohen Anteil an Schwefel.** Dieser ist zum einen **schädlich für das Bindegewebe:** Dieses Gewebe, das im Körper die Aufgabe hat, alles miteinander zu verbinden, wird von kleinemolekularen Verbindungen gehalten, die ebenfalls zumeist schwefelhaltig sind. Je mehr von diesen schwefelhaltigen Verbindungen im Bindegewebe sind, desto mehr Wasser wird festgehalten. Auf diese Weise saugt das Bindegewebe sich voll wie ein Schwamm und quillt auf. Zum bewirkt der hohe Schwefelgehalt eine **Schwächung der Knorpel** im menschlichen Organismus. Je weniger Schwefel in einem Knorpel vorhanden ist, desto kräftiger und widerstandsfähiger sind auch die Sehnen und Bänder, die unter anderem aus Knorpelgewebe bestehen. Schwefel weicht den Knorpel auf, und das kann wiederum z.B. zu **Bandscheiben- und Hüftschäden** führen. (Bäder in schwefelhaltigem Wasser helfen zu entgiften!)

#### **4. Bindegewebsschwäche, Arthritis, Bandscheibenschäden:**

Nur mit Schweinefleisch lässt sich eine **streichfähige Wurst** herrichten, wofür Aminosäure, Hexosamin und schwefelhaltige Substanzen wie Chondroitinschwefelsäure und Mukoitischwefelsäure verantwortlich sind. Sie bewirken ein **schleimiges Aufquellen des Bindegewebes** und vergesellschaften sich hier mit dem zur Ablagerung kommenden Fett (Der Mensch verbraucht zuerst Kohlenhydrate und speichert das Schweinefett unverändert an sich.) Daraus resultiert eine eigenartige, **nur bei Schweinefleisshessern in „Rubens'scher Üppigkeit“** charakteristisch in Erscheinung tretende **Aufquellung des Bindegewebes**, das außerdem wie ein Schwamm **Wasser aufsaugt** und den Schweinefleisshessern die typische **Auftreibung des Bindegewebes** verleiht. (Fettsucht, Dickwerden, Adipositas: Verzichte auf Schwein und Weizen).

**5. Verschleimung:** Die Gefahren liegen diesbezüglich ferner in den **Einlagerungen von Schleimsubstanzen in Sehnen, Bänder, Knorpel** usw. mit den Folgen von **Rheuma, Arthritis und Arthrosen, Bandscheibenschäden** usw., weil nämlich die derben Bindegewebesubstanzen (wie sie beim Menschen, u. a. auch beim Hammel vorliegen) durch Schweinefleischgenuss gewissermaßen „verschleimen“, **weich und wenig widerstandsfähig** werden.

Seite 22: Die menschliche Knorpelsubstanz wird durch schleimiges Bindegewebe des Schweines ersetzt - die **Knorpel werden weich und unter dem Druck des Körpergewichts zerrieben**.

Schwefel: Hier sind besonders die von Prof. Bier durchgeführten Untersuchungen zu erwähnen. Dr. Bier hat Versuchstieren Schwefel eingespritzt, worauf es zur **Mobilisierung und Ausscheidung des Gewebeschwefels** kommt und die Knorpelgrundsubstanz damit schwefelärmer und fester, widerstandsfähiger gemacht werden kann. Auf diese Weise wirken offensichtlich auch die Schwefelbäder nämlich durch Mobilisierung (Ausleitung) des Gewebeschwefels. **Es ergab sich, dass ein Knorpel umso fester und widerstandsfähiger ist, je weniger Schwefel er enthält.**

. (Quelle: **Reckeweg** [www.gesundheitlicheaufklaerung.de/schweinefleisch-und-gesundheit](http://www.gesundheitlicheaufklaerung.de/schweinefleisch-und-gesundheit) )  
**Schweinefleisch ist reich an Wachstumshormonen** und verstärkt so das Körperwachstum bis zur Pubertät. Nach der Pubertät wirken die Wachstumshormone weiterhin auf die Zellen **und fördern so Entzündungen, Gewebewucherungen und das Wachstum von Krebszellen** (Ebenso hat Kuhmilch für den Erwachsenen zu viele Wachstumshormone, die besonders Brust- und Prostatakrebs anregen)

