



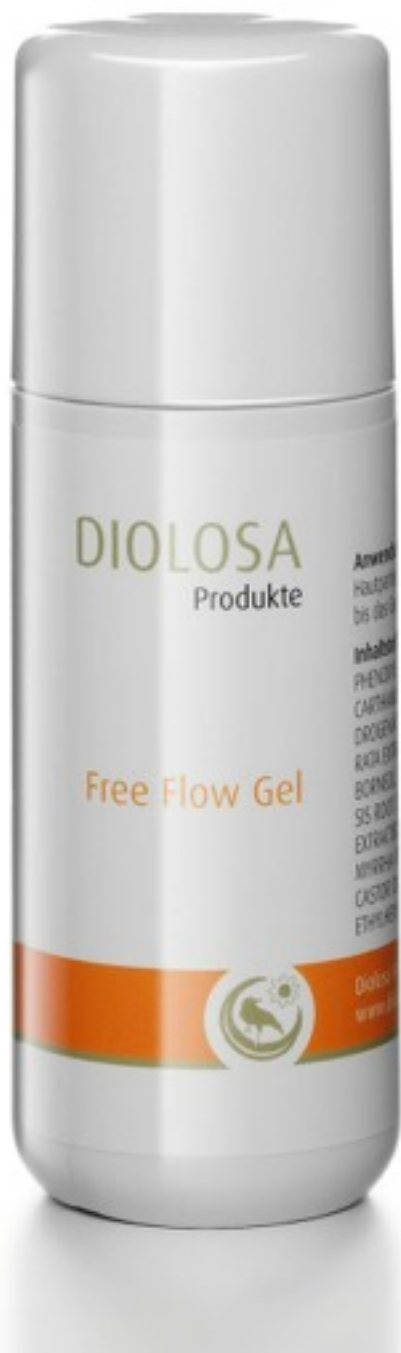
AVICENNA NEWS OKTOBER 2014



SAUNA UND DAS YANG

Meine erste intensive Erfahrung mit der Sauna Tradition erfuhr ich in den Anfangsjahren als ich in Deutschland lebte. Ich fand es unglaublich ungemütlich in einem Holzkasten zu sitzen, dies bei über 90 Grad und mich dabei entspannen zu sollen und fragte mich, ob es überhaupt gesund sein kann den Organismus solchen Strapazen auszusetzen?

Dann kam die Welle der Bio-Sauna mit unterschiedlichen Lichtfrequenzen und sogar Musik, bei einer gemütlichen Hitze von 60 Grad, welche den Körper



langsam mumifizierte. Dies gefiel hauptsächlich Frauen und Männern mit Yang Mangel, um sicher zu stellen, dass diese gemütliche Hitze die Yin Ebene des Körpers erreichen kann.

Aus Sicht der TCM, fügt Sauna dem Körper kein Yang zu, sondern leitet das Yang über die Poren aus. So gesehen, wirkt Sauna Yang ausleitend und eignet sich nur für Menschen mit tiefem Haaransatz, starker Augenbrauen-Wölbung, kurzen Beinen, langen Armen..... ich meine hiermit: Sauna eignet sich nur für Fleisch-Esser Personen der Blutgruppe O, bei denen die Gene direkt auf die Neandertaler zurückzuführen sind.

Das Wei Yang, welches seinen Ursprung in den Nieren hat, bewegt sich sofort an die Oberfläche um den Organismus vor diesem Feuer Angriff zu bewahren - Yang gegen Yang - und verlässt damit die Tiefe des Körpers. Zusätzlich werden die kostbaren Säfte an die Oberfläche gebracht um diese zu kühlen. Dieser Zustand ist nach der Lehre des Wen Bing Lun mit einem Qi Fen und Ying Fen Zustand zu vergleichen und ist in sich nicht gesund.

Nur Personen mit zu viel Yang Qi und vor allem Feuer und Blut Hitze sollten sich diesen Spaß gelegentlich erlauben! Aber niemals Personen mit Yang Mangel, innerer Kälte und Blut Mangel, weil diese Therapie das Yang Qi über die Poren ausleitet und die Flüssigkeiten austrocknet. Eigentlich ist Sauna nur für Fleisch-, Wurst-, Schinken-, Meeresfrüchte Esser und Weintrinker geeignet. Hingegen medizinisch überhaupt nicht sinnvoll für Vegetarier, Veganer und Rohkost Esser.

Es ist erstaunlich zu sehen, wie viele kalte Konstitutions Typen, vor allem Vegetarier und Veganer in die Sauna gehen, mit der Idee - ihr Yang dadurch aufzubessern. Zumindest glauben sie, dass es so funktioniert. Das gefährliche an der Bio Sauna ist, dass man viel länger darin sitzen bleibt und anschließend kalte Getränke und Nahrungsmittel zu sich nimmt.

Das kalte Duschen nach der Sauna

Nach der Sauna wird meist sehr kalt geduscht. Da die Poren jedoch durch das Schwitzen und die Wärme geöffnet sind, besteht die Gefahr, dass der Feuchte Kälte PE (kaltes Wasser) in die Meridian Struktur eindringt und eine sehr schmerzhaft Form von Rheuma (Bi Syndrom) auslöst.

