

ULRICA NORBERG

CARINA NUNSTEDT



# CAT POWER

UZDRAWIAJĄCA MOC KOTÓW

 WIELKA LITERA

[fragment książki](#)



## PRZEDSŁOWIE

# Kot jako mistrz

Nie trzeba długo szukać, by natrafić na poruszające opowieści o kotach i o tym, jakie mają dla nas znaczenie. Ludzie od dawna postrzegali kota jako mistrza godnego naśladowania. W starożytnym Egipcie traktowano go jak zwierzę o cechach boskich. Egipcjanie i Celtowie korzystali z towarzystwa kotów przy pogrzebach – miały pomóc duszy przejść dalej, a także łagodzić żal po utracie bliskich.

W starych nordyckich wierzeniach z epoki żelaza koty miały znaczący status. Były zabierane przez wikingów na statki, by zwalczać gryzonie. Długo też służyły jako inspirujące i medytacyjne towarzystwo dla artystów, pisarzy i polityków.

Kot to ciekawskie zwierzę o wyostrzonych zmysłach. Instynktownie komunikuje swoje potrzeby i zaznacza granice. W świecie nieustannych impulsów i ciągłych zmian kot reprezentuje ich przeciwieństwo. Podąża wyraźnym rytmem, idzie za głosem swojego serca. To coś, co dla nas, ludzi, jest teraz ważniejsze niż kiedykolwiek wcześniej.

Jak wykazują badania naukowe, z którymi się zapoznaliśmy, już sama obecność kota obniża poziom stresu i lęku. Z kolei mruczenie – kolejna z wyjątkowych umiejętności kotów – może przyczynić się do obniżenia ciśnienia krwi oraz zmniejszenia ryzyka chorób serca i naczyń krwionośnych zarówno u kota, jak i u człowieka.

W ostatnim czasie koty są coraz częściej przedmiotem dociekań naukowych i przed powstaniem tej książki miałyśmy zaszczyt

spotkać się z wybitnymi badaczami tych zwierząt pochodzącymi z całego świata.

W książce prezentujemy poruszające historie znanych i nieznanymi miłośników kotów, a także dzielimy się własnymi doświadczeniami. Łączy nas – dwie żarliwe, zainteresowane zdrowiem dziennikarki i pisarki – miłość do kotów oraz fascynacja wpływem, jaki mają na ludzi. Spotkasz tu naszych członków rodziny: birmę Borego i bengala Cleę (Ulriki) oraz syberyjskie bliźnięta Mię i Magnuma (Cariny). Obie długo towarzyszyłyśmy ciężko chorym bliskim osobom i możemy zaświadczyć, że koty przynoszą ulgę i leczą. Fascynuje nas ich umiejętność zachowania równowagi pomiędzy *dur* a *moll* życia.

Niektórzy mówią na nas *crazy cat ladies* – zwariowane kociary, ponieważ chętnie rozmawiamy i o naszych kotach, i z nimi. My jednak postrzegamy siebie raczej jako *clever cat ladies* – mądre kociary. Wiemy, że poznając i naśladowując te zwierzęta z ich siłą, leczniczymi zdolnościami i kocim duchem, możemy się nauczyć, jak chronić swoją integralność, rozkoszować się chwilą, rozmyślać, oczyszczać, robić miejsce dla zabawy i radości oraz znaleźć bardziej harmonijny rytm życia.

Kocie ścieżki wskazują drogę do mądrzejszego i bardziej harmonijnego życia z gwarancją dobrych wibracji. Nazywamy to kocią siłą życia – *cat power*.

