

# Liebe Leserinnen, liebe Leser,

bei der Tätigkeit in meiner Praxis in Asheville (North Carolina) habe ich den großen Vorteil, den Zustand meiner Patienten sowohl aus westlicher als auch aus östlicher Sicht betrachten zu können. Ich finde es faszinierend, wie diese beiden Sichtweisen sich sowohl voneinander unterscheiden als auch Ähnlichkeiten aufweisen. Für dieses Buch habe ich beide Perspektiven eingenommen und sie verbunden. Sie finden also bei den Themen Krankheitsbilder und Beschwerden sowohl die westliche Sichtweise als auch den Ansatz der Traditionellen Chinesischen Medizin.

Ich hoffe, dass Ihnen dieses Buch dabei hilft, die Traditionelle Chinesische Medizin etwas besser zu verstehen. Falls Sie bislang aber noch keine persönliche Erfahrung damit hatten, wünsche ich mir, dass Sie sich ihr nun ein wenig öffnen. Es ist eine etablierte Medizin mit einer langen Geschichte. Und sie ist erstaunlich effektiv.

Im Moment biete ich die klassische Akupunktur nach der Fünf-Elemente-Lehre an. Diese Akupunkturform legt den Fokus auf Gefühle und Geist des Patienten und führt somit zu mehr Harmonie und Balance. Ausgehend von diesen Erfahrungen habe ich die Aromatherapie hinzugenommen, damit Patienten sich und ihre Familien selbst bei der Genesung unterstützen können.

Drei Jahre habe ich bei den Gründern von »Aroma Acupoint Therapy« gelernt und daraufhin meine Aroma-Akupressur entwickelt. Ich biete diese Technik als Fortbildung hier vor Ort an, erarbeite aber gerade auch einen Onlinekurs.

Ich fühle mich als Missionarin im Gesundheitswesen und ich lehre mit ganzem Herzen. Seit meiner Kindheit habe ich mich für alles interessiert, was mir, meiner Familie und Freunden hilft, gesund zu bleiben. Auf dem College war ich Moderatorin bei unserem College-Fernsehsender, für den ich auch eine Serie namens »For the Health of It« entwickelte. Sie sollte den Studierenden vermitteln, wie sie durch ein gesünderes Leben automatisch fitter werden und bessere Noten schreiben würden. Da ich während dieser Zeit auch schon Programmplanerin bei einem lokalen Radiosender war, arbeitete ich nach meinem Abschluss zunächst bei einem großen Radiosender in Los

Angeles und schrieb für ansässige Firmen zudem Drehbücher für Videoclips sowie Werbespots mit Tipps zu Gesundheitsthemen.

Nachdem ich zwanzig Jahre in dieser Branche tätig war und bei den ganz großen Firmen mitgespielt habe (hauptsächlich, um meinen Vater zufriedenzustellen), entschloss ich mich dazu, mein Hobby »Gesundheit« zum Beruf zu machen und den Abschluss in Traditioneller Chinesischer Medizin zu erwerben. Endlich hatte ich mein Dharma gefunden. Es fühlte sich an, als käme das Wissen alter Zeiten zu mir und würde meine Sinne wach küssen. Ich konnte schnell die psycho-emotionale Situation meiner Patienten erfassen und ihnen helfen, verschiedene Perspektiven zu erkennen, wie sie die festgefahrenen Wege in ihrem Leben verlassen konnten. Mit der Fünf-Elemente-Akupunktur unterstützte ich sie dabei, trotz vieler Bäume den Wald wieder zu sehen, damit sie in der Lage waren, auch andere Entscheidungen zu treffen.

Auch wenn Akupunktur eine tiefgreifende und überaus wirksame Technik ist, ist es doch so, dass die Nadeln etliche Menschen abschrecken vor einer Behandlung. Also begann ich bei meinen Patienten, die Punkte mit Akupressur und Aromatherapie zu behandeln, und war überrascht, wie schnell es ihnen besser ging und wie gut sie die Behandlung zu Hause selbst fortführen konnten. Ich entschloss mich, Anleitungen zu schreiben, damit meine Patienten täglich an sich selbst arbeiten konnten. Die Nachfrage wuchs, ich entwickelte eine Fortbildung und beides mündete in diesem Buch.

Ich wünsche mir, dass dieses Buch Ihnen und Ihrer Familie so viel Gesundheit und Freude bringt wie meiner.