Ich kann mich an eine Patientin aus Süddeutschland erinnern, die aufgrund eines sehr schmerzhaften rheumatischen Schubs, entlang des Magen Meridians zu mir kam. Sie sagte, dass sie regelmäßig in die Sauna ginge und vor allem kalte Abgüsse nach Pfarrer Kneipp zu machen pflegte. Genau dort auf den Beinen waren auch die Schmerzen, entlang dem Magen TMM lokalisiert. Die Therapie war schwierig, da die Kälte bereits bis in die Knochenstruktur eingedrungen war bzw. es war ein Knochen Rheuma (Gu Bi Syndrom).

Falsches Essen und Trinken nach der Sauna

Oft werden nach der Sauna Säfte oder kalte Getränke oder sogar Bier getrunken und damit dringt noch mehr Kälte über den Yang Ming in den Körper ein (Verdauungstrakt) und verletzt damit die Extraktions und Transport Funktion der Mitte bzw. die Milz und kühlt im weiteren das Nieren Yang und das Xue ab.

Sauna und der immunstärkende Effekt

Sauna wird als ein Immunität stärkendes Verfahren empfohlen, was es jedoch nicht ist, weil das Wei Yang über die Poren passiv ausgeleitet wird (die aktive Methode wäre ein Kräuterdekot wie Ma Huang Tang oder Gui Zhi Tang zu trinken).

Eine kleine Rückschau über die Geschichte der Sauna zeigt uns, dass diese Gewohnheit ursprünglich für Wurst-, Fleisch- und vor allem Fisch Esser aus dem Norden erfunden wurde. Da Kälte die Poren verschließt (Trigramm KAN) um das Yang Qi zu bewahren (bei Minus 30 Grad), können die Toxine (aus dem tierischen Eiweiß) nur Bruchteil mäßig über die herkömmlichen Ausscheidungswege ausgeleitet werden (Urin und Stuhlgang).

Die Aufgabe der Sauna (unter solchen Lebensbedingungen im kalten Norden) war es, die Toxine aus dem XUE FEN (vor allem Fisch Toxine), an die Oberfläche zu bringen und über die flüssige Manifestation des Wei Qi durch die Poren auszuleiten. Zusätzlich vertreibt Schwitzen Kälte PE, die während des Alltag in die Meridian Struktur eingedrungen sind.

Die Luft Feuchtigkeit in einer Sauna ist auch entscheidend, da sonst das Lungen Yin zu schnell verletzt werden könnte und verhindert, dass die Körpersäfte geschädigt werden. In der sogenannten „Bärenhöhle“ (über 90 Grad) reicht die Luft Feuchtigkeit selten aus und die Körpersäfte werden dadurch sehr strapaziert. Solch ein Verfahren ist nur verträglich für Personen mit Yang Konstitution und/oder Blut Hitze (Wikinger) und keinesfalls verträglich für Personen mit niedrigem Blutdruck (Blümchen).

Interessante Informationen aus Wikipedia – mit Interpretation

„Das Saunieren soll vor allem der Abhärtung gegen Erkältungskrankheiten dienen und kann auch bei einigen Erkrankungen als therapeutische Anwendung genutzt werden, beispielsweise bei Störungen des vegetativen Nervensystems. Es ist jedoch unklar, ob diese Effekte jemals in einer medizinischen Studie nachgewiesen wurden.“

Erläuterung

Der wahre Schutz gegen Erkältungskrankheiten bzw. Feng Shi Han PE ist nicht das passive oder künstlich ausgelöste Schwitzen, sondern vor allem das Aufrecht erhalten des WEI YANG über Ernährung, Kräutertherapie und Moxa. Jemanden künstlich in einen Zustand des Qi Fen und sogar Ying Fen zu versetzen, verletzt das Qi, die Säfte und das Blut.

Wikipedia

„Die Erhöhung der Körpertemperatur auf bis zu 39 °C[2] während der Schwitzphase (künstliches Fieber) bewirkt innerhalb des Körpers dasselbe, was auch ein echtes Fieber bewirkt, nämlich eine Zerstörung von Krankheitserregern durch erhöhte Temperatur“.

Erläuterung

Künstlich erzeugtes Fieber (Qi Fen oder Yang Ming Syndrom), verletzt das YANG QI und vor allem das Yin. Dieses therapeutische Verfahren ist nur für Personen mit ausreichenden Reserven (Fieber Therapie bei Krebs) und nicht für Menschen mit Yang oder sogar Qi Mangel (Hypotonie, Hypothyreose usw.) geeignet.

Wikipedia

„Die Abfolge von Hitze mit dem anschließenden Kaltbad entspannt die Muskulatur und hat neben einigen physiologischen Effekten wie der Senkung des Blutdrucks, Anregung des Kreislaufs, des Stoffwechsels, des Immunsystems und der Atmung vor allem auch eine wohltuende Auswirkung auf das subjektive Wohlbefinden“.

Erläuterung

Sauna kann sicherlich nur die Leber oder Gallenblasen Feuer Form von Hypertonie kurzfristig beruhigen, da das Yang und die Hitze über die Poren gereinigt wird. Sicherlich aber nicht wirksam bei Hypertonie aus Yin und Yang Mangel. Eine ständige Abwechslung von Kälte und Hitze verletzt das Wesen des Shao Yang und übt keinen positiven Einfluss auf das Wei Yang aus. Dies ist vergleichbar mit dem ständigen Wechsel von Liedern beim Auto fahren – fraglich ob dies die Funktion und Qualität des Gerätes erhöht?

