

Ruediger Dahlke



PEACE FOOD

Wie der Verzicht auf Fleisch und Milch
Körper und Seele heilt

30 vegane Genussrezepte von Dorothea Neumayr

Gräfe und Unzer

ergebenen Gesellschaft mit ihrer körperfixierten Medizin werden stoffliche Einflüsse enorm über- und seelische entsprechend unterschätzt. Ein Beispiel mag das erhellen: Fast jeder Mensch weiß heute, wie gesundheitsschädlich Rauchen ist. Von 100 Bronchialkarzinomen, der häufigsten Lungenkrebsart, finden sich über 90 bei Rauchern. Das verwundert kaum jemanden. Aber wer weiß schon, wie viele von 100 Rauchern im Laufe ihres Lebens Lungenkrebs bekommen? Es sind nur 2, was irritierend wenig erscheint. Die beiden Ergebnisse wurden unterschiedlich bekannt gemacht. Das

90-Prozent-Ergebnis kennt fast jeder, das 2-Prozent-Ergebnis blieb nahezu unbekannt, weil es nicht ins Konzept des Zeitgeistes passt, der Materielles überbetont und Seelisches übersieht.

Wir wissen heute auch: Von 100 Menschen, die in der zweiten Lebenshälfte ihren langjährigen Partner verlieren, entwickeln ein Jahr nach dem Verlust mehr als 60 Krebs. Die Konsequenz ist einfach: materielle Einflüsse – etwa das Kondensat von Zigaretten – sind fast immer gegeben, aber nicht annähernd so wichtig wie die seelischen. In den Büchern der Krankheitsbilder-Deutung sind diese

seelischen Be-Deutungen von körperlichen und psychischen Symptomen aufgezeigt, zusammen mit den Lern- und Entwicklungsaufgaben, die darin liegen.

Ähnlich krass und für viele Naturwissenschaftler unerwartet, zeigt eine Studie den Unterschied zwischen körperlichen und anderen Faktoren bei der Krankheitsentstehung: In Schweden forschte man nach den leiblichen Eltern von Adoptivkindern und untersuchte den Einfluss etwaiger Krebserkrankungen bei ihnen auf die Krebswahrscheinlichkeit ihrer leiblichen, aber nicht bei ihnen lebenden

Kinder. Es gab keinen!

Ganz erstaunlich war dagegen der Zusammenhang zwischen Krebs bei den Adoptiveltern und ihren genetisch völlig fremden, da nicht verwandten adoptierten Kindern. Krebs bei den Adoptiveltern verfünffacht die Krebswahrscheinlichkeit bei den Adoptivkindern.

Viel entscheidender als die Gene sind offensichtlich die Felder, in denen wir leben. Diese sind von seelischen, sozialen, aber auch Ernährungs- und Umwelteinflüssen geprägt. Bereits 1981 konnten die englischen Forscher Doll und Peto von der Universität Oxford

zeigen, dass nur 2 bis 3 Prozent der Krebsfälle mit Vererbung im Zusammenhang standen.²

Spannend ist auch, was die neue Wissenschaftsrichtung der Epigenetik³ heute belegt: Gene lassen sich durch seelische Erfahrungen, Umwelteinflüsse wie soziale Lebensbedingungen, Ernährung und Wettereinflüsse wie Sonnenstrahlung ein- und ausschalten. Das Umfeld ist demnach also viel entscheidender, als wir lange glaubten. Dachte die Wissenschaft bisher, Gene steuerten die Zelle und über sie die Gewebe und Organe, müssen wir jetzt feststellen: Das Gegenteil ist genauso