



Tibetische Medizin – Jahrhunderte altes Wissen am Puls der Zeit

Ganzheitliche Medizin aus dem Osten als willkommene Ergänzung im Westen – Österreich ist dank einzigartiger Ausbildung an der Wissensquelle

HÜTTENBERG, KÄRNTEN – Die Königsdisziplin der asiatischen Medizin findet vom Dach der Welt ihren Weg in den Westen: die Traditionelle Tibetische Medizin. Sie ist eine sehr alte Heilmethode und setzt bereits an, bevor der Körper krank wird. Mit ihrer ganzheitlichen Sicht des Menschen trifft dieses in der tibetisch-buddhistischen Kultur verankerte traditionelle Medizinsystem den Puls der Zeit. Das beweist auch das starke Interesse an einer Ausbildung für diese Heilkunde. Erstmals schließen heuer 46 nationale und internationale Diplomanden den einzigartigen Lehrgang „Grundlagen der Traditionellen Tibetischen Medizin“ im österreichischen Kärnten ab.

In einer Zeit, in der Hektik und Leistungsdruck immer öfter zu chronischen Krankheiten führen, gewinnen sanfte medizinische Methoden an Bedeutung. Die Traditionelle Tibetische Medizin gilt als Königsdisziplin der fernöstlichen Medizin, da sie auf bereits mehr als 1.300 Jahre altes Wissen aufbaut. Die Medizin vom Dach der Welt verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz und erfasst Körper, Geist, Seele und Natur gleichermaßen. Diese holistische Sichtweise ist auch für viele Österreicher eine willkommene Ergänzung zur Schulmedizin. Doch weltweit gibt es nur rund 2.000 Ärzte, die der tibetischen Heilkunst kundig sind. Einen wichtigen Beitrag für die Förderung der Tibetischen Medizin leistet das Tibetzentrum - I.I.H.T.S. in Hüttenberg, Kärnten. Hier gibt es eine europaweit einzigartige Möglichkeit, die Traditionelle Tibetische Medizin zu studieren. Erstmals werden heuer 46 Frauen und Männer aus sechs Nationen ihr Diplom „Grundlagen der Traditionellen Tibetischen Medizin“ in Österreich erwerben. Der Diplomehrgang ist einzigartig, weil das Tibetzentrum - I.I.H.T.S. das einzige Institut im Westen ist, das diesen Lehrgang anbietet, und dieser zudem von Men-Tsee-Khang, dem Tibetischen Medizin und Astro Institut Seiner Heiligkeit des Dalai Lama in Dharamsala, Indien, anerkannt wird.

Körper, Geist und Natur im Einklang

Dr. Tsering Wangdue praktiziert als Tibetischer Arzt in Zweigkliniken des Men-Tsee-Khang-Instituts in Dharamsala, Indien, und unterrichtete auch die Teilnehmer des Diplomehrgangs in Hüttenberg. Für ihn lässt sich die Besonderheit der Tibetischen Medizin von drei Seiten beschreiben: „Erstens gibt es die besondere Anforderung an den Arzt, bestimmte Eigenschaften wie Liebe und Mitgefühl für seine Patienten zu entwickeln. Zweitens ist die verwendete Medizin selbst ausschließlich aus Substanzen hergestellt, die in der Natur vorkommen, und hat damit auch einen starken Bezug zu unserer Umwelt. Und drittens gibt es in der Behandlung einen besonderen holistischen Ansatz, da Körper und Geist immer gemeinsam behandelt werden.“

Medizin beginnt mit Achtsamkeit auf die Gesundheit

Anders als die Schulmedizin wird die Tibetische Medizin dank ihres ganzheitlichen Ansatzes schon eingesetzt, bevor es um eine konkrete Krankheit geht. Denn die fernöstliche Heilkunst geht davon aus, dass die Medizin nicht nur für Kranke, sondern vor allem für Gesunde da sein sollte. Wie nach dem Motto „Jeder ist seines Glückes Schmied“ beginnt Medizin bereits



mit Achtsamkeit auf die eigene Gesundheit. Diese ist abhängig von der Balance der grundlegenden Körperenergien: Wind, Galle und Schleim. Diese drei Körperprinzipien werden mit drei Geistesgiften in Verbindung gebracht: Gier, Hass (Aggressionen) und Verblendung. Diese drei Geistesgifte bringen die ihnen zugeordneten Energien aus dem Lot, wie einen See, der über die Ufer tritt. Damit wird Krankheit in der Tibetischen Medizin nicht als etwas wahrgenommen, was von außen in den Körper dringt, sondern als etwas, was uns potenziell innewohnt – nämlich in Form der drei Körperenergien, die für Gesundheit und Krankheit gleichermaßen zuständig sind.

Heilpflanzen und Mineralien statt chemischer Substanzen

Unser Wohlbefinden auf körperlicher Ebene hängt also sehr davon ab, dass unsere energetische Ebene im Gleichgewicht ist. Und damit das der Fall ist, müssen sowohl der Körper als auch der Geist in einem ausgeglichenen Zustand sein. Daher ist ein wichtiger Teil der Tibetischen Medizin die Prävention. Durch angemessenes Verhalten vermeidet man, dass die Energieprinzipien aus dem Lot geraten. Richtige Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind daher ebenso wichtig, wie tibetische Kräuterrezepturen, um die Körperenergien im Gleichgewicht zu halten.

