

# 第一章

## 從這裡開始

來我診所看病的許多狗狗，當將他們的食物改為生肉骨（生的多肉的骨頭）和殘羹剩飯時，又變的象幼狗一樣開始了新的生命。從小用自然食物餵養的狗狗長的健康強壯，很少需要看醫生。其實這一點不奇怪，因為生肉骨頭加殘羹剩飯與野生狗狗的自然食物十分相似，是自然創造了這些奇蹟。為什麼自然食物能有這樣驚人的結果？自然食物如何產生這樣驚人的結果？你會在這本書裡找到答案。不過，既然能夠從中受益，為什麼不讓狗狗現在就享受生肉骨呢。

按照自然的基本規律去理解狗狗的內在需要，事情就變得非常容易。

這本書從頭到尾貫穿著自然的啟示。如果你不知如何做，就從自然的啟示中找答案吧。當你從中獲得信心時，也許希望分享你的發現，與你的朋友和鄰居一起體會用自然食物餵養狗狗是多麼簡單和有趣，告誡大家牢記自然。

一旦開始這樣做，下列事情的出現會讓你更加地投入：

- 洋溢在狗狗毛絨絨臉上的滿意神色。
- 狗狗牙齒和生肉骨相撞發出的美妙聲音。
- 狗狗體型勻稱、健康強壯。
- 狗狗看病的費用減少或消失。
- 用自然食物養狗還有利於人類。

你應該感謝自然，它不需要廣告招牌，也不讓你花精力去分辨食物和藥物。自然食物可以預防和治療許多疾病，它們本身就是理想的醫藥。

- 狗狗將逃離寵物食品工業和獸醫們的商業化陷阱，生活在沒有疾病痛苦威脅的更加美好的世界裡。
- 隨著對自然的理解和越來越靠近自然你就越有信心。

### 這不是新東西

這不是新東西，只不過我們忘記了，然後又被商業利益誤導。西元五世紀著名的希臘醫生 Hippocrates 說過：假如你能用食物治好你的病人，就讓藥物留在藥罐裡吧<sup>1</sup>。野生動物本能的知道什麼食物對它們好，要想活的好就要吃的好。獅子們無懼與強壯的公牛爭鬥，想像一下，為了那二千磅的食物，獅子們可能要

付出它們的生命。對於獅子和老虎來說，吃得好意味著每次飢餓時所面臨的危險。

狼是家養狗的祖先，為了健康的生存，它們同樣需要負出巨大努力獵取最好的食物。在大雪中奮力追逐獵物，一旦接近獵物，它們就面臨著被尖利的蹄腳和觸角刺傷的危險。

澳洲野狗，曾經是亞洲地區的家養狗，現在生活在山中和乾旱的惡劣環境裡，不能享受爐旁的地毯和夏日的空調。它們之所以能夠生存和繁殖，靠的是獵捕正確的食物。生活在牧羊地方的澳洲野狗，吸引它們的不是容易獵捕的小羊而是袋鼠<sup>2</sup>。澳洲野狗的本能讓它們花更多的氣力去獲得最好的食物，不過在付出的同時它們也得到回報，因為這些獵物不但是食物還是藥物。

從電視節目探索頻道你看到野生食肉動物如何捕食獵物，如果狗狗有這樣的機會也應該這樣做。

請注意，野生食肉動物捕獲的是整只動物（carcasses）而不是肉。我們命名食肉類（carnivores），即吃肉者並不準確。如果只讓獅子、狼和狗吃肉就會發生問題。食肉動物必須吃大量骨頭，它們的骨頭才長的強壯。如果我們稱食肉類為食整只動物類（carcassivores），說明已經對狗狗飲食的需要理解了一半，接著要做的就是滿足它們的需要。

對此你可能感到有些不安，這是因為你和狗狗都生活在文明世界裡，遠離探索頻道裡的野生世界。不過請放鬆。我們首先需要的是有堅實的基礎，即明白什麼是自然的需要，才能在此基礎上建立生肉骨和殘羹剩飯的自然飼養法。對於現代寵物主人來說，這種飼養法容易、省錢、有效。

## 化學和物理-食物和藥物

讓我們思考一下，以整只動物為食物狗狗得到的是什麼營養物，以罐頭裡的糊狀物或包裝盒裡的幹狀物為食物狗狗得到的又是什麼營養物，那些被稱之為食物的人工狗糧根本沒有任何醫藥作用。

食肉類能量、生長和機體修復所需要的理想營養物來自動物。但是，營養物的質量和數量必須正確才能保證整個機體系統處於最佳功能狀態，這就是健康之所在，即機體各個系統在沒有壓力的狀態下功能良好和相互協調。由此可見，正確的飲食如同靈丹妙藥。

自然還賦予食物的物理形狀和質地，食肉動物需要的蛋白質，脂肪，礦物質，維生素和稀有元素應該來自那些生韌耐嚼的食物。

食肉動物通過撕拉啃咬來對付這些生韌耐嚼的獵物屍體或大塊生肉骨，與此同時它們的牙齒和牙齦也得到洗擦和磨光。人類保持口腔衛生靠的是進食後用牙刷和牙線來清潔牙齒，而食肉動物靠的是進食過程中用肉和骨頭來刷牙和線牙。清潔的牙齒和牙齦是健康的象徵。