Ich möchte nicht das Gefühl erwecken, dass Sauna für niemanden gut sei. Ich gehe gerne hin und wieder ins Dampfbad (Hamam), da das Schwitzen mit Feuchtigkeit viel schonender wirkt. Ich nehme jedoch niemals eine kalte Dusche direkt danach, sondern immer eine warme und lasse den Körper langsam abkühlen. Anschließend trinke ich niemals kalte sondern raumtemperierte Getränke oder esse Früchte. Am Abend wird dann etwas yangiger gegessen um das Yang Qi wieder zu rekonstruieren (falls notwendig).

Die sehr kalten Abgüsse sind nichts für mich, obwohl mein Yang Qi nicht das Schwächste ist. Ich passe vor allem auf, dass keine Kälte und vor allem keine Feuchtigkeit in die Meridian Struktur eindringt.

Sauna öffnet die Leitbahnen und kann sehr schnell (so wie Ma Huang Tang), Kälte PE ausleiten. Dieses Gefühl von Leichtigkeit nach einer Sauna, hat nicht nur mit Entspannung zu tun, sondern wird vor allem durch ein Vertreiben von Pathogenen Einflüssen aus der TMM Struktur hervorgerufen. Pathogene Einflüsse (Xie Qi genannt) können jahrelang in der Meridian Struktur verweilen und warten auf eine Schwäche des Wei Qi um tiefer eindringen zu können. So gesehen, kann die Hitze oder Nässe Hitze (Hamam) die Tore öffnen und den



Fremdling hinaus befördern. Aber diese Therapie ist nur gültig, wenn anschließend keine extra Kälte, Nässe oder Eiswürfel verwendet werden.

Die Behandlung von schwerwiegenden Krankheiten mit Hitze oder Feuer ist sehr wirksam. Voraussetzung ist nur, dass der Patient ein starkes Yang und Yin Qi zur Verfügung hat, sonst könnte das Immunsystem nach der Therapie zusammenbrechen und die Krankheit das volle Kommando übernehmen (Metastasen).

Passives und Aktives Schwitzen

Sauna stellt eine Art passiven Schwitzens dar. Der Körper reagiert auf das Feuer, in dem sich das Yang Qi und die Körperflüssigkeiten an die Oberfläche bewegen.

Die aktive Form des Schwitzens wird mit scharf/warmen und sogar heißen Kräutern ausgelöst wie: ephedrae herba - ma huang, ramulus cinamomi - gui zhi, manchmal in Kombination mit zingiberis officinalis rhizoma - gan jiang und sogar lateralis aconiti carmichaeli praeparata radix - fu zi.

Wir dürfen nicht vergessen, dass das Feuer die höchste Waffe des Organismus gegen alle Krankheiten, sogar Feuer Toxine bzw. schwerwiegende Entzündungen ist. Nur um das Feuer zu beherrschen und zu leiten, bedarf es etwas mehr als nur heißer Kräuterrezepturen!

Fieber ist nicht nur eine Manifestation des Qi Fen aber auch des Xue Fen und Ying Fen und dient dazu, den Kaiser (Herz) zu beschützen und in der Pädiatrie das Ich-Wesen zu befestigen. Die Fiebertherapie und Fieber senkenden Verfahren in der TCM müssen genau studiert werden um Fehler zu vermeiden.

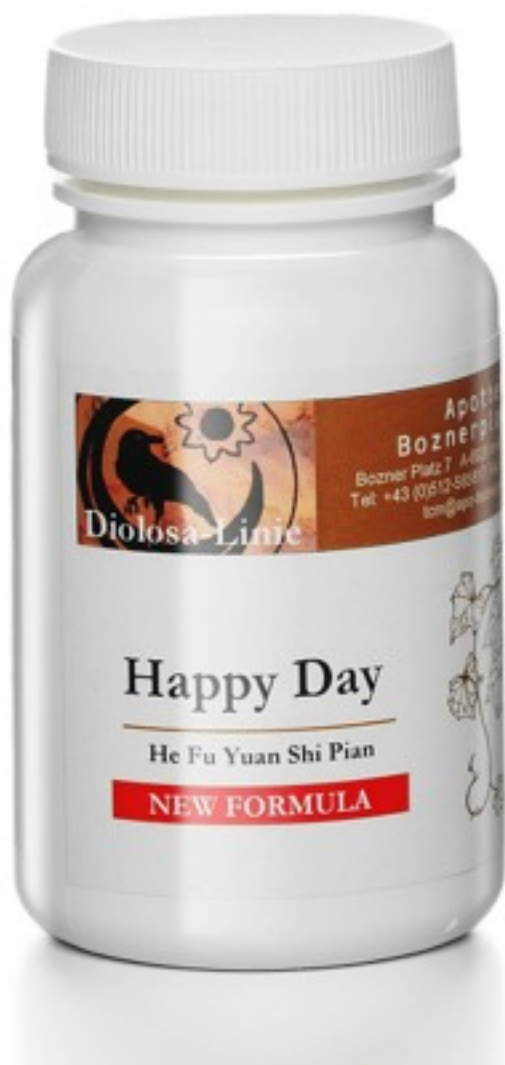
Patienten die nicht fiebern können, sind entweder nicht oder nur leicht erkrankt (der Organismus muss sein Wei Qi nicht dagegen in einem solchen Ausmaß mobilisieren) oder das Yang Qi ist viel zu schwach.

