
Vorwort

In Europa ist in den letzten Jahrzehnten des 20. Jahrhunderts das Interesse an der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) rasant gewachsen. Die für uns Westeuropäer doch sehr fremd anmutende fernöstliche Heillehre, die gerade die Harmonisierung der Gegensätze Yin und Yang als Ziel hat, stieß bei vielen westlichen Therapeuten auf Begeisterung und Übernahmbereitschaft.

Es ist nicht einfach, ein heilkundiges System in seiner Ganzheit zu übernehmen, das sich über Jahrtausende in einem fernen und fremden Kulturkreis entwickelt hat: Ein System, das stark philosophisch-religiös durchdrungen ist, das ab und zu magisch-schamanistisch anmutet und kosmogent-atmosphärische Einflüsse in Betracht zieht, das die kosmische Energie Qi als die Grundsubstanz des spirituellen, geistigen und biologischen Lebens sieht, die Wandlungsphasen der fünf Elemente und die Yin-Yang-Gesetzmäßigkeit lehrt. Das sind Begriffe und Ideen, die westlichen Therapeuten fremd sind, die nur schwierig in eine uns verständliche Sprache zu übersetzen und in unsere moderne Wissenschaft sowie Welt zu integrieren sind. Zwischen dem westlichen Europa und dem fernöstlichen China ist noch immer eine große kulturelle Distanz, obwohl China sich seinerseits sehr rasant der materialistisch und pragmatisch denkenden westlichen Welt öffnet und annähert.

Das alte Gebäude der Traditionellen Chinesischen Medizin stützt sich auf mehrere wichtige Säulen:

- Die Akupunktur – eine hilfreiche, unterstützende, aber sicher nicht die wichtigste therapeutische Säule der TCM – findet im Westen die größte Beachtung. Dabei wird die Kunst des Nadelstechens jedoch oft mit den hiesigen Diagnoseverfahren und Krankheitsbegriffen verknüpft. So ist sie in erster Linie eine Ergänzung der westlichen Naturheilkunde und Schulmedizin.
- Die chinesische Tuina-Massage versucht mittels manueller Verfahren die Yin- und Yang-Energien im Körper auszugleichen. In Europa bieten immer mehr Physiotherapeuten die effektive Tuina-Massage an.

- Qi Gong wurde zu einer beliebten Freizeitbeschäftigung, die Ausgleich und Entspannung in den geschäftigen Alltag bringen soll. Heutzutage wird die ruhige, gesundheits- und psychohygienische Atemtechnik in Europa immer mehr mit Erfolg auch für medizinisch vorbeugende und heilende Zwecke eingesetzt.
- Nachdem im Westen einige interessante Werke, die die Lehren der TCM mit der westlichen Küche verknüpfen, auf dem Büchermarkt erschienen sind, wagen sich inzwischen immer mehr Therapeuten an die chinesische Diätetik.
- Nur der chinesischen Kräutermedizin, eine wichtige Säule in der TCM, wird noch wenig Platz eingeräumt.

Beim Versuch, die TCM in ihrer Ganzheit zu übernehmen, stieß ich in meiner Praxis schnell auf Schwierigkeiten und Resignation. Es machte mich unzufrieden, nur noch Wu Yao, Yan Hu Suo oder Wei Ling Xian und nicht mehr die vertraute Schafgarbe, die heimische Brennnessel oder die bewährte Pestwurz zu verschreiben. Ab jetzt Paracelsus, Hildegard von Bingen, Sebastian Kneipp, Eduard Bach, Rudolf Weiss und viele andere große westliche Kräuterkundige für immer vergessen?

