

ZUSAMMENFASSUNG



www.inter-uni.net > Forschung

Aufbau und Ablauf einer Heil- und Lehrpflanzen-Diät am Beispiel von Mestizo-Schamanen im Shipibo-Conibo-Gebiet am Rio Ucayali, Peru

Autor: Michael Wodnar

Betreuerin: Elke Mesenholl-Strehler

EINLEITUNG

Hintergrund und Stand des Wissens

In den letzten Jahrzehnten macht sich in unserer Industrie- und Wohlstandsgesellschaft ein Trend von Suchbewegungen bemerkbar, Menschen holen sich zunehmend Anleihen aus anderen Kulturkreisen. Das Vertrauen in die Schulmedizin ist immer weniger gegeben, Ängste vor Nebenwirkungen pharmazeutischer Mittel verbreiten sich, so dass im Außen nach hoffnungsträchtigen Alternativen gesucht wird.

Laut einer amerikanischen Studie (Astin 1998), sucht die überwiegende Mehrheit deshalb nach alternativen Methoden, weil diese eher Kongruenz zu ihren Werten, Glaubenssystemen und philosophischen Orientierungen gegenüber dem Leben und der Gesundheit aufweisen. Es stellt sich für viele die Frage: Was lässt sich von exotischen Kulturen und Methoden für ein besseres eigenes Leben extrahieren und übertragen?

Die sorgfältige Integration solcher uralten, sich noch selbst erhaltenden ökologisch und ökonomisch einzigartigen Medizin-Systeme könnte eine Grundlage für einen neuartigen Syntheseprozess und Bewältigungsstrategien bilden, auch weil sich Veränderungsprozesse in der Gesellschaft durch die Globalisierung beschleunigen. Die traditionelle Form der beschriebenen Heilpflanzen-Diät erscheint für die westliche Welt vielleicht auch deshalb interessant, weil sie hier ebenfalls angewendet werden könnte, indem man sie entsprechend anpasst.

Im Zuge des Fortschreitens des Zivilisationsprozesses und der damit einhergehenden Werteverchiebung und Umweltzerstörung droht selbst in diesen Regionen scheinbar ewiger Regeneration, die Jahrtausende alte Tradition der Heilkunst mit Pflanzen auszusterben. Für viele Mitglieder der jüngeren Generation erscheint der Weg heute zu mühsam, dieses Medizinsystem unter Entbehrungen zu erlernen, die Versuchungen eines komfortablen Lebens in der Stadt sind groß. Deshalb gilt es, soviel als möglich von diesem wertvollen Wissen festzuhalten, bevor es gänzlich verschwunden ist.

Literatur mit konkreten und systematischen Angaben über Diätetik bei *Curanderos* am oberen Amazonas gibt es kaum. Allgemeine Hinweise dazu finden sich bei Rätsch 1999, Luna 1987, Andritzky 1999.

Forschungsfragen

Wie sieht der Aufbau und Ablauf einer traditionellen Heilpflanzen-Diät von Mestizo-Schamanen im *Shipibo-Conibo*-Gebiet aus?

- Gibt es einen konkreten Diätplan?

- In welches übergeordnete, komplexe Medizinsystem ist die Diät als Teil eingebettet?

METHODIK

Die vorliegende Arbeit ist eine Synthese aus Feldbeobachtung, Literaturstudium und Tagebuch-Aufzeichnungen. Seit 1982 besuchte der Autor das Gebiet am *Rio Ucayali* mehrmals und lebte insgesamt über zwei Jahre in einem Pfahlbau am Rande des Dorfes *Iparia*. Die dabei gemachten Feldbeobachtungen bilden die Grundlage dieser Thesis. Durch die Beobachtung der Behandlungen von Patienten, sowie durch eigene Erfahrungen mit Heil- und Lehrpflanzen über längere Zeiträume wurde eine gewisse Systematik in der Anwendung der Pflanzen erkennbar.

