

# Einleitung

*von Babak Bahadori*

In meiner Familie wird seit Generationen Medizin praktiziert. Mein Vater, ein Allgemeinmediziner, war stets bestrebt, eine Symbiose zwischen der westlichen Schulmedizin und den Lehren der Traditionellen Persischen Medizin (TPM) herzustellen. In der Tradition der persischen Ärzte vereinte er in seiner Praxis das Wissen beider medizinischer Welten auf harmonische Weise.

Mein Großonkel war einer der ersten Absolventen der medizinischen Fakultät der Universität Teheran, die in den 1930er Jahren gegründet wurde. In seine Fußstapfen traten mein Vater und fünf weitere Onkel, und so wurden wir zur dritten Generation von Ärzten in unserer Familie. Bereits in jungen Jahren wurden wir mit dem reichen medizinischen Erbe und der immensen Verantwortung, die dieser Beruf mit sich bringt, vertraut gemacht. Meine Großmutter pflegte mit einem Augenzwinkern zu sagen: „In unserer Familie ist ein freiwilliges Medizinstudium Pflicht.“ Mir scheint, dass es in Persien nie eine klare Grenze zwischen TPM und konventioneller Medizin gegeben hat. Schon Avicenna, persisch Abū Alī al-Husain ibn Abd Allāh ibn Sinā, ehrwürdiger Meister der Medizin sowie Wegbereiter der modernen ärztlichen Praxis, schlug bereits im 11. Jahrhundert in seinen Werken eine wichtige Brücke zwischen den verschiedenen damals bekannten medizinischen Traditionen.

Dieses Buch präsentiert die integrative Vision meines Vaters, getragen von der festen Überzeugung, dass die Verschmelzung von Tradition und modernem Wissen der Schlüssel zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden ist. Wir möchten sein Vermächtnis lebendig halten. Meine Familiengeschichte ist geprägt vom Austausch verschiedener kultureller und geografischer Einflüsse. Ein wichtiger Meilenstein war die Entscheidung dreier Onkel, ihr Medizinstudium im Ausland fortzusetzen: zwei in den USA und einer, der verstorbene Sirius Parandian, in Österreich. Seine Berichte über Persönlichkeiten wie Sigmund Freud und Karl Landsteiner erweiterten meinen Horizont und schärften meine Wertschätzung für die Beiträge der *Wiener Medizin*. Diese Erfahrungen führten dazu, dass meine Familie mich „freiwillig“ zum Medizinstudium nach Österreich schickte. Eine Entscheidung, für die ich dankbar bin, denn sie hat mein Leben entscheidend geprägt.

Während meines Studiums fragte ich mich immer wieder, wie sich die Errungenschaften der westlichen Medizin mit der TPM vereinbaren lassen könnten. Durch vertiefte theoretische Studien und gewonnene praktische Kenntnisse erkannte ich letztendlich, dass die Grenzen zwischen den beiden Wissenssystemen gar nicht so starr sind. Zwei Themen, die mich während meines Studiums und darüber hinaus beschäftigten, waren und sind noch immer Übergewicht und Stoffwechselerkrankungen. Die Ergebnisse meiner Studien führten im Jahr 2001 zur Veröffentlichung des Buches *Die 7 Schritte zum Gleichgewicht*. In diesem Werk beleuchte ich das Thema Stoffwechsel aus unterschiedlichen medizinischen Perspektiven. Als der japanische Zellbiologe Yoshinori Ōsumi im Jahr 2016 den Nobelpreis für Physiologie bzw. Medizin für seine bahnbrechenden Entdeckungen im Bereich der Autophagie erhielt, sah ich darin eine Bestätigung meiner eigenen Forschungsansätze. Diese Anerkennung von Ōsumis Arbeit verstärkte mein Bestreben, die TPM mit der westlichen Medizin zu verknüpfen.

Letztendlich führte mich dies zu der zentralen Frage, ob möglicherweise eine Lücke oder ein „Missing Link“ in meinen theoretischen Überlegungen existierte. Nach und nach kristallisierte sich heraus, dass die Insulinresistenz eine zentrale Rolle etwa bei Fettleibigkeit, Diabetes, Krebs und Herz-Kreislauf-Erkrankungen spielt. Meine Überzeugung, dass 16-stündiges Heilfasten die Insulinresistenz reduzieren kann, ließ mich nach einer natürlichen Lösung suchen.

