

# Avicenna News

# Februar 2017

---

## Frühlingskur Februar 2017





**DIE FRÜHJAHRSKUR**

## **Liebe Schüler, Freunde, Patienten,**

Das Frühjahr hat schon begonnen (Feuer Hahn= Sonnenkalender) , aber die Temperaturen sind noch zu tief, um eine Kur zu beginnen. Ich würde jedem empfehlen, auf das Tibetische (Mondkalender) Neujahr zu warten und zwar den 28. Februar, um mit der Kur zu beginnen. Um Nebenwirkungen zu vermeiden, müssen vor Beginn der Kur einige wichtige Punkte beachtet werden:

- 1- Die Frühjahrskur, so wie ich sie normalerweise empfehle mit **Cleansing Days Presslingen und Cleansing Days Tea**, ist weder für Vegetarier noch für Kälte, Feuchte Kälte oder Yang Mangel Konstitutionen geeignet.
- 2- **Cleansing Days Presslinge** bestehen aus kühlenden und ausleitenden Kräutern. Dieses Präparat regt die Diurese an und reinigt vor allem Leber, Gallenblase, Blase, Dickdarm, Haut und die Blutbene. Cleansing Days Presslinge sind primär eine Jue Yin (Leber-Kreislauf) Medizin mit Nässe Hitze und Toxinen ausleitenden und Blut Stau auflösenden Kräutern. Dieses Präparat sollte deshalb niemals bei Yang Mangel und innerer Nässe verabreicht werden.
- 3- **Cleansing Days Tea** wurde aus westlichen Kräutern zusammengestellt. Diese Tee Mischung ist milder und ausgeglichener. In diesem Rezept wird der Mittlere Erwärmer mit warmen und aromatischen Kräutern geschützt. Anstelle von Wasser empfehlen wir diesen Tee zu trinken, denn er unterstützt die Wirkung der Presslinge und leitet Toxine aus. 3 Tassen täglich genügen.
- 4- Die Kur sollte mindestens 3 bis maximal 12 Tage lang (Erdzweige) durchgeführt werden. Wir raten von einer längeren Durchführung ab.
- 5- Vegetarier und Veganer mit kalter Konstitution und Yang Mangel sollten anstatt **Cleansing Days, Cleansing Nights Presslinge und Cleansing Nights Tea** zu sich nehmen. Beide Rezepturen tonisieren das Qi der Mitte, leiten Nässe und Schleim Kälte aus und lösen Blutstau auf.
- 6- Fleischesser sollten keine Getreidekur machen sondern Gemüse- und Obstsäfte zu sich nehmen. Getreide bzw. geröstetes Getreide als Kur ist für Vegetarier und für Personen mit ausgeglichener Ernährungsweise gedacht.
- 7- Getreide- oder Saftkuren mit Presslingen und Tees kombiniert sind möglich. Die Wirkung ist jedoch SEHR stark und jeder muss mit dem Verlust von 3kg bis 6kg rechnen.
- 8- An den Tagen 3, 6 und vor allem 9 werden die Toxine ausgeleitet. Das abführende Verfahren ist während dieser Zeit nicht erlaubt - außer es besteht wirklich eine Verstopfung über mehrere Tage. In diesem Fall sind 6 Stück Soft Release Presslinge am Abend zu empfehlen. Damit reguliert sich die Darm Passage von selbst und der Zungenbelag wird dünner.
- 9- Das Essen muss immer angepasst werden. Es ist empfehlenswert während der Kur auf jegliches tierisches Eiweiß, Milchprodukte, Zucker, Rauchen und Kaffee zu verzichten.
- 10- Empfehlenswert sind 3 x 4 Presslinge am Tag vor den Mahlzeiten gemeinsam mit einer Tasse Tee eingenommen.
- 11- Akupunktur ist in dieser Zeit nicht erlaubt

Frühlings- und Herbstkuren wirken vorbeugend gegen Krankheiten, vor allem Zhong Liu (Krebs) und verhindern Tan Ablagerungen, Blut Stau und Ansammlungen von Toxinen. Die Kuren sollten jedoch nur 2mal im Jahr durchgeführt werden, mehr ist nicht besser. Fasten ist auch nicht notwendig. TCM glaubt nicht an Fasten, sondern an eine ausgeglichene Ernährung und vor allem einen Diätplan, der dem energetischen Bild des Patienten entspricht.

Die Zeit nach der Kur ist auch sehr wichtig. Es sollte kein Rush auf Schokolade, Süßigkeiten usw. ausbrechen. Das Essen sollte weitere 30 Tage gemäss den fünf Elementen angepasst werden. Bitte nicht vergessen und das betrifft hier vor allem EEL Therapeuten, dass Ernährungsberatung auf einer präzisen Differentialdiagnostik basiert und nicht auf Behauptungen.

Diese Präparate dürfen auch von Getreide-, Gemüse- oder sogar Saftkuren begleitet werden. In diesem Fall ist die Entgiftung stark und vor allem schnell, aber auch ermüdend.

Zusätzlich zu diesen zwei Kuren sollte einmal im Jahr prophylaktisch auch eine ZHONG LIU (Krebs) Kur gemacht werden. Der beste Zeitpunkt ist bei abnehmendem Mond und im Herbst. Ich bin der Meinung, dass sich Krebs prophylaktisch besser behandeln lässt als nach seiner Entdeckung. Ich empfehle diese drei Kuren auch allen Patienten, sie sind langfristig betrachtet wichtiger als tägliche Akupunktur und sogar Kräutertherapie. Sich den bioklimatischen Zyklen anzupassen und den richtigen Zeitpunkt für die Kuren zu nutzen, entspricht nicht nur die Lehre des Huang Di Nei Jing, sondern auch den Anweisungen von Hippokrates, Galenus und Avicenna (Ibn Sina).

Ich habe über die Jahre sehr vielen Kräuter, Rezepturen und Akupunkturpunkte Kombination lernen müssen, aber ich bin weiterhin überzeugt, dass Ernährung unsere Hauptmedizin sein sollte, zusammen mit Meditation und Beten.

Das Jahr des Feuer Hahns hat (nach dem Sonnenkalender) begonnen, aber beginnt nach dem Mondkalender erst am 28. Februar. Der Mondkalender ist besser geeignet für Diagnostik und Behandlung und ist jahreszeitlich besser angepasst. Am 28. Februar wird sich die Pulsqualität ändern und jeder Therapeut wird bei sich selbst und seinen Patienten spüren, dass der Puls gespannter geworden ist und zwar 73 Tage lang. Frühlingsbeginn ist nicht der 21. März, sondern der 28. Februar. Das Yang bricht durch die Dunkelheit und vertreibt die Kälte und Nässe (YIN) der Winterzeit. Bis dahin müssen wir weiter das Yang Qi des Körpers pflegen, um Shan Han Krankheiten zu vermeiden. Aber bitte nicht vergessen, dass zuviel Yang im Winter auch schädlich sein und Innere Hitze und sogar Blut Hitze erzeugen kann. Demgemäß sollten die Handlungen und Behandlungen angepasst werden und es sollte auch nicht übertrieben werden.

Ich wünsche Euch allen von Herzen ein gutes Feuer Hahn Jahr, das die Wiederkehr des Lichtes symbolisiert. Was es auch immer bedeuten soll, das werden wir in den nächsten 12 Monaten erfahren. Ich würde jedem empfehlen, in diesem Jahr mit Geld behutsam umzugehen und vor allem nicht zu investieren. Bleibt da wo Ihr seid und ich meine hier vor allem Therapeuten. Versucht nicht die Praxis zu vergrößern. Lasst Euch vom Yang nicht täuschen. Mehr Arbeit deutet leider nicht unbedingt auf mehr Geld hin, sondern auf mehr Steuern und soziale Abgaben. Ein kurzfristiger beruflicher Erfolg kann manchmal sehr täuschend wirken und das Gefühl erwecken, dass man sich vergrößern sollte (Yang). Expansion Yang ist nicht kompliziert, es liegt an der Natur des konditionierten Menschen immer Yang zu sein und so gesehen Geld auszugeben, einkaufen zu gehen und in unnötige Dinge zu investieren, das schafft jeder. Da liegt die Gefahr des Jahres und wir müssen uns etwas zurücknehmen und warten bis die politische und wirtschaftliche Lage sich weltweit etwas beruhigt hat.

