

finest.finance!®

№ 5.2010
Sep/Okt/Nov
D: € 4,90
A: € 5,65
CH: SFR 9,80

DAS MAGAZIN FÜR VERMÖGEN, WERTE UND LUXUS

Respekt

CHINA IST WELTMEISTER

WIRTSCHAFTSMACHT
UND EXPORTWUNDER

GENERATION 50+

SIE SIND IM KOMMEN –
NICHT NUR ZAHLENMÄSSIG!

ELEKTROMOBILITÄT

DR. PETER RAMSAUER
ÜBER SEINE ZIELE

LIGHTNING GT

EIN HAUCH VON
EINEM SPORTWAGEN

FÜR ALLE FÄLLE

BUSINESS-BENIMM-GUIDE CHINA!

DAS NEUE LEUCHTEN

LICHT VON SEINER BESTEN SEITE

JETZT MIT *ff* GUIDE! UND ENGLISH SECTIONS

MÜNCHEN, HAMBURG, BEIRUT, CHINA, SHANGHAI, PEKING



ENTWICKLUNGSHILFE AUS CHINA

Der Begriff der fünf Elemente ist uns Mitteleuropäern nicht fremd. Holz, Feuer, Erde, Metall, Wasser. Aber warum in dieser Reihenfolge? Was steht dahinter? Die Bedeutungen und Entsprechungen der Elemente nach der traditionellen chinesischen Medizin sind in der westlichen Kultur noch weitgehend unbekannt.

Text: Elke Bauer

Ebenso nicht im europäischen Denken: die fünf Säulen der Traditionellen Chinesischen Medizin: Phytotherapie, Akupunktur, Tuina-Therapie, Ernährungstherapie nach den fünf Elementen, Bewegungstherapie. Ein Viertel der Weltbevölkerung, nämlich die Chinesen, profitiert seit mehr als dreitausend Jahren von den diagnostischen und therapeutischen Methoden, der empirischen Erfahrung der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und ernährt sich nach den Prinzipien der traditionellen chinesischen Ernährungslehre. Stärkt ihren Organismus in einer Weise, dass Krankheit erst gar nicht entsteht. Bezeichnend für dieses Prinzip der Vorbeugung ist die Tatsache, dass bis vor wenigen Jahren die Ärzte in China nur so lange bezahlt wurden, wie die von ihnen betreute Familie gesund blieb. Umfassende Hilfestellung in vielen Lebenslagen ist die Aufgabe des behandelnden Arztes – von der Schwangerschaft bis zur Kinderbetreuung bis zu psychologischem Rat bei inneren Konflikten, Anleitung zu Qi-Gong- oder Thai-Qi-Übungen bei energetischen Blockaden, Akupunktur und Kräutertherapie bei akuten und chronischen Erkrankungen und nicht zuletzt individuelle Ernährungsempfehlungen entsprechend der Jahreszeit und persönlicher Konstitution. Und schon sind wir beim Energiefluss, dem Qi, der Lebensenergie, dem Yin und Yang der weiblichen und der männlichen Energie. Und jeder Organismus, so heißt es, gehorcht diesen Prinzipien. Vorgeburtliches und nachgeburtliches Qi gilt es zum einen zu erhalten, zum anderen zu erzeugen,

das Nieren-Qi wieder aufzufüllen, denn ein möglichst langes Leben zu führen ist das erklärte Ziel der Chinesen.

GESUNDHEIT LAUT TCM

Gesundheit bedeutet in der TCM, dass die Selbstheilungsfunktion des Organismus erfolgreich funktioniert und in ein ausgewogenes Verhältnis von Yin und Yang im Körper herrscht. Dadurch werden vorübergehende krank machende Einflüsse, wie bioklimatische Kälte, Ärger, Überanstrengung oder schlechtes Essen, ausgeglichen. Dauern solche körperlichen und psychischen Belastungen jedoch länger an, versagt der Ausgleichsmechanismus, und der Mensch wird krank.

KRANKHEIT LAUT TCM

Und Krankheit heißt in der TCM Fülle oder Leere und beschreibt Ungleichgewichtszustände der einzelnen Organe und solche im Zusammenspiel derselben. So schade, heißt es, übermäßiger Zorn der Leber, Großzügigkeit stärke sie, anhaltende Traurigkeit belastet die Lunge, Zuversicht gäbe ihr Kraft, Grübeln und Sorgen schwäche die Milz, Achtsamkeit wäre förderlich und Angst ginge auf die Nieren und raube Lebenskraft, Mut und liebevolle Beziehungen hingegen steigern die Vitalität. Und umgekehrt. Ein Mensch mit Yang-Fülle der Leber aufgrund von Alkoholmissbrauch neige so zu unterdrückter Aggression,

Herzhitze, ausgelöst durch zu viel Kaffee führe zu Zeitdruck und innerer Unruhe. Nachvollziehbar.

