

Das Indische Tulsi Basilikum – ein ayurvedisches Heilkraut



Foto Internet

Das Indische Basilikum (*Ocimum sanctum* oder *Ocimum tenuiflorum*) spielt seit Jahrtausenden in der ayurvedischen Heilkunst eine wichtige Rolle. Es gilt als Heilpflanze, welche die drei Doshas ausgleicht und als Lebenselixier für ein langes und gesundes Leben sorgen soll.

Es wird bei allen entzündlichen akuten Erkrankungen, wie Erkältungen, Husten, Fieber (auch Malaria), Halsschmerzen, Bronchitis aber auch bei Nierensteinen, Herzproblemen, Durchfall, Magenschmerzen, Magengeschwüren angewendet. Infektionen im Mundraum, Insektenstiche und schlecht heilende Wunden gehören ebenso zu seinem Behandlungsspektrum wie Probleme mit den Zähnen oder dem Zahnfleisch. Bei Kopfschmerzen kann es lindernd wirken, und es scheint eine deutliche Wirkung bei Nacht-Blindheit zu haben.

Auf das Nervensystem und die Psyche wirkt es beruhigend, stärkend und klärend. Es kann bei Depressionen und Ängsten oder Panikattacken unterstützend wirken. Vor allem bei viel Stress wirkt das Indische Basilikum beruhigend. Es schützt und erhält die Leistungsfähigkeit des Gehirns und spielt somit eine Rolle bei Altersdemenz.

Das Indische Basilikum wird im Rahmen einer fundierten ayurvedischen Therapie angewandt, kann aber – wie die Forschung zeigt – vor allem auch als vorbeugende Massnahme gegen Alterserscheinungen und Krebs verwendet werden.

Die Wirkungsweise des Indischen Basilikums

Die seit Jahrtausenden bekannten heilenden Eigenschaften des Indischen Basilikums wurden von zahlreichen Forschern untersucht, um dem Tulsi Basilikum den ihm gebührenden Platz in der modernen Medizin zu geben.

Lesen Sie mehr unter:

<http://www.zentrum-der-gesundheit.de/indisches-basilikum-ia.html#ixzz47Ui9n9i9>