Das Holz verschwindet (Arbeitskraft - Kreativität und Freiheit) und das Metall hat die Oberhand gewonnen (Steuern, Kontrolle, Steuerprüfungen, Polizei, Armee... alles für die Sicherheit und die Zukunft). Ich möchte und kann leider nicht in die Einzelheiten gehen, aber ein Land oder die Welt ohne HOLZ Element ist wie ein Organismus ohne Lebenskraft (QI) und ist deshalb zum Sterben verurteilt. Das Holz muss wieder zurückgewonnen werden und zwar in Form von Arbeitsmöglichkeiten, selbständiger Erwerb und dafür müssen sowohl der Steuersatz, als auch die sozialen Abgaben auf ein Minimum reduziert werden ( Metall).

Liebe Grüße aus Assisi

Claude - Feuer Hahn Jahr 2017



**CHINA REISE 2018**

Liebe Freunde und TCM Schüler,

Die nächste Chinareise ist für den 8. bis 22. April 2018 eingetragen. Die Ankunft ist für den 2. April in Chengdu geplant und obwohl ich das Hotel in der Nähe des Krankenhauses empfehle, darf sich jeder ein anderes Hotel aussuchen und es kauft sich auch jeder sein Flugticket selber. Das Programm ist für die ersten Tage in China aufgrund der Zeitverschiebung sehr anstrengend.

Ich würde das Hotel HAOGE YUSHANG - [www.hgyshotel.com](http://www.hgyshotel.com) empfehlen. Es liegt genau gegenüber dem Krankenhaus und entspricht in etwa einem 3 bis 4 Sterne Hotel in Europa. Die Zimmer sind sauber und vor allem ohne Ratten. Der Preis liegt bei 288 YUAN = ungefähr 40 Euro pro Nacht. Der Preis ist etwas höher, wenn man mit Kreditkarte bezahlt (308 Yuan, 20 Yuan mehr). Das Zimmer muss mindestens 3 Wochen vor dem Aufenthalt gebucht werden. Es werden insgesamt 14 Übernachtungen sein und damit belaufen sich die totalen Kosten auf ca. 560 bis 600 Euros. Die E-Mail-Adresse des Hotels: [95497147@qq.com](mailto:95497147@qq.com), bitte nicht vergessen: Sie sprechen nur chinesisch, anrufen hilft leider nicht...

Es ist für die Organisation schon empfehlenswert, dass alle zusammen im gleichen Hotel übernachten, aber ich kann sehr gut verstehen, dass es Teilnehmer gibt, die entweder mehr oder weniger Geld für ihren Aufenthalt ausgeben wollen. Ähnlich wird es auch mit den Flügen sein und jeder sollte für sich selber seinen Flug organisieren.

Jeder Teilnehmer muss verstehen, dass es keine Individualreise ist, sondern eine Gruppenreise und zwar ab dem Zeitpunkt, zu dem alle sich in Chengdu treffen. Es gibt daher gewisse Regeln, denen man folgen muss. Ich bin für die Gruppe verantwortlich und auch der Ansprechpartner für meine chinesischen Kollegen. Alle sollten sich gegenseitig unterstützen, Individualismus wird nicht geduldet, vor allem nicht in China.

Das Praktikum beginnt schon am Montag mit der Opening Ceremony, die Praktikanten werden in Zweiergruppen eingeteilt und jede Gruppe lernt seinen Übersetzer kennen. Am gleichen Tag werden das Krankenhaus, die Apotheke und die unterschiedlichen TCM Abteilungen besichtigt und am Dienstag um 9h in der Früh beginnt das Praktikum. Jeden Nachmittag zwischen 15h und 17h werden unterschiedliche Themen unterrichtet und zusätzliche Besichtigungen organisiert wie z.B. ein Besuch des Kräutermarkts und des Kräutermuseums. Am Wochenende werden wir die taoistische Region von Qing Xiang und auch die buddhistische Gegend von Lo Shan besichtigen. Am Freitag dem 20. April findet die Closing Ceremony statt und am Sonntag dem 22. fliegen wir wieder nach Hause.

Die Zeit in China ist aufgrund der Zeitverschiebung und neuer Lebensumstände sehr anstrengend und mühsam. Neue Essgewohnheiten, Umweltverschmutzung und neue Arbeitsbedingungen kommen auf uns zu. Es wird sehr wenig Freizeit geben, aber genug für Einkäufe und Stadtbesichtigungen am Abend.

Der Unterricht am Nachmittag ist ein Muss und jeder Schüler sollte immer sehr pünktlich dazu erscheinen. Die Professoren nehmen sich extra freie Zeit für den Unterricht und sind selber immer 30 Minuten vor dem Unterricht da. Als Geste des Respektes müssen wir auch 30 Minuten vor dem Unterrichtsbeginn anwesend sein.

Das Essen in Chengdu ist sehr scharf und nicht jeder kann das Essen und vor allem die Menge an Sichuan Pfeffer gut vertragen, aber es besteht schon die Möglichkeit, ohne Pfeffer zu essen. Der Sichuan Pfeffer ist übrigens sehr wichtig gegen SHI WEN Krankheiten und sollte nicht unterschätzt werden. Wir versuchen immer vegetarisch zu essen und es gibt auch sehr viele neue vegetarische und buddhistische Restaurants in Chengdu.

Um Schweinfleisch zu vermeiden, empfehle ich bei den Muslimen essen zu gehen. Sie bereiten die besten Nudeln Chinas zu.

Die Ausflüge sind sehr interessant, aber auch anstrengend, weil es viele Menschen in China gibt und jeder darf auch seinen Urlaub genießen. Etwas Geduld ist auch hier angesagt. Ich finde die taoistische Region sehr schön und Lo Shan (der größte Buddha Chinas) ist auch sehr bemerkenswert. Wir werden auch den Wu Shu Yuan Tempel in Chengdu in der Stadtmitte besichtigen und die wundervolle buddhistische und vegetarische Küche genießen können.

Es gibt sehr vieles in China zu kaufen, zu viel, aber alles hat auch seinen Preis. Ich würde grundsätzlich den antiken Markt empfehlen und die Künstler Straße, da gehen wir auch mit der Gruppe hin. Es ist nicht zu vergessen, dass Chengdu die Stadt der Künste ist und es gibt sehr viele, aber leider auch sehr teure Gemälde für die Praxis zu erwerben.

Wer gerne ein SIEGEL hätte, vor allem mit seinem taoistischen Namen, der sollte nicht vergessen, dass so etwas vorbestellt werden muss und bitte auch nicht vergessen, dass nicht die Gravur teuer ist, sondern der Stein.

Ich würde niemals empfehlen, Kräuter aus China mitzunehmen, außer vielleicht kostbare Kräuter wie Ginseng. Aufpassen mit den Fertigpräparaten und dem Zollamt, alles ist viel strenger geworden. Bitte auch nicht vergessen, dass das Postamt in China sehr viel Zeit in Anspruch nimmt, manchmal sogar zuviel. Die letzten Einkäufe sind immer sehr stressig, bitte alles in der ersten Woche erledigen und nicht erst am letzten Tag.

Das Internet funktioniert sehr gut in China, aber nicht Skype, sondern WeChat. Ein VPN Virtual Private Network ist auch erforderlich für die Suchfunktion, weil China viele Zugänge nicht zulässt, es gibt aber kostenlos VPN für eine Woche.