**6. Histamin:** **Schweinefleisch fördert Entzündungen, es hat im Vergleich mit anderen Fleischsorten eine hohe Konzentration von Histamin**, das bekanntermaßen ein **Auslöser von allergischen Reaktionen** ist. Deshalb verschlimmert Schweinefleisch **alle allergischen Hautausschläge wie Neurodermitis und Nesselsucht (Urtikaria) sowie Heuschnupfen und Asthma**. HISTAMIN verstärkt **also Entzündungen, Abszesse, Furunkel, Darmentzündungen und Ausfluss bei Frauen**. Histamin ist ein Stresshormon, deshalb führt der Verzehr von zu hohen Mengen Schweinefleisch zu einer geringeren Stressbelastbarkeit.

Seite 13: "Die **Entzündungen und Juckreiz** fördernde Wirkung des Schweinefleisches beruht auf dem Gehalt an **Histamin** und Imidazolkörpern, z. B. Ergothionein u. a., durch welche **Entzündungsvorgänge eingeleitet** werden und auch **experimentell ausgelöst** werden können.

Durch **Histamineinspritzungen** lassen sich **Magengeschwüre** experimentell erzeugen sowie **Juckreiz, Entzündung** und verschiedene **allergische Krankheiten, wie Asthma, Heufieber, Rhinitis vasomotorica (Rinnende Nase), auch Herzrhythmusstörungen** und evtl. sogar **Herzinfarkt**. Herzinfarkt-Gefährdete dürfen ebenfalls kein Schweinefleisch essen"

. <http://josef-stocker.de/histamin.pdf>

**7. Rheumatiker und GICHT-Patienten müssen Schweinefleisch meiden, da es die Entzündung in den Gelenken fördert** (Purine, Harnsäure, Kristalle im Großzehen-Gelenk). Patienten mit Rheuma-Erkrankung sollten auf Schweinebraten, Schmalz und Bratwurst besser ganz verzichten. Anlässlich einer Tagung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung sagte das der Ernährungswissenschaftler Gerhard Jahreis, Professor an der Universität Jena. Erkrankte sollten ausgekochtes Fleisch von Kalb (ohne den Fleischsaft), Ziege Schaf oder Fisch bevorzugen.

Hervorgehoben werde **der entzündungsfördernde Effekt des Schweinefleisches** durch die hierin enthaltene **Fettsäure Arachidonsäure**, erklärte Jahreis. "**Tierische Omega-3-Fettsäuren** – wie in Fisch, Krill oder Rindfleisch von Gras-Weiden – regeln die Entzündung bei Rheuma dagegen nachweislich herunter." Im Blutbild lasse sich das belegen.

"Wer an Rheuma leidet, sollte Gerichte mit Schweinefleisch meiden. Darin sind Stoffe, die eine Entzündung fördern. Besser sind Mahlzeiten mit Omega-3-Fettsäuren: Die regeln die Krankheit nachweislich herunter und sind in Meeresfischen, aber auch in Rindfleisch enthalten."

<https://www.welt.de/gesundheit/article5094310/Fuer-Rheumatiker-ist-Schweinefleisch-tabu.html>

**8. Sutoxine - Gifte:** Zahlreiche Bestandteile **des Schweinefleisches wirken als Homotoxine (Gifte für Menschen)**, so dass für diese die Bezeichnung "Sutoxine" gerechtfertigt erscheint.

**Eine direkte Ausscheidung der Sutoxine ist nicht möglich** (Seite 20):

**Schweinefleisch-Gifte** können nicht über die üblichen Entgiftungsventile **wie Urin, Atemluft, Darmausscheidungen und Hautausscheidungen** physiologisch entgiftet (**ausgeschieden**) werden, also nicht über die gewöhnlichen Ausscheidungswege, **sondern nur über pathologische (krankhafte) Ventile, d. h. über Entzündungen...**

Je nachdem welche Organ- oder Gewebeanteile vom Schwein der Mensch isst, sind verschiedene Erkrankungen zu beobachten, insbesondere **Gallenblasenerkrankungen mit Steinbildung** (Cholesterin), **Gallenkoliken** und die akute **Blinddarmentzündung (Appendizitis)**, der viele Patienten zum Opfer fallen, auch durch Komplikationen wie **Thrombose** und **Embolien** aufgrund der durch den vorhergehenden Schweinefleischgenuss **gesteigerten Giftlage**, die durch die operative Entfernung des Wurmfortsatzes (Appendix) nicht beseitigt wird. (Entfernung des Symptoms, statt der Ursache.)

