

Strahlend überschreiten wir alle Grenzen. Informationen, Tips und Grundsätzliches zur Ernährung

herausgegeben von Anna Ochsenknecht für die Naturheilkundlich-feministische Beratungsstelle PULSATRULLA, Westberlin 1986

in: Thomas S. Szasz: Das Psychiatrische Testament. Mit einer Gebrauchsanweisung von Rechtsanwalt Hubertus Rolshoven. Berlin: Peter Lehmann Antipsychiatrieverlag 1987, S. 60-61

»STRAHLEND ÜBERSCHREITEN WIR ALLE GRENZEN Informationen, Tips und Grundsätzliches zur Ernährung«

Eine Broschüre von Frauen, die die „Naturheilkundlich-feministische Beratungsstelle PULSATRULLA von und für Frauen Westberlins“ gegründet haben und einem feministischen Ansatz in der Naturheilkunde auf der Spur sind.

Der Buchtitel ist doppeldeutig:

1. Er bezieht sich auf die Strahlenbelastung, die vor Grenzen nicht haltmacht, die Radioaktivität, die spätestens seit Tschernobyl für uns Realität wurde, und deren Zunahme nur durch einen sofortigen Ausstieg aus der Atomenergie gebremst werden kann.

2. Dabei bleiben die Autorinnen nicht stehen, sondern setzen der Resignation und Ohnmacht die Frauenpower entgegen sowie anschauliche Möglichkeiten, den Organismus zu stärken, sich richtig und vollwertig zu ernähren.

Das Buch informiert, z.B. über den Wert gekeimter Samen (Sprossen), über die Bedeutung guter Fette, über hochwertige vegetarische Eiweißquellen und deren optimaler Kombination zu besserer Verwertbarkeit, über die Art, Wirkung und Zubereitung verschiedener Getreidearten u.v.m.. Anhand des milchsäuren Getreidemüslis mit genauer Herstellungsangabe wird dargestellt, wie der Getreideschimmel vor Strahlen schützen und Strahlenschäden heilen kann. Sehr beeindruckt hat mich der Bericht Dr. Akizukis, der in Nagasaki, nur einhalb Kilometer vom Explosionszentrum entfernt, nicht nur selbst überlebte, sondern zahlreiche Überlebende vor Strahlenkrankheit und Blutkrebs bewahren konnte. Sein Rezept: Miso, Tamari, brauner Reis, Wakame (Tang) — und keinen Zucker!

Insgesamt wurde mir bei der Lektüre der Broschüre bewußt, wie wichtig es gerade jetzt ist, mich gesund und vollwertig zu ernähren, war ich doch nach Tschernobyl in eine Haltung »Hat ja doch alles keinen Sinn, ist alles verstrahlt« abgetaucht.

80 Seiten, DM 12,-.

Das Buch gibt es in Naturkostläden. Es kann auch direkt bei Pulsatrulla bestellt werden, und zwar durch Voreinzahlung von DM 12,- plus DM 1,- Versandkosten an: Ilg (Pulsatrulla), Konto 670 123 943 bei der Sparkasse der Stadt Berlin (West). Bitte Absender deutlich angeben.

Tina Stöckle