Jeder sollte auch seine Medizin mitnehmen, aber bitte keine Angst, es gibt in China schon alles und es finden sich Apotheken an jeder Ecke. Man kann in China alles erwerben und zwar sehr günstig, der Reisekoffer muss nicht voll sein.

Es ist chinesischen Sitte, dass jeder seinen Lehrer und Übersetzer mit einer Gabe aus seiner Heimat beschenkt. Dies können Musik, englische Bücher usw. sein und jeder Schüler muss seinen Übersetzer und Meister einmal zum Essen einladen. Auf diese Weise wird unsere Dankbarkeit erwiesen.

Und noch was: Es wird KEINEN Qi Gong oder Tai Qi Unterricht in der Früh organisiert. Dies hat sich in den letzten 30 Jahren Erfahrung in Chengdu niemals bewährt. Um 6h aufzustehen schafft keiner, vor allem aufgrund der Zeitverschiebung und dem sehr dichten Programm.

Warum gehe ich seit 30 Jahren immer nach Chengdu? Ganz einfach, das ist die beste TCM Universität Chinas. Die Geschichte der TCM bürgt auch dafür, dass die größten TCM Meister aus dieser Gegend kamen und wir sind auch nicht weit von Tibet entfernt. Es wird leider keine Reise nach Tibet organisiert, aber jeder kann individuell nach dem Praktikum selber eine Reise organisieren, wenn er das möchte. Es ist nicht kompliziert, man braucht ein Permit und ein Visa.

Jeder Teilnehmer bekommt vom Krankenhaus eine offizielle Einladung für seinen Aufenthalt. Ich brauche für die Einladung eine Kopie Eures Reisepasses. Mit der Einladung, dem Flugticket und einer Hotelreservierung

ist es möglich, das Visa zu bekommen. Vergesst bitte nicht, dass es alle drei Sachen benötigt. Ohne Hotel oder Flug bekommt ihr kein Visa, die Einladung allein reicht niemals aus.

Impfungen werden nicht benötigt, wir reisen nicht in Malariagebiet. Ich würde auch keinem empfehlen, sich vorher impfen zu lassen. Meine Erfahrung hat gezeigt, dass die ersten Kranken genau die sind, die geimpft wurden.

Es wird ein tolle Zeit werden und Ihr werdet beeindruckt sein, wie TCM in China ausgeübt wird. Der erste Aufenthalt ist nicht kompliziert, es wird hauptsächlich Akupunkturpraktikum und Unterricht sein. Nur Schüler mit genügend pharmakologischen Kenntnissen dürfen in die Innere Medizin gehen, da wo hauptsächlich mit Kräutern gearbeitet wird. Ihr seid immer zu zweite, ein erfahrener und ein weniger erfahrener Schüler zusammen. Bücher sind erlaubt, aber bitte nehmt keine mit, sie sind zu schwer, dafür reicht ein iPad vollkommen aus.

Ich habe das Wesentliche zusammengefasst. Kein Schüler kam jemals enttäuscht aus China zurück, zumindest nicht aus meiner Gruppe. Aber es muss vorher gelernt werden. Je mehr man vorher weiß, umso interessanter wird das Praktikum sein. Nach einem Aufenthalt in China verschwindet die Angst vor der Nadelung und vor allem vor der Verschreibung.

**Organisationskosten: 400 Euro**

**Einschreibung und Praktikumskosten am Spital: 800 Euro (Ausflüge sind miteinberechnet, nicht aber die Eintrittskarten)**

**Hotelkosten: ca. 600 Euro**

**Flugkosten: ca. 600 Euro**

**Spesen, persönliche Ausgaben: 600 Euro**

**Totalkosten: mindestens 3000 Euro**

Anmeldungen und weitere Fragen werden unter folgender E-Mail-Adresse entgegengenommen:  
**[avicenna108@gmail.com](mailto:avicenna108@gmail.com)**



**DAS MÄNNLICHE PRINZIP  
TCM-WEITERBILDUNG ZÜRICH**

### Das männliche Prinzip - Männer Krankheiten

Das Thema Männerkrankheiten wird in Europa im Verhältnis zu Gynäkologie nur selten erwähnt. Als ob die Weiblichkeit wichtiger wäre als die Männlichkeit. Die TCM umfasst jedoch nicht nur den weiblichen, sondern auch den männlichen Organismus und obwohl die Energiestruktur und die Meridianverläufe dieselben sind, werden im Taoismus für die Qi Gong-Übungen und die Meditation rechts und links bzw. die Polaritäten vertauscht.

Von diesem sehr umfangreichen TCM Bereich werden vor allem die wichtigsten und klassischen Männerkrankungen erwähnt:

- . 1- Spiritualität und Psychologie des Mannes: Unterschiede und Gemeinsamkeiten zum weiblichen Organismus
- . 2- Männlicher und weiblicher Jing Zyklus – Erläuterung anhand des magischen Quadrates von Ho Tu und Lo Shu
- . 3- Unfruchtbarkeit: zu wenige oder zu langsame Spermatozoiden
- . 4- Sexualität: Lustlosigkeit, Potenzstörungen und Impotenz
- . 5- Die Wechseljahre des Mannes mit ihren psychologischen Konsequenzen
- . 6- Prostata Beschwerden: Hypertrophie, Entzündung und Prostata CA

Die innere Energie des Mannes ist Yin und deshalb benötigt „man“ nach einem gewissen Alter entsprechende erwärmende Kräuter und sogar Moxa als Unterstützung. Dies ist sicherlich auch der Grund, weshalb Männer tierisches Eiweiß, starke alkoholische Getränke und selbst Tabak nach dem 50. Lebensjahr besser vertragen können als Frauen. Frauen können dafür sehr lange vegetarisch leben oder sogar vegan sein, ohne auffallende Nebenwirkungen zu spüren. Den energetischen Unterschied zwischen männlichem und weiblichem Organismus zu kennen, ist von Bedeutung für die Therapie, aber die Feinheiten sind nicht so leicht zu beherrschen. Auch bei herkömmlichen Krankheitsmustern darf die energetische Struktur nicht vergessen werden. Ein Pferd ist nicht wie ein Hund zu behandeln und auch wenn beides Tiere sind, unterscheidet sich die Therapie sehr voneinander.

In der taoistischen Kosmologie des HO TU (Frühhimmel) gehört der Mann zu QIAN und die Frau zu KUN. Im LO SHU Quadrat (Späthimmel) ist dafür der Mann LI und die Frau KAN. Worin liegt der Unterschied zwischen HO TU und LO SHU? Ohne hier die Absicht zu haben, die Astrologie des I Ging unterrichten zu wollen, ist es sinnvoll, die Evolution von Himmel zu Erde zu beschreiben: Im HO TU haben sich die Bilder, der Raum Klarheit noch nicht verdichtet, im LO SHU hingegen schon. QIAN wandelt sich in LI und KUN in

KAN. Diese Transmutation liefert kostbare Informationen für die Physiologie, Psychologie und sogar für die Spiritualität des Menschen und zeigt eindeutig, dass Männer und Frauen sehr unterschiedlich sind.

