

Ayurveda als Heilsystem

Tradition des Ayurveda

Mit Recht wird Ayurveda als das älteste überlieferte Heilungssystem bezeichnet. Ayurveda entstammt dem indischen Kulturraum, seine Begriffe, Grundannahmen und Prinzipien sind vor Jahrtausenden auf Sanskrit formuliert worden. Gleichzeitig liefert uns die ayurvedische Tradition aktuelles Wissen und universelle Anwendbarkeit.

Aktualität des Ayurveda

Durch die Bandbreite der Therapiemöglichkeiten, das ganzheitliche Verständnis von Krankheit und Gesundheit sowie die praktische Vorgehensweise wird Ayurveda zusehens zu einem bedeutenden heilerischen Korrektiv der westlich-technologischen Lebensweise.

Universalität des Ayurveda

Ayurveda ist eine umfassende Lehre des richtigen Lebens, der gemäßen Lebensführung und ein Heilungsweg, der jedem Menschen an jedem Ort von Nutzen sein kann – unabhängig von Kultur, Konfession oder Überzeugung.