Diese Suche hat zu einem tiefen Wissensaustausch mit meinem Vater und Mentor geführt. Einmal fragte ich ihn, wie es vor etwa 60 Jahren in Persien war, als es noch kaum Medikamente gegen Blutzucker- und Stoffwechselerkrankungen gab. So teilte er mit mir sein Wissen und seine Erfahrungen mit pflanzlichen Behandlungsmethoden. Dies weckte mein besonderes Interesse an der traditionellen Pflanzenheilkunde Persiens. Klinische Untersuchungen deuten inzwischen darauf hin, dass die Antwort auf meine Frage oft in den natürlichen Ressourcen eines Landes liegen könnte, in dem Ärzte schon vor der Entdeckung der Autophagie das Fasten als Heilmethode einsetzten.

In weiteren Gesprächen erzählte mir mein Vater unter anderem, dass er in seiner Praxis, inspiriert von den Lehren Avicennas, die Berberitze zur Behandlung verschiedener Beschwerden einsetzte. Die damaligen Arbeitsbedingungen erlaubten es ihm jedoch nicht, formelle Forschungen zu diesem Thema zu initiieren. Seine jahrelangen Erfahrungen in der Behandlung von Menschen mit pflanzlichen Arzneimitteln waren wie ein Wegweiser, mich ebenfalls mit der Anwendung der Berberitze in der TPM zu befassen. Dabei stellte sich heraus, dass es mittlerweile sogar

zahlreiche wissenschaftliche und klinische Studien gibt, die die Wirksamkeit von Berberin, dem Hauptalkaloid der Berberitze, beschreiben. Bemerkenswert ist in dem Zusammenhang auch die hohe Wertschätzung der Berberitze als Heilmittel in der traditionellen chinesischen und ayurvedischen Medizin.

Inspiziert durch erfolgreiche Anwendungen in meiner Praxis und gestärkt durch wissenschaftliche Evidenz, fühlte ich mich berufen, die Heilkraft der „rubinroten Medizin aus Persien“ einer breiteren Öffentlichkeit bekannt zu machen. Dieses Buch ist ein Beitrag zu einem sich rasant entwickelnden wissenschaftlichen Feld und eine Einladung, das Potenzial dieser einzigartigen Pflanze auch in Europa zu entdecken.

Zwei Personen haben mich beim Schreiben dieses Buches begleitet: die Medizinhistorikerin Afsaneh Gächter, die sich seit vielen Jahren mit der Geschichte der Medizin zwischen Österreich und dem Iran beschäftigt, und Bernhard Sikora, der gemeinsam mit mir dieses Projekt ins Leben gerufen und das Konzept für dieses Buch entwickelt hat.

Die Berichte über die Verwendung der Berberitze in traditionellen persischen Arzneimitteln wurden uns freundlicherweise von Frau Dr. Roja Rahimi, Direktorin der „School of Persian Medicine“ an der Universität Teheran, zur Verfügung gestellt.



# Persien als Wiege der Zivilisation und Medizin

Um zu verstehen, warum die Pflanzenheilkunde und mit ihr auch die Berberitze im heutigen Iran noch immer eine große Bedeutung hat und auf welche kulturellen Traditionen dies zurückgeht, ist ein kleiner Ausflug in die lange Geschichte des Mittleren Ostens hilfreich.

Einen noch immer faszinierenden Blick auf alte Kulturen in Persien eröffnen die vielen atemberaubenden archäologischen Funde, die vor allem in den letzten etwa 200 Jahren gemacht wurden. Die Schätze der frühen Kulturen des antiken Persiens, die zunächst die Reisenden und Forscher aus Europa zutage brachten (und nicht selten raubten), füllen noch heute die Museen in vielen Städten der westlichen Welt. Diese Kunstwerke sind letztlich das beeindruckende Ergebnis einer kulturellen Entwicklung, die auf ein großes und sehr altes Erbe zurückblicken kann.

## ELAM

– eine der ersten Hochkulturen der Menschheit

Bereits um etwa 3.000 v. Chr. bildete sich in Persien die faszinierende Kultur der Elamer (auch Ilamiden oder Elamiden genannt) als eine der ersten wichtigen Zivilisationen aus. Die Elamer, deren Existenz auch in der Bibel im Buch Genesis 10, 14 und 22 belegt ist, errichteten lange vor dem berühmten Turmbau zu Babylon die ersten Stufentempel (Zikkurate) in ihrer Hauptstadt Susa. Mit der Entwicklung einer eigenen Schrift trugen sie zu einer wichtigen Weiterentwicklung in der Menschheitsgeschichte bei. Eine frühe Verwaltungsform, blühende Handelszentren, eine hochstehende Dichtkunst, große Tempelanlagen und Götterstatuen prägten das Reich der Elamiden. Eine Besonderheit ihrer Kultur lag in der Bedeutung und Stellung der Frauen, die beispielsweise die legitimen Thronfolger bestimmten. Das Reich der Elamer erlebte eine lange Blüte, ehe es nach einer längeren Phase des Niedergangs im Jahr 646 v. Chr. von den Assyrern endgültig vernichtet wurde, wobei dessen zivilisatorischen Errungenschaften noch das erste persische Großreich der Achämeniden nachhaltig prägten.<sup>1,2</sup>