Die vorgeburtliche Manifestation des kosmischen männlichen Prinzips ist QIAN bzw. pures Licht. Nur sichtbar, wenn auf ein Objekt des Weltraums getroffen wurde. So gesehen ist QIAN nicht leuchtend, sondern durchsichtig und unsichtbar für das männliche Auge. Die verdichtende Manifestation von QIAN ist LI, welches aus zwei Yang-Linien Außen und einer Yin-Linie innen besteht. LI entspricht der physischen und energetischen Manifestation des Mannes und zeigt, dass sein inneres Potential Yin ist und nicht Yang, wie es leider meist vermutet wird. Das Yin hat sich hier im Yang verborgen und wird nach dem 60jährigen Zyklus, bzw. in der zweiten Lebensphase des Mannes manifest. Üblicherweise zwischen dem 50. und 60. Lebensjahr. Der Mann muss auf sein inneres Yang achten und darf nicht zu viele kalte Nahrungsmittel und Getränke zu sich nehmen. Sonst besteht die Gefahr, lustlos, unfruchtbar und vor allem impotent zu werden. Im weiteren verletzen blutdrucksenkende Medikamente, Antidepressivum und Schlafmittel das Yang des Mannes und lösen Impotenz, Harninkontinenz und Depression aus.

Diese Reaktionen sind wohl bekannt, aber ohne TCM-Hintergrundwissen kaum interpretierbar.

Ein Mann benötigt nach dem 50. Lebensjahr genügend Yang Qi! Dies ist eine Warnung für bitterkalte Kräuter und Rezepturen! Frauen hingegen werden mit dem Alter wärmer und vertragen weniger heiße Kräuter. Diese Unterschiede sind zwar sehr allgemein, müssen aber trotzdem in der Behandlung berücksichtigt werden. Daher die klassische Frage: „Wie alt sind Sie?“. Eine Rezeptur richtet sich nicht nur nach Beschwerden, sondern auch nach Aussehen, Beruf, Geschlecht und Alter des Patienten.

## **Seminarinhalt**

Bei diesem Seminar wird zum ersten Mal das männliche Prinzip in den Vordergrund gestellt und die Behandlungsmuster für männliche Beschwerden ausführlich beschrieben.

Eine Frau ist aufgrund ihrer Menstruation, Schwangerschaft und den Kindern eine Konfrontation mit ihrem Unterleib, Urogenitalsystem und Sexualität gewohnt. Männer hingegen viel weniger und halten aus Angst, Schüchternheit oder Eitelkeit viele Informationen zurück.

Ich war in China erstaunt darüber, wie frei mein Meister über die Beschwerden des Mannes sprach und vor allem über seine Offenheit und Klarheit, was das Thema Sexualität betrifft.

Die abrahamitischen Religionen sind im Vergleich zu den nicht theistischen Traditionen und Heiden sehr verklemmt und sehr einschränkend, was Sexualität und Beziehungen anbelangt. Die Geschichte des Christentums, Islams und Judentums bürgt dafür und wir tragen noch genetisch die Vibration dieser dualistischen Lehren in uns.

In diesem Intensivseminar über männliches Leiden werden nicht nur die psychopathologischen Aspekte des Mannes erwähnt, sondern vor allem eine präzise Differentialdiagnostik mit entsprechenden therapeutischen Nahrungs-, Kräuter- und Akupunktur Empfehlungen.

**Kräutervorkenntnisse und Akupunkturwissen sind hier unentbehrlich.**

**Creating Space Zürich**

**CH-8008 Zürich | T +41 44 350 15 55 | [info@creatingspace.ch](mailto:info@creatingspace.ch) | [www.creatingspace.ch](http://www.creatingspace.ch)**



**GESICHTSDIAGNOSTIK FREIBURG**

## **Gesichtsdiagnostik - Ein Must für alle TCM-Therapeuten**

Gesichtsdiagnostik wurde aus politischen Gründen aus dem Fachbereich TCM entfernt, so wie auch das I Ging lange verboten wurde. Die Chinesen besitzen eine sehr hoch entwickelte Beobachtungsgabe, sicherlich besser als die unsere und können sehr schnell das Gesicht von jemandem ablesen oder zumindest erkennen, ob die Aussage wahrhaftig oder eine Lüge ist.

Ich habe in China mit Meistern gearbeitet, die die Diagnostik nur über Gesichtsmerkmale machten und es war erstaunlich zu sehen, wie Rezepturen ausschließlich über die Beobachtung des Gesichts des Patienten zusammengestellt wurden.

Diese Kunst wurde ansatzweise im Huang Di Nei Qing erwähnt bzw. die Farben und Schattierungen des Gesichts wurden im Zusammenhang mit Pathologie und Schicksalsdeutung kurz erwähnt.

Ich habe für meine Schüler ein System aufgearbeitet, das das Erlernen dieser Kunst erleichtert und vor allem eine direkte Verbindung zu Differentialdiagnostik und Verschreibung ermöglicht.

Jedes Gesichtsmerkmal, alle Formen, Falten, Farben und die Symmetrie sind eine Quelle an Informationen für den Therapeuten und dies sollte niemals unterschätzt werden. Dieses Seminar hat nicht mit Schicksalsdeutung zu tun, sondern mit medizinischen Aussagen. Puls, Zunge und Gesicht sind die drei Schätze der Differentialdiagnostik (San Bao), aber von allen drei ist sicherlich die Kunst der Gesichtsdiagnostik die wichtigste.

Das Gesicht ist die Vollendung der Diagnostik (Bian Zheng) und nicht nur Puls und Zunge. Es gibt keine Bücher zu diesem Fachbereich, weil die Übertragung nur von Meister zu Schüler weitergegeben wurde.

Der nächste Grund, warum und weshalb diese Kunst nicht weiter unterrichtet wurde, hat mit dem Mangel an Mitgefühl der Schüler zu tun. Viele wollen diese Wissenschaft zu persönlichen und vor allem Macht Zwecken erlernen und nicht um den Wesen zu helfen.

Ich möchte jeden Schüler hier ermutigen, sich in der Kunst der Differentialdiagnostik zu vertiefen und nicht in der Anhäufung von neuen Rezepturen und Akupunktur Kombinationen, die nicht langfristig wirken können, weil es zu Beginn keine fundierte Diagnostik gab. Bian Zheng und vor allem TCM Mindmapping sind das Herz der TCM und Gesichtsdiagnostik, Puls und Zunge sind ihre Wächter.

Lerne aus dem Herz des Mitgefühls die Ursache zu erkennen und verwende alle notwendigen geschickten Mittel, die zur Verfügung stehen und die Rezepturen so wie die Punkte Kombinationen für die Behandlung werden auf sehr natürliche Weise entstehen.

Ich sehe zu viele Kollegen, die ihre Zeit damit verbringen, neue Behandlungsverfahren zu erlernen. Ich denke, das Herz der TCM liegt im Nei/Wei Gong, I Ging und vor allem TCM Mindmapping, zusammen mit den drei Verfahren die oben erwähnt wurden. Wenn das energetische Bild präzise aufgestellt wurde, ist die Behandlung einfach und wenn nicht, dann treten unerwünschte Nebenwirkungen auf.

## **Avicenna Institut Freiburg**

Mit Mike Morell (Teil 1-3) und Claude Diolosa (Teil 4)  
Gesichtsdiagnostik Ausbildung in 4 Teilen  
Nur für Personen mit abgeschlossener TCM Ausbildung

**Teil 1 23 - 26. März mit Mike Morell**

**Teil 2 18 - 21. Mai mit Mike Morell**

**Teil 3 21 - 24. September mit Mike Morell**

**Teil 4 12 - 15. Oktober mit Claude Diolosa**

**Ort: Freiburg - Deutschland**

**Mike Morell Heilpraktiker**

Dr. Ak. Sril. WHO

Nägeleseestr. 2

79102 Freiburg

Tel. 0761/ 7043456

[info@avicenna-freiburg.de](mailto:info@avicenna-freiburg.de)

[www.avicenna-freiburg.de](http://www.avicenna-freiburg.de)



**EASY MOVEMENT TEA**

## **Liebe Schüler und TCM Therapeuten,**

Wir freuen uns besonders, Euch den neuen TEE für rheumatische Erkrankungen vorzustellen. Easy Movement Tea wurde für die Behandlung von Feng (Wind), Shi (Nässe) und Han (Kälte) Bi Syndrom kreiert und besteht aus Wind vertreibenden, Nässe und Kälte ausleitenden Kräutern.