Falls nicht zu große Mengen genossen werden, kann zunächst die Entzündung ausbleiben, stattdessen aber eine **Ablagerung** der Schweinefleischanteile (besonders der Schleim- und Fettanteile) im Bindegewebe erfolgen, was sich als **Dickwerden, Adipositas** ... zu erkennen gibt.

Erst wenn „das Maß voll ist" und der Organismus keine weiteren Möglichkeiten mehr sieht, mit der Entgiftung, Ausscheidung oder Ablagerung der Belastungsstoffe fertig zu werden, wenn evtl. auch die Zirkulation in Gehirngefäßen, speziell auch der Herzkranzarterie durch die Ablagerung der Schleim- und Fettmassen beeinträchtigt wird, dann erst wird zur Umsetzung und zwecks Abbau der Schweinefleisch-Belastungsstoffe eine **Entzündung als letzte Hilfe** herangezogen.

So sieht man bei den Nackenbelasteten Patienten die gefährlichen **Nackenkarbunkel** auftreten oder **Furunkulosen, Schweißdrüsenabszesse**, in zahlreichen Fällen, besonders nach Genuss von Schlachtplatten Appendizitis (Blinddarmentzündung) oder Gallensteinkoliken und Erkrankungen der Gallenwege (Cholangitis, Cholecystitis, Gallenblasenempysem usw.).

Es stellte sich heraus, **dass das von außen zugeführte tierische Fett im menschlichen Körper als solches gelagert wird**, dass z. B. ein Hund, den man mit Hammelfett ernährt, in seinen Fettdepots dann chemisch nachzuweisendes Hammelfett enthält, was aus den chemischen Reaktionen des Unterhautfettes, der Jodzahl usw. ersichtlich wird.

Ferner wird das Blut mit derartigen Fettanteilen überschwemmt. Es bilden sich Großmoleküle, die in der Ultrazentrifuge nach ihrer verschiedenen Schwebegeschwindigkeit (nach "Svedberg-Einheiten") gemessen werden und **für die Entwicklung der Arteriosklerose** sowie für **hohen Blutdruck, schlechte Durchblutung des Bindegewebes** allgemein, besonders auch bei wichtigen Drüsen, für Verengung und **Verkalkung der Herzkranzgefäße** mitverantwortlich sind.

**9. Würmer, Trichinose:** Krankheit, die durch den sogenannten Trichinenwurm verursacht wird. (Die wissenschaftliche Bezeichnung lautet **Trichinella spiralis**). Trichinen sind nur eine von achtzehn oder **neunzehn Wurmarten, die man in Schweinen vorfindet**. Trichinen können tödlich sein. Lassen wir einen Experten auf diesem Gebiet zu Wort kommen.

Laird S. Goldsborough schreibt 1950: „Im Schweinefleisch, das wir Amerikaner verzehren, lauern nur allzu oft Unmengen rätselhafter, **gefährlicher Parasiten**. Es sind dies mikroskopisch kleine, spiralförmige Würmer, Wissenschaftlern als *Trichinella spiralis* bekannt. Eine einzige Portion infizierten Schweinefleisches - ja, ein einziger Happen - genügt, um den Verzehreren zu töten oder zumindest zu lebenslangem Siechtum zu verurteilen." „Die Trichinen im Schweinefleisch sind so winzig klein, so durchsichtig, dass sie mit dem Mikroskop aufzuspüren Aufgabe geübter Experten der Inspektionsbehörden ist".

Trichinen würden durch Kochen abgetötet, ist eine trügerische Meinung. Wozu mit einem solchen Schädiger und Killer ein unnötiges Risiko eingehen?

Trichinen sind nur eine von zahlreichen Wurmarten, die das Schwein bewohnen. Außer ihnen gibt es noch den großen Ringwurm, den Speiseröhrenwurm, drei verschiedene Sorten von Magenwürmern, den kleinen

Haarwurm, den Hakenwurm und den Dornkopfwurm im Dünndarm. Im Dickdarm sitzen ferner mehrere Arten knotenförmiger Würmer sowie der Bandwurm, und schließlich gibt es noch den Nierenwurm.