Demgegenüber stehen hier zu Lande vielleicht gerade einmal 300 Jahre Schulmedizin. Oder Akupunktur seit gerade einmal 30 Jahren. Aufsehen erregten im Westen spektakuläre Erfolge vor allem in der Akupunktur-Anästhesie und der Schmerzbekämpfung. Interessanterweise war es der damalige US-Präsident Richard Nixon, der in den 70er-Jahren tief beeindruckt von einem China-Besuch und einer Blinddarm-Operation mit Hilfe von Akupunktur-Anästhesie in die Staaten zurückkehrte und der Akupunktur im Westen einen großen Schub verlieh.

„Manche Burn-out-Patienten können keine Akupunktur verkraften, hier müssen wir vorsichtig vorgehen“, so Frau Dr. Seebach, Inhaberin der Praxis für Duale Medizin in München und spezialisiert unter anderem auf Traditionelle Chinesische Medizin. Doch die Nadeln setzt hier vornehmlich Hongbin Mo, ein Arzt der TCM, schließlich ist er mit den Nadeln seit frühester Jugend vertraut und setzt diese in einem Tempo, das zum Nachahmen vieler Übungen bedürfte. Die Akupunktur auffüllend oder ableitend, voran geht eine Zungendiagnose, Puls an beiden Armen wird gefühlt, gesprochen, erklärt, Augen Hautbeschaffenheit, tausende von Faktoren, die ein chinesischer Arzt untersuchen und bewerten muss. Dann folgen die Schritte der Therapie.

DIE TCM DENKT ANDERS

Die TCM denkt also in Funktionskreisen statt in Organen. Und sie fußt auf oben genannten fünf Säulen. Einen großen Teil nimmt neben der Akupunktur die Phytotherapie ein. Eigens für jeden Menschen erstellte Zusammenstellungen aus Pflanzen, Mineralien oder auch Tieren, mit Kochanleitung auf dem Säckchen, das man aus der Apotheke mit heimnehmen darf. Oder die Praxis bereitet auf: „Wenn jemand gestresst ist oder einen Burn-out hat, kann er nicht auch noch abends kochen. Dann wird ihm natürlich alles abends geliefert“, so Frau Dr. Seebach. Manche der original chinesischen Inhaltsstoffe sind in Deutschland verboten, was selbstverständlich nicht heißt, dass diese hier zu Lande nicht auch helfen würden. Deutschland hat gerne strenge Bestimmungen. Aber auch die Ernährung zuhause darf nicht zu kurz kommen.

DIE ERNÄHRUNG NACH DEN FÜNF ELEMENTEN

Und die geschieht anhand der fünf Elemente. Bei einer tiefer gehenden Betrachtung der Welt der Elemente wird sichtbar, dass durch sie eine grundlegende innere Struktur und ein immerwährender Kreislauf, also genau bestimm-

te Abläufe, beschrieben wird. Auch Gesundheit und Wohlbefinden sind bedingt durch Ursache und Wirkung innerhalb natürlicher Kreisläufe. So stehen die Elemente ebenso für bestimmte Organe und deren Zusammenspiel sowie für geistige Entsprechungen. Geraten die sich bedingenden Abläufe durcheinander, treten – als Warnzeichen – Fehlermeldungen in Form von Krankheiten auf.

Dann wird noch das Element der Bewegung implementiert und es werden Übungen als Hausaufgabe, begleitend in den Alltag, mitgegeben. Und wenn man nun eine Behandlung der TCM mit einer schulmedizinischen Hierzu-Lande-Behandlung vergleicht, versteht man, warum nach anfänglicher Öffnung im Reich der Mitte jetzt eine chinesische Rückbesinnung auf die gute alte TCM erfolgt. Es ist einfach schön, als Patient wahrgenommen zu werden. Mit allen Schwächen und Stärken.

VIELN DANK AN:



DR. MED. ELKE SEEBACH

Privatärztliche Praxis für Duale Medizin
Tel. 089 – 54 32 99 08
www.duale-medizin.de