Am Rande sei hier noch erwähnt, dass auf Tontafelinschriften, die man der Bibliothek des assyrischen Königs Asurbanipal zuschreibt und aus der Zeit um 650 v. Chr. stammen, auch die Berberitze erwähnt wird und man ihr darin blutreinigende Eigenschaften zuerkannte.

## DIE ACHÄMENIDEN

### – Pracht und Prunk der Großkönige

Das erste antike persische „Weltreich“ entstand unter den Achämeniden (ca. 550 v. Chr. bis ca. 330 v. Chr.). Deren erster König Kyros I. einte die Meder und Perser und dehnte sein Reich nach Westen aus, wo er schließlich auch Babylon eroberte. Er vereinte in seinem Reich damit die damals wichtigsten Völker und Religionen in der Region. Der sogenannte Kyros-Zylinder, aufbewahrt im Britischen Museum in London, wird als die erste Charta des Völkerrechts bezeichnet.

Seine Herrschaft wurde von seinem Nachfolger, dem Großkönig Darius I., fortgeführt, der die Geschichte seines Aufstiegs in der berühmten Inschrift am Felsen von Bisutun zwischen Kermanschah und Hamadan (Ekbatana) verewigte. Es war kein Zufall, dass Darius I. als Ort für dieses Kunstwerk eine uralte Karawanenstraße auswählte, die Mesopotamien mit dem Hochland Ekbatana verbindet und weiter in Richtung Osten (China) verlief, wo sie auf die Seidenstraße traf. Auf den antiken Seidenstraßen wurden neben Gewürzen, (Heil)Kräutern, Medikamenten und Anästhetika auch Kultur, Weltanschauungen und Techniken zwischen den Völkern ausgetauscht. Die Achämeniden entwickelten unter anderem ein geniales Bewässerungssystem zur Versorgung des riesigen Reiches mit sauberem Wasser und förderten Wissenschaft und Kunst.<sup>3, 4</sup> Damit legten sie letztendlich auch den Grundstein für die weitere Entwicklung der Medizin in dieser Region.

*Inscription von Bisutun*



*Samaniden-Mausoleum in Buchara*



## DIE AKADEMIE VON GONDISHAPUR

### – Wissenszentrum der Sassaniden

Die erste kosmopolitische Bildungsstätte und das erste Krankenhaus der Welt wurden im 3. Jahrhundert n. Chr. in Gondishapur im Südwesten Persiens auf Befehl des Sassanidenkönigs Schapur I. gegründet. In der Akademie wurden Medizin, Philosophie, Theologie und Rechtswissenschaften gelehrt. Ärzte, die aus verschiedenen Ländern stammend die Akademie besuchten und das Wissen ihrer Heimat mitbrachten, veranlassten Übersetzungen von medizinischen Abhandlungen, darunter auch über die Kräutermedizin, etwa aus der griechischen, syrischen, indischen, chinesischen Sprache in die Pahlavi-Sprache (Mittelpersisch). Neben der Medizin wurden die Studenten auch in Fächern wie Mathematik, Astronomie, Philosophie und Astrologie ausgebildet. Unter der Herrschaft von Khosrow Anushiravan Dadgar (der gerechte König) erlebte die Stadt ihre Blütezeit. Das Krankenhaus und eine umfangreiche Bibliothek hatten großen Einfluss auf die medizinische Ausbildung im Sassanidenreich und beeinflussten auch benachbarte Regionen. Viele der dort tätigen Ärzte waren übrigens Christen.

Mit der muslimischen Eroberung Persiens, die 642 ihren Abschluss gefunden hatte, schwand allerdings der Einfluss der Lehranstalt und sie wurde im 10. Jahrhundert aufgelöst. Ihr Wissen ging hingegen nicht verloren, sondern wurde ins „Haus der Weisheit“ nach Bagdad überführt, das schon zuvor viele Gelehrte aus Gondishapur abgeworben hatte.<sup>5</sup>

### *Palast von Darius I. in Persepolis*

### *Darius I.*

*(Illustration aus dem 19. Jh.)*