Sauna und Haut

Es wurde eine sehr interessante Feststellung bezüglich Psoriasis und Neurodermitis gemacht: das Hautbild verbessert sich nach der Sauna deutlich. Diese Reaktion bestätigt noch einmal, dass Sauna das Yang Qi und vor allem die Hitze des Xue Fen über die Poren (Wei Fen) ausleitet.

Beide Krankheiten sind vor allem Blut Hitze Krankheiten und ich habe von sehr vielen Hautkranken-Patienten gehört und gesehen, dass Sauna bis zu einem gewissen Niveau sehr hilfreich war bzw. für Hitze und Blut Hitze. Aber: OHNE YIN- oder BLUT MANGEL IM HINTERGRUND, sonst hilft die Hitze nicht mehr und ruft eher noch eine Verschlechterung hervor.

Am Toten Meere in Israel ist es nicht nur das Salz was hilft, sondern vor allem die Hitze und Luft Trockenheit. Die Haut wird im Wasser aufgeweicht und das Salz (kalt) zieht die Hitze über die Poren aus dem Gewebe und sogar aus dem Xue Fen heraus (Verbindung zwischen – Xue Fen – Haut und Wasser Element = Salz). Die starken Sonnenstrahlen dienen dazu, dass der Patient sich in der AKUTEN Phase besser fühlt oder sogar geheilt wird. In der chronischen Phase hilft diese Therapie leider nicht mehr sondern verschlechtert das Hautbild, da das Yin nicht mehr ausreichend ist.



Es ist immer wichtig zwischen einer Fülle und Leere zu unterscheiden um die Entwicklung einer Krankheit zu verstehen.

Ich erinnere mich an einen Patienten mit Krebs der zu mir nach Wien kam und nach meiner Diagnostik sagte, dass er jetzt noch keine Kräuter einnehmen möchte, da er kurz vor einer 6-wöchigen Saftkur in Amerika stand. Der Patient erhoffte sich sehr viel Erfolg und angeblich sprachen die Statistiken für sich. Der Puls war dünn, kurz, leer und eigentlich sehr schwach. Ich riet davon ab, da ich aus Erfahrung wusste, dass eine Saftkur über einen so langen Zeitraum durchgeführt, schnell das Yang Qi verletzen kann.

Nach 6 Wochen sah ich den Patienten wieder und er meinte, dass es tatsächlich ein grosser Fehler war – es war jedoch zu spät, denn die Metastasen hatten sich bereits überall verteilt. Die selbe Saft Kur hätte sicherlich Erfolge erzielt bei T-Bone-Steak Essern. Bei diesem Patienten löste die Kur jedoch einen Zusammenbruch des Immunsystems (Yang Qi Xu) aus und die Krankheit gewann die Oberhand.

Kurz zusammen gefasst: Sauna ist wundervoll - aber nicht für jeden!
Jedoch bitte nicht vergessen, sich
lauwarm anstatt kalt zu duschen und hinterher etwas warmes zu Essen
und zu trinken.



WARUM WACHEN KLEINKINDER OFT AUF

- 1- Beziehungskonflikte vor-, während und nach der Schwangerschaft = Ängste
- 2- Krankheiten wie: Bauchschmerz, Blähungen etc.
- 3- Reflexe des PO: Hungergefühl, Durst etc.
- 4- Manifestationen des Hun – GUI bzw. die GUI setzen sich frei

Das Speicherbewusstsein des neugeborenen Kindes

Das Speicherbewusstsein eines Kindes ist nicht unbefleckt wie meist behauptet wird, sondern enthält alle Informationen aus den vorherigen Inkarnationen, der embryologischen Phase und diesem Leben.

Das Wort Inkarnation kommt aus dem lateinischen: CARNE - Fleisch. Das Wesen identifiziert sich mit dem Körper, Nahrung und nimmt Informationen auf. Das ist die verdichtende Kraft des PO.

Po erzeugt JING und HUN erzeugt SHEN

Die Bewegung von YANG (Raum) zu YIN (Körper) und die Identifikationsmuster können von Kind zu Kind sehr unterschiedlich sein.

Wesen die sich nicht mit diesem Körper identifizieren können, sterben oftmals ohne medizinischen Grund (keine Todesursache) oder haben selten Hunger, der Wachstums Prozess wie auch die Motorik und Sprache entwickeln sich langsam.

Eine Schwäche des PO übt einen negativen Einfluss auf die Produktion des JING (Metall kann das Wasser kaum füttern) aus und der Inhalt des Speicherbewusstsein wird von PO kaum kontrolliert.

Der Inhalt des Speicherbewusstsein setzt sich aufgrund einer Unterversorgung des Yin und einem Mangel an Kontrolle des Metalls frei. Die GUI (wie Mouche Volante) beflecken die Leinwand des Shen.

