

MEDICINE BUDDHA

འཇུག་སངས་རྒྱལ་སྐྱོན་ལྷན་ལྷན་



**Special Tibetan Medicine
course on Natural Herbal
Medicinal Plants and ingredients**

**By Prof. Dr Loksang
Vienna 2024**



Heilpflanzen und ihre Inhaltsstoffe

SOWA RIGPA - Traditionelle tibetische Medizin

Dr. Lobsang Shrestha bietet ein eintägiges Seminar zum Thema Heilkräuter, pflanzliche Arzneien und deren Inhaltsstoffe an, wie sie in der traditionellen tibetischen Medizin, SOWA RIGPA, zur Behandlung von unterschiedlichsten Krankheiten und Beschwerden eingesetzt werden. SOWA RIGPA ist eines der ältesten medizinischen Systeme der Welt, das auf bestens dokumentierten Traditionen beruht.

Die tibetische Medizin macht sich bei der Behandlung von Krankheiten die jeweils wirkungsvollsten Bestandteile aus der Natur zunutze - von Samen, Blüten, Blättern, Früchten und Wurzelteilen. In der Tibetischen Medizin werden etwa 80 % der Arzneimittel aus pflanzlichen Inhaltsstoffen hergestellt. Etwa 20% enthalten zusätzlich bestimmte Mineralien, Salze, Halbedelsteine und Edelsteine zur Behandlung chronischer Krankheiten.

Die Behandlung mit natürlichen und wirksamen Inhaltsstoffen basiert auf den folgenden Konzepten der Weisheit : SOWA RIGPA (Tibetische Medizin)

1. Der menschliche Körper setzt sich aus fünf Elementen zusammen.
(Raum, Luft, Feuer, Wasser und Erde.)

2. Krankheiten werden auch durch das Ungleichgewicht der fünf Elemente verursacht. (drei Bioenergien - Nyepa Sum)
3. Auch die Gegenmittel, Medikamente, Behandlungen und Therapien werden im Wesentlichen durch die fünf Elemente bestimmt.
4. Alles, was auf der Erde wächst, enthält Bestandteile der fünf Elemente und hat heilendes Potential.

Der menschliche Körper und Geist stehen in enger Beziehung und Abhängigkeit zueinander sowie zur Außenwelt, Umwelt, Klima, Ernährung, Kräuter, Bäume, Wurzeln, Salze, Mineralien, Erde, Milchprodukte, tierische Produkte, Medikamente, Höhenlagen, zum Leben im Allgemeinen.

Ziel des Seminars ist es, den KursteilnehmerInnen den praktischen Nutzen von etwa 40 verschiedenen in Europa erhältlichen medizinischen Inhaltsstoffen zu vermitteln und sie mit deren wissenschaftlichen Bezeichnungen, Wirkstoffen, Erscheinungsformen, Geschmack und Anwendungsmöglichkeiten vertraut zu machen.

Dr. Lobsang wird 24 unterschiedliche Rezepte vorstellen, zur Zubereitung von Kräutertees, Aufgüssen, Suppen, Abkochungen, Massageölen und Curry Gewürzmischungen. Diese sollen dazu beitragen, die Gesundheit zu erhalten, die Leistungsfähigkeit der Organe und des Immunsystems zu verbessern, um Krankheiten vorzubeugen und sowohl schmackhafte als auch gesunde Gerichte zuzubereiten.

Der Kurs von Dr. Lobsang soll dazu beitragen, ein Bewusstsein für gesunde Ernährung, höhere Lebensqualität und Lebensfreude zu entwickeln.

བཀྲིས་བདེ་ལེགས་

Tashi Delek

Seminartermin:

Samstag, 16. November 2024

9:00-12:30 Uhr und 14:00-18:00 Uhr

Adresse: Tibet Restaurant, 1090 Wien, Währinger Gürtel...

Seminarbeitrag: € 90

Für detaillierte Informationen

Anmeldung bei Inge Schütz, Tel. 0676 3035218 oder inge.schuetz@gmx.at



Amchi Loksang Shrestha's biography

Dr. Loksang Shrestha, born in Tibet in 1952 and left his country in 1959 after Chinese invasion. He is a teacher and doctor in Traditional Tibetan Medicine and Culture. Since 1990 he has traveled extensively to different countries in Europe, South and North America to give seminars, courses, workshops and teachings to share the vast and rich Sowa Rigpa, the unique Tibetan Medicine Wisdom to Western friends. He has long experience of both Asian and Western Cultures and Health systems for over 35 years and has many students in different countries. Presently he resides in Barcelona, Spain.