

chW *Scriptum*

Ayurveda – TIM, die Traditionelle Indische Medizin



chW wissenschaftliches Begleitmaterial

© chW 2022

chW c.hinterseher *Wissen!*

www.c-hinterseher-wissen.com

info@c-hinterseher.de

Christoph Hinterseher

Preysingstraße 1

81667 München

Tel.: 089-4411 85 38



Inhaltsverzeichnis

Ayurveda – TIM, die Traditionelle Indische Medizin	1
Ayurveda – TIM, die Traditionelle Indische Medizin Teil 1	4
Herzlich Willkommen bei chW und in diesem Scriptum	4
Allgemeiner Teil	4
Ein erster Einblick in ayurvedische Mittel	5
Wertige PPG-Creme mit Gotu Kola-Zusatz aus dem Hause chW	6
„Ayurveda“, was bedeutet dieser Begriff?	8
(Medhya-)Rasayana, die Heilspeise Indiens	10
TIM in der Nutztiermedizin	13
Triphala	14
Shatavari	15
Ashwagandha	15
Schizandra	16
Spezieller Teil	16
Triphala	16
Ayurveda – TIM, die Traditionelle Indische Medizin Teil 2	20
Vorspann und Rückblick	20
Shatavari	21
Ashwagandha	25
Schizandra	31
Ayurveda – TIM, die traditionelle Indische Medizin Teil 3	33
Schizandra (Teil 2)	33
Astragalus	35
Brahmi - Heiliger Wegerich	41
Tulsi, das Königsbasilikum	44
Ayurveda – TIM, die Traditionelle Indische Medizin Teil 4	46
Tulsi – Königsbasilikum (Teil 2)	46
Mangostan	49
Gotu Kola	55
Fragen & Antworten	60
chW Homepage	74
chW Newsletter	74



Ayurveda – TIM, die Traditionelle Indische Medizin Teil 1

Herzlich Willkommen bei chW und in diesem Scriptum

Ich freue mich sehr, dass Sie an dieser besonderen Reihe Ihren Gefallen gefunden haben, und werde alles dafür geben, Ihnen zu zeigen, dass das auch seine Berechtigung hat. Damit wollen wir das schöne Thema eröffnen. Herzlich willkommen zur Runde 1 der Reihe Ayurveda in 4 Teilen, die Traditionelle Indische Medizin (TIM), von, mit und aus meinem Hause. Ich hoffe, Sie haben Lust auf ausdrucksstarke Bilder und besondere ästhetische Momente sowie Spaß an diesem wirklich außergewöhnlichen Themenfeld. Ich hoffe, dass wir uns gemeinsam in eine der vielversprechendsten Medizinversionen unserer alternativmedizinischen Welt einfinden. Ich wünsche mir, dass alle damit einverstanden sind, dass wir ab jetzt und für alle Tage „Du“ zueinander sagen. Christoph ist mein Name. Denn wir brauchen diese besondere Art der Distanz beim besten Willen nicht in diesen Tagen. Hier in München gibt es einen tollen Dom mit einem kupferstarken Dach. Im Video ist eine Abbildung zu sehen. Schön ist es hier in dieser Stadt. Schön ist es aber auch, wenn wir uns nun mit der Traditionellen Indischen Medizin, TIM, auseinandersetzen. Die Traditionelle Indische Medizin, zu der ich uns alle hiermit willkommen heiße, hat etwas zu tun mit Farben, mit Geschmack, mit besonderen – bunten und außergewöhnlichen – Momenten. Ich denke, dass wir an vielem im wahrsten Sinne des Wortes einen anregenden Geschmack finden werden, an vielem dagegen auch nicht. Wir haben offenbar viele Möglichkeiten. Auch das lernen wir in dieser Reihe. Es geht nicht nur um die Medikationen selbst, nicht nur um die Supplemente, nicht nur um die Gewürzdrogen selbst, sondern auch um ihre Zubereitung. Wir wollen uns anschauen, wie daraus etwas wie eine Salbe wird. Eine Creme, eine Mazeration, eine Extraktion, eine Konzentration, eine Tinktur, ein Infusum, ein Dekokt. Die einzelne Pulverdrogen sollen dabei auch nicht zu kurz kommen. Noch viel mehr und en Detail dazu gibt es in unserem besonderen Studiengang der Pharmakognosie. Doch worum geht es denn nun hier und heute, in diesem Abschnitt Nummer eins? Was ist denn das – Traditionelle Indische Medizin, TIM? Was ist denn Ayurveda?

Habt ihr den Eindruck, dass man in besonderen Seminar- und Wellness-Etagen größerer Hotel-Einrichtungen immer etwas dort Herumstehendes, was ayurvedisch ist, trifft? Ja, nicht wahr? Da geht es um ayurvedische Massagen, um ayurvedische Erfahrungen, um ayurvedische Gewürze. Doch eigentlich weiß die Welt so wenig darüber, dass sich dahinter eine große asiatische Medizinausrichtung verbirgt. Diese ist größer und „historischer“ als die viel zitierte Traditionelle Chinesische Medizin, TCM. Wie kann denn das sein? Das weiß ich ehrlich gesagt auch nicht so wirklich, doch ich habe einen gewissen Verdacht. Den wollen wir uns so ganz allmählich nach und nach erarbeiten. Diesen und mehrere Verdachtsmomente. Damit lasst uns starten. Wir wollen einmal schauen, was ayurvedische Medizin für unsere Hunde, Katzen, Pferde und uns selbst anzurichten im Stande ist.

Allgemeiner Teil

„Am Tag des Sieges denkt man nicht länger an die Wunden, in der Todesstunde nicht länger an die Arznei.“ Eine indische Weisheit, von der ich nicht so recht weiß, ob ich sie wirklich gut finde. Ich finde es nämlich relativ sperrig. Irgendwie habe ich den Eindruck, als stelle man sich unter eine Leuchte, einen Scheffel und sagt, ja so toll sind wir gar nicht, die Medizin kann das eben. Aber ganz ehrlich, das, was wir da eben im Titelbild bereits gesehen haben, das, was das traditionelle medizinische Indien da zu tun in der Lage ist, das ist in jeder Art und Weise wirklich außergewöhnlich.