Schreien oder schreckhafte Reaktionen beim Aufwachen, sind ein Zeichen für eine Disharmonie zwischen HUN und PO.

Warum haben Kinder nachts Angst?

Kleine Kinder sind wie eine Leinwand bzw. eine reine Oberfläche ohne persönlich eingravierte Muster. Deshalb können sich die Ängste und Konflikte der Eltern bzw. Familie ganz leicht reflektieren und übertragen. Viele unkontrollierte Reaktionsmuster sind Spiegelungen der Eltern oder sogar Großeltern und haben mit dem Kind und seinem jetzigen Leben nicht das Geringste zu tun.

Ängste vor schreckhaften Bildern (oder was auch immer ein Kind als schreckhaft betrachtet), Alpträume, Monster, Insekten, Schlangen, Riesen, Tiere etc. sind Bilder des PO (genetische Veranlagung – zelluläre Erinnerung) und stammen häufig aus der Schwangerschaft oder einem Geburtstrauma.

Wir sollten nicht vergessen, dass CHONG MAI das Herz des Kindes mit dem Herzen der Mutter verbindet. Damit wird die Gefühlsebene der Mutter ständig auf den Embryo übertragen und von seinen Bausteinen (Zelluläres – Alaya Bewusstsein) aufgenommen.

Ängste in Kombination mit Polyurie bei größeren Kindern sind auch ein Zeichen von Konflikten in der Beziehung, wobei das Kind die Eltern als getrennt erlebt. Die Therapie beginnt hier bei den Eltern und nicht bei dem Kind.

Viele beängstigte Kinder können nur mit Licht und einer Betreuung einschlafen. Das Bedürfnis nach Licht ist ein Zeichen von Shao Yang Störung.

Vielleicht wurden die Kinder alleine gelassen oder sind nachts aufgewacht und die Eltern waren nicht zu Hause.

Ein Schock Erlebnis blockiert die Zirkulation des Shao Yang Qi und senkt das Dai Mai und Nieren Qi ab (Nyc-turie). Die plötzliche Kontraktion des Shao Yang Qi greift die Herzkanäle an und erzeugt Schleim- und utstase.

Die Behandlung mit klassischen Blut und Yin nährenden Rezepturen bleibt ohne Erfolg wenn die Kanäle des Herzens nicht durchgängig gemacht wurden und Shao Yang bleibt verschleimt. Es geht nicht darum, das Yang zu beruhigen, sondern darum, die geistige Klarheit zu fördern.



HERBST KUR

Der Herbst steht bereits fast vor uns und fordert die viel versprechende traditionelle Kur.

Im Sommer (auch wenn es dieses Jahr kein richtiger Sommer war) verlässt das Yang Qi die Tiefe (Yang Ming) und verteilt sich an der Oberfläche. Diese Bewegung von Innen nach Außen entspricht der Funktion und Symbolik des Trigramm LI. Es entsteht eine natürliche Abkühlung des Yang Ming bzw. Verdauungstraktes und wenn

nicht von Zeit zu Zeit etwas Yangiges, Aromatisches oder Eiweißhaltiges gegessen wird, kann innere Nässe und Schleim Kälte die Zirkulation des Qi im Yang Ming und Tai Yin (Lunge und Milz) beeinträchtigen. So gesehen ist Grillen im Sommer kein Fehler, sondern eine berechtigte Reaktion um die Wärme des Verdauungstraktes und damit die Resorption aufrecht zu erhalten.

Die KUR wird mit **Cleansing Nights Tablets** durchgeführt und zwar über einen Zeitraum von 12 Tagen (Erdezweige Zyklus). Der idealste Beginn ist sicherlich ein Holz Tag. Begleitend dazu kann **Cleansing Nights Tea** getrunken werden. Die Kombination von beiden Präparaten wirkt Nässe und Schleim ausleitend und schützt vor Infektionskrankheiten im Spätherbst. Es ist sehr empfehlenswert während der Kur auf Milchprodukte, Weizenprodukte, Obstsäfte und Zucker zu verzichten.

Insgesamt empfehlen wir drei Kuren pro Jahr:

- 1- Frühling: **Cleansing Days**
- 2- Herbst: **Cleansing Nights**
- 3- Zhong Liu Prophylaxe gegen Krebs: **Heaven's Protection**

Genau gesehen sind alle Kuren prophylaktische Maßnahmen um ZHONG LIU vorzubeugen und sollten spätestens ab dem 40. Lebensjahr regelmäßig durchgeführt werden. Die Frühlings Kur leitet Nässe Hitze und Toxine aus, die Herbst Kur leitet Nässe Kälte und Schleim aus und die Zhong Liu Kur verhindert Tan, Blutstau und verborgene Toxine. Die Kombination von allen drei Kuren ist unentbehrlich um schwerwiegende Erkrankungen zu verhindern oder zumindest ein Versuch, die Basis der Entstehung eines grossen Problemes zu unterbinden. Alle drei Kuren sollten immer jahreszeitlich angepasst werden. Die Zusammensetzung des Zhong Liu Präparates ist eher kalt und daher ist diese Kur eher im Spätfrühling zu empfehlen.

