



# Tibetische Medizin – neue Blüte in Russlands buddhistischem Osten



Traditionelle Heilerin: Eine der 100 Kongressteilnehmerinnen in traditioneller burjatischer Tracht. Die tibetische Medizin blüht wieder in den buddhistisch geprägten Regionen Russlands.



Dr. Dugarov ist Russlands berühmtester tibetischer Arzt.

Zu einem Austausch über die tibetische Medizin kamen vom 18. bis 20. August 2008 rund 100 Experten in Ulan Ude am Baikalsee zusammen. Die Heilkunst vom Dach der Welt erlebt gerade in buddhistischen Regionen der ehemaligen Sowjetunion einen neuen Aufschwung – mit Unterstützung aus der Schweiz.

## Text und Fotos von Andreas Hilmer

**D**oktor Chimit-Dorzhi Dugarov erwartet hohen Besuch, er trägt extra einen roten Schlips mit Pflanzenmustern. Er ist Russlands berühmtester tibetischer Arzt, und seine Tage verbringt er damit, bei den Patienten ein Dutzend unterschiedliche Pulsgruppen zu fühlen, sog. „heiße“ und „kalte“ Krankheiten zu

diagnostizieren und mit traditioneller tibetischer Medizin zu kurieren. Aber im August steht eine Abordnung der Pharmafirma Padma AG aus der Schweiz mit Tüten voller Heilpflanzen in seinem kargen Behandlungszimmer in Sibirien. Prof. Reinhard Saller, Naturheilkundeexperte aus Zürich ist dabei, Dr. Florian Überall von der

Universität Innsbruck und der Pharmazeut Dr. Herbert Schwabl.

Europas Vordenker in Sachen ganzheitlicher Medizin sind zu einer Fachtagung bis nach Ulan Ude an den Baikalsee gereist – quasi zu den Wurzeln der tibetischen Medizin. Denn vom Himalaja aus kam das Wissen vom Heilen im 17. Jahrhun-



dert über die Mongolei bis in Russlands fernen Osten. Die buddhistisch inspirierte Volksmedizin, meist von Mönchsärzten praktiziert, überlebte in Sibirien Verbote und Verfolgung und ist heute wieder weit verbreitet.

Dugarov lächelt, während er das dicke Paket öffnet: Die Pharma-Kollegen aus dem Westen haben ihm eine große Tüte reines Myrobalanenpulver mitgebracht, das ist eine olivenartige Baumfrucht. Diese pflanzliche Heilsubstanz ist unter tibetischen Ärzten ein fast als heilig verehrter Alleskönner. Auch der Medizinbuddha hält einen Myrobalanenzweig in der einen und eine Schale mit den Früchten in der anderen Hand. Myrobalane enthält, zermahlen und verarbeitet, fast alle Essenzen und alle fünf sog. Geschmacksrichtungen, die man nach dem tibetischen System braucht, um Menschen zu heilen.

„Daraus kann ich hier viele, viele schöne Medikamente herstellen,“ sagt der über 60-jährige kleine Mann mit den weißen, spitzen Schuhen und dem auffälligen Gold-Türkisring am Finger. Dugarov ist bekannt bis ins ferne Moskau. Berühmt wurde er auch durch seinen Einsatz in Tschernobyl, wo er verstrahlte Kinder mit tibetischen Kräutern behandelte. Mit besonderen tibetischen Pillen im Gepäck reiste Dugarov in offiziellem Auftrag auch in die russische Republik Kalmückien und behandelte ein Jahr lang aidsinfizierte Kinder. Zwar ließ sich das HI-Virus selbst nicht besiegen, aber bei vielen Patienten konnte das geschwächte Immunsystem wieder neu aufgebaut werden.

## Tibetische Medizin: Nische in Europa

Tibetische Medizin ist neben Ayurveda und Traditioneller Chinesischer Medizin eine der hauptsächlichen östlichen Heilrichtungen, die sich auch in Europa verbreiten. Die Basis ist eine komplexe Drei-Energien-Lehre von „Galle“, „Schleim“ und „Wind“. Es

geht darum, diese drei Energieströme im Körper ins Gleichgewicht zu bringen. Richtige Ernährung und vorsorgende Maßnahmen und Verhaltensweisen spielen eine wichtige Rolle.