In Ethnologischer, bzw. Ethnobotanischer Literatur (Rätsch 1999, 2006, Adelaars 2006, Ott 1995, Luna 1987, Taylor 2005, Narby 1998) werden Teile dieses Medizinsystems der Region ebenfalls beschrieben. Anregungen, durch eigene Erfahrung nachvollziehbarer Text-Auszüge, Zitate, sowie verifizierte Zahlen, Daten und Fakten wurden daraus ebenfalls in diese Arbeit übernommen.

Die beschriebene Diät wird auch in Europa im Umfeld des Autors in etwas modifizierter Form seit den 1980ern angewendet, woraus sich zusätzliche Beobachtungen ableiten ließen, welche hier verwertet und verwendet wurden, auch in Form des Tagebuches eines „Probanden“.

ERGEBNISSE

Es wird hier eine traditionelle Form der Diät beschrieben, welche der Autor im Rahmen seiner Feldforschung als Schüler von Don Adriano Tello kennen gelernt und selbst über mehrere Jahre praktiziert hat. Es sei erwähnt, dass jeder „Maestro“ von seinen Lehrern und Vorfahren eigene, individuelle Formen übernommen hat, diese anwendet und auch wieder weitergibt. Jeder *Curandero* arbeitet dem gemäß in seiner eigenen, spezifischen und traditionellen „Schule“, die sich ständig weiterentwickelt. Das Umfeld und der Ort selbst, wo eine Diät gemacht wird hat ebenfalls Bedeutung und sollte bestimmten Kriterien entsprechen, damit ein möglichst wirkungsvoller Ablauf gewährleistet ist. Eine reguläre Diät mit einer Heilpflanze dauert vier Wochen.

Wie schon erwähnt sind alle Heilpflanzen zugleich Lehrpflanzen, d.h., dass jeder Kranke, auch ohne es zu beabsichtigen, parallel zu seinem Genesungsprozess, gewissermaßen eine Lehre als Heilkundiger absolviert. Viele der heute praktizierenden *Curanderos* haben auf diese Weise, also über den Weg einer Krankheit, zu ihrer Berufung gefunden. Zu früheren Zeiten, so wird berichtet, verbrachten auszubildende *Curanderos* oft mehrere Jahre auf Diät, um die Wirkweise möglichst vieler Pflanzen kennen zu lernen und deren Kraft aufzunehmen zu können.