[https://www.diepholz.de/medien/dokumente/merkblatt\\_zu\\_wurmbefall\\_beim\\_menschen.pdf?20161116112704](https://www.diepholz.de/medien/dokumente/merkblatt_zu_wurmbefall_beim_menschen.pdf?20161116112704)

**Dr. med. H. Reckeweg** (<http://www.gesundheitlicheaufklaerung.de/schweinefleisch-und-gesundheit>):

Es wird manchmal eingewendet, dass der oder jener alte Großvater mit 90 Jahren noch täglich seine Pfeife rauche und seinen Schweinespeck esse und dass er noch gut zu Wege sei. Prüfen Sie diese Fälle einmal genau nach (wie viele kleinere Krankheiten, Medikamentenverbrauch, usw.)! Und da wird einem dann auch oft die Geschichte von den "gesunden Bauern" entgegengehalten, die trotz dauerndem Schweinefleisch-Genuss nicht krank würden. Durch eine wissenschaftliche Studie ist bereits vor Jahren einwandfrei erwiesen, dass es sich dabei um ein Märchen handelt. **Danach ist die Landbevölkerung nicht der gesündeste, sondern der kränkste Bevölkerungsteil**, offensichtlich – trotz der "gesunden Luft" – aufgrund des chronischen, fast ausschließlichen Schweinefleischgenusses (eine Beobachtung die auch Dr. med R. Steintel teilt).

Während meiner Praxistätigkeit besuchte ich eine Bauernfamilie. Der Vater litt an chronischer **Arthrosis und Entzündung des Hüftgelenkes**, sowie an **Leberschaden**. Die Mutter hatte **chronische Beingeschwüre** und ein quälend juckendes **Ekzem**. Die Tochter litt an einem sogenannten **Herzfehler** und **Rheuma**. Der Sohn hatte ebenfalls einen "Herzfehler nach Angina" und **Furunkel** – er war noch der gesundheitlich Stabilste -, der anderen Tochter waren die Mandeln entfernt worden und seitdem war sie mit chronischer Bronchitis mit Verdacht auf Bronchiektasen behaftet. Ein weiterer Sohn hatte eine chronische Pleuritis mit Schwartenbildung und stetig rezidivierender Fistelabsonderung. Ähnliche Gesundheitsverhältnisse habe ich bei vielen Bauernfamilien im Hochschwarzwald angetroffen. Nachdem ich über 10 Jahre dort praktiziert habe, kann ich mir ein sachliches Urteil erlauben.

Während der über eine Stunde dauernden Konsultation bei der eben geschilderten Familie stand draußen unter dem Fliederbusch ein ausgewachsenes Mutterschwein und scheuerte sich mit großem Behagen, die ganze Stunde über, ununterbrochen an einem dicken, herunterhängenden Ast.

Ich machte die Patienten darauf aufmerksam mit folgenden Worten: "Sehen Sie das Schwein dort – Alle **Juck- und Entzündungsstoffe**, die das Schwein **zum Kratzen zwingen**, essen Sie mit dem Schweinefleisch dann mit. Diese Stoffe (**es sind Histamin-Verbindungen**) rufen bei ihnen dann alle jene Krankheiten hervor, derentwegen ich Sie besuchen und behandeln muss."

Die erwähnte Bauernfamilie aus dem Schwarzwald und noch viele andere Groß- und Kleinbauern im dortigen Bereich haben seinerzeit die Konsequenz meines Rates gezogen und die Schweine nicht mehr selbst gegessen, sondern verkauft. Stattdessen grast jetzt um den Hof herum eine kleine Schafherde.

### **Speisegesetze der Bibel:**

In den Kapiteln 11-20, des Buches Levitikus (dem 3. Buch Mose), wo diese Speise-Gesetze zuerst im Detail aufgeführt sind, lesen wir: „**Der Herr redete mit Mose und Aaron und sprach zu ihnen:** Redet mit den Kindern Israel und sprecht: **Dies sind die Tiere, die ihr essen dürft ...**" (Levitikus 11,1-47).

**Gott erklärte den Israeliten**, dass sie „keine der Krankheiten" erleben würden, die die anderen Nationen plagten, wenn sie seinen Geboten Folge leisten würden (Exodus 15,26).