Bei der Behandlung von Durchblutungsstörungen und Entzündungen, besonders bei chronischen Krankheiten, zeigt diese Medizinrichtung große Erfolge. Tibetische Pillen zeichnen sich durch besonders viele unterschiedliche Zutaten in geringer Dosierung aus. Vielstoffgemische mit bis zu 80 unterschiedlichen Kräutern werden verabreicht. Die sanften Pillen aus Pflanzen, Kräutern und Wurzeln haben kaum Nebenwirkungen.

Im Westen ist vor allem das Präparat Padma 28 bekannt. Die Padma AG in der Nähe von Zürich stellt mit 40 Angestellten jährlich 80 Millionen Pillen nach alten tibetischen Rezepturen her. 90 Prozent ihres Jahresumsatzes von sieben Millionen Euro macht der alternative Pharmakonzern mit seinem Heilmittel gegen Durchblutungsstörungen und Herz-Kreislauf-erkrankungen. „Wir sind wirtschaftlich quasi noch von Padma 28 abhängig“, räumt Forschungsleiter Dr. Herbert Schwabl ein.

In Berlin, so die Vertreter von Padma, konnte eine Frau, der noch vor Monaten das Bein amputiert werden sollte, nach Behandlung durch Padma 28 „wieder Rock`n Roll tanzen“, wie sie selber behauptete. „Aber“, so dämpft Schwabl die Euphorie, „das ist nicht etwa ein Wunder. Es ist biochemisch einfach so, dass tibetische Präparate vor allem eine Selbstheilung ermöglichen. Wir stellen seit 35 Jahren viele dieser pflanzlichen Arzneien nach tibetischen Rezepturen her. Tibetische Medizin ist eine Nische, wir haben fast keine Konkurrenz, weil die Rezepturen so schwer zugelassen werden.“

Zu recht – wie manche Kritiker sagen, die solchen alternativen Produkten nur einen aus diffuser Sympathie zu Tibet resultierenden Erfolg am Markt oder einen Placebo-Effekt unterstellen:

„Präparate werden“, so formulierte es Prof. Hans Jörg Senn, Schulmediziner aus St Gallen, „in eine Kassenzulässigkeit hineinkatapultiert“. Und verlässliche, wirklich niedergelassene tibetische Ärzte gibt es in Europa kaum. Oft behandeln asiatische Reiseärzte auf Anfrage, aber ohne Nachweis ihrer Qualifikation und am Rande der Legalität.

Die Hersteller tibetischer Präparate müssen in Europa noch immer in aufwändigen Studien nicht nur nachweisen, dass sie überhaupt wirken, sondern einzeln darlegen, wie sie das tun – und das ist bei Vielstoffgemischen meist schwer. „Aber bitte,“ wirft Herbert Schwabl ein, „niemand sollte unsere Medikamente nehmen, nur weil sie aus Tibet stammen. Besser ist zu schauen, wo wir bei dieser oder jener Indikation mit den Kräutermischungen wirklich nachweisbare Erfolge haben.“ Und dafür produziert Padma Wirksamkeitsnachweise. In der Schweiz sind tibetische Rezepturen teilweise in der Apotheke frei zugänglich, in Deutschland braucht man ein sog. internationales Rezept.

## Tibetische Heilkunst muss sich nicht mehr verstecken

Am Nachmittag erklärt Dr. Schwabl in der sibirischen Universität von Ulan Ude einhundert Forschern, wie seine Firma im Westen tibetische Medikamente herstellt. „Wir forschen teilweise viele Jahre, bis wir in Europa pflanzliche Pillen auf den Markt bringen dürfen.“ Sein Vortrag wird in diverse exotische Sprachen übersetzt, die Kongressteilnehmer kommen aus der Republik Tuva, aus Tadjikistan, Kirgisien, sogar aus China. Für ein paar Tage treffen sich am Rande des 800 Kilometer langen Baikalsees Forscher, Botaniker und Ärzte zur Konferenz über „Perspektiven und Entwicklungen der Naturmedizin“. Sie kommen von überall dort, wo Buddhisten siedeln und die



Das bedeutendste russisch-buddhistische Kloster Dazan, ca. 20 Kilometer vor den Toren Ulan Udes in Sibirien. Seit einigen Jahren leben dort wieder ca. 200 Mönche.

traditionelle tibetische Medizin noch praktiziert wird. Nur aus Tibet selbst kommt niemand. Der Kontakt ins Ursprungsland ist seit Jahrzehnten, wohl vor allem aus politischen Gründen, abgerissen. Aber das buddhistische Wissen vom Heilen blüht im Exil, in vielen Regionen und auf viele Arten wieder auf: Einer der Forscher archiviert uralte Literatur über diese Medizinrichtung in Kalmückien, der andere forscht beim kirgisischen Landvolk vergessenen Heilkräutern nach, der dritte behandelt in der weiten Steppe der Mongolei Tumore mit Kupfersulfat – auf der Konferenz dürfen alle berichten.