Ulrica i Carina

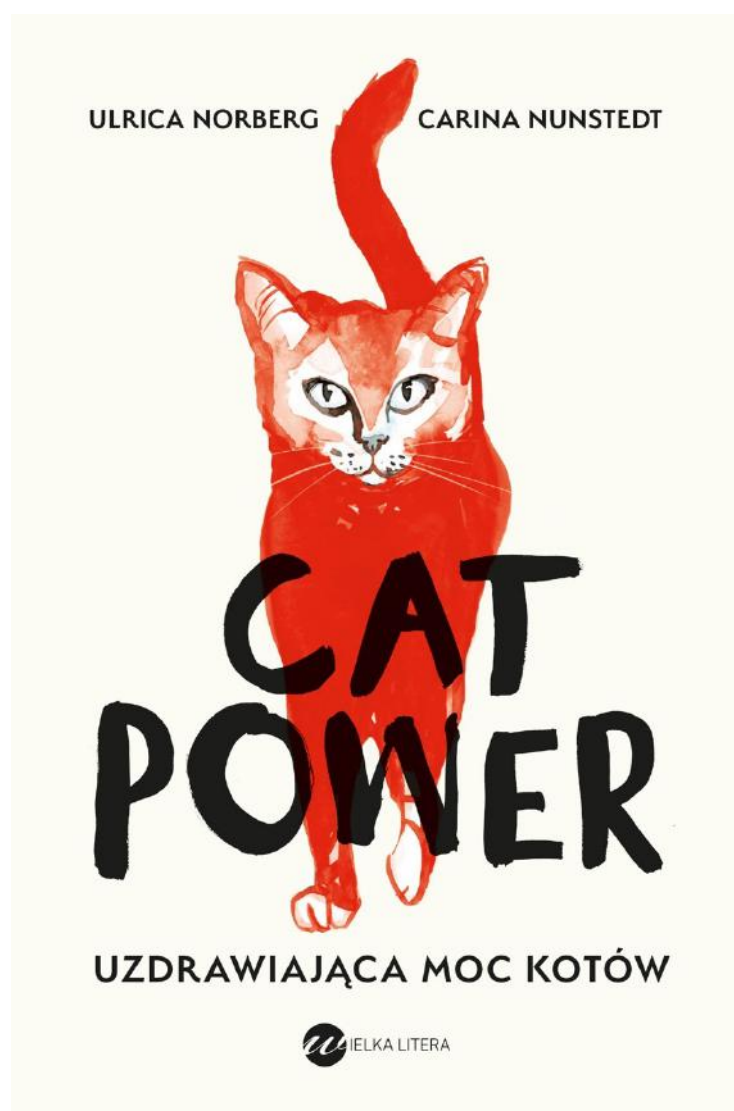
- Na świecie w 2018 roku żyło ponad 370 milionów kotów domowych i według szacunków – co najmniej równie dużo dzikich. Dla porównania liczba psów to mniej więcej 470 milionów (źródło: worldatlas.com, policzono jedynie zwierzęta domowe, bez dzikich psów). Jednak w większości krajów zachodnich to kot jest najpopularniejszym zwierzęciem domowym.
- W Szwecji jest około 1,5 miliona kotów domowych w porównaniu z 934 tysiącami psów (według badania przeprowadzonego w kwietniu 2021 roku przez Novus, a zleconego przez ubezpieczalnię zwierząt Agria i Szwedzki Klub Hodowców) – 19 procent szwedzkich gospodarstw domowych posiada kota.
- Stany Zjednoczone królują na liście krajów z największą liczbą kotów domowych na świecie, tuż przed Chinami i Rosją. W co trzecim amerykańskim domu jest co najmniej jeden kot (w wielu są dwa), w sumie jest ich tam prawie 100 milionów (według Statista). To trzykrotnie więcej niż 40 lat temu.
- W Unii Europejskiej Niemcy przodują w kociej lidze z populacją 14,5 miliona kotów, co oznacza, że w prawie co czwartym gospodarstwie mieszka kot. We Francji jest ponad 13,5 miliona tych zwierząt, we Włoszech 7,5 miliona, a w Wielkiej Brytanii co najmniej tyle samo. A mówimy tu tylko o kotach domowych.
- W Turcji w 2020 roku żyło ponad 4,1 miliona kotów. Największe miasto kraju, Stambuł, znane jest też jako „Miasto kotów” lub „Catstanbul” – są tam setki tysięcy tych zwierząt. Mieszkańcy kochają swoje kociaki i wystawiają na ulicach miski z karmą i wodą.
- W Hiszpanii, Portugalii, Irlandii, RPA i w wielu częściach Azji to pies jest częstszym zwierzęciem domowym niż kot, na przykład Indie są typowym psim krajem.







Przeczytaj [więcej](#) o książce:



Sprawdź nasze [NOWOŚCI](#)  
Zapraszamy na [wielkalitera.pl](http://wielkalitera.pl)

