

Schwanenpuls braucht Thymian – Traditionelle Europäische Medizin für Kinder und Jugendliche



Wenn man im Mittelalter Jugendliche gefragt hätte: „Welches Temperament hast Du denn?“, hätte man sofort eine Antwort bekommen: „Susi, Melancholikerin, Element Erde“ oder „Peter, Choleriker, Element Feuer“. Und damit sind wir mitten in der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM). Die Kräuterpädagogik der letzten Jahrzehnte hat Großartiges geleistet: Heilwissen, das lange in Kräuterbüchern schlummerte, ist heute wieder zugänglich. Gerade Kinder mit ihrem spielerischen Zugang – mehr über den Bauch, das Herz, die Hände und Füße als mit dem Kopf – erobern sich die Traditionelle Europäische Medizin im Nu: Tannenwipfelsirup, Spitzwegerichhonig, Thymiantee für alle. Allerdings kann die TEM noch viel mehr!

Menschen sind unterschiedlich

Petra hat natürlich alle möglichen Stimmungen drauf – heiter und traurig, zornig und müde –; aber insgesamt gesehen ist sie ein Luftikus: quirlig, agil, immer am Hüpfen, eben eine luftige Sanguinikerin.

Peter ist, wie gesagt, ein feuriger Choleriker. Auch er nutzt alle Stimmungsregister, aber als Grundtyp ist er fokussiert, durchsetzungsstark und ein bisschen stur.

Susi hingegen, unsere erdige Melancholikerin, ist oft nachdenklich, überrascht durch witzige Fragen, hat einen besonderen Sinn für das Schöne und ist manchmal übersensibel.

Fritz schließlich, Phlegmatiker, Element Wasser, zeigt unterschiedliche Facetten; aufs Ganze gesehen ist er cool im besten Sinne, stabil und manchmal ein bisschen antriebslos.

*So einfach ist die Temperament-
Lehre der TEM. Was aber hat das
alles mit Kräuterpädagogik zu tun?*

Traditionelle Medizinsysteme wissen, dass es darauf ankommt, dass das richtige Kind das richtige Kraut bekommt, und nutzen dafür die Elementelehre. TCM, Ayurveda und Tibetische Medizin setzen auf fünf Elemente, die TEM hingegen auf vier.

Um auf unsere vier Jugendlichen zurückzukommen

Wenn Petra einen grippalen Infekt hat, ist der oft *luftig*, will sagen, in den Symptomen wechselhaft. Ihr würde dann Holunderblütentee guttun, der öffnet und beruhigt.



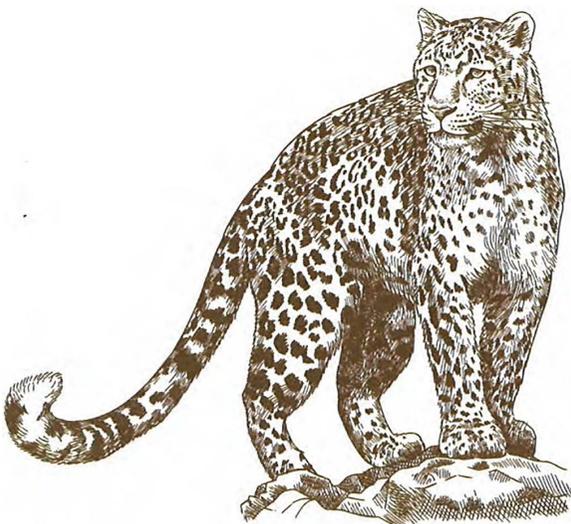
Peters Bronchitis ist hingegen meist feurig-heiß und ruft nach kühlendem Spitzwegerich.



Susi neigt zur kalten, reaktionsarmen, *erdigen* Form dieser Erkrankung und profitiert von einer Ingwerzubereitung.



Fritz schließlich entwickelt regelmäßig eine schleimig-kalte Bronchitis, Element Wasser, die eine Affinität zum hitzigen Thymian hat.



Es ist gut, in der Kräuter- und Gesundheitspädagogik kinderleicht anzufangen, mit Tannenwipfelsirup und Ringelblumensalbe. Aber Kinder werden größer, intelligenter, anspruchsvoller; und auch die kräuterpädagogischen Angebote sollten mit den Kindern wachsen. Kindern kann man die vier Elemente und Temperamente sowie die dazu passenden Heilpflanzen durch witzige Comic-Figuren nahebringen.

Jugendliche sind dann fit für einen Temperament-Fragebogen; junge Erwachsene meistern spielend die Pulsdiagnose mit Delfin-, Leopard-, Schlangen- und Schwanen-Puls.

Kein Wunder: Die TEM ist eine tierische Sache, nice, und echt cool!

- Delfin – Sanguiniker
- Leopard – Choleriker
- Schlange – Melancholiker
- Schwan – Phlegmatiker

Mehr zur Traditionellen Europäischen Medizin für Kinder und Jugendliche erfährt man von Karl Steinmetz im Zuge des Diplom-Lehrgangs zur/zum FNL Kräuter-Kinder-Expert*in an der FNL Kräuterakademie.

Ausbildungsstart ist Juni 2022.

Alle Infos dazu findest du unter:
www.fnl-kraeuterakademie.at