

Bei dem vorliegenden Werk handelt es um das erste diesbezügliche Fachbuch im deutschsprachigen Raum. Seit dem Erscheinen der 1. Auflage im Jahr 2000 wurde es mehrere Male überarbeitet und in die englische Sprache übersetzt.

Ungefähr 230 Kräuter - wie z.B. Rosmarin, Basilikum, Frauenmantel, Erdrauch, Löwenzahn, etc., werden beschrieben. Bei jedem Kraut werden neben dem deutschen Namen auch der pharmazeutische, botanische und englische Name angeführt. Danach finden Sie eine Beschreibung der verwendeten Teile, von Geschmack, thermischer Wirkung, Organzuordnung, Dosierung, sowie eine detaillierte Beschreibung der Funktionen sowie die individuellen Anwendungsgebiete der jeweiligen Kräuter.

Dieses Buch dient sowohl Einsteigern als auch erfahrenen Therapeuten als wichtige Informationsquelle. 2. Auflage, 578 Seiten, 208 vierfarbige Abb., Tabellen, Lesebändchen, geb.

Die Traditionelle Chinesische Medizin wird immer beliebter und somit auch die chinesische Phytotherapie. So werden auch so genannte westliche Kräuter nach Kriterien der TCM beschrieben und in der Behandlung eingesetzt. Bei dem vorliegenden Werk handelt es sich um eine überarbeitete und erweiterte Version des Buches Westliche Kräuter aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin. Es werden ungefähr 230 Kräuter - wie z.B. Rosmarin, Basilikum, Frauenmantel, Erdrauch, Löwenzahn, etc., beschrieben. Bei jedem Kraut werden neben dem deutschen Namen auch der pharmazeutische, botanische und englische Name angeführt. Danach finden Sie eine Beschreibung der verwendeten Teile, von Geschmack, thermischer Wirkung, Organzuordnung, Dosierung, sowie eine detaillierte Beschreibung der Funktionen sowie die individuellen Anwendungsgebiete der jeweiligen Kräuter.

Darüber hinaus wurde ein gänzlich neuer Abschnitt hinzugefügt, der sich mit Rezepturen aus westlichen Kräutern für die Syndrome der TCM beschäftigt. Alle in diesem Buch beschriebenen Kräuter sind als Zeichnungen abgebildet.

Vorteile für Sie:

- Materia medica, in der alle Kräuter detailliert beschrieben sind
- Rezepturen nach Krankheitsbildern in 20 Gruppen geordnet
- Farbzeichnungen

Liebe Leserin, lieber Leser,

das Einzige, was sich nicht wandelt, ist der Umstand, dass sich alles wandelt.

Entsprechend dieser Weisheit aus dem I Ging, dem Buch der Wandlungen, liegt Ihnen ein neues Buch in Händen.

Dabei handelt es sich um eine überarbeitete und erweiterte Form des Buches Westliche Kräuter aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin. Wir haben uns dazu entschlossen, nicht nur regelmäßig das zuletzt erwähnte Buch zu überarbeiten, sondern darüber hinaus ein bedeutend umfangreicheres Werk zu verfassen.

Die größte Änderung ist im Hauptteil des Werkes zu finden. Hier sehen Sie nun die Beschreibung von zusätzlich 60 Kräutern.

Darüber hinaus wurde ein gänzlich neuer Abschnitt hinzugefügt, der sich mit Rezepturen aus westlichen Kräutern für die wichtigsten Syndrome der TCM beschäftigt. So finden Sie beispielsweise Rezepturen, die Feuchte-Hitze ausleiten; Rezepturen, die die Blut-Stagnationen entgegenwirken, etc. Insgesamt sind diese Rezepturen ihrer Wirkung nach in 20 Gruppen angeordnet und werden folgendermaßen beschrieben:

Nach der Auflistung der einzelnen Kräuter mit entsprechender Tagesdosis in Gramm pro Tag folgen Wirkung, Indikation und entsprechende westliche Krankheitsbilder sowie der Zungen- und Pulsbefund stichwortartig. Um das Verständnis zu vertiefen, werden sowohl Aufbau der jeweiligen Rezeptur, als auch die Wirkungen der einzelnen Kräuter erläutert. Für manche Syndrome ist nur eine Rezeptur angeführt, während bei anderen Syndromen bis zu vier verschiedene Rezepturen detailliert beschrieben werden.

Alle in diesem Buch vorkommenden Kräuter sind als Fotografien abgebildet.

Es sei an dieser Stelle darauf hingewiesen, dass einige der in diesem Buch beschriebenen Kräuter äußerst schwer zu beziehen bzw. toxisch sind. Sie wurden dennoch mit der Intention beschrieben, dem interessierten Leser als Informationsquelle und Anregung zu dienen.

Ich möchte mich an dieser Stelle noch einmal herzlich bei Frau Miriam Wiegele für das punktgenaue Korrekturlesen der pharmazeutischen, englischen und botanischen Namen bedanken.

Ich hoffe, dass das vorliegende Werk in seiner jetzigen Form den Anwendern der chinesischen Medizin eine wertvolle Hilfe und Anregung sein wird.

Florian Ploberger, im Herbst des Erd-Rattenjahres (2008)

Vorworte von:

Dr. Ursula Baatz

Ulrike & Peter von Blarer Zalokar

Prof. Dr. Stefan Englert

Dr. Rupert Lenhart

Dr. Eva Mosheim-Heinrich

Dr. Wolf-Dieter Storl

Rita Traversier

Miriam Wiegele

Vorworte

(gereiht in alphabetischer Reihenfolge der Nachnamen)

Das Unternehmen, Rezepte der traditionellen chinesischen Medizin in Rezepturen mit westlichen Medizinal-Pflanzen zu übersetzen, ist ein großer Schritt der Verbindung von westlicher und östlicher Vorstellungswelt.