Hausapotheke

Jeder hat sicherlich schon einmal die Erfahrung gemacht, dass sich akute Beschwerden oft am Wochenende manifestieren. Es ist deshalb sehr wichtig, eine Notfall Apotheke bei sich zu haben, vor allem mit Präparaten für Kinderkrankheiten, WBL (Wen Bing Lun) und auch SHL (Shan Han Lun) Präparaten. Ich habe diese Präparate immer vorrätig zu Hause, da bei einer sofortigen Einnahme die Symptome bei diesen Krankheitsmustern sehr rasch unterbunden oder gemildert werden können. Trotz des schnellen Lieferservice der Apotheke Boznerplatz, können sich die Symptome bei einer Infektionskrankheit bereits innerhalb eines Tages verschlimmern und deshalb besteht die Notwendigkeit sofort zu handeln.

Neue Produkte

Es wartet ein vielfältiges Sortiment an neuen Produkten der Diolosa Linie auf Euch!

Wir werden Euch informieren, sobald diese Produkte erhältlich sind.

Folgend einige Beispiele:

1- Gingivitis und Zahnfleisch Abszess: RADIANT SMILE GEL – 25g

Ich habe dieses Präparat aus Mitgefühl für alle unter Zahnfleisch Problemen, Zahnwurzel Entzündungen und Abszess Leidenden zusammengestellt. Dieses Gel lässt sich sehr leicht auftragen und hat einen angenehmen Geschmack. Es darf auch regelmäßig bei sensiblem und entzündlichem Zahnfleisch angewandt werden. Achtung: dieses Gel ersetzt weder einen Besuch beim Zahnarzt, noch eine tägliche Zahnpflege! Dieses Präparat ist bereits in der Apotheke erhältlich.

Erläuterung

RADIANT SMILE GEL wird für die Behandlung von Gingivitis, Parodontitis und Zahnfleisch Abszess empfohlen. Dieses Gel leitet Nässe Hitze und Toxine aus, klärt Bluthitze, stoppt Blutungen, fördert die Wundheilung und lindert Schmerzen.

Dieses Präparat sollte bei akuter Entzündung mehrmals täglich aufgetragen und so lange einmassiert werden, bis der Inhaltstoff vom Zahnfleisch aufgenommen wurde.

Man sollte während der Behandlung auf Rauchen, Kaffee, Schwarztee, scharfe und heiße Gewürze, Alkohol, Meeresfrüchte und Lammfleisch verzichten.

2- Kräutertee Mischung für Schlafstörung: GOOD DREAMS – 200g

Da viele Personen gerne einen Tee vor dem zu Bett gehen trinken, habe ich diesen schlaffördernden Tee konzipiert. Diese neue Kräutermischung wird sicherlich vielen Personen dabei helfen, einen besseren und vor allem erholsamen Schlaf zu finden. GOOD DREAMS darf auch mit Deep Sleep Forte und Peaceful Nights kombiniert werden. Dieser Kräutertee wird erst ab ende Oktober erhältlich sein.

Erläuterung der APplication

GOOD DREAMS wird für die chronische Form von Schlafstörungen mit Qi Stau und einer Auszehrung des Yin, Blut und Ablösung des Yang verwendet. Dieser Kräutertee ist in seiner Komposition eine kostbare Ergänzung zu Peaceful Nights und Deep Sleep Forte tablets. GOOD DREAMS nährt das Yin, klärt Leere Hitze und Bluthitze, senkt Leber und Herz Yang/Wind ab, beruhigt SHEN und harmonisiert HUN und PO.

Dieser Kräutertee darf mehrmals am späten Nachmittag und am Abend eingenommen werden und kombiniert sich sehr gut mit Yin tonisierenden Rezepturen wie San Bao Tee und Yin Root tablets (Niere Qi und Yin Mangel). Ein Auffüllen des Yin benötigt Zeit! GOOD DREAMS sollte vor dem ins Bett gehen eingenommen werden. Eine klassische Dosierung liegt zwischen 1 bis 2 Tassen am Tag. Dieser Kräutertee ist in der Schwangerschaft erlaubt.

Um die Wirkung zu optimieren sollte auf Kaffee, Schwarztee, Grüntee, scharfe und heiße Gewürze sowie auf Alkohol verzichtet werden.

3- Veganer – Vegetarier, Rohkost und Abkühlung des Yang – RED GATE

Dieses Präparat wird sehr viele Vegetarier und Veganer erfreuen, denn Red Gate ist ein sehr guter Ersatz um das Yang und das Qi des Körpers zu bewahren und die nachgeburtliche Quelle des Jing zu stimulieren. Ich habe bei der Zusammenstellung vor allem an alle meine buddhistischen Freunde aus Nordeuropa gedacht, die aufgrund ihrer grenzenlosen Liebe für Tiere Vegetarier geworden sind und seitdem nur noch mit Wollstrumpfhose und Heizdecke meditieren. Dieses Präparat ist ein MUST für all diese Soja-Yogis. RED GATE ist bereits in der Apotheke erhältlich.

Erläuterung der APplication

Red Gate wurde für Vegetarier und Veganer zusammen gestellt. Diese Kräuter Rezeptur tonisiert das Qi des Mittleren Erwärmer, hebt das Qi, harmonisiert Milz und Magen, nährt das Blut und fördert die Zirkulation des Blutes vor allem im Oberen Erwärmer, transformiert Nässe, verhindert Nahrungs- und Qi Stagnation.