In der Tibetischen Medizin vertraut man auf die Wirkung von Vielstoffgemischen, die aus Heilpflanzen und mineralischen Zutaten, statt aus chemischen Substanzen bestehen. Eine Besonderheit dieser Arzneimittel ist ihre vielschichtige Wirkung. Im Gegensatz zu Monosubstanzen, welche nur auf einem Wirkstoff beruhen, bestehen die Vielstoffgemische aus vielen verschiedenen Pflanzen und Pflanzenteilen und bieten dem Organismus daher Unterstützung auf einer wesentlich breiteren Basis. Die Inhaltsstoffe sind so aufeinander abgestimmt, dass sie sich in ihrer Wirkung gegenseitig unterstützen und dem Körper ganzheitlich sanfte Impulse geben. So können nach dem Verständnis der Tibetischen Medizin die Körperenergien wieder ins Lot gebracht werden.

Tröstliche Worte und gesunde Ernährung als Teile der Medizin

Die Tibetische Medizin baut auf dem Grundsatz auf, dass alles Wohltuende Medizin ist. Deshalb geht auch der Tibetische Arzt auf besondere Art an den Patienten heran: „Ein integraler Bestandteil der Behandlung in der Tibetische Medizin ist es, die Menschen bezüglich ihrer Ernährung, bezüglich ihres Lebensstils zu beraten. Auch tröstliche, beruhigende Worte werden in diesem Zusammenhang als Medizin gesehen“, erklärt Dr. Tsering Wangdue. Er weiß, dass die Tibetische Medizin auch für jeden Österreicher einen wertvollen Beitrag zur Gesundheit leisten kann: „Wenn natürlich jemand die Einstellung hat, dass man auf seinen Körper und Geist selber nicht vorsorglich achten muss, oder wenn man sich zu sehr darauf verlässt, dass die Wissenschaft geeignete Mittel zur Verfügung stellt, um den Körper wieder zu ‚reparieren‘, dann ist das schwierig. Aber grundsätzlich kann man die Tibetische Medizin auf jeden Fall in Österreich praktizieren.“

Die Königsdisziplin findet im Westen verstärkten Zuspruch. Der Bedarf an natürlichen Heilmethoden nimmt zu – ebenso wie die Vorsicht im Umgang mit chemischen Präparaten. Die Ausbildungsmöglichkeit in Hüttenberg, Kärnten, stößt auf breites Interesse. Die ersten 46 Diplomanden sind erst der Anfang. „Aufgrund der großen Nachfrage planen wir ab Herbst 2012 die nächste Ausbildungsreihe zur Tibetischen Medizin“, sagt Lama Geshe Tenzin Dhargye, der Direktor des Tibetzentrums. Dem hochrangigen Experten für Buddhistische



Wissenschaft und Philosophie hatte Seine Heiligkeit der XIV. Dalai Lama die lebenslange Aufgabe übertragen, dazu beizutragen, Kulturen zu versöhnen und die Vision von globalen menschlichen Werten zu verwirklichen – unter anderem durch die Leitung des Tibetzentrums in Hüttenberg. „Der Erfolg unseres ersten Grundlagen-Lehrgangs beweist auch, dass die Medizin unserer Kultur erlernt werden kann und dabei die eigenen spirituellen und religiösen Wurzeln – zum Beispiel die christlichen – beibehalten werden. Das ist ein wichtiger Schritt zur Verbindung der Kulturen“, so der Lama Geshe Tenzin Dhargye.

Über den Lehrgang:

Das Tibetzentrum - Internationales Institut für Höhere Tibetische Studien (I.I.H.T.S.) ist das einzige Institut im Westen, das den Diplomlehrgang „Grundlagen der Traditionellen Tibetischen Medizin“ anbietet. Dieser wird von Men-Tsee-Khang, dem Tibetischen Medizin und Astro Institut Seiner Heiligkeit des Dalai Lama in Dharamsala, Indien, anerkannt. Zum einen gibt der Kurs einen Überblick über die so genannten Medizin-Tantras, die seit Jahrhunderten überlieferten tibetischen Texte, die der Tibetischen Medizin zugrunde liegen. Zum anderen erhalten die Studierenden ein profundes Fachwissen über die Ursachen von Gesundheit und Krankheit, die verschiedenen traditionellen Diagnosemethoden sowie die unterschiedlichen inneren und äußeren Therapien der Tibetischen Medizin.

Das Tibetzentrum - I.I.H.T.S. wurde vor dem Hintergrund der langjährigen Freundschaft zwischen Professor Heinrich Harrer, Seiner Heiligkeit dem XIV. Dalai Lama und dem Tibetischen Volk in der Heimatgemeinde von Heinrich Harrer, im kärntnerischen Hüttenberg, ins Leben gerufen. Das Zentrum ist ein gemeinnütziger Verein, der unter der Schirmherrschaft Seiner Heiligkeit des XIV. Dalai Lama steht. Seine Heiligkeit legt Wert darauf, dass das Tibetzentrum - I.I.H.T.S. als allgemeine Bildungsstätte für tibetische Religion, Philosophie und Wissenschaft geführt wird, die nach allen Seiten hin und für Interessierte aller Religionen und Weltanschauungen offen ist.

Rückfragehinweis:

Tibetzentrum – I.I.H.T.S. (www.tibetcenter.at) – Externe Medienbetreuung:

Putz & Stingl Event, Public Relations & Werbung GmbH, Mag. Michaela Kaiserlehner, 2340 Mödling, Badstraße 14a, Telefon +43/2236/23424 oder E-Mail kaiserlehner@putzstingl.at.