**Jesus aß als frommer Jude sicher nie etwas vom Schwein, er hielt sich an die von Gott gegebenen Gesetze! Jesus aß wie seine Jünger: Osterlamm, Tauben, jede Menge Fische...**

Er tötete die Schweineherde der völlig heidnischen Bevölkerung von Gerasa (Mt 8,30; Mk 5,12; Lk 8,32)

**Schwein, Hase, Kaninchen, Kamel und Pferd sind laut Speisegesetz der Bibel zu meiden. Über die von Gott zugelassenen Nahrungsmittel lesen wir in Levitikus 11,1 ff (und 5. Buch Mose 14),** und weil Christus uns nicht von Naturgesetzen frei gemacht hat, gelten diese Gebote auch heute noch: Reine Tiere, die man essen darf und "unreine" (ekelhafte) Tiere, die man meiden sollte.

#### **Diese Tiere auf Erden sollt ihr essen:**

Das Fleisch von Tieren mit gespalteten Hufen, die Wiederkäuer sind (Levitikus 11,3):

**Das sind: Schafe, Ziegen, Rinder, Ochsen, Rehe, Hirsche, Elche, Bison (Gras fressende Tiere)**

**Erlaubt sind alle Fische mit Flossen und Schuppen:** Lachs, Hering, Hering, Kabeljau, Scholle, Thunfisch, Forelle, Hecht usw. (Levitikus 11,9-10)

**Meidet: Wassertiere ohne Flossen und Schuppen** wie: Muscheln, Krabben, Hummer, Garnelen... Aal...

**Das Schwein ist verboten. Es hat zwar geteilte Hufe, ist aber kein Wiederkäuer, sondern ein Allesfresser** (11,7-8). Es ist ein Aasfresser und nimmt viele Abfallstoffe, verrottetes... in sich auf, entsprechend stinkt auch Schweinekot. **Meidet alle Aasfresser!** (Jede **Schweinezucht ist in Israel verboten**).

**Meidet Tiere, die zwar Wiederkäuer sind, aber** keine gespaltene oder geteilte Hufe besitzen (11,4). Das sind: **Hasen, Pferde, Kamele, Lama, Hunde** (fressen auch Kot), Katzen, Ratten, Eichhörnchen usw. <http://www.zoo.saarbruecken.de/media/download-5329c1e3eb6ae>

**„Blut dürft ihr nicht genießen, weder von Vögeln, noch vom Vieh“** (Deshalb gibt es Vorschriften über **koscheres Schlachten**, damit alles Blut sicher ausgeflossen ist.) Lev 3,17; Lev 7,23-27 (Kein Fett von Opfertieren erlaubt); Lev 19,26; Dtn 12,16.23

**Rein, also erlaubt sind: Geflügel, Henne, Pute, Taube...**

**Unrein und damit verboten sind Vögel, die sich von Fleisch oder Aas ernähren:** Geier, Eule, Storch, Rabe

Die als unrein bezeichneten Tiere gelten als unrein, ekelhaft oder **gesundheitsschädlich, weil sie Aasfresser sind**. Sie haben keinen Wiederkäuermagen... Es sind Tiere, die gewissermaßen alles entsorgen, was auf dem Feld usw. tot zurückbleibt. Das Wort im Hebräischen für „**unreine** Fleischsorten“ kann auch mit den Worten stinkend, ekelhaft, verdorben und verfault wiedergegeben werden.

Christus befreite uns vom Gesetz; von welchem?? Vom Moralgesetz? Ganz sicher nicht vom Naturgesetz.

**Die Tiroler essen Speck und Speckknödel: In Südtirol** gibt es **überdurchschnittlich** viele Krebsfälle. Da sind sicher auch die drei sehr ungesunden Nahrungsmittel: **Weizen** (siehe William Davis); **Milchprodukte** [www.milchlos.de](http://www.milchlos.de) sowie **Schweinefleisch und Speck** eine Hauptschuld an Krebsfällen.

