

**Dr. med. Jürg Eichhorn**

Traditionelle Chinesische Medizin ASA  
Manuelle Medizin SAMM  
F.X. Mayr-Arzt (Diplom)

**Allgemeine Innere Medizin FMH**

Sportmedizin SGSM  
Ernährungsheilkunde SSAAMP  
Anti-Aging Medizin

**Praxis für Allgemeine und Erfahrungsmedizin**

Neuraltherapie SANTH & SRN  
Orthomolekularmedizin SSAAMP  
applied kinesiology ICAK-D & ICAK-A

---

## **Professor Tian's *Schwarzhaar* Süssigkeit**

Version: 28. März 2017

---

Fon  
Adresse  
E-Mail

+41 (0)71-350 10 20  
Im Lindenhof  
[drje49@gmail.com](mailto:drje49@gmail.com)

Fax +41 (0)71-350 10 21  
Bahnhofstr. 23  
[www.ever.ch](http://www.ever.ch)

CH-9100 Herisau

## Professor Tian's *Schwarzhaar Süssigkeit*

---

### Tian Shi Wu Fa Tang

Der kaiserliche Arzt Hu Sihui aus der Yuan Dynastie (1271 vom chinesischen Kaiser Kublai Kan begründet) schrieb ein wichtiges Lehrbuch über die Grundprinzipien von Essen und Trinken (Yin Shan Zheng Yao). Es enthält 94 Rezepte. 24 davon sind dazu bestimmt, das Leben zu verlängern (Anti-Aging!). Eine Rezeptur - *Professor Tian's Schwarzhaar Süssigkeit* - kräftigt Haare und Knochen, stärkt den Rücken und schärft das Gehör.

### Zutaten

- 250 g Samen Juglandis Regiae - Hu Tao Ren (Baumnüsse)
- 250 g Samen Sesami nigri - Hei Zhi Ma (Schwarzer Sesam). Eigene Erfahrung: 150 g Sesam genügt
- 500 g Rohrzucker - Ganzhe. Eigene Erfahrung: Heller, grobkörniger Zucker aus Brasilien verwenden

### Zubereitung

- Baumnüsse (Walnüsse) und Sesam kurz rösten
- Rohrzucker mit wenig Wasser auf mildem Feuer kochen bis die Flüssigkeit eingedickt ist
- Gerösteten schwarzen Sesam und Baumnüsse begeben und mischen
- Auf eine Platte leeren, abkühlen lassen und in kleine Stücke brechen

### Anwendung

- Jeden Abend zur Nierenzeit (17h00 - 19h00) ein Stück als Dessert geniessen

### Funktion

- Stärkt den Funktionskreis der Nieren und somit das Gehirn
- Hilft gegen Gedächtnis Schwäche
- Fördert den Haar Wuchs und bringt die natürliche Haar Farbe zurück

## Indikationen in der TCM

### Sesam

- Nieren Schwäche: Kraftlosigkeit und Schmerzen im Lendenbereich
- Tinnitus, Schwindel
- Ergrauen der Haare
- Blut Schwäche / Erschöpfung der Säfte: Mangelnder Milch Fluss nach der Geburt
- Vergesslichkeit
- Trockenheit. Trockener Husten. Trockene Verstopfung
- Muskel Krämpfe, Gelenk Schmerzen, rheumatoide Beschwerden.

### Baumnuss

- Zusätzlich Lungen Schwäche: Asthma, Husten, Kurzatmigkeit

### Rohrzucker

- Trockenheit der Lunge: Husten, zäher Schleim, trockene Kehle
- Magen-Yin Mangel: Unruhe, Durst, Mundtrockenheit, Appetit Verlust, Übelkeit  
Dysharmonie im Magen: Aufstossen, Erbrechen
- Allgemein bei Hitze Problemen: Schmälerung der Säfte, Verstopfung, Trockenheit
- Linder Durst nach übermäßigem Alkohol Genuss.

### Schwarzer Sesam - *Lallemantia iberica* - Sesamgewächse (Pedaliaceae)

- Uralte Kultur Pflanze aus Ostasien und Ostafrika
- Der *Schwarze Sesam* kommt aus dem Iran und wird ca. 50 cm hoch
- Die Samen können als Brot Gewürz verwendet oder geröstet werden
- Die Samen sind Fett reich (45-63%) mit hohem Gehalt an essentieller Linolsäure.