Easy Movement Tea wird für die Behandlung von primär durch Wind, Nässe und Kälte ausgelöste rheumatische Beschwerden eingesetzt. In dieser Rezeptur werden die drei grundlegenden Faktoren für Gelenkschmerzen zusammengefasst, mit Schwerpunkt auf Kälte und Nässe.

Easy Movement Tea vertreibt PE und öffnet vor allem die Luo Gefäße, fördert die Zirkulation des Blutes und lindert Schmerzen. Zusätzlich stärkt Easy Movement Tea das Abwehrsystem (Wei Qi), bewegt das Wei Yang an der Oberfläche, befestigt die Oberfläche und verhindert das Eindringen von Pathogenen Einflüsse über die Poren und Luo Mai. Diese Kräutertee Mischung wirkt nicht schweißtreibend und kann ohne Bedenken bei Qi Mangel verwendet werden. Es wurden auch Kräuter hinzugefügt, um das Nieren Qi und Yang zu stärken und leicht die Zirkulation des Blutes zu fördern. Dieser Kräutertee stärkt und entfeuchtet das Gewebe und darf auch in der Abwesenheit von rheumatischen Beschwerden als Stärkungspräparat verwendet werden. Weil Easy Movement Tea das Immunsystem anregt und das Wei Qi an der Oberfläche bewegt, darf dieser Tee als immunstärkendes Präparat betrachtet werden.

Diese Tee Mischung ist auch ohne Bedenken für Sportler geeignet, die Witterung, Regen, Feuchtigkeit und Wind ausgesetzt sind. Durch seine tonisierende Wirkung belebt diese Teemischung die Zirkulation des Qi, nährt die Sehnen und Muskeln und stärkt sogar die Knochenstruktur und schützt gegen Sportverletzungen.

### **Kontraindikation**

Dieses Präparat sollte bei Hitze und Nässe Hitze Rheuma nicht verwendet werden.

### **Sehr wichtig und auch für Sportler**

Der Patient sollte vor allem auf Milchprodukte, Joghurt, Kefir, Topfen, Milch, Käse, Zucker, Zitrusfrüchte, Südfrüchte, Tomate, Gurke, kalte Nahrungsmittel und Getränke und vor allem auf Tiefkühlkost und Mikrowelle verzichten und warm essen. Nicht vergessen, dass Milchprodukte über den Magenmeridian alle Gelenke erreichen, aber vor allem Knie- und Schulterbeschwerden auslösen können.

Es wird empfohlen während der kalten und feuchten Wintermonaten etwas mehr aromatische Kräuter wie Lorbeer, Koriander, Rosmarin usw. und auch warme Kräutermischungen zu verwenden, um das Yang Qi zu bewahren und damit das Eindringen von Pathogenen Einflüsse zu verhindern.

### **Zubereitung:**

Soweit nicht anders verordnet wird dreimal täglich eine Tasse des wie folgt zubereiteten Teeaufgusses getrunken: 1 bis 2 Esslöffel voll Easy Movement Tee wird mit siedendem Wasser (ca. 150 ml) übergossen und nach etwa 10 bis 15 Minuten durch ein Teesieb gegeben. Bei akuten Beschwerden, die länger als eine Woche andauern oder periodisch wiederkehren, wird die Rücksprache mit einem TCM Arzt empfohlen.

Dieser Kräutertee darf auch als Dekokt zubereitet werden. Dafür werden die klassischen TCM Vorschriften für die Zubereitung empfohlen. Etwas frischer Ingwer darf immer hinzugefügt werden, da dieses Rhizom den Magen entschleimt, die Milz leicht tonisiert und vor allem die Wirkung des Kräutertee unterstützt.

## Kombinationen

Easy Movement Tea lässt sich sehr gut mit Easy Cold Movement, Yang Root und Rinchen Tee kombinieren, um das Yang zu wärmen und das Wei Yang zu stärken. Äußerlich empfiehlt es sich auch Free Flow Öl, Gel und Spray zu verwenden, da diese Präparate schnell sowohl die Zirkulation des Qi, als auch des Blutes anregen können und vor allem die Luo Mai öffnen. Das Einreiben von diesen Präparaten sollte lang genug andauern, um das Eindringen der Inhaltsstoffe zu ermöglichen.

## Zwei neue Präparate für die Behandlung von Restless Legs Syndrom

Aufgrund sehr vieler Nachfragen wurden diese zwei neuen Präparate hergestellt und sie sind jetzt in der Apotheke erhältlich. RLS Syndrom gehört zu diesen "nicht schmerzhaften" Erkrankungen wie Tinnitus, die das Leben zur Hölle machen können, vor allem wenn es keine Behandlungsaussichten gibt. TCM bietet sowohl eine präzise Diagnostik, als auch eine Behandlung für dieses Syndrom. Wichtig ist vor allem zu verstehen, dass die Krankheit durch eine LUO Störung ausgelöst wurde bzw. die Durchlässigkeit nicht mehr vorhanden ist und nicht nur durch Leere Hitze oder Inneren Wind.

Ich würde Akupunktur in Kombination mit Kräutertherapie empfehlen, da die Meridiane damit direkt zu beeinflussen sind. Was ich mit Akupunktur hier meine, ist nicht nur jede zweite Woche eine Sitzung, sondern wie in China mindestens 3 bis 5mal die Woche.

Die Durchlässigkeit der LUO MAI kann durch Free Flow Spray, Gel oder Öl gefördert werden. Bitte nicht vergessen, dass diese drei Präparate sich bei unzähligen Patienten in der Traumatologie und Schmerztherapie bewährt haben. Die Komposition ist so besonders, dass nicht nur die Hauptgefäße, sondern sogar die LUO Mai damit durchgängig gemacht werden können.

Diese Präparate sind in der Schwangerschaft kontraindiziert.

## Die Präparate

### Die Fülle Form von RLS

**RUNNING WOMAN** wird für die Behandlung von RLS Syndrom ausgelöst durch Feuchte Hitze, Zäher-Schleim und Blut Stau der LUO MAI verwendet. Die Feuchtigkeit, die sich abwärts bewegt und eine Vorliebe für den unteren Erwärmer, Jue Yin und die Bein LUO Gefäße hat, blockiert die Zirkulation von Qi und Blut und verursacht Zuckungen, Kribbeln, Hitze und Schmerzen. Dieses Präparat tonisiert die Milz, transformiert und leitet sekundäre Feuchte Hitze in den unteren Gliedmassen aus und verhindert Zäher-Schleim (Tan) Ansammlungen und Blut Stau in den Bein- und Arm-LUO MAI.

**RUNNING WOMAN** sollte bei Yin Mangel, Leerer Hitze und Blut Hitze nicht verwendet werden und ist während der Schwangerschaft wegen seines durchblutungsfördernden Effekts nicht erlaubt. Bei der Einnahme von westlichen blutverflüssigenden Präparaten, Heparin oder Aspirin ist dieses Präparat mit Vorsicht zu verwenden.

Der Patient sollte auf Kaffee, Schwarztee, Rauchen, scharfe und heiße Gewürzmischungen, gebratene und fettige Speisen, Alkohol, Knoblauch, Lauch, Zwiebeln, Schnittlauch, Speck, Schinken, Wurst allgemein, Bergkäse, Schokolade, süße alkoholische Getränke und Rauchen verzichten.

Die Dosierung beträgt 3 x 4 bis 6 Tbl am Tag, die Dosierung kann je nach Bedarf auch erhöht werden.

### **Die Leere Form von RLS**

**RUNNING MAN** wird für die Leere Form von RLS verwendet. Dieses Präparat nährt das Yin, das Blut, klärt Leere Hitze ohne Nässe, Schleim oder Tan zu erzeugen, bewegt das Blut, beseitigt Zäher-Schleim (Tan) und verhindert Zäher-Schleim (Tan) Ansammlungen und Blut Stau in den Bein- und Arm-LUO MAI.

