

kommt nicht von allein

Es werden immer mehr... Menschen, die in Deutschland gerne mit Tieren leben. Sagenhafte 14,7 Millionen Katzen teilen unsere vier Wände – und genauso sagenhafte 10,1 Millionen Hunde. So steigt die Chance auch für alle, die sich kein Tier anschaffen wollen oder können, doch mal eins auszuleihen. Vom Nachbarn, von Freunden, aus der Familie. Für Abermillionen Menschen öffnet sich die Chance, tiefen Frieden zu erleben, große Freude – und damit Glück. Was ich mit diesen großen Worte meine?

Ganz einfach: Ich lebe mit zwei Hunden und zwei Katzen. Wenn ich aus dem Haus gehen möchte, bin oft eher fünf Minuten zu spät dran für einen Termin statt fünf Minuten zu früh. Meist setze ich mich auf die Treppenstufen am Eingang, um die Hausschuhe mit Straßenschuhen zu tauschen. Sofort, wenn ich mich nur der Treppe nähere, mit den Schuhen in der Hand, kommt mein Hund Lupo ange-trappelt, schiebt fordernd seine Nase in meine Hand und meint damit: „Kopfmassage! Du weißt schon, die mit Kiefer- und Kaugelenk inklusive!“ Jedes Mal läuft dann in mir derselbe innere Dialog. „Du kannst jetzt nicht kraulen, du musst weg.“ – „Aber Lupo liebt das doch so.“ – „Geht nicht, fang bloß nicht an.“ – „Ach, nur ein bisschen!“ Oft sind es dann nur zwei Minuten Innigkeit, aber die haben es in sich. Wenn ich mich ganz und gar einlasse auf dieses wunderbare Wesen, das nicht sprechen kann, aber umso mehr fühlen, dann versinke ich mit ihm in einer Welt des tiefen Friedens. Ich kraule und massiere, Lupo schnauft und grunzt. Eine banale Situation: Ich sitze auf der Treppe, und vor mir sitzt mein Hund. Doch wenn es mir gelingt, das Gedankenkarussell in meinem Kopf zum Stehen zu bringen, wenn ich das Müssen-Sol-



len-Wollen mal ins Abseits stelle und nur mit meinem Hund im Einklang bin, dann fühle ich mich warm, wohl, tiefenentspannt. Deshalb behaupte ich auch, dass ich bei meinen Hunden täglich in die Hundeschule gehe. Sie lehren mich in vielen Variationen vor allem eine lebenswichtige Lektion, die wir im Alltag gern vergessen: „Wir! Leben! Jetzt!“ Abends kommt immer mein Kater Neko zu mir ins Bad, um diese Lektion mit mir zu wiederholen. Ich setze mich also auf den Sessel dort, er springt auf meinen Schoß, um sich dann ungehemmt schnurrend auf den Rücken zu wälzen, alle vier Beinchen in die Luft zu strecken und das Bauchkraulen entgegenzunehmen. Die Zeit steht still. Es geschieht nichts. Außer: Wärme, Leben, Frieden spüren. Was für ein Geschenk! Man kann es ausleihen. Machen Sie doch mal Urlaubsvertretung – und genießen Sie die Hunde- und Katzenschule.

Haustiere für die Seele

Studien belegen den gesundheitsfördernden Effekt von Tieren. Sie spenden Trost und heitern uns auf. Die Anwesenheit oder das Streicheln eines Tieres reduziert Stress, Glückshormone werden ausgeschüttet.

Quelle: pharmazeutische-zeitung.de