Besonders gefährlich wirkt sich der Schweinefleischgenuss in tropischen, heißen Gegenden aus (wegen dem schnellen Verderb des Schweinefleisches dort). Ersichtlich in Gegenden Afrikas, die bei gleichem Klima einerseits islamisch und in dem nahe daneben liegenden Gebiet von westlicher Zivilisation beherrscht sind. Die nach den Gesetzen des Islam lebende Bevölkerung ist gesünder (**wenn** sie sich nicht durch zu viele Kohlenhydrate, Stärke, Zucker... schädigt), während die nach westlichen zivilisatorischen Prinzipien lebende Bevölkerung alle typischen, durch Schweinefleischgenuss bedingten Zivilisationskrankheiten aufweist.

(Viele Islamische Frauen neigen zu Übergewicht wegen zu viel Getreide und Konsum von Süßigkeiten.)

Beachte verschiedene **Stämme der im Himalaya-Gebiet wohnenden Hunsa** (Bircher-Benner). Die islamisch, schweinefleischfrei lebenden Stämme sind gesünder und arbeiten bis ins höchste Alter als Träger für die zahlreichen Expeditionen, während die auf der anderen Seite des Tales lebenden, die Verhaltens- und Essensregeln des Islam nicht beachtenden Hunsa-Stämme von den üblichen Krankheiten geplagt werden.

**Authentisch von mehreren Arztkollegen als Teilnehmern des Afrika-Feldzuges wurde berichtet:**

Während des zweiten Weltkrieges erkrankten beim Nordafrika-Feldzug unter Generalfeldmarschall Rommel die deutschen Soldaten zunehmend an den **soq. "tropischen Ulzera", an Geschwüren der Unterschenkel (offene Beine)**, welche kampfunfähig machten und einen längeren Lazarettaufenthalt sowie eventuell die Verbringung in die gemäßigten Zonen erforderten. Nachdem alle möglichen Behandlungsmethoden ohne jeglichen Erfolg geblieben waren, kam man auf die Idee, dass das Auftreten der Beingeschwüre **mit der Ernährung** zusammenhängen könnte, weil nämlich die Einwohner der Gegend keineswegs unter diesen Krankheitserscheinungen litten. Man stellte also die Heeresverpflegung auf die bei der umliegenden islamischen Bevölkerung übliche schweinefleischfreie Kost um, womit das gesamte Problem der Beingeschwüre schlagartig vorbei war.

Ich (Reckeweg) wurde dann aber durch das ebenfalls unfreiwillige Experiment einer völligen Umstellung der Ernährung des gesamten deutschen Volkes nach dem Kriegsende bestätigt:

Am Ende des Krieges gab es praktisch **keine Blinddarmentzündung, keine Gallenblasenerkrankungen**, höchstens mit Ausnahme bei jenen, die ein Schwein "schwarzgeschlachtet" hatten, was allerdings sehr selten vorkam. Auch **Rheuma, Bandscheibenleiden** und ähnliche Erkrankungen, ferner **Herzinfarkt** sowie **Verkalkung und Bluthochdruck** waren fast unbekannt geworden (sie aßen wenig Weizen; nichts vom Schwein).

Dr. Reckeweg: Dass Schweinefleisch belastend wirkt und Krankheiten hervorruft (**Entzündungen**), war mir bereits vor dem Kriege bekannt. Ich nahm damals an, dass dieses nur für **die frischen Schweinefleischzubereitungen** wie Schlachtplatten, Schweinebraten, Eisbein (Stelze), Rippele, Schweinekotelett usw. Gel-

tung habe, nicht aber für die gepökelten (Schinken, Speck usw.) und nicht für die zu Wurst verarbeiteten geräucherten Schweinefleischprodukte (scheinbar haltbare Produkte). **Dieser Irrtum** kam deshalb zustande, weil der Genuss von **Schweinefleischprodukten aus frischer Schlachtung akute Erkrankungen hervorzurufen pflegt** wie Blinddarmentzündung, Gallenblasenentzündung und Gallenkoliken, akute Darmkatarrhe, Magenentzündung (Gastritis)...., auch akute **Ekzeme, Furunkel, Abszesse (Die Schadstoffe müssen irgendwo hinaus)**.