Die Basisform der vier Wochen Diät

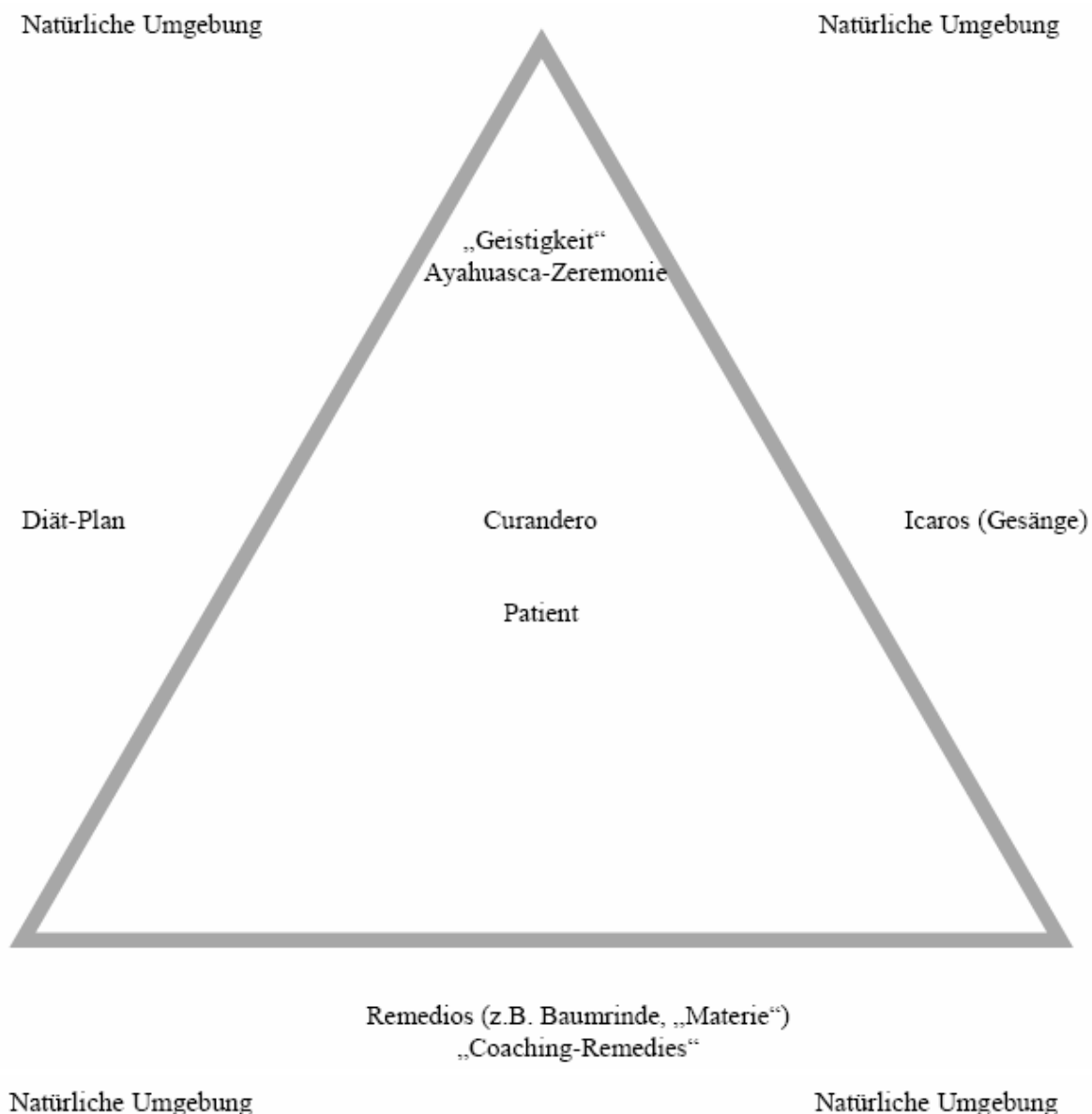
Tabelle 01, Diätplan

Woche 1	Woche 2	Woche 3 und 4	
salzlos, kein Fett, 2–3 Mahlzeiten tägl. Wasser Grüne Kochbananen „Chapo“ (pürierte Koch-Bananen) „Bocachico“ (Prochilodus nigricans, Prochilodontidae) oder „Sardina“ (Triportheus angulatus, Characidae) Europa Regenbogenforelle (im Backrohr gegart) Reis Haferflocken(brei) Reisswaffeln (salzlos) Fladenbrot (Wasser, Mehl) ev. Schafgarbentee Abschluss durch Curandero mittels „Soplada“ – Ritual „mit Rauch anblasen“ Rückzug: kein Umgang mit Feuer, außer um Tabak „Mapacho“ zu rauchen Keine Kosmetika, Seife, Zahnpasta	weiterhin kein Fett, zusätzlich jedoch Salz Maniok („Yuca“) gekocht oder gegrillt Haferflocken und Reis Europa Karotten Kartoffeln Sellerie Petersilie selbst gemachtes Fladenbrot Rückzug aufgrund Sensibilität prioritär Waschen mit Seife und Zähneputzen mit Zahnpasta erlaubt	Erleichterung der Diät – zusätzlich zur Kost von Woche 1 und 2 Pflanzliches Öl, Nüsse Früchte: Bananen, Orangen, Grapefruit, Papaya, Ananas, Zitrone etc. Fisch: Lisa, Zungaro, Sabalo, Paiche, etc. Huhn und Bangwana, Eier aus „Chakra“ (eigener Landwirtschaft) Kaffee ohne Milch, ohne Zucker Nudeln und Mehl Bohnen und versch. Gemüse (außer Zwiebel, Knoblauch, Lauch, etc.) Maniok-Bier („Masato“) in Maßen Europa Gemüse wie Karotten, Sellerie, rote Beete, Bohnen, Zucchini, Melanzani, Tomaten, grüner Salat etc. Makrobiotik: Miso, Tahin (Sesampaste), Gomasio und Tamari Biologische Margarine, Sojamilch Müesli, Rosinen, Ahornsirup Apfelmost (vergoren) Große Versammlungen, sowie Vergnügungs- und Tanzveranstaltungen vermeiden	
Über den gesamten Monat ist folgendes unbedingt zu vermeiden!			
Schweinefleisch und -fett Milchprodukte (sämtliche) Ätherische Öle (Zwiebel, Lauch, Knoblauch etc.) Extreme körperliche Anstrengungen, extreme Temperatur-Belastungen	Rotes Fleisch (Rind, Schaf, Wild) Meeresfisch (Meeresfrüchte) Scharfe Gewürze (Pfeffer, Chili,...)	Putenfleisch Medikamente Sexuelle Aktivitäten Fernsehen (eingeschränkt)	Alkohol Drogen