Der Patient, der zwar nicht wirklich krank ist, sich aber unwohl fühlt (trotz biologischer Nahrung), sollte durchgehend zu seiner Ernährung 3 x täglich 4 bis 6 Presslinge einnehmen um das Qi des Mittleren Erwärmers zu schonen.

Red Gate darf mit Fenchel-, Anis-, Kümmel- oder einem leichten Ingwertee eingenommen werden. Dieses wundervolle und hochwirksame Präparat ist das geeignete Tonikum vor allem während der Winterzeit, da es auch das Immunsystem tonisiert.

Der Patient solle auf Rohkost, Kaffee, Schwarztee, Grüntee, Milchprodukte, Zucker, Fruchtzucker, Honig, Kohlenhydrate vor allem Weizen, Dinkel und Grünkern, Früchte, Fruchtsäfte, Südfrüchte, Vitamin C Präparate, Pfefferminztee, Kamillentee, Maishaartee, Grünen Salat, Tomaten, Gurken, Auberginen, Kartoffeln, Endivien, Getreide Kaffee und Chikoree verzichten.

Diese Nahrungsmittel verletzen das Yang und das Qi des Körpers und erzeugen innere Kälte.

Zudem ist es sehr wichtig, Nahrung warm zuzubereiten und aromatische Kräuter beim Kochen zu verwenden. Wir würden auch empfehlen einen TCM Ernährungsberater aufzusuchen, der eine individuelle Diagnostik erstellen kann.

4- Magersucht – REVELATION

Für Freunde und Patienten die unter dieser Krankheit leiden, habe ich dieses sehr hilfreiche Präparat zusammengestellt, welches die Überfunktion des konzeptuellen Geistes beruhigen kann. Revelation ist kein Beruhigungspräparat im üblichen Sinne, aber es klärt die Kanäle des Herzens und kann den „Denker“ ruhig stellen. Nach dem Motto: „man muss nicht alles verstehen um glücklich zu sein!“. Diese Pathologie ist sehr ernst zu nehmen und sollte baldmöglichst vor allem bei kleinen Kindern erkannt werden. Magersucht ist der Zwillingbruder von Autismus. Dieses Präparat ist bereits in der Apotheke erhältlich.

Erläuterung der APplication

Revelation wurde für die Behandlung von Magersucht kreiert und dient vor allem dazu, das Körpergewicht zu bewahren. Dieses wundervolle Präparat ist Kalorien frei, enthält weder Zucker, Süßstoff noch Laktose und kann ohne Bedenken über einen langen Zeitraum eingenommen werden. Revelation verschönert die Haut, tonisiert das Qi, nährt das Blut und die Körperflüssigkeiten, harmonisiert die Verbindung zwischen Himmel und Erde, klärt die subtilen Kanäle des Herzens und befestigt PO.

Der Patient sollte durchgehend zu seiner Ernährung 3 x täglich 4 bis 6 Presslinge zu sich nehmen um das Qi des Mittleren Erwärmers zu schonen und um das Körpergewicht zu bewahren.

Es ist sehr wichtig, auf kalte Speisen und Getränke zu verzichten. Wir würden auch empfehlen einen TCM Ernährungsberater aufzusuchen, der eine individuelle Diagnostik erstellen kann.

Revelation kombiniert sich sehr gut mit andere Tonikum wie:

Animal Soul Gate (Po Minus), Intelligent Lodge (Yi Plus), Peaceful Nights (Insomnia) Sea of Qi (Hypotonie), Yang Root, Warming the Root oder Rinchen Tee um das Yang zu wärmen, Iron Drops (Blutarmut), Yin Root und San Bao Tee (Jing Mangel), Regeneration (tonisiert die 5 Wurzeln des Körpers), Vitality (Qi und Blut Mangel).

5- Darmflora – Spätfolge von Antibiotika – GOOD EARTH

Dieses Präparat ist extrem wichtig weil es die Funktion von Yang Ming und Tai Yin nach einer antibiotischen Behandlung wieder herstellt. Es ist hier nicht die Rede von einer Darmsanierung, da der Darm durch das Medikament bereits zu genüge saniert wurde! Uns geht es vor allem darum, die Funktion bzw. Transport- und Extraktionsfähigkeit des Tai Yin und Yang Ming wieder anzuregen. Meiner Meinung nach, gehört dieses Präparat mit zu den wichtigsten Präparaten der Diolosa Linie und sollte sofort nach einer Antibiotischen Behandlung verabreicht werden. Wir empfehlen eine Einnahme über eine Dauer von mindestens 12 Tagen.

Dieses Präparat ist bereits in der Apotheke erhältlich.

Erläuterung aus dem APplication

GOOD EARTH wird für die Spätfolgen von Antibiotika verwendet bzw. bei Allergie, Durchfall und Immunschwäche. Dieses Präparat tonisiert das Qi der Milz, transformiert innere Nässe, regt die Nahrungsresorption an, regeneriert die Darmflora, tonisiert das Immunsystem und lindert Durchfall. Es werden 3 x 3 bis 6 Presslinge am Tag empfohlen für einen Zeitraum von mindestens 15 bis 30 Tagen. Bei diesem Präparat gibt es keine Kontraindikation während der Schwangerschaft.

Der Patient sollte auf kalte Speisen und Getränke, Zucker, Milchprodukte, Yoghurt, Zitrusfrüchte, Kaffee und Säfte für 30 bis 120 Tage verzichten. GOOD EARTH lässt sich sehr gut mit Life Energy für Milz Qi und Blut Mangel, mit Vitality für Auszehrung von Qi und Blut, mit Yang Root, Warming the Root, Rinchen Tee bei Nieren Yang und Qi Mangel kombinieren.

Die TCM Darm-Sanierung bezieht sich vor allem auf Feuchte Hitze, Toxine, Nahrungsstagnation, Tan Ablagerung und Blut Stau. Nach einer Antibiotika Behandlung ist der Darm schon ausreichend saniert worden und es besteht nicht die geringste Notwendigkeit noch mehr ausleitende Verfahren einzusetzen. Sondern die Darmflora sollte regeneriert werden, die Nahrungsresorption gefördert und das Qi der Mitte, die Resorption und Nahrungsaufnahme möglichst tonisiert werden, um Durchfall oder Nahrungsstagnation mit sekundärer Nässe Hitze und Toxine Ansammlung zu vermeiden. Dies ist die eigentliche Funktion von Good Earth - welches sich sehr von Quick- und Slow Belly Movement unterscheidet, da diese Präparate auflösend und nicht rekonstituierend bzw. tonisierend wirken.

Wir sollten nicht vergessen, dass Antibiotika das Qi der Mitte und oft das Yang der Nieren verletzen, da ihre Energie sehr kalt ist und dadurch sekundäre Nässe begünstigt werden kann. Good Earth ist in diesem Zusammenhang sehr wichtig um die nachgeburtliche Quelle des Qi und Jing zu kultivieren.

Die Diolosa Sport Linie

Es wurde mir immer öfter die Frage gestellt, ob es nicht möglich sei ein ganzes Sortiment an Präparaten für Sportler zu erstellen. Bisher hatten wir nur ein einziges wundervolles Präparat: Iron Man und viele Leistungssportler sind sehr zufrieden mit diesem Produkt, teilweise sogar ganz begeistert. IRON MAN belebt vor allem Yang und Qi und verhindert Verletzungen des Bewegungsapparates.

Inzwischen sind viele andere Präparate in Bearbeitung und schon bald wird ein ganzes Sortiment an Präparaten für Sportler erhältlich sein. Eine große Überraschung für Viele! Diese neue Linie deckt die gesamte Sport Medizin bzw. die wichtigsten Verletzungen ab, fördert das Training und dient als Vorbereitung für Meisterschaften.

Wir dürfen nicht vergessen, dass alle chinesischen Sportler vor der Olympiade mit Kräuterrezepturen in hochform gebracht wurden. Sehr auffallend war vor vielen Jahren die koreanische Fußball Mann-

schaft - die in unermüdlicher weise wie ein junges Kaninchen bis zum letzten Augenblick durch das Fussballstadium hüpfte. Wie jeder weiß, ist Korea ein sehr wichtiger Produzent von Rotem Ginseng!



FORTBILDUNGEN

**Sehr wichtige Fortbildungen für Profis und
Kräuter Kenner in Zürich:**

1.) 25.–28.10.2014

Die Herzessenz der Pharmakologie: Verschreibung und Dosierung

Anhand von klinischen Beispielen werden unterschiedliche Verschreibungsstrategien unterrichtet. In der Antike wurde für die Zusammensetzung einer Rezeptur und deren Dosierung die Kriegsstrate-

gie zum Vergleich herangezogen.

In diesem Seminar werden die Vorzüge des dynamischen TCM Mind-Mapping als Tragfläche der Verschreibung verwendet.

2.) 04.–07.12.2014

Himmel und Erde vereinigen: Akupunktur und Pharmakologie Erstmals wird Claude die Verbindung zwischen Pharmakologie und Akupunktur unterrichten. Jede Rezeptur und jedes einzelne Kraut spiegelt sich in einem Akupunkturpunkt oder einer Punkte Kombination. Die Punkte Kombinationen können der Verschreibung so angepasst werden, dass der Heilungsprozess beschleunigt wird. Anhand von klinischen Beispielen wird die Punkte- und Rezeptur Auswahl aufgezeigt und erläutert.

3.) 28.02.–03.03.2015

Die Botschafter der Pharmakologie

Die Botschaftskräuter übertragen eine Information an den gewünschten Ort, bzw. an den erkrankten Körperbereich. Gemeinsam mit der Dosier-Kunst bilden die Botschaftskräuter das Geheimnis der Pharmakologie. In diesem Seminar werden alle Botschaftskräuter, Botschafts-Zubereitungen (Pao Zhi) und die Botschafts-Kombinationen unterrichtet.

Free Flow Gel und Light Legs

Ab jetzt ist unsere neue Produktion von Gelen erhältlich. Die Spender enthalten neuerdings 150 ml anstatt nur 100 ml wie bisher. Der Preis bleibt jedoch gleich.

Ina und ich wünschen Euch allen einen wunderschönen Herbst

Herzlichst Euer Claude & Ina

Assisi, den 30.09.2014