Denn da geht es um viel mehr als nur die Beschreibung von Pflanzen.

Die Medizinsysteme, die in einer Gesellschaft dominieren, enthalten viel Information über Welt- und Menschenbilder dieser Gesellschaft. In dieser Hinsicht haben Medizin-Systeme eine gewisse funktionelle Ähnlichkeit mit Religionen, bei denen Menschen ebenfalls Unterstützung suchen in ihrem Bestreben, heil zu werden oder zu sein.

Und die Medizin-Systeme haben auch eine gewisse Ähnlichkeit mit Sprachen: man kann zwar die Worte und Sätze einer Sprache übersetzen, doch es bleibt immer etwas ungesagt, etwas, das sich in der anderen Sprache so nicht sagen lässt. Ganz deutlich wird das, wenn man Gedichte und ihre Übersetzungen ansieht wörtliche Übersetzungen verlieren in Sachen Ästhetik, und Nachdichtungen sind im besten Fall so etwas wie ein neues Gedicht.

Die traditionelle chinesische Medizin bestimmt die Qualität von Medizinalpflanzen und Nahrungsmitteln mit einer ausgefeilten Wahrnehmungsästhetik. Sie beruht auf einer langen Kultivierung der Sinneswahrnehmung und der Sprache dafür. Diese Kategorien auf westliche Pflanzen zu übertragen, setzt eine genaue Kenntnis dieser kulturellen Tradition voraus. Auch wenn die von den Griechen überlieferte Medizin mit den vier Elementen Erde, Wasser, Feuer, Luft zur Qualitätsbestimmung operierte, sind die chinesischen Kategorien anders und vielfältiger.

Westliche Kräuter für Rezepturen der traditionellen chinesischen Medizin ist deswegen ein Projekt, das nicht nur medizinisch, sondern auch philosophisch interkulturell von großer Bedeutung ist.

Dr. Ursula Baatz

Gross, dieser Garten, in den Florian Ploberger uns lockt: 230 Pflanzen, 60 mehr als in der vorherigen Auflage.

Und märchenhaft verwunschen und gefährlich und wild: Auch toxische Kräuter hat Ploberger in seine Sammlung aufgenommen, zur Anregung, wie er sagt, als ob er sich dafür rechtfertigen wollte, dass er seiner

Leidenschaft nachgeht und uns einen Garten voller Früchte beschert: Die Rezepturen, neu ins Buch gekommen, sind auf höchstem Niveau beschrieben. Es offenbaren sich Umsicht, Wissen und Können, und gleichzeitig schimmert eine Liebe durch, die bei allem, was da sprosst, auch noch das umfasst, was über die therapeutische Nützlichkeit hinausgeht.

Einfach schön.

Ulrike & Peter von Blarer Zalokar, Heilpraktikerschule Luzern

Westliche Kräuter nach den Kriterien der TCM zu untersuchen, zu monographieren und im Rahmen einer energetisch gestellten Diagnose im Konzept der acht Leitkriterien Ba gang und der fünf Wandlungsphasen

Wu xing therapeutisch einsetzen zu können, dieser Wunsch besteht bei vielen Therapeuten schon lange. Nur gab es bis vor wenigen Jahren nur kaum bis keine Literatur zu diesem spannenden Thema. Es braucht dazu viel Feingefühl sich um Umfeld jahrtausende alter chinesischer Arzneibücher mit ihren gesammelten exakten Beobachtungen von vielen Ärztegenerationen zu bewegen. Und genau dies Feingefühl hat Florian Ploberger mit seinem überarbeiteten Werk erneut unter Beweis gestellt. Er schafft für die heutige TCM mit der Gruppe der bisher nicht monographierten westlichen Kräutern ein noch breitere therapeutische Plattform. Seine Vorgehensweise basiert dabei auf dem zu begrüßenden Umgang mit Tradition. Nicht im Sinne einer sich abschottenden Traditionalismus, sondern nach dem Leitsatz: das Alte bewahren, das Neue begrüßen. In diesem Sinne wünsche ich diesem gelungenen Werk viel Erfolg und seinen Lesern viele neue Einsichten.

Prof. Dr. Stefan Englert

Kollege Ploberger war einer der Ersten, die es wagten, westliche Heilkräuter, das heißt, Pflanzen unseres Kulturkreises, welche in der Medizin Anwendung finden, nach den Kriterien der Traditionellen Chinesischen Medizin zu beschreiben.

Bücher über diese Heilkräuter gibt es viele. Nur fehlen uns in der westlichen Schulmedizin leider entsprechende Auswahlkriterien für die Anwendung der selben. Meist findet sich nur ein Sammelsurium an sich oft widersprechenden Symptomen oder Beschwerden. Energetische Zuordnungen sind oft nicht nachvollziehbar, da sie meist Behauptungen sind, die sich auf individuelle Empfindungen und Erfahrungen begründen und die Wirkweise des Heilkrautes außer Acht lassen müssen, da keine Systematik dahinter steckt.

Traditionellen Chinesischen Medizin hat auf Grund der durchgehenden Systematik in Physiologie, Pathophysiologie, Diagnostik und Umsetzung in einen Therapieplan den großen Vorteil der Nachvollziehbarkeit.