**Dr. Reckeweg: Als Fazit meiner Ausführungen gebe ich meinen Patienten jeweils den strikten Rat: Vermeiden Sie jeglichen Schweinefleischgenuss, auch in kleinsten Mengen.**

Wenn Sie einmal wochenlang streng schweinefleischfrei gelebt haben, wird Ihnen bei zufälligem Genuss (auch nur kleinsten Mengen) **sofort eine gesteigerte Abwehr des Organismus** auffallen in Form von **Juckreiz, Entzündungen oder Schmerzen an Schwächepunkten, Gallenbeschwerden (Koliken), Blinddarmreizung, rheumatischen Erscheinungen**, Erscheinungen wie Müdigkeit, aber auch eine Verschlimmerung von **Ekzemen, Juckreiz, Pilzflechten** usw. auf. Hieraus wird die Giftnatur des Schweinefleisches deutlich.

Auf alle Fälle können Sie viel Unheil und Unglück in Ihrer Familie und für sich selbst ausschalten, wenn Sie sich streng an **das Schweinefleischverbot (In Bibel und Koran)** halten und sich evtl. nur aus einer garantiert einwandfreien Bezugsquelle mit **schweinefleischfreier Metzgerware** versorgen

Denken Sie stets daran, dass das gesamte Schwein aus minderwertigem Material, aus Entzündungstoffen, aus gefährlichen Hormonen, Fäulnisstoffen usw. besteht - Auch BIO-gefütterte Schweine. Wenn Sie daher die erwähnten Krankheiten verhüten wollen, essen Sie unter keinen Umständen und in keiner Form Schweinefleisch.

In Wurst (von Schaf, Kalb) ist nicht einmal ein Schweinedarm als äußere Hülle erlaubt.

Quelle bis hierher: Dr. H. Reckeweg.

Mehr auf: <http://www.yamedo.de/naturheiler/Hans-Heinrich-Reckeweg.html>

Der **Döner Kebab** („sich drehendes Grillfleisch“), ist eines der bekanntesten Gerichte der türkischen Küche. Er besteht aus mit Marinade gewürzten, großen Fleischscheiben, die schichtweise auf einen senkrecht stehenden Drehspieß gesteckt und gegrillt werden. Von diesem werden nach und nach die äußeren, gebräunten Schichten mit einem großen Messer dünn abgeschnitten. Ursprünglich wurde für Döner nur Hammel- oder Lammfleisch verwendet, inzwischen sind – zumindest außerhalb der Türkei – Kalb- oder Rindfleisch und auch Geflügel wie Pute oder Henne üblich - **niemals aber Schwein**.

**Schweine, Wildschweine und alle AASFRESSER sowie alle Fleisch fressenden Tiere sind ungesund. Schweinefleisch ist so langsam krank machend, wie das gesundheitsschädliche Rauchen** - man merkt zu lange keinen Schaden und schädigt sich deshalb jahrelang bedenkenlos. Manche Raucher werden sogar sehr alt - das bedeutet aber nicht, dass das Rauchen gesund ist.

**Das Schwein ist eine mobile Müllverwertungsanlage (jede Art von Schwein meiden!). Ebenso: Muscheln, Hummer, Austern... sie sind Wasserklärwerke, genährt vom Schmutz!**

**Michael Iatroudakis:** Was die **Schalentiere einschließlich der Austern, Muscheln und Hummer** anbelangt, so entdeckte die moderne Wissenschaft, dass sie geradezu aus verdünntem und Krankheiten erregendem Schmutz bestehen - aufgrund mangelhafter Ausscheidung. Sie sind gleichermaßen die Aasfresser, die Müllcontainer der Gewässer und der Meere. Krustentiere und Krebse sammeln und fressen allen Unrat des Wassers.

Meeresfrüchte speichern eine hohe Konzentration an Giftstoffen (Quecksilber usw.), da sie das Wasser, in dem sie leben, atmen. Schalentiere wie Muscheln filtern nahezu 40 Liter Wasser pro Stunde. Innerhalb eines Monats enthalten Austern Schadstoffe in einer 70.000mal höheren Konzentration als das sie umgebende Wasser.