Zubereitungsformen und Anwendungsformen von Remedios für Diäten

Ein *Remedio* ist im Sinne eines Heilmittels der traditionellen schamanischen Diät ein Teil einer Heilpflanze, bzw. die Pflanze oder das „Wesen“ der Pflanze selbst. Es handelt sich dabei um den Bast einer Baumrinde, eine Wurzelrinde, um Blätter oder auch Blüten der entsprechenden Pflanze. Das *Remedio* wird meist zu Diätbeginn frisch zubereitet, man holt es üblicher Weise am selben Tag direkt aus dem Wald.

Wenn es sich um einen Kaltwasser-Auszug handelt, wird das *Remedio* am Morgen der Einnahme, oder am Abend davor angesetzt. Der Ansatz in Alkohol ist vor allem für die Haltbarkeit der Heilmittel gut geeignet und somit auch ein Mittel der Wahl für die Anwendung in Europa. In Alkohol angesetzte *Remedios* ändern die Diätvorschriften, sie werden während der ersten Woche jeweils abends eingenommen.

Das Medizinsystem eines Curandero – „Wirkkräfte-Dreieck der Urwaldmedizin“*Abb. 01: Wirkkräfte-Dreieck der Urwaldmedizin*

Die obige Abbildung zeigt, dass die betreffenden Personen, nämlich Curandero und Patient, sowie sämtliche dargestellten Einflussgrößen einer permanenten gegenseitigen Wechselwirkung unterliegen und ein äußerst sensibles, komplexes System generieren. Der *Curandero* steuert gemäß seiner Erfahrung die Wirkung von *Remedio* (Basis), Diät, Heilsgesängen und der *Ayahuasca* mit dem Ziel einer Heilung des Patienten. (siehe auch Abb.06, Behandlungsschema des *Curandero*)

Er wählt (eventuell im Rahmen einer *Ayahuasca*-Zeremonie, die ihn helllichtig macht, „Geistigkeit“) zunächst das ihm geeignet scheinende *Remedio* (z.B. Baumrinde als Träger-„Materie“ des Heilpotenzials) aus, welches in der traditionellen Form (Tab.01, Diätplan) vom Patienten „diätiert“ wird. Gemäß der Compliance des Patienten entfaltet das Mittel seine Heilkraft und wird gegebenenfalls noch verstärkt durch eine Teilnahme an einer *Ayahuasca*-Zeremonie nach zwei Wochen der Diät. Die während der Zeremonie angewandten *Icaros* (gebetartige Gesänge) fördern zusätzlich die Heilwirkung der Diät. Das Ordnungsprinzip von Wirkkräften der natürlichen Umgebung beeinflusst den

Heilungsprozess ebenfalls positiv, indem sich der Patient permanent in einem heilen und reinen („puro“) Umfeld befindet (rundum offener Pfahlbau).