Aus den bunten Beschreibungen der Einsatzmöglichkeiten ist aber ein TCM- Befund abzuleiten und daraus sind das Temperaturverhalten, der Geschmack und der Wandlungsphasenbezug, bzw. die Organzuordnung zu erstellen und auffallende Wirkweisen darzustellen. Dabei ist aber eine Beeinflussung durch eine persönliche Sichtweise und Erfahrung mit dem Heilkraut nicht zu vermeiden, denn erst die Erfahrung vieler Anwender führt zu einer endgültigen Zuordnung.

In unseren Breiten werden aus den Heilkräutermischungen vor allem Infus-Zubereitungen hergestellt, welche mit den lange gekochten Medizinalsuppen der Chinesischen Medizin nicht direkt verglichen werden können.

Es wäre schön, wenn daher viele Phytotherapeuten mit TCM-Ausbildung ihre Sichtweise unserer westlichen Heilkräuter darlegten, da nur so im Laufe der Zeit Übereinstimmung in der Beurteilung entstünde und die Anwendung westlicher Heilkräuter sicherzustellen wäre.

Die Analyse der biochemischen Inhaltsstoffe der einzelnen Heilkräuter obliegt Fachleuten in diesem Metier, bei der Beurteilung im Rahmen der Anwendung sind Praktiker gefragt, die gerne dazu beitragen aus ihrer Erfahrung ein einheitliches Bild der einzelnen Heilpflanzen zu schaffen. In der westlichen Phytotherapie gibt es einige einzigartige Heilkräuter, deren Nutzung wir im Sinne unserer Patienten nicht verabsäumen sollten und eine gute Schale Tee, welche uns gesund erhält, oder sogar schneller genesen lässt, ist wahrscheinlich sinnvoller, da der Natur entstammend und keine Ressourcen vergeudend.

Dank an Kollegen Florian Ploberger für seinen Beitrag dazu.

Dr. Rupert Lenhart M. TCM

Auf die Heilwirkung von Pflanzen verlassen sich die Menschen seit tausenden von Jahren. In vielen Kulturen war die Heilpflanzenkunde eingebunden in die unterschiedlichen Medizinsysteme wie die griechische Säftelehre, die ayurvedische, chinesische oder Unani-Medizin und viele andere. Die Kräuterheilkunde bildete in allen bekannten Medizinsystemen stets eine der wichtigsten Säulen der verschiedenen Therapieformen.

Das ist in unserer abendländischen Medizin nicht anders. Basierend auf der Viersäftelehre der griechischen Naturphilosophie, hat Galen die verschiedenen medizinischen und naturwissenschaftlichen Schulen der Antike zusammengeführt und erweitert. Sein Werk wurde die maßgebliche Grundlage der Medizin im Mittelalter. Avicenna gelang es, die Lehren Galens zu systematisieren, zu kommentieren und zu vervollkommen. So schuf er ein Werk, das nicht nur in der islamischen Welt, sondern in ganz Europa zum Standardwerk der medizinischen Ausbildung wurde. Auf dieser Basis entwickelte sich in den folgenden Jahrhunderten in den bekannten Medizinschulen des Mittelalters eine ungeheure Fülle medizinischer Literatur, in der die Heilpflanzenkunde, einmal in der Beschreibung von Einzelmonographien, aber auch in der Lehre der zusammengesetzten Arzneien (also Rezepturen, wie wir sie heute verstehen) eine zentrale Stellung einnahm. Dieses Erbe wurde bis in die Renaissance weitergeführt. Mit Beginn der Aufklärung

musste ein weiser medizinischer Erfahrungsschatz zugunsten einer rationalen Medizin weichen. Die hat auch vor der Kräutertherapie nicht halt gemacht. Das analytische Denken ging so weit, dass die Wirkung einer Heilpflanze heute auf ein einzelnes Wirkprinzip reduziert ist. Damit ist der Unterschied zur allopathischen Medizin nicht mehr weit.

Mancher Therapeut heutzutage fühlt sich hier nicht wohl und versucht, in der Traditionellen Chinesischen Medizin wieder ein philosophisch begründetes Medizinsystem mit klaren Klassifizierungen, sowie Diagnose- und Behandlungsstrategien zu finden. Auch hier bildet die Kräutertherapie eine wichtige Grundlage. Viele unserer chinesischen Lehrer sind jedoch erstaunt, weshalb wir uns auf die Anwendung chinesischer Heilpflanzen kaprizieren, wo wir doch nicht nur eine enorme Fülle an heimischen, hochwirksamen Kräutern, sondern dazu die theoretische Basis seit der klassisch-griechischen Medizin haben. Und vor allem sind diese Grundlagen, wenn auch lange vergessen, so doch immer noch vorhanden und mit etwas Mühe zu beschaffen und zu studieren.

Damit haben wir also alles, um die Synthese von westlicher und östlicher Medizintradition zu bilden und eine Brücke zwischen beiden Medizinsystemen zu schlagen. Wer sich hiermit ein wenig befasst, wird lernen, dass beide Systeme nicht so große Unterschiede aufweisen. Auch bei uns wurden Pflanzen nach Geschmack und Temperatur, Primär- und Sekundärqualitäten beschrieben.

Noch sind wir nur auf dem Wege, unser reiches historisches Heilpflanzenwissen in die chinesische Medizin einzuordnen. Man kann also nicht von einem ausgereiften System in der Anwendung heimischer Pflanzen innerhalb der TCM sprechen, wenn wir auch seit den achtziger Jahren einige Bücher über dieses Thema zur Verfügung haben. Manche Autoren arbeiten hierfür die alten Kräuterquellen auf, andere lehnen sich in der thermischen Zuordnung der Pflanzen an ihre Lehrer an. Aber es braucht dennoch weitere Forschungsarbeit von Therapeuten, die die historischen Wurzeln bergen und zu einer lebendigen neuen Synthese verarbeiten. Ferner braucht es Kollegen, die den Mut haben, diese Arbeit auch gegen manche Kritik aus den Reihen der traditionellen chinesischen Kräuteranwender zu machen.