大多數用加工食品餵養的狗狗，骯髒的牙齒上布滿牙垢，糜爛的牙齦在流血化膿。牙垢裡的細菌產生難聞的氣味是“狗口臭”產生的原因。狗口臭非常令人討厭，更糟糕的是口腔疾病常常是影響機體其它系統的主要原因。研究顯示患牙周病動物，它們的肝臟、腎臟和免疫系統也受到影響，健康狀況日趨落下<sup>3</sup>。

將肉從骨頭上撕咬下來需要花時間和氣力，這樣做對食肉動物很有益，不僅鍛練了它們的頰，頸，胸部的肌肉，還刺激消化液分泌，興奮神經和免疫系統<sup>4</sup>。撕拉啃咬、狼吞虎嚥地進食是食肉動物的天性，這個過程還刺激大腦產生化學物質，這些化學物質有助於增強內分泌和免疫系統的功能，是維持它們健康愉快生存的要害<sup>5</sup>。

胃腸裡的酵素消化的是具有正常理化組成的食物。健康食肉動物的大腸裡有大量的細菌，在消化的最後階段它們是不可缺少的。當正常的食物理化組成平衡被破壞，那些不受歡迎的細菌就會在大腸裡大量生長，導至糞便惡臭、腹瀉或更嚴重的後果<sup>6</sup>。

你是否注意到狗狗需要的營養物有蛋白質和脂肪，但是它們不需要碳水化合物<sup>7</sup>。碳水化合物來自穀類的澱粉和水果的糖份，植物中的纖維素是另外一種碳水化合物，它們的纖維樣結構是食草動物糞便的主要成份。偶然享有一片麵包或者殘羹剩飯，對狗狗不會有什麼傷害。長期餵以穀物為主的商業化狗糧，由於這些食品的理化組成不適合狗狗，對它們的健康會造成嚴重傷害。

商業化狗糧中的穀類很難消化，狗狗吃後會排出大量爛便，弄的公園和家庭的院子臭氣燻天。用整只動物或生肉骨餵養的狗狗糞便量很少，沒有多少臭味，陽光照射後糞便顏色變的像粉筆。

## 反思

如果自然是對的，為什麼我們，即整個人類會錯？答案可能有不少，不過，最根本的原因是我們錯誤地相信了那些“專家”。

在人類進化過程中，我們的祖先曾經住在洞穴和草棚裡，這讓他們有機會能夠隨時獵到動物，結果為現代狗狗的祖先提供了最好的食物，可能的話整只動物，要不然就是生肉骨、內臟或殘羹剩飯。有幸的是我們的祖先不擔心狗狗該吃什麼，他們只要模仿自然去做就行了。

我們現在的想法和做法深受那些專家的影響。當我們談論寵物的餵養，談的不是如何像祖先那樣從居住的洞穴裡扔出動物餵狗狗，而是使用熱量、蛋白質、脂肪等術語，專家的影響已經深深地扎根於我們的頭腦。

談到狗狗的食物，寵物食品公司似乎成了專家。那些經過高溫加工的，磨成粉狀的穀物被裝進罐頭盒或其它包裝盒裡，離開工廠的傳送帶，以搶眼的形式出現在超市。那些商業化電視的廣告市場專家和那些政府管理部們的專家，不但不去追究這些不正確、不安全、誤導推廣的產品，還為這些垃圾食品大開方便之門。

多年來狗狗變的愈來愈虛弱，它們的心、腎、免疫系統已經衰竭，患有口臭和皮膚病，獸醫成了治病專家。（很多）這些專家們很少抱怨那些有害的人工狗糧，反而抱怨狗狗的“機體系統衰竭”，“心臟虛弱”，“免疫系統缺陷”，“腎衰竭”。當他們無法控制日益惡化的局面時，就要求開展科研和開辦更多的獸醫學校。

的確如此，我們的祖先以自然餵養方式把野狼馴化成今天的狗狗，祖先們把狗狗餵養的那麼好卻不需要什麼花費。今天我們把狗狗交托給我們信賴的獸醫專家，不但付出金錢，還要付出狗狗的生命。

如何擺脫專家的誤導？我們需要反思，即批判性的思考我們文化狀況的各方面，讓我們的思維回到以自然為主導和沒有專家的年代去。我建議從幹中學，就像蹣跚卻步的孩子，邁出第一步後，你很快地就會被成功所陶醉。

## 參考資料

1. Engel, C (2003) Food, medicine, and self medication, in *Wild Health: How animals keep themselves well and what we can learn from them*, Phoenix, London p26
2. Newsome, AE et al (1983) The feeding ecology of the dingo, *Australian Wildlife Research*, 10:3 477-86
3. Lonsdale, T (1995) Periodontal disease and leucopenia, *Journal of Small Animal Practice*, 36, 542-46
4. Mioche, L Bourdiol, P Monier, S (2003) Chewing behaviour and bolus formation during mastication of meat with different textures, *Archives of Oral Biology*, 48(3):193-200
5. Lang, K et al (2003) Neurotransmitters regulate the migration and cytotoxicity in natural killer cells, *Immunology Letters*, 90(2-3):165-72
6. (1996) *Nutrition in Practice*, Edition 3/1996 Uncle Ben's of Australia, Albury Wodonga
7. Burger, IH (1990) Chapter 2, A basic guide to nutrient requirements, in *The Waltham Book of Dog & Cat Nutrition*, 2<sup>nd</sup> Edition, Ed A T B Edney, Pergamon, Oxford p13