Etliche Jahre Auseinandersetzung mit TCM, Fortbildungen in Deutschland und an der Universität von Chengdu/China, kombiniert mit einem Praktikum an der dortigen TCM-Klinik, erlaubten mir allerdings auch nicht, dieser faszinierenden Heilmethode wieder den Rücken zuzukehren. Dazu schätzte ich die TCM inzwischen zu sehr, insbesondere ihre holistische Art und Weise, den Menschen zu betrachten, ihre aufschlussreiche Diagnostik, ihre kluge Heillehre der Qi-Regulation sowie offensichtliche Akupunkturerfolge in meiner Praxis. Eine zehnjährige Beschäftigung mit Tai Qi vertieften mein Verständnis und halfen mir, die theoretisch-philosophischen Grundlagen der TCM zu verinnerlichen, sodass mich nur ein bikultureller Weg zufrieden stellen konnte.

Viele Versuche, westliche Kräuter nach chinesischen Mustern zu verschreiben, scheiterten. Das

war noch keine Lösung. So kam ich auf die Idee, die gegenseitige Integration dieser einander so fremden und unterschiedlichen Komponenten voran zu bringen: eine Zusammenführung von chinesischen Krankheitsmustern und westlicher Kräutermedizin. Nicht um sie zu egalisieren, sondern um sie in eine synergetische und für westliche Therapeuten brauchbare Einheit zu bringen. Grundsätzlich muss das möglich sein. Denn trotz ihrer Fremdheit und Unterschiedlichkeit füllen die westliche Phytotherapie und die Traditionelle Chinesische Medizin ein und dasselbe große humane Thema aus: ganzheitliche Betrachtung des Menschen, Heilen mit Pflanzen, Linderung von Schmerzen, Stärkung und Erhaltung der Lebenskraft.

Das Buch behandelt neben der Phytotherapie auch Akupunktur und Diätetik. Es richtet sich an Therapeuten, die nach den Grundlagen der TCM und phytotherapeutisch behandeln, jedoch auch an alle Anwarter dieser Richtung sowie an interessierte Laien. Im Bewusstsein dieser Komplexität bat ich meine Kollegen und Freunde Kurt Staudinger und Sieglinde Friedrich um Mitarbeit.

Kurt Staudinger stand dem System der TCM anfangs eher skeptisch gegenüber. Mit Freude beobachtete ich, wie sich Kurt im Laufe der Zusammenarbeit zusehends der TCM annäherte. Sein profundes Wissen der westlichen Kräuterlehre, basierend auf in jahrzehntelanger Praxisarbeit und Lehrtätigkeit gewonnenen Ansichten und Erkenntnissen, war bei dem Zustandekommen des Buches

von großem Nutzen. Auch sein Interesse für die Psyche, für den geistig-seelischen Zustand eines Menschen hinter dem somatischen Beschwerdebild und seine Erfahrungen in der Phytotherapie ergänzten den Inhalt dieses Buches. An dieser Stelle möchte ich mich bei Kurt für seine konstruktive Mitarbeit bedanken.

Sieglinde Friedrich ist in chinesischer Diätetik ausgebildet und befasst sich schon lange intensiv mit Volksheilkunde. Daher zeigte sie großes Interesse für die Idee und viel Engagement für die Verwirklichung des Buches. Ihre Diätetik-Kenntnisse und ihr Heilpflanzen-Wissen bereicherten die Zusammenarbeit. Nicht selten holte Sieglinde mit kritischen Fragen und konkreten Bemerkungen Kurt und mich bei der Arbeit auf den Boden zurück. Auch bei ihr möchte ich mich für die vielen Schreib- und Recherchearbeiten bedanken, die sie mir freundlicherweise immer wieder abgenommen hat.

Das Übersetzen sowie das Zusammenführen von westlichen und östlichen Sichtweisen erwiesen sich als nicht immer einfach. In der ständigen Auseinandersetzung mit dem fremden Denkmodell der TCM lernten wir diese besser kennen und verstehen. So wurde die Arbeit an dem Buch für uns alle in vielerlei Hinsicht eine Bereicherung. Wir hoffen, dass dies auch auf den interessierten Leser und TCM-Therapeuten zutreffen wird.

St. Johann, Sommer 2005

Rita Traversier