Florian Ploberger ist seit Jahren einer von ihnen. Er hat nicht nur die klassische chinesische Rezepturenlehre studiert, sondern verfügt auch über ein fundiertes Wissen über unsere europäischen Heilpflanzen. Sein vorliegendes Buch ist eine Fortführung und Erweiterung seiner bisherigen Arbeiten. Neben den kurzen und prägnanten Kräutermonographien findet der Leser eine Fülle an Rezepturen, geordnet nach Syndromen der TCM. Die Erläuterungen zu den Kräutern in jeder einzelnen Rezeptur ermöglichen auch dem Anfänger ein Verständnis beim Einstieg in diese Arbeit. Damit bietet das Buch dem Studierenden systematisch geordneten Lernstoff. Aber auch der Profi, der schnell einmal etwas nachschlagen möchte, weil es ihn interessiert, was der Ploberger meint, findet zahlreiche Anregungen. Möge das Buch als Inspiration dienen, auf diesem Gebiet weiterzuarbeiten. Vielleicht sind wir dann irgendwann einmal in der Lage, der TCM-Rezepturenlehre eine ebenbürtige Therapieform zur Seite zu stellen.

Dr. Eva Mosheim-Heinrich

Wir leben tatsächlich in einem Zeitalter der Globalisierung. Nicht nur Waren werden getauscht, sondern Welthandel, Massentourismus, Medien und das weltumspannende elektronische Netz vermitteln vor allem Ideen von einer Gesellschaft zur anderen. Ganze kulturelle Komplexe werden transferiert, darunter auch die Heilsysteme anderer Kulturkreise. Gesundheit und Krankheit sind ja in jeder Gesellschaft zentrale Angelegenheiten. So erlangte die positivistische, naturwissenschaftliche Medizin des Westens, samt der dazugehörigen Technologie, nahezu weltweite Verbreitung. Die sogenannte alternative Medizin öffnete ihre Pforten allen möglichen Traditionen, darunter der indischen Ayurveda und verschiedenen Yoga-Therapien, schamanischen Heiltechniken, der hawaiischen Kahuna, indianischen Schwitzhütten, afrikanischem Voodoo, südamerikanischen Ayahuasca-Sessions, der islamischen Unani, der tibetanischen Medizin, der traditionellen chinesischen Medizin (TCM), der Akupunktur und anderen fernöstliche Methoden. Oft sind diese exotischen Therapien Strohhalme nach denen Patienten greifen, die von der offiziell sanktionierten, wissenschaftlich-reduktionistischen Medizin enttäuscht wurden. Oft faszinieren diese Therapien, weil sie bunt und exotisch sind und die Seele, beziehungsweise den ganzen Menschen, ansprechen.

Fast immer jedoch sind diese Therapien aus ihrem kulturellen und natürlichen Kontext herausgerissen. Sie werden deswegen meistens missverstanden und fehl gedeutet. Man vergisst, dass Heilmethoden nicht in einem abstrakten, geistigen Raum entstehen, sondern Ausdruck einer langen, organisch gewachsenen Entwicklung sind. Sie entstehen im Spannungsfeld der jeweiligen Gesellschaft, deren Lebensweise und deren Eingebettet-Sein in der umgebenden natürlichen Umwelt. Die Heilpflanzen, die verwendet werden, sind diejenigen, die in den umliegenden Bergen, Wiesen und Wälder wachsen. Im Namen der lokalen Götter und Geister, der Ahnen und im Verbund mit indigenem Ritual, Symbolik und Sprachmagie werden sie eingesetzt. Das ist der Kontext in dem sich die kulturspezifischen Heilmethoden über Generationen hinweg ausgebildet haben. Heiler und Patient sprechen eine gemeinsame Sprache; Heilmethoden und

Heilmittel sind ihrerseits Sprache der Landschaft in der sie zuhause sind, Teil einer gemeinsamen, vielschichtigen Heimat.

Auch die moderne Biomedizin (Schulmedizin), mit ihrem Alleingültigkeitsanspruch ein Erbe der monotheistischen Denkweise erweist sich letztendes aus ethnomedizinischer Sicht als eine historisch gewachsene, kulturspezifische Konstruktion.

Der Versuch exotische Heilrituale zu vereinnahmen und Heilmittel aus anderen Traditionen anzuwenden, erfolgt meistens ohne tieferes Verständnis. Bei den Heilungs-Sancen der Cheyenne-Indianer wird, zum Beispiel, der Boden mit den Zweigen des Steppenbeifuß (*Artemisia ludoviciana*) ausgelegt. Das geschieht bei jeder sakralen Handlung, auch bei der Geburt. Der bitterwürzige Duft dieser *Artemisia*-Art ist das Allererste, was das neugeborene Kindlein zu riechen bekommt, wenn es das Licht der Welt erblickt. Beim Sonnentanz, in der Schwitzhütte und bei anderen Zeremonien signalisiert der Duft die Anwesenheit der Mayun, der großen Geistwesen. Wenn dieses wichtigste Heilkraut der Prärieindianer in Europa in einer Heilseance angewendet wird, so wird es für den europäischen Patienten nie die tiefe Resonanz erwecken können, die sie bei dem Cheyenne Patienten hervorruft. Umgekehrt wird die Kamille (*Matricaria recutita*) trotz objektiv vorhandener Wirkstoffe wie Bisabololoxiden, Chamazulen, usw. bei einem Indianer nicht dieselbe Heilwirkung hervorrufen, wie bei einem Mitteleuropäer. Es fehlt die Erwartungshaltung, das vollkommene Vertrauen; es fehlt die Großmutter, die dem Kind bei seinen Wehwechen den duftenden Kamillenteekocht und dazu die tröstenden Worte spricht kurz es fehlt der kulturelle Kontext.

