

Florian Ploberger

Das Grosse Buch der Westlichen Kräuter aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin

Leseprobe

[Das Grosse Buch der Westlichen Kräuter aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin](#)

von [Florian Ploberger](#)

Herausgeber: BACOPA (Bugrim)



<http://www.narayana-verlag.de/b13016>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>



Geleitworte	6
Einleitung.....	18
Zum Aufbau des Buches.....	19
I. Einteilung der Kräuter	20
1. Die fünf Geschmacksrichtungen (wuwei)	20
2. Die vier Temperatúrausstrahlungen (siqi)	23
3. Die Stufe der Toxizität (duxing).....	25
4. Die vier Wirkrichtungen (sheng jiang fu chen).....	25
5. Der Bezug zu den klassischen inneren Organen	27
II. Zubereitung der Kräuter	29
1. Dekokt.....	29
2. Tee (Aufguss, cha)	30
3. Mazerat (jian)	30
4. In Öl eingelegt	31
5. In Alkohol eingelegt	31
III. Zusammenstellung einer Rezeptur.....	32
IV. Dosierung.....	35
V. Dauer der Anwendung	37
VI. Die Acht Therapieverfahren.....	38
1. Die schweißtreibende Methode (hanfa).....	38
2. Die abführende Methode (xiefa).....	38
3. Die Erbrechen auslösende Methode (tufa)	39
4. Die harmonisierende Methode (hefa)	39
5. Die erwärmende Methode (wenfa).....	39
6. Die kühlende Methode (qingfa)	39
7. Die tonisierende Methode (bufa).....	40
8. Das sedierende Verfahren (xiefa).....	40

VII. Die Einzelkräuter	41
VIII. Rezepturen für Syndrome der TCM	461
1. Rezeptur gegen äußere Wind-Kälte.....	462
2. Rezepturen gegen äußere Wind-Hitze.....	463
3. Rezeptur, die Hitze in der Qi-Schicht ausleitet.....	467
4. Rezeptur, die Hitze aus den Organen ausleitet	469
5. Rezepturen, die Toxische-Hitze ausleiten.....	471
6. Rezeptur, die Hitze nach unten ableitet	476
7. Rezepturen, die harmonisierend wirken.....	477
8. Rezepturen, die die Diurese anregen und Feuchtigkeit ausleiten	486
9. Rezepturen, die Feuchte-Hitze ausleiten	489
10. Rezeptur, die Wind-Feuchtigkeit ausleitet.....	493
11. Rezepturen, die das Qi tonisieren	496
12. Rezepturen, die das Blut tonisieren.....	501
13. Rezeptur, die Qi und Blut tonisiert	505
14. Rezepturen, die das Yin nähren.....	507
15. Rezepturen, die das Yang tonisieren.....	515
16. Rezeptur, die den Qi-Fluss unterstützt.....	521
17. Rezepturen, die die Blut-Zirkulation anregen.....	523
18. Rezepturen, die den Geist beruhigen.....	527
19. Rezeptur, die Inneren-Wind beruhigt	532
20. Rezeptur, die Nahrungsmittel-Stagnationen saniert.....	534
IX. Anhang	537
Index Kräuter A (Deutscher / Pharmazeutischer / Botanischer Name)	538
Index Kräuter B (Pharmazeutischer / Deutscher / Englischer Name)	544
Index Symptome.....	550
Ausbildungsadressen	562
Heilkräuter-Bezugsquellen	568

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 Buches zu finden. Hier sehen Sie nun die Beschreibung von zusätzlichen 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 (mit 2 bis 3 Ausnahmen) sind als Zeichnungen abgebildet. Mein besonderer Dank für die Unterstützung bei der Suche schwer zugänglicher Abbildungen gilt dem Team der österreichischen Nationalbibliothek, Frau Dr. Eva-Maria Mikschi-Marischler von der Fachbereichsbibliothek Biologie der Universität Wien, Frau Dr. Petra Hudler von der Zoologisch-Botanischen Gesellschaft in Österreich sowie Frau Mag. Gabriele Palfinger vom Naturhistorischen Museum in Wien.

Es sei an dieser Stelle daraufhingewiesen, 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 Elfi Kochwalter für die Hilfe bei der Niederschrift des Dokumentes sowie 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 Winter des Metall- Tiger Jahres (2010)



Florian Ploberger

Das Grosse Buch der Westlichen
Kräuter aus Sicht der Traditionellen
Chinesischen Medizin

580 Seiten, geb.
erschienen 2011



bestellen

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise

www.narayana-verlag.de