**RUNNING MAN** sollte bei eingedrungenen Pathogenen Einflüssen, Yang Mangel und Nässe Schleim Kälte im Yang Ming nicht verwendet werden und ist während der Schwangerschaft wegen seines durchblutungsfördernden Effekts nicht erlaubt. Bei der Einnahme von westlichen blutverflüssigenden Präparaten ist dieses Präparat mit Vorsicht zu verwenden.

Der Patient sollte auf Kaffee, Schwarztee, Rauchen, Alkohol, scharfe und heiße Gewürze, Lamm und Geflügelfleisch verzichten. Gebratene und fettige Speisen, Bergkäse und Joghurt sind auch nicht gestattet.

Die Dosierung beträgt 3 x 4 bis 6 Tbl am Tag, die Dosierung kann je nach Bedarf auch erhöht werden.

### **Bestellung:**

Apotheke Boznerplatz KG

Bozner Platz 7

A-6020 Innsbruck

[www.apo-boznerplatz.at](http://www.apo-boznerplatz.at)

e.mail: [tcm@apo-boznerplatz.at](mailto:tcm@apo-boznerplatz.at)

Tel: +43 512 58 58 17 16

Fax: +43 512 58 58 17 3



**SANGYE MENLA ASSISI 2017**



## **Sangye Menla Zurückziehung und Sandmandala mit Claude Diolosa und Lama Longdrel**

Sangye Menla und die Heilung durch die Natur des Geistes

Ich hatte gerade Zuflucht genommen bei seiner Heiligkeit dem XVI. Karmapa, Rangung Ringpä Dorje, da erfuhr ich, dass es eine Praxis gibt, die einen direkten Bezug zu Heilung hat und als ich den Namen des Medizinbuddha, Sangye Menla, hörte, entsprang in mir der tiefe Wunsch, diese Praxis zu lernen, um die Wesen vom Leid der Krankheit zu befreien.

Ich wusste damals sehr wenig über Buddhismus, um ehrlich zu sein, gar nichts, außer dass der Buddha ein Prinz war, der alles aufgab und der die Erleuchtung unter einem Baum erfahren hatte. Die Einzelheiten waren mir noch unbekannt, aber ich konnte die Kraft, die Weisheit und Liebe des Karmapas so hautnah spüren, dass ich keine Zweifel hatte. Schon als der Karmapa mich in Paris segnete, erfuhr ich zum ersten Mal die Zeitlosigkeit und grenzlose Liebe und Mitgefühl. Ich sah wie sein Körper wie eine Sonne zu strahlen begann und ich wusste, dass er ohne Zweifel eine Buddha war. Ich habe nie an Karmapa gezweifelt und auch nie einen anderen Guru gesucht. Ich weiß in meinem Herzen, dass er die Vollkommenheit und Tatkraft aller Buddhas manifestiert und nur zum Wohle der Wesen arbeitet. Als ich zum ersten Mal



die XVII. Inkarnation in Tibet traf, bestand für mich nicht der geringste Zweifel und ich wusste, dass er der Richtige war, was kurz danach von allen Linienhaltern und vor allem vom Ehrwürdigen Tenga Rinpoche mehrmals bestätigt wurde.

Ich bekam vom XVI. Karmapa und dem jetzigen Karmapa, Ogyen Trinley Dorje, mehrmals die Übertragung (Wang – Abisheka), das Lesen des Textes (Lung – Wortübertragung) und die Anweisungen (Tri) des Medizinbuddha. Auch von vielen anderen hohen Rinpoche und Lamas aus allen Linien des Buddhismus (Kagyu, Nyingma, Shakya und Gelugpa) bekam ich die Übertragungen.

Diese Meditation ist Teil meines Lebens geworden und obwohl ich nicht unbedingt jeden Tag die Puja praktiziere, begleitet mich die Meditation und der Segen des Medizinbuddha in meinem alltäglichen Leben.

Aus dieser Meditation schöpfe ich die Inspiration zum Lernen, zum Lehren und vor allem für die Behandlung von Patienten. Ich bekomme regelmäßig Inspirationen und auch geistige medizinische Termas, die sich später durch die Übersetzung oder Ausgrabung von Texten bestätigen. Termas sind versteckte Texte und auch Objekte, die von Padmasambhava in Felswänden, Bäumen, Säulen, Tempeln und Seen versteckt wurden, um später wieder von einem Tertön (Reinkarnation



von ihm) entdeckt zu werden. Ich bin kein Tertön und sicherlich keine Reinkarnation von Padmasambhava, aber der Segen von Sangye Menla lässt klassische Texte, Anweisungen, Kombinationen von Kräutern und Akupunkturpunkten und viele andere wertvolle Inspirationen und Bilder mühelos in meinem Geist entstehen. Manche würden es Intuition nennen, ich sage dazu Nein, weil Intuition deutet auf das Zurückgreifen auf etwas hin, das bereits gelernt und zum Teil auch vergessen wurde. Dies geschieht bei mir nicht so. In meinem Geist oder vor mir im Raum entstehen Bilder, Anweisungen und Laute, die vorher unbekannt waren und sie verschwinden auch genauso schnell wieder. Frühmorgens vor dem vollständigen Aufwachen erhalte ich sehr oft wichtige Anweisungen, die ich entweder sofort aufschreiben oder jemandem erzählen muss, weil ich sonst alles wieder vergesse.

Der wichtigste Bestandteil meiner Diagnostik entsteht aus Visionen (Bilder) und nicht nur aus Puls- oder Zungendiagnostik. Obwohl ich Gesichtsdiagnostik und sonstige Verfahren erlernt habe, sind es Momente, in denen etwas im Raum entsteht und die Lösung offenbart sich vor mir. Falls die Visionen nicht vorhanden sind, kann ich immer auf die klassischen Untersuchungsverfahren zurückgreifen, um ein klares, energetisches Bild des Patienten zu gestalten.

Das alles habe ich dem Segen des Karmapa und des Medizinbuddha zu verdanken, davon bin ich überzeugt. Manche würden sagen, es seien Einbildungungen, Wahnvorstellungen, Stolz oder sogar eine Geisteskrankheit. Ich weiß nur, dass ein mystischer Weg ohne Wegbegleiter kaum möglich ist und dass ein spiritueller Freund ein kostbares Juwel ist. Ich sehe, wie viele entweder auf der Suche sind oder ständig den Lehrer und die Lehre wechseln. Sie haben noch nicht mal die Tief der Lehre des Meisters gekostet und schon steht das nächste Angebote wieder vor der Tür. Der Medizinbuddha ist mein Wegbegleiter und hat sehr viele Ausstrahlungen, eine davon war sicherlich Jesus und eine andere Padre Pio. Ich weiß, dass engstirnige Buddhisten die Verbindung zwischen Medizinbuddha und Jesus nicht mögen werden, aber Fanatismus findet sich überall und Buddhismus bleibt auch nicht davon verschont.

Der Heilkraft des Raumes kann sich auf sehr verschiedene Weise offenbaren und man muss immer dafür offenbleiben. Ich habe in meinem Leben sehr viele große Heiler und auch Wunderheilungen gesehen. Sie waren für mich alle Manifestationen des Medizinbuddha. Auch wenn ich nervös beim Zahnarzt bin und mich vergeblich zu überzeugen versuche, dass ich nicht dieser Zahn bin, versuche ich den Zahnarzt als Medizinbuddha zu sehen und bete, dass er auch den richtigen Zahn behandeln möge (Italien...) und zwar ohne Schmerzen.