Die Epidemie, die Europa heimsuchte, nachdem Columbus eine virulente Spielart des Syphiliserregers *Treponema pallidum* eingeschleppt hatte, liefert ein weiteres Beispiel der Schwierigkeit der Übertragung und Übersetzung fremdethnischer Heilmittel und -methoden. Die karibischen Indianer waren tatsächlich in der Lage die Krankheit mit extrem heißen Dampfbädern, in Kombination mit einem blutreinigenden Phytotherapeutikum (*Guajacum officinale*; *Smilax aristolochiaefolia*) und diätetischen Maßnahmen, auszuheilen. (Siehe, Wolf-Dieter Storl, *Borreliose natürlich heilen*. Baden und München: AT-Verlag 2009, Seite 217 ff.). In Europa schlug dieselbe Therapie fehl. Vom europäischen Standpunkt aus gesehen, enthielt das Heilverfahren viele unverständliche, ja heidnisch-abergläubige Elemente. Man sah wenig Nutzen in einer besonderen Diät; das Dampfbad wurde durch eine überhitzte Stube ersetzt und das importierte *Guajacum* blieb, wegen unsachgemäßer Anwendung, pharmakologisch wirkungslos. Die Mediziner kamen zu dem Schluss, es sei kein Kraut gegen die venerische Krankheit gewachsen; sie gingen auf eine Behandlung mit alchemistisch präparierter Quecksilbersalbe über.

Wir sehen also, erfolgreiche Integration von fremden Kulturelementen, insbesondere Heilmethoden, ist nicht immer einfach. Man kann sie nicht einfach oktroyieren oder, wie bei einem Mechanismus, anschrauben. Das gilt auch für die traditionelle chinesische Medizin (TCM). Dieses ostasiatische medizinische System folgt einer anderen Grammatik oder Semantik, als wir es gewohnt sind. So ist zum Beispiel die chinesische Leber (gan) nicht die Leber der klassischen westlichen Medizin. Sie ruft ganz andere Assoziationen hervor. Sie ist weniger eine feste organische Struktur, als wie eine dynamisch-energetische Funktion, die mit anderen Funktionskreisen in Bezug steht. Weil man im westlichen Kulturkreis die Grammatik der chinesischen Medizin überhaupt nicht verstand, galt sie noch bis in die sechziger Jahre als eine kuriose Ansammlung längst überwundener, primitiver, abergläubischer Vorstellungen. Erst nachdem die Tischtennisdiplomatie Kissingers unter der Nixonregierung bessere Beziehungen zu China einleitete, durften auch Berichterstatter das geheimnischwangere Land besuchen, darunter der renommierte Reporter der New York Times, James Reston. Er wohnte schwierigen Operationen bei, bei denen die Patienten bei vollem Bewusstsein operiert wurden. Zwei oder drei Akupunkturnadeln, ins Handgelenk gesteckt, nahmen ihnen den Schmerz. Der verblüffte Zeitungsschreiber konnte schließlich am eigenen Leibe Erfahrung sammeln, da er zufällig eine Blinddarmentzündung bekam und ohne Narkose mit Hilfe der Akupunktur operiert wurde. Der Verband amerikanischer Ärzte (American Medical Association) konnte so etwas Ungeheuerliches zumal es ein anerkannter Reporter berichtete nicht länger ignorieren und musste Stellung dazu nehmen. Man schickte mehrere Ärztedelegationen nach Peking. Ja, es stand außer Zweifel, dass hier etwas Außerordentliches geschah, aber nach wissenschaftlichen Kriterien konnte es weder erklärt noch erfasst werden. Inzwischen haben Ethnomediziner, Sinologen und andere viel Übersetzungsarbeit geleistet, so dass wir die chinesische Medizin inzwischen besser verstehen. Ein regelrechter Schatz, der die heilkundlichen Erfahrungen von über 5000 Jahren in sich trägt, tut sich vor uns auf.

Florian Ploberger, selber Arzt und profunder Kenner der chinesischen Medizin wie auch der Phytotherapie, leistet wichtige kulturmedizinische Übersetzungsarbeit in seinem Buch. Sein besonderer Verdienst ist es, dass er eine Brücke baut, indem er die Heilpflanzen, die bei uns in Mitteleuropa wachsen und schon seit vorchristlichen Zeiten in unserer Heilertradition eine Rolle spielen, aus der Sichtweise der traditionellen chinesischen Medizin anschaut und beleuchtet. Das ist aufregend. Altbekanntes erscheint in einem neuen, interessanten Licht.

Da sich China teilweise auf den selben geographischen Breitengraden befindet wie Europa oder wenigstens vergleichbare Lebensräume mit vergleichbaren ökologischen Bedingungen aufweist, finden wir ähnliche oder nahe verwandte Pflanzenarten, wie bei uns. Da ist es interessant, wie solche Heilpflanzen in der chinesischen Heilkunde charakterisiert und angewendet werden. Welchen Stellenwert hat um einige Beispiele zu nennen etwa der Beifuß (*Artemisia*), das Helmkraut (*Scutellaria*), die Alantwurzel, der Bockhornklee, die Braunelle, der Eisenhut, die Klette oder die, in der TCM am häufigsten verwendete Heilpflanze, nämlich Danggui, die Engelwurz. Die Beschäftigung mit chinesischer Kräuterkunde führt zu einer Vertiefung des Verständnisses der korrespondierenden europäischen Heilkräuter.