Jeder forscht und praktiziert aber eher einsam und abseits der restlichen Welt in seiner abgelegenen Region. Austausch und Verbindungen gibt es wenig. Umso wichtiger ist, dass man sich jetzt trifft und individuelles Wissen gerade im Westen publizieren kann. Ideen entstehen, Freundschaften werden geschlossen, Visitenkarten über den Tisch gereicht.

Im örtlichen gut ausgestatteten „Institut für Östliche Medizin“ von Ulan Ude tun 30 tibetische Ärzte ihren Dienst. Im Erdgeschoss ist die Apotheke mit Tüten und Pulvern zu kleinen Preisen. Alles, was nachweislich hilft, ist hier erlaubt. Tibetische Medizin hat rund um den Baikalsee wie auch in anderen buddhistisch geprägten russischen Regionen wie Kalmückien und Tuva oder in der Mongolei eine lange Tradition. Dugarovs vor vielen Jahrzehnten erlernte „Kunst des Heilens“ war zu Sowjetzeiten aber nicht immer erlaubt. Sie wurde verfolgt oder lange

nur im Umfeld von Klöstern geduldet. Und gleich Zentnerweise mussten die alten Schriften über „Men-la“, den Medizinbuddha, vor der Zerstörung gerettet werden. Erst seit den 1990er Jahren lockerte sich die Verfolgung, die tibetische Heilkunst kehrte aus dem Untergrund zurück.

Plötzlich ist Dr. Dugarov verschwunden. Die Konferenz plätschert mit sehr speziellen Vorträgen in unbekanntem Sprachen vor sich hin, und der heimliche Star ist unauffindbar. Denn Theorie ist seine Sache nicht, er ist ein Mann der Tat. Erst gestern, so erzählt man sich, sei er noch mit seinem klapprigen Lada umhergefahren, um ein paar Pflanzen zu suchen und Patienten zu besuchen. Dugarov ist vor allem Landarzt und war lange auch Mönchsarzt. Er murmelt Mantras bei der Herstellung der Medikamente. Auch heute rührt er noch Arzneien an.

### Tibetische Pillen, am Zürichsee hergestellt

Anders die Schweizer Padma AG, denn sie produziert im großen Stil. Tibetische Kräuter gehen vom Zürichsee auf Bestellung in die ganze westliche Welt. Als vor Jahren einmal der Dalai Lama persönlich das Padma-Labor besuchte – und auch um Segnung der Maschinen und Kräuterwaagen gebeten wurde – sprach das Oberhaupt der Tibeter sogar vom „Weltkulturerbe tibetische Medizin“, wengleich tibetische Präparate nicht gegen alle Krankheiten helfen und vor allem zur Vorsorge und zur Harmoni-

sierung der Körperenergien eingesetzt werden. „Gerade der Westen mit seinen Stresskrankheiten und chronischen Entzündungen könne da noch hinzulernen,“ so der heute 73-Jährige.

Die weltweit verbreitete tibetische Medizin ist insgesamt eine medizinisch-philosophische Ordnungslehre, die im besten Falle bewusst eingreift, bevor der Mensch krank wird, oder nach besonderen Belastungen für die Energieströme des Menschen angewandt wird: Am Baikalsee, bei Prof. Dugarov, werden z.B. auch Russlands Kosmonauten extra einquartiert – nach ihrer Zeit im All werden sie zur besseren Genesung auf der Erde mit tibetischen Rezepturen behandelt. ▀



Andreas Hilmer lebt als freier Filmemacher, Reporter und Fotograf in Hamburg (ARD, GEO, ZEIT u.a.). Er ist politischer Referent des Tibetischen Zentrums und lehrt Journalismus an Akademien und Universitäten. Hilmer beschäftigt sich seit rund 20 Jahren mit dem tibetischen Kulturraum.