



## Synergien zwischen Ost und West

Von Mankau Verlag

Erstellt am 3 Jun 2013 - 10:29

„Heiltees für Körper, Geist und Seele“ bietet 304 heilsame Rezepturen aus den traditionellen Heilkulturen Chinas und Europas

Gemeinsam mit dem Apotheker und Heilpflanzen-Experten Jürgen Klitzner hat der TCM-Arzt Prof. (Univ. Yunnan) Li Wu jetzt ein Buch veröffentlicht, das die Erkenntnisse der Traditionellen Chinesischen Medizin mit der europäischen Kräuterheilkunde verbindet. Dabei haben sie festgestellt, dass sich chinesische und europäische Heilkräuter nicht nur ergänzen, sondern sich ihre Wirksamkeit sogar steigern lässt. Anhand von typischen Beschwerden und Symptomen werden die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten der Rezepturen vorgestellt. So ist ein hilfreicher Ratgeber für eine natürliche Heilbehandlung mit den Früchten beider Kulturen entstanden.

Tee als Heilpflanze, später auch als Genussmittel

Die Ursprünge des Tees sind zweifellos in China zu suchen, wo der Teestrauch *Camellia sinensis* zunächst als Heilpflanze genutzt wurde, bevor man ihn etwa ab dem 1. Jahrhundert auch als Genussmittel schätzte. Der Anbau verbreitete sich ausgehend von den Klöstern immer weiter, sodass der Tee zunächst nach Korea und Japan, erst Anfang des 17. Jahrhunderts schließlich nach Europa gelangte. Bereits früh ging mit dem Teegeuss eine eigene Teekultur einher, angefangen mit den Teezeremonien in China, deren Rituale später in Japan noch weiter verfeinert wurden. Auch in Europa wird Teetrinken noch heute mit Ruhe und Entspannung assoziiert – ein bedeutender Aspekt, der die heilende Wirkung durchaus verstärken kann.

Jahrtausendealte Heilpflanzen-Tradition in China

Auch in der westlichen Kultur haben sich unsere Vorfahren schon immer der Natur bedient, um ihre Kranken zu heilen oder ihr Wohlbefinden zu verbessern – und das vor allem durch pflanzliche Heilmittel. Es ist den Mönchen und Nonnen zu verdanken, dass eine systematische Auflistung der Heilkräuter stattfand und die Bandbreite und Genauigkeit ihrer Wirkungen spezifiziert und erweitert wurde. Trotz der Fortschritte und Erfolge der so genannten Schulmedizin hat die Natur ihren wichtigen Stellenwert in der Geschichte des Heilens nach einer kurzen Phase des Verdrängens wieder zurückerobert. Dank dieser Öffnung zu alternativen Heilmitteln gelangten im deutschsprachigen Raum auch asiatische Heilmethoden immer mehr in den Fokus der Ratsuchenden – und mit ihnen Heilpflanzen, deren Anwendung in China eine jahrtausendealte Tradition hat.

Heiltee-Rezepturen für verschiedene Beschwerden

Mit „Heiltees für Körper, Geist und Seele“ gibt es jetzt die Möglichkeit, die richtige Rezeptur für die verschiedensten Beschwerden zu finden. Eine ausführliche Beschreibung der häufigsten Symptome bei Erwachsenen und Kindern zeigt dem Leser, welche Mittel aus der chinesischen und europäischen Pflanzenapotheke am besten helfen. Zusammen mit übersichtlichen Pflanzensteckbriefen, praktischen Anweisungen zur Dosierung und Einnahme sowie Bezugsquellen steht so einer natürlichen Heilbehandlung mit den vereinten Kräften beider Kulturen nichts mehr im Wege.

Buch-Tipp:

Prof. TCM (Univ. Yunnan) Li Wu / Jürgen Klitzner: Heiltees für Körper, Geist und Seele. 304 wirksame Rezepturen aus den traditionellen Heilkulturen Chinas und Europas. Mankau



Verlag, 1. Aufl. Mai 2013, 17,95 € (D) / 18,50 € (A), Klappenbroschur, durchgehend farbig, 222 S. ISBN 978-3-86374-089-4.

Link-Empfehlungen:

Informationen zum Buch "Heiltees für Körper, Geist und Seele“:

<http://www.mankau-verlag.de/verlagsprogramm/gesundheit/li-wu-prof-tcm-kl...> [1]

Zur Leseprobe im PDF-Format:

[http://www.mankau-verlag.de/fileadmin/mankau-verlag/Leseproben/Li\\_Wu\\_Kli...](http://www.mankau-verlag.de/fileadmin/mankau-verlag/Leseproben/Li_Wu_Kli...) [2]

Mehr zum Autor Prof. TCM (Univ. Yunnan) Li Wu:

<http://www.mankau-verlag.de/autoren/autoren-f-p/li-wu-prof-tcm-univ-yunn...> [3]

Mehr zum Autor Jürgen Klitzner:

<http://www.mankau-verlag.de/autoren/autoren-f-p/klitzner-juergen/> [4]

Zum Internetforum mit Prof. TCM (Univ. Yunnan) Li Wu:

<http://www.mankau-verlag.de/forum/forum.php> [5]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 03:12):** <http://medkom24.eu/node/17772>

**Links:**

[1] <http://www.mankau-verlag.de/verlagsprogramm/gesundheit/li-wu-prof-tcm-klitzner-juergen-heiltees-fuer-koerper-und-geist/>

[2] [http://www.mankau-verlag.de/fileadmin/mankau-verlag/Leseproben/Li\\_Wu\\_Klitzner\\_Heiltee\\_Leseprobe.pdf](http://www.mankau-verlag.de/fileadmin/mankau-verlag/Leseproben/Li_Wu_Klitzner_Heiltee_Leseprobe.pdf)

[3] <http://www.mankau-verlag.de/autoren/autoren-f-p/li-wu-prof-tcm-univ-yunnan/>

[4] <http://www.mankau-verlag.de/autoren/autoren-f-p/klitzner-juergen/>

[5] <http://www.mankau-verlag.de/forum/forum.php>