DISKUSSION

Es gibt Medizin-Systeme in entlegenen Gebieten der Erde, welche immer noch eigenständig und unberührt von westlicher Medizin funktionieren und dort nahezu ausschließlich angewandt werden. Laut WHO (2002), *WHO Traditional Medicine Strategy 2002-2005*, kann die Weltbevölkerung ohne traditionelle Medizin nicht versorgt werden, von tragender Bedeutung ist sie für die Dritte Welt.

Die Gefährdung dieser gewachsenen und in sich geschlossenen Systeme ist insofern auch für die westliche Welt beachtenswert, weil sie, solange sie noch intakt sind, als Gesamtes oder zumindest Teile davon für uns hilfreich sein könnten.

Der Einfluss moderner, „zivilisierter“ Lebensweise verführt die Bewohner dieser Gebiete kontinuierlich dazu, ein komfortableres Leben zu führen, die Frage ist: Was muss passieren, damit in diesem Gebiet wieder Zugang zu diesen altbewährten und effizienten Systemen gefunden werden kann?

Letztlich wird aus Beobachtungen und Gesprächen klar, dass das als Überlebensstrategie des Gesamtsystems angelegte Prinzip, nämlich die „Selbstbewahrung“ des umgebenden Lebensraumes, dem Einzelnen immer noch sehr bewusst ist und als stark verwurzelte Haltung in den Menschen wirkt. Es besteht deshalb eine gewisse Hoffnung auf Selbstregulation. Viele berichten, dass sie nach nicht zufrieden stellenden Erfahrungen mit modernen, westlichen Errungenschaften sehr schnell wieder zu ihren bewährten Methoden zurückgekehrt sind.

Wenn die Beziehung der Menschen zu Natur, Pflanzen und Wald stimmt, werden sie auch Beispiel gebend darauf achten, dass ihr eigener (Über)Lebensraum nicht völlig abgeholzt und somit zerstört wird.

Ausblick

Aufgrund der Erfahrungen mit Heil- und Lehrpflanzen aus dem Amazonasgebiet leitet sich unter anderem die Frage ab: „Wie könnten sich diese überlieferten Diät-Strukturen als Begleitform bei der Einnahme von in Europa heimischen Heilpflanzen auswirken?“ Es wäre zu untersuchen, ob unter Eine für Europa zeitgemäße Wortschöpfung könnte der Begriff „Coaching-Remedies“ sein, das beobachtete Prinzip beschreibend, nämlich dass die Heilpflanzen selbst die „Coaches“ der betreffenden Person sind. Gesundheitspflege- und Vorsorge, generelle Kurskorrektur des Lebenswandels, sowie spirituelle (Neu-)Orientierung, für diese salutogenetischen Kontexte könnte diese Diät-Form hilfreich sein.

LITERATUR

ANDRITZKY, Walter (1999)

Traditionelle Psychotherapie und Schamanismus in Peru, VWB – Verlag für Wissenschaft und Bildung

ASTIN, JA (1998)

Why Patients use Alternative Medicine, Results of a National Study, JAMA 279, 1548-53

CHAUMEIL, J. y J.P. (1979)

Chamanismo yagua, Amazonia Peruana, Centro Amazonico de Antropologia

RÄTSCH, Christian (1999)

Die Regenwaldapotheke, Medizin und Weisheit der Völker des tropischen Urwaldes, Ullstein

RÄTSCH, Christian (2006)

Ayahuasca, Rituale, Zaubersäfte und visionäre Kunst aus Amazonien, AT Verlag

TAYLOR, Leslie (2006)

The Healing Power of Rainforest Herbs, A Guide to Understanding and Using Herbal Medicinals, Squareone Publishers

WORLD HEALTH ORGANIZATION, Geneva (2002)

WHO Traditional Medicine Strategy 2002-2005

[Layout vom Kolleg modifiziert]