

Vorwort zur 2. englischen Auflage VII

Zum Gebrauch dieses Buches XI

Einführung XVII

Kapitel 1	Rezepturen, die die Oberfläche öffnen	1
Kapitel 2	Rezepturen, die nach unten ausleiten	67
Kapitel 3	Harmonisierende Rezepturen	113
Kapitel 4	Rezepturen, die Hitze klären	161
Kapitel 5	Rezepturen, die Sommerhitze vertreiben	253
Kapitel 6	Rezepturen, die innere Kälte wärmen	275
Kapitel 7	Rezepturen, die Fülle aus der Oberfläche und dem Inneren herauslassen	313
Kapitel 8	Stärkende Rezepturen	333
Kapitel 9	Rezepturen, die stabilisieren und binden	461
Kapitel 10	Rezepturen, die den Geist beruhigen	503
Kapitel 11	Rezepturen, die die Sinnesöffnungen aufmachen	535
Kapitel 12	Rezepturen, die das Qi regulieren	557
Kapitel 13	Rezepturen, die das Blut regulieren	615
Kapitel 14	Rezepturen, die Wind austreiben	683
Kapitel 15	Rezepturen, die Trockenheit behandeln	729
Kapitel 16	Rezepturen, die Feuchtigkeit austreiben	753
Kapitel 17	Rezepturen, die Schleim vertreiben	853
Kapitel 18	Rezepturen, die Nahrungsstagnation reduzieren	909

Kapitel 19 Rezepturen, die Parasiten austreiben 933

Kapitel 20 Rezepturen, die Abszesse und Geschwüre behandeln 947

Kapitel 21 Rezepturen zur äußerlichen Anwendung 987

Anhang 1 Anleitung zur *Pinyin*-Aussprache 1003

Anhang 2 Querverweise zwischen *Pinyin*-, deutschen und englischen Rezepturnamen 1005

Anhang 3 Liste der zitierten Quellen 1031

Anhang 4 Bibliografie moderner Quellen 1059

Anhang 5 Basisrezeptursammlung für Symptome und Störungen 1063

Rezepturenregister 1077

Allgemeines Register 1099

Über die Autoren 1113