Aber es gibt auch andere Aspekte. Dank Anregung aus der chinesischen Kräuterheilkunde ist man auch in den letzten Jahren wieder auf lange vergessene, in Europa einheimische Heilpflanzen gestoßen, wie zum Beispiel die Karde (*Dipsacus sylvestris*). Der amerikanische Homöopath und TCM-Praktiker, Matthew Wood, entdeckte, dass der Symptomkomplex, bei dem die Kardenwurzel (*Xu duan*) in der chinesischen Heilkunde Anwendung findet, sich mehr oder weniger mit dem Symptomkomplex der Borreliose deckt. Daraufhin behandelte er seine Borreliose-Patienten mit einer Kardenwurzeltinktur. Mit viel Erfolg. Die Karde erwies sich als eines der besten Mittel zur Behandlung der gefürchteten Spirochäten-Erkrankung, besonders wenn sie chronisch vorliegt.

Florian Ploberger weist uns zurück auf unsere Heilkräuterflora, auf Pflanzen, mit denen wir vertraut sind und die wir selber sammeln können. Wir müssen nicht unbedingt Trockenware aus China importieren, deren Alter und Qualität wir oft nicht beurteilen können oft sind sie mit Pestizidrückständen, Schwermetallen und Schimmelpilz (*Aflatoxine*) belastet und die oft wenig Bezug zu unserer Erde und unserer Heiltradition haben.

Florian Plobergers Buch ist ein wichtiger Schritt in die richtige Richtung. Er bereichert unser Heilpflanzenverständnis, indem er uns unsere alt überlieferten, einheimischen Heilpflanzen mit den Augen betrachten lässt.

Dr. Wolf-Dieter Storl, Allgäu

Wir leben in einer Zeit, in der die Globalisierung immer mehr Gewicht bekommt. Unsere Offenheit, ja Faszination anderen Ländern, Völkern und Kulturen gegenüber lässt sich dem Wassermannzeitalter zuordnen, das Grenzen entfallen lässt, die Erde fast zu einem großen Dorf macht. Die Globalisierung ist ein modernes Phänomen, das Kapital, Ware und Wissen beliebig hin und her schiebt, das Reisen lässt bis in die abgelegensten Teile der Erde, einen unvorstellbaren Austausch von Daten und Information möglich macht, --- das kurzum nach weltweiter Freiheit drängt. Das Wissen ist der ganzen Welt zur Verfügung gestellt und von unschätzbare Wichtigkeit für all jene die es positiv zu nutzen wissen. Demnach ist das Interesse westlicher Therapeuten für die Traditionelle Chinesische Medizin, und inzwischen auch das Praktizieren danach, voll im Sinne dieses Zeitgeistes.

Nur: Wertvolle Ideen und Schöpfungen anderer Menschen zu übernehmen kann nur dann gut sein, wenn es mit eigener Kreativität und Originalität, mit eigener Kultur und Tradition verflochten wird, - wenn es Neues entstehen lässt. Ein System soll, will es sich fortentwickeln, immer in Bewegung bleiben, das Potential zur Offenheit und zum Wandel in sich zu tragen. --- Allein über eine kreative und ausgewogene Integration beider Komponenten, kann die TCM als heilkundiges System im Westen richtig wurzeln und Früchte tragen. Plagiat, das kein eigenes Leben hervorbringt, ist der Samen zur eigenen Zerstörung, bemerkt Leon Hammer dazu. --- Und, drängen schließlich die Einsichten, Erfahrungen und Errungenschaften eigener abendländischer Kultur nicht nach Leben, nach Anwendung? So bietet sich mit aller Selbstverständlichkeit, auch im Rahmen der TCM, die Verwendung unserer eigenen Heilpflanzen an. Sie haben sich über Jahrtausende bewährt und sollen, wollen wir uns selbst treu bleiben, nicht durch fremde *Materia medica* verdrängt werden. Es würde der Verlust eines wichtigen Teils unseren Kulturgutes bedeuten.

Menschen wie P. Holmes, E. Mosheim-Heinrich, F. Ploberger, J. Ross, U. und P. von Blarer-Zalokar u.a. haben sicher den Samen dieser Idee in sich gespürt, als sie sich in den vergangenen zwei Jahrzehnten daran machten unsere heimischen Heilpflanzen nach den Kriterien der Chinesischen Medizin zu studieren und aufzuzeichnen. Jeder von ihnen trägt auf eigene Art und Weise dazu bei, dass die TCM mit westlichen Pflanzen hier im Abendland Fuß fassen, ja überhaupt eine neue naturheilkundige Richtung werden konnte. So ist auch dieses neue Buch von Florian Ploberger ein wertvolles Werkzeug in der Hand jener Therapeuten die nach dieser einzigartigen Heilmethode helfen und heilen wollen. Steht doch im Zentrum unserer Arbeit das Wohl des Patienten.

Rita Traversier, St. Johann Deutschland

Es gibt viele unterschiedliche Wege des Heilens und ebenso viele Wege, wie Heilpflanzen angewendet werden können.

Am Anfang steht der Schamane, in Räucherwolken duftender Kräuter gehüllt, heilende Sprüche murmelnd. Am Ende steht der klinisch saubere Schulmediziner, der durchdrungen von seiner naturwissenschaftlichen Rationalität Wirkstoffe nutzt, die nach Computer-aided Drug Design entwickelt werden und in der Natur nicht vorkommen. Auch die Wege des Heilens müssen rational sein, stellt sich allerdings die Frage, was ist Heilen und man wird doch noch fragen dürfen- warum gibt es trotz Schulmedizin noch immer oder vielleicht sogar immer mehr unheilbare Krankheiten? Bleibt dem armen Schulmediziner nur mehr der Nimbus der Götter in Weiß? Doch damit sind wir wieder am Anfang angelangt, beim Schamanen. So viel zur Rationalität.

Von der Schulmedizin wird den Traditionellen Heilsystemen gerne vorgeworfen, dass es ihnen an Wissenschaftlichkeit und Rationalität fehlt. Doch was gibt es Rationaleres und vor allem Verständlicheres als analoge Zuordnungen, wie wir sie in allen traditionellen Systemen, gleich ob Traditionelle Abendländische Medizin (TAM), Ayurveda oder Traditionelle Chinesische Medizin (TCM), finden. So wird dem Element Feuer in der TAM das Herz zugeordnet, die Farbe Rot, die Eigenschaft warm und der bittere Geschmack und somit Heilpflanzen mit Bitterstoffen wie die Meisterwurz oder der Galgant. Kein großer Unterschied zur TCM! Was im Ayurveda auf den ersten Blick unterschiedlich aussieht, wo dem Feuerelement vor allem der Stoffwechsel und Agni, das Feuer, das diesen reguliert, zugeordnet wird, zeigt gleich Übereinstimmungen, wenn dem Prinzip Pitta, das aus den beiden Elementen Feuer und Wasser entsteht, der bittere, zusammenziehende Geschmack zugeordnet wird und eine psychische Konstitution, die zu feurigen Führungspersönlichkeiten, aber auch zu aggressiven Reaktionen führen kann ebenso wie das choleriche Temperament, das in der TAM dem Feuerelement zugeordnet ist.

Dieses Beispiel zeigt auf, dass die Prinzipien der Traditionellen Systeme die selben und die Interpretationen nur marginal unterschiedlich sind. Vor allem helfen uns die Traditionellen Systeme, auf den einzelnen Patienten einzugehen und für jeden fast maßgeschneidert die richtige Therapie und die passenden Heilpflanzen zu finden. Mag sein, dass ich Rationalität nicht so sehe, wie es heute verlangt wird, aber für mich sind Methoden, die den Menschen im Mittelpunkt sehen, der aber durch seine Krankheit aus der Mitte gefallen, aus dem Gleichgewicht gekommen ist, mit Hilfe ausgleichender Heilmittel im Sinne von Feuer mit Wasser bekämpfen wieder in die Mitte bringen können, die besseren Methoden, auch wenn sie nicht rational sind.

Auf der Suche nach Wegen des Heilens sind in den letzten Jahren Begriffe wie Klostermedizin oder Hildegard-Medizin populär geworden. Hinterfragt man diese Begriffe, erkennt man sehr schnell, dass beide nichts anderes als klassische TAM sind, sprich Humoralmedizin des Galen, basierend auf dem Heilpflanzenschatz der Antike, der in den Büchern des Dioskorides beschrieben wurde. Benedikt von Nursia und vor allem seinem Mitbruder Cassiodor ist aber immerhin zu verdanken, dass durch die Gründung einer Mönchsakademie dieses Wissen um die Eigenschaften der Heilpflanzen im Sinne der Elementenlehre erhalten blieb. Auch die weise Äbtissin Hildegard von Bingen beherrschte die Säftelehre und beschrieb die Anwendungen der Heilpflanzen ganz nach ihren Elementqualitäten. Ihre Ratschläge für die thermisch richtige Anwendung der essbaren und heilenden Pflanzen erinnert fast an Ratschläge aus der TCM: Daraus aber ein eigenes Heilsystem, die sogenannte Hildgard-Medizin zu machen, möge deren Vertretern vorbehalten bleiben.

Gerne wird heute von Traditioneller Europäischer Medizin gesprochen. Ich möchte lieber beim Begriff Abendländische Medizin bleiben, denn in der TAM finden sich beginnend mit den Sätzen des Hermes Trismegistos, der dem ägyptischen Gott Thot gleichgesetzt wird, die Heilkenntnisse der Juden und Araber ebenso wie die der antiken griechischen Väter der Medizin. Von Abendland zu sprechen lässt mich auch die missbräuchliche Anwendung dieses Begriffes gewisser ahnungsloser Politiker nicht abbringen. Europäische Medizin, das ist vielleicht das Wissen vom Heilen und den heimischen Heilpflanzen wie es von den Kelten und den germanischen Stämmen überliefert ist und das vor allem in der Volksmedizin zu finden ist. Das Wissen um die Wirkung der Heilpflanzen unserer Altvorden war sicher kein Trial-and-Error-System, sondern basierte auf dem Urweg der Naturerkenntnis, der Signaturlehre. Diese wurde von Paracelsus zu einem therapeutischen Konzept entwickelt, das heute noch in der Anthroposophischen Medizin praktiziert wird. Paracelsus ordnete die Zeichensprache der Natur, indem er die Pflanzen, aber auch den Menschen mit seinen Organsystemen, die Tiere, Mineralien und Metalle bestimmten, nach Planeten benannten Prinzipien ordnete, was ein fantastisches therapeutisches Konzept ermöglicht.

Das Wissen um die Wege des Heilens ist also so vielfältig wie die Natur selbst und auch die Wege, die Wirkung der heilenden Pflanzen zu ergründen. Möge dieses Buch von Florian Ploberger uns eine Erweiterung des Verständnisses westlicher Heilpflanzen bringen, indem wir sie nicht nur nach ihren

Inhaltsstoffen beurteilen, wie das die rationale Phytotherapie verlangt. Dieses Buch hilft uns Westlern vielleicht zu vergleichen, wo und ob es Unterschiede zwischen TAM und TCM gibt:

Feuer, Luft, Wasser, Erde oder Wuxing,
warm, feucht, kalt und trocken oder Wuwei und Siqi,
von Mond zu Saturn oder Zang-Fu-Organe.

Auf jeden Fall wird es uns allen, die wir daran interessiert sind, helfen, das Wesen und die Wirkungen der Heilpflanzen in einer weiteren Dimension begreifen zu lernen.

Miriam Wiegele, Südburgenland

Skorpionfrau, in einem Alter angelangt, das von Saturn, dem Hüter der Schwelle geprägt ist, in dem man vielleicht das Wissen, das im Laufe des Lebens angesammelt wurde, zu Weisheit umwandeln könnte.

Der Autor

Dr. med. Florian Ploberger B. Ac., MA
Wien. Geboren im Wasser-Büffel-Yin-Jahr.

Schwerpunkte:

Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und Tibetische Medizin.

Ausbildungen:

Medizinstudium und Turnus in Wien, Akupunkturausbildung bei der Österreichischen Gesellschaft für Akupunktur und Aurikulothérapie 1996; dreijährige TCM-Ausbildung bei Claude Diolosa bis 1998; Bachelor in Akupunktur der K.S. Universität in den USA 1999; vier Semester Studium der Sinologie sowie 35 teilweise mehrmonatige Studienaufenthalte in China (TCM-Universität in Peking, TCM-Universität in Chengdu), Indien (LTWA - Library of Tibetan Works & Archives, Men-Tsee-Khang (Institut für Tibetische Medizin und Astrologie unter der Schirmherrschaft des XIV. Dalai Lama in Dharamsala, Nordindien)) und Nepal. 2012 Master der Tibetologie an der Universität Wien.

Internationale Lehrtätigkeit und zahlreiche Publikationen in den Themenbereichen TCM (z.B. das bereits in 8. Auflage erschienene Buch Westliche Kräuter aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin (auch in englischer Sprache unter Western Herbs from the Traditional Chinese Medicine Perspective erhältlich), das bei Elsevier erschienene Buch Westliche und traditionell chinesische Heilkräuter) und Tibetische Medizin. Zahlreiche Artikel in deutschen sowie englischsprachigen Fachzeitschriften.

Leiter des Wissenschaftlichen Beirates des Bacopa-Bildungszentrums in Oberösterreich sowie Präsident der Österreichischen Ausbildungsgesellschaft für Traditionelle Chinesische Medizin (ÖAGTCM). Mitglied von IASTAM (International Association for the Study of Traditional Asian Medicine).

2007 wurde er vom Men-Tsee-Khang eingeladen, dort Vorträge zu halten.

Seit 2007 hält er wöchentlich als Univ. Lektor am Institut für Südasiens-, Tibet- und Buddhismuskunde der Universität Wien (ISTB) eine Vorlesung über diverse Themen der Tibetischen Medizin. Im Rahmen dieser Tätigkeit konnte er bedeutende tibetische Ärzte wie beispielsweise Dr. Dawa, Dr. Namgyal Qusar, Dr. Tsultrim Kalsang, Dr. Teinlay P. Trogawa sowie die Astrologin Dr. Tsering Choezom zu Gastvorträgen an die Universität einladen.

Im Sommer-Semester 2010 ein Semester lang Lehrtätigkeit am Institute of South and Central Asia der Prager St. Charles University, 2011 ein Gastvortrag am Institut für Ostasienwissenschaften der Universität Wien / Bereich Sinologie, seit 2012 jährlich ein Gastvortrag an der Medizinischen Universität Wien im Rahmen der Ringvorlesung Komplementärmedizin, 2014 vier Vorträge über Westliche Kräuter aus Sicht der TCM auf Einladung der Österreichischen Apothekerkammer sowie ein Vortrag am Institut der Sozialanthropologie der Österreichischen Akademie der Wissenschaften (ÖAW).

Darüber hinaus Vortragstätigkeit bei diversen internationalen Kongressen, beispielsweise 2012 am 12. ICOM-Kongress in Seoul/Südkorea, 2014 am 3rd International Congress on Traditional Tibetan Medicine in Kathmandu/Nepal sowie Vorsitzender für die Sitzung Akupunktur beim Menopausekongress in Wien (Veranstalter: Universitätsklinik für Frauenheilkunde), 2015 am International Workshop on Tibetan medical formulas an der University of Westminster in London / British Academy sowie am Establishing Meeting for the Tibetan Medicine Committee of the World Federation of Chinese Medicine Societies & First Annual Conference on Tibetan Medicine in Xining, China.

2009 wurde er offiziell von Dr. Dawa, dem damaligen Direktor des Men-Tsee-Khang, in Absprache mit dem Health Department der Exilregierung der Tibeter mit der Übersetzung der ersten beiden Teile des bedeutendsten Werkes der Tibetischen Medizin (rGyud-bZhi) beauftragt. Dieser nun unter dem deutschen Titel Wurzelantra und Tantra der Erklärungen erschienene Text dient seit dem 12. Jahrhundert als Grundlagentext in der Ausbildung der tibetischen Mediziner und wird noch heutzutage auswendig gelernt. 2011 wurde er von Dr. Tamdin, dem damaligen Direktor des Men-Tsee-Khang, mit der Übersetzung des letzten Teiles der rGyud-bZhi beauftragt (erschieden 2015 unter dem Titel Das letzte Tantra aus Die vier Tantra der Tibetischen Medizin).

Preisträger des Lebensweise-Preises 2013 in der Kategorie Wissenschaft & Medizin.

Herr Dr. Ploberger unterrichtet seit 2000 im Bacopa Bildungszentrum.

Bacopaverlag