## Literatur:

Reckeweg, Hans-Heinrich "Schweinefleisch und Gesundheit" 48 Seiten; Aurelia, 12. Auflage 2001; <http://www.gesundheitlicheaufklaerung.de/schweinefleisch-und-gesundheit>

Iatroudakis, Michael "Paleo Lifestyle: Steinzeitfitness im 21. Jahrhundert" [deutsch] 300 Seiten; 2012; ISBN: 978-3848226542 (Seite 42 bis 50: Schwein total meiden) <http://der-paleo-lifestyle.de/>

Rubin, Jordan "Des Schöpfers Kost" 270 Seiten; Müller, Greifswald: 2007; ISBN: 978-3-00-0201301 (Reine und Unreine Tiere laut Bibel: **Das Schwein muss man meiden**) *The Maker's Diet Revolution*

Rubin, Jordan "Gottes Rezept gegen Krebs" 112 Seiten; 2007 <http://www.makersdiet.com/>

Josephson, Elmer "Wie lebe ich gesund? Für eine sinnvolle Ernährung" Schulte & Gerth: 1980. Biblische Argumente gegen Schweinefleisch. Elmer Josephson gives detailed reasoning of why science classifies certain meats as unfit to eat, and why God calls such meats UNCLEAN and an ABOMINATION (Levitikus 11,1). You will never again eat pork after reading this.

Eckert, Gerhard "Gesünder leben ohne Schweinefleisch" 103 Seiten; W. Jopp Verlag: 1988

Wiederkäuer: <http://www.zoo.saarbruecken.de/media/download-5329c1e3eb6ae>

Der Bibeltext im 3. Buch Mose: [http://josef-stocker.de/schwein\\_levitikus11.pdf](http://josef-stocker.de/schwein_levitikus11.pdf)

LOW-CARB ergänzen mit PALEO: [http://josef-stocker.de/paleo\\_steinzeit\\_nahrung.pdf](http://josef-stocker.de/paleo_steinzeit_nahrung.pdf)

Schaller, Heidrun "Die Paleo-Revolution: Gesund durch Ernährung im Einklang mit unserem genetischen Erbe" 320 Seiten; books4success: März 2015; ISBN: 978-3864702433

Ballantyne, Sarah "Die Paläo-Therapie: Stoppen Sie Autoimmunerkrankungen mit der richtigen Ernährung und werden Sie wieder gesund" 432 Seiten; Riva: 2015; ISBN: 978-3868836653 Größe: 215 x 280 mm <http://www.thepaleomom.com/> **Most Recommended!**

Myers, Amy "Die Autoimmun-Lösung: Ein gesundes Immunsystem beginnt im Darm" 448 Seiten; 2016; ISBN: 978-3424153101 [http://josef-stocker.de/leaky\\_gut\\_darmloecher.pdf](http://josef-stocker.de/leaky_gut_darmloecher.pdf)

"The Autoimmune Solution: Prevent and Reverse the Full Spectrum of Inflammatory Symptoms and Diseases" 390 pag.; 2015 <http://www.amymyersmd.com/autoimmunesolutionbook/>

Fife, Bruce "Das Keto-Prinzip: Ketogen ernähren mit Kokosöl und Fett: Starke Schilddrüse - gesunder Stoffwechsel - dauerhafte Gewichtsabnahme" (40 Seiten zum Thema JOD) 448 Seiten; VAK: März 2016; ISBN: 978-3867311632 [The Coconut Ketogenic Diet](#) **Sehr lesenswert!**

Moore, J. & Westman, E. "Ketogene Ernährung... Vorteile und Umsetzung von Low-Carb/High-Fat verständlich erklärt" 348 Seiten; Riva: 2016; ISBN: 978-3868839715 Westman, Eric "Keto Clarity: Your Definitive Guide to the Benefits of a Low-Carb, High-Fat Diet" 2014

Perlmutter, David "Wie Weizen schleichend Ihr Gehirn zerstört" 349 Seiten; 2014; 978-3-442-392575 "Grain Brain: The Surprising Truth about Wheat" [drPerlmutter.com](http://drPerlmutter.com)

Kuhmilch bringt viele Krankheiten, bis Krebs: [http://josef-stocker.de/milch\\_meiden.pdf](http://josef-stocker.de/milch_meiden.pdf)

Dieser Text ist im Internet unter: [http://josef-stocker.de/schweinefleisch\\_meiden.pdf](http://josef-stocker.de/schweinefleisch_meiden.pdf)

Josef Stocker, 6113 Wattenberg, Haus Nr 15 d; Tirol, Österreich. Kontakt: [j.stocker \(at\) tirol . com](mailto:j.stocker@tirol.com)