

Vorwort

Die chinesische Medizin mit westlichen Pflanzen erlebt zurzeit in unserem Abendland einen Aufschwung. Das philosophisch-medizinisch begründete System der TCM spricht viele hiesige Therapeuten an. Daneben ist uns die Anwendung westlicher Kräuter anstatt chinesischer Arznei vertrauter. Die Heilpflanzen sind mit uns gewachsen, wir kennen sie seit Generationen, sie gehören zu unserer Heimat, unserer Kultur. Wer sich tiefergehender mit dem Thema befasst, stellt fest, dass die angestrebte Synergie beider naturheilkundlicher Traditionen in unserem Abendland zu einem erneuerten lebendigen phytotherapeutischen Heilsystem heranwächst, das unsere Erinnerung an die eigene klassisch-griechische Elementen- und Säftelehre entstaubt, die Qualitätslehre (die Rose ist kalt im erstem Grad und trocken im zweiten) wieder aufblühen lässt, moderne Themen, wie Energie, Geist, Information, beachtet und so eine Vertiefung und Bereicherung bedeutet. „Alles ist immer im Wandel einbegriffen.“ So ist es gut.

Im Haug Verlag ist in Zusammenarbeit mit dem Münchner Heilpraktiker und Phytotherapeuten Kurt Staudinger sowie der TCM-Ernährungsberaterin Sieglinde Friedrich das Werk *TCM mit Westlichen Pflanzen* entstanden. Bei meinen beiden Koautoren bedanke ich mich herzlich, dass ich auf ihr Wissen für dieses neue Werk zurückgreifen durfte.

Das vorliegende Buch soll ein klares, gründliches und praktisches Handbuch für die tägliche Praxis des TCM-Therapeuten sein. 140 wichtige westliche Heilpflanzen sind alphabetisch ihren lateinischen Namen nach aufgelistet, was ein schnelles Auffinden ermöglicht; ihre Nennung im Sachverzeichnis erfolgt anhand der deutschen Namen. Die Kennzeichnung mit * zeigt an, dass die Pflanze bei diesen therapeutischen Wirkungen und Anwendungsbereichen besonders wirkungsvoll ist. Zusätzlich sind Spezifika sowie ihre Eignung in der Kinderheilkunde hervorgehoben. Jede Pflanze ist mit Geschmack, Thermik, Organzuordnung, Wirkung und Anwendung beschrieben. Sie sind von chinesischen Kriterien und abendländischem Wissen und Erfahrung geprägt. Mögliche Darreichungsformen, innerliche und äußerliche Dosierungen sowie Nebenwirkungen und Kontraindikationen sind behandelt. Eine farbige Grafik gilt als Orientierung; sie gibt dem Therapeuten beim ersten Blick Auskunft darüber, in welchen Organsystemen die jeweilige Pflanze wirksam ist. Konkret: Das jeweils angefärbte Element stellt das Organsystem dar, in dem die jeweilige Heilpflanze ihre Heilkraft entfaltet. Dabei wurde so treu wie möglich die nach der TCM zugeordnete Farbe zu dem jeweiligen Element respektiert. Die Elemente Metall (weiß) und Wasser (schwarz) stellten dabei ein praktisches Problem dar, sie bekamen eine „ähnliche“ Farbe.

Gerne möchte ich allen danken, die an der Verwirklichung dieses Buches mitgearbeitet haben. Ganz besonders gilt mein Dank Herrn Günther Ciupka, der während dieser Zeit unermüdlich und mit vollem Einsatz die Bilder einer jeden Pflanze verwirklichte, was ihm wunderbar gelungen ist.

Möge durch dieses Buch und seinen Kräutern vielen Menschen geholfen werden.

St. Johann, im Februar 2014
Rita Traversier