Aber wer ist der Medizinbuddha – Sangye Menla? Das Wort Sangye deutet auf die Vollkommenheit hin. Übersetzt heisst Sangye vollerwacht bzw. das mühelose Erblühen der zeitlosen Subjektivität, die Buddhatur, die in jedem von uns verweilt.

Sangye Menla ist nicht ein Heilmittel gegen Kopfschmerzen oder Übelkeit, sondern entwurzelt durch Reinigungen und Einsicht die Ursache des Leidens bzw. die Ich-Haftigkeit. Wieviele habe ich während der Meditation gesehen, die entweder plötzlich sehr krank wurden oder sich stundenlang ausgeheult haben, um am Ende der Zurückziehung in einem Zustand von höchstem Frieden und Glückseligkeit zu verweilen. Die Medizinbuddha Meditation ist keine leichte Kost und es ist auch kein Wellness Programm. Die blaue Farbe bürgt schon dafür, dass sein Segen erschüttern wird. Die blaue Farbe symbolisiert die Transformation von Aggressionsmustern, Zorn und Hass in spiegelgleiche Weisheit. Die spiegelgleiche Weisheit symbolisiert die Vereinigung von Raum/Klarheit. Raum als Potentialität und Klarheit, als das, was sich darin reflektiert, sowie der Ozean und die Wellen. Der Segen des Medizinbuddhas ist sehr durchdringend und genetische, zellulare Erinnerungen werden mit Wucht gereinigt.

Sangye Menla ist keine Psychotherapie. Es geht hier nicht darum, die Schränke zu bewegen bzw. die Wohnfläche der Ich-Heftigkeit mit Farben und Musik neu zu gestalten, sondern die Natur des Geistes erblühen zu lassen und damit die Ursache des Leidens zu entwurzeln.

Während dieser Prozedur werden karmische Erinnerungen für immer im Feuer der Weisheit vernichtet. Weil die Koexistenz von Geistesfrieden und EGO nicht möglich ist, müssen die Gewohnheitsmuster auf dem Altar Gottes geopfert (verbrannt) werden.

Wir sind von Erinnerungen, Konzepten, Dogma und zahllosen Gewohnheitsmustern geplagt. Freier Wille und Entscheidungen sind ein Täuschungsmanöver des EGO, das sein Überleben nur in Zeit und Raum absichern kann. Wenn ich sehe, dass Schüler über die Jahre beim Meditieren immer denselben Platz einnehmen oder für sich schon einen Tag vorher reservieren oder sich sogar streiten wegen Übernachtungsmöglichkeiten und aus Angst nicht den optimalen Platz zu bekommen, schon ein Jahr im Voraus die Zimmer in der Herberge bu-

chen (auch wenn sie dann gar nicht kommen), frage ich mich schon, ob sie den Belehrungen zugehört haben. Ich denke, dass viele ein Psycho-Wellness Programm mit mystischer Sehnsucht verwechseln.

Auch in meinen TCM Ausbildungen sehe ich wie Schüler über die Jahre (6 Jahre und manchmal sogar mehr) immer am gleichen Ort sitzen und sogar eine Stunde vorher da sind, um ihren Platz zu reservieren. Ich glaube, dass der Buddha und Jesus sicherlich Momente der Verzweiflung hatten.

Wir treten in einen Raum ein (Schulungsraum – Meditationsraum), der uns nicht gehört und nehmen einen Sessel/ein Kissen und einen Platz in Anspruch, der uns auch nicht gehört und sagen dann: „Das ist mein Platz (mein Schatz = Golum)“ und werden sogar aggressiv, wenn jemand aus Versehen „unseren“ Platz einnimmt. Ähnlich machen wir es mit dem Körper, den Gedanken und Empfindungen. Wir behaupten die ganze Zeit, dass es unsere seien. Genau da manifestiert sich der Segen des Medizinbuddha. Seine Aufgabe ist es, die Ursache des Leidens bzw. das Verhaften (Kontraktion) zu offenbaren und die zeitlose und leuchtende Subjektivität des Raumes erblühen zu lassen... aber für niemanden.

Der Unfähigkeit zwischen zeitloser Wirklichkeit und der Fata Morgana der Manifestation zu unterscheiden, treibt die Menschen zu negativen Handlungen mit Körper, Rede und Geist. Es ist die zusammenziehende Kraft der Liebe, die zusammen mit Erinnerungen die Identifikation aufrechterhält und Geistesgifte hervorruft.

Dieses Muster ist dem EGO sehr ähnlich. Die Raumklarheit bzw. der ursprüngliche Geist nimmt einen Körper in Anspruch und identifiziert sich damit. Durch die Kontraktion manifestieren sich Angst und Sehnsucht. Die Angst zu verlieren, was man hat und die Sehnsucht nach etwas Beständigem. Durch die Angst verfestigt sich ein Ausgangspunkt (Subjekt) und durch die Sehnsucht eine Scheinbewegung zu einem Objekt. Die geborene Dualität lässt die Phänomene als extern erscheinen, obwohl alles im Geist geschieht. Sogar auf der relativen Ebene spiegeln sich die Phänomene im Hirn und erscheinen so, als ob sie außerhalb von uns wären. Die trügerische Manifestation, die einem Traum ähnelt, entsteht aus Kontraktion, Angst und Sehnsucht nach Beständigkeit.

Es ist sicherlich für religiöse Menschen nicht einfach, so etwas zu verstehen bzw. wenn eine Seele sich auf die Suche nach etwas macht, das man Gott nennt.

Der Medizinbuddha ist keine Gottheit außerhalb von uns und das Ziel ist es auch nicht, blau zu werden und mit einer Bettelschale und einer Heilpflanze in der Hand dazusitzen. Sangye Menla ist das, was wir wirklich sind wenn die Schleier der Ich-Haftigkeit und die Fesseln an dieses Leben endlich gereinigt wurden. Die Lehre und Meditation des Medizinbuddha führt zu zeitloser Gesundheit und lässt die vier unermesslichen Qualitäten des ungeborenen Geists erblühen, d.h. Gleichmut/Friede, Liebe, Mitgefühl und Glückseligkeit.

Die Lehre des Medizinbuddha ist sogar älter als der Buddha Sakyamuni, man sagt, dass sie 5000 Jahre alt sei. Die Lebenszeit eines Buddha zu definieren zu versuchen ist eigentlich sinnlos, weil die Buddhanatur weder Anfang noch Ende hat. Aber für den verhafteten Geist, der sich durch Zeit und Raum definiert, ist es manchmal hilfreich, etwas zeitlich festzulegen. Tatsache ist, dass diese zeitlose Lehre schon von anderen Buddhas unterrichtet wurde. Von allen Mandalas oder Kraftfelder, die vom erleuchteten Potential jemals zum Wohle der fühlende Wesen manifestiert wurde, ist das des Medizinbuddha immer noch vorhanden und spürbar.

## **Sangye Menla und seine Symbole**

Sangye Menla ist blau in Farbe und symbolisiert damit die Transformation von Aggression in spiegelgleiche Weisheit. Die Zeitlosigkeit manifestiert ihre Potentialität durch fünf Weisheiten. Ähnlich wie aus einem Kristall Regenbogenlichter entstehen, so sind die fünf Weisheiten Manifestationen der Raumklarheit. Die spiegelgleiche Weisheit symbolisiert die Vereinigung von Raum und Klarheit. Raum/Spiegel als Potential und Klarheit als das, was darin erscheint. Die spiegelgleiche Weisheit vereint Raum und Erscheinungen, wie ein See, in dem sich alle Berge und Wälder reflektieren. Der Dharmakaya (Körper des Dharma – höchste Weisheit) ist wie ein Spiegel, der die Phänomene ohne Diskriminierung und gleichzeitig bzw. im selben Moment reflektiert.

Der Medizinbuddha hat ein Gesicht, weil es nur eine Wahrheit gibt. Er trägt die drei Dharma Roben eines Mönchs, welche die drei Buddhakörper symbolisieren. Er hält in seiner linken Hand in der Geste des geistigen Gleichgewichts eine mit Nektar gefüllte Bettelschale und in der rechten Hand eine Pflanze, die die 404 Krankheiten reinigt, die durch Unwissenheit, Begierde und Zorn ausgelöst werden. Die Heilpflanze (Arura) und die Bettelschale symbolisieren die Vereinigung von geschickten Mitteln und Weisheit.

## **Zurückziehungen**

Zurückziehungen sind von großer Bedeutung für das Erblühen der Natur des Geistes, weil mehrere Tage lang während mindestens 6 bis 8 Stunden mit vielen Freunden zusammen praktiziert wird. Das Zusammenleben kann auch eine Reinigung für sich sein und ich weiß aus 40 Jahren Erfahrung mit Gruppen, dass unter den Praktizierenden ab und zu Spannungen entstehen.

Dies gehört zum Menla Programm und man kann so was nicht verhindern. Jesus und Buddha haben mit ihren Anhängern ähnliche Problemen gehabt und um den Karmapa oder den Dalai Lama herum ist es leider auch nicht besser.

Wichtig ist den Konflikten nicht aus dem Weg zu gehen, sondern die Meditation bzw. die Weisheit als Heilmittel zu verwenden und zu erkennen, dass es Projektionen des Geist sind, aber nicht der Geist selber.

Ich lege keinen großen Wert auf Fasten oder Ernährungseinschränkungen während einer Zurückziehung. Jeder kann konsumieren, was er möchte, außer Alkohol und Drogen, diese sind während dieser Zeit verboten.

## **Beschleunigt das Leben als Vegetarier oder Veganer die Erleuchtung?**

Der Buddha sprach vom Verzicht auf Erinnerungen, Konzepte, Dogma, Gewohnheitsmuster, Zorn, Hass, Egoismus usw. und nicht auf tierische Eiweiße oder Sex. Vegetarismus und Veganismus sind auch Konzepte, die sich zwar sehr gut vermarkten lassen, aber keine Relevanz für das Erblühen des ungeborenen Geists haben. Ich sehe es deshalb nicht als Hindernis, wenn jemand Fleisch oder Fisch isst oder die Nacht in liebevoller Umarmung verbringt. Solange die Achtsamkeit und vor allem die Identifikation mit dem Medizinbuddha während der Zurückziehung aufrecht erhalten bleibt, werden die tantrischen Gelübde nicht gebrochen.

## Anfänger und Profis

Ich werde oft gefragt, ob Zurückziehungen für Anfänger seien und vor allem auch für Menschen, die niemals meditiert haben. Die Einteilung in Profi und Anfänger ist sehr relativ und widerspricht der Natur der zeitlosen Weisheit, die immer vorhanden ist und sich jeden Moment manifestieren kann. Ist es nicht so, dass Gott sich immer Kindern, Bauern und vor allem einfachen Leute offenbart hat? Sie waren zwar nicht gebildet wie ein Theologe oder Priester, aber ihr Herz war so rein, dass ihnen Gott sein Antlitz zeigte. Menschen, die nicht voll beladen sind mit zu viel Theorie und die ein einfaches Gemüt und liebevolles Herz besitzen, sind empfänglicher als andere. So gesehen würde ich jedem empfehlen, an einer Zurückziehung teilzunehmen, der die Sehnsucht nach einem zeitlosen Zuhause hat. Niemand soll sich als unwürdig betrachten.

Es ist vergleichbar mit meinen TCM Ausbildungen. Ein Schüler mit liebevollem Herz, der auf seinen Nachbarn aufpasst und sich bereit erklärt, seinen Mitmenschen zu helfen, ist wichtiger für mich, als einer der viel weiß und weder Liebe noch Mitgefühl ausstrahlt.

Was sollen wir mitnehmen?

Ich würde jedem empfehlen, ein Meditationskissen und eine Decke mitzunehmen. Die Meditation sollte nicht zur Quälerei werden und jeder sollte gemütlich sitzen können. Für diejenigen, für die aus Alters- oder Krankheitsgründen die Position im Schneidersitz nicht möglich ist, gibt es bequeme Sessel.

## Sind Bücher zu empfehlen?

Ich habe auf meiner Webseite alle Bücher und Infos über die Praxis des Medizinbuddha online gestellt. Alles ist frei zum Download. Bilder des Medizinbuddha und Mandalas stehen auch zur Verfügung.

[www.medizinbuddha.info](http://www.medizinbuddha.info)

## Sommerretreat 2017

Ich habe für diesen Sommer nochmals Lama Longdrel eingeladen, um sowohl ein Sandmandala zu machen, als auch die Kraftübertragung des Medizinbuddha zu erteilen (Wang). Die Kombination von Zurückziehung und Sandmandala und vor allem von Kraftübertragung (Wang), Wortübertragung (Lung) und Erläuterungen (Tri) ist sehr selten gleichzeitig zu bekommen und ich würde jedem und besonders denjenigen, die noch nie die vollständige Ermächtigung erhalten haben, empfehlen an dieser Zurückziehung teilzunehmen.

Das Herstellen eines Sandmandalas ist sehr aufwändig und ich bin sehr dankbar, dass Lama Longdrel sich nochmals bereit erklärt hat, so etwas zu machen. Wir werden am Samstag den Sand in den See von Trasimeno streuen und damit die Nagas (Schlangengeister), die Elementarwesen und die Buddhas erfreuen. Anschließend werden wir auf der Insel zusammen essen gehen. Im Sommer ist der See von Trasimeno wunderschön und vor allem sehr friedlich. Francesco von Assisi hatte sich mehrmals dort zurückgezogen.

**Datum: Montag 17.7.17 bis Sonntag 23.7.17, Anreise Montag 17.7., Abreise Sonntag 23.7. nach dem Mittag**

**Meditationszeiten: Von 10-13h und 16-19h**

**Ort: St. Anthony's Guest House Assisi, Italien**

**Kosten: 350 Euros**

**Für Anmeldung: [noself108@gmail.com](mailto:noself108@gmail.com)**

**[www.medizinbuddha.info](http://www.medizinbuddha.info)**

**St. Anthony's Guest House – Assisi, Italien**

Das St. Anthony's Guest House ist zentral gelegen zwischen der Basilica der Santa Clara und der Kathedrale San Rufino. Es empfängt seit über 80 Jahren Pilger, Familien und eine grosse Anzahl an internationalen Gruppen. Inmitten der Stadtmauern Assisis – dem Geburtsort von San Francesco und Santa Chiara – liegt das Kloster nur 3min Fussmarsch entfernt von der Piazza del Comune, dem grossen Hauptplatz in der Stadt.

Während Ihr den „Spirit of Assisi“ geniesst, laden Euch die Schwestern des Konvents ein, Ihr Haus und Ihre Gastfreundschaft zu teilen.

Jeden Morgen wird im Essraum aus dem 12. Jahrhundert mit seinen schönen, gewölbten Decken ein kontinentales Frühstück serviert. **Es stehen Einzel-, Doppel- oder Dreierzimmer mit eigenem Badezimmer zur Verfügung.**

Vom St. Anthony's Guest House geniesst Ihr einen tollen Ausblick über Assisi und das ganze Tal. Ein grosser Garten lädt zum Entspannen und zum gemeinsamen Austausch ein und gleich hinter dem Olivenhain befindet sich ein grosser Parkplatz.

**Reservationen werden unter folgender Adresse entgegengenommen:**

**Sister Sue oder Sister Alessandra: [atoneassisi@tiscali.it](mailto:atoneassisi@tiscali.it), 0039-075-812-542**

**<http://www.graymoor.org/italy/>**

**St. Anthony's Guest House**

**Via Galeazzo Alessi, 10**

**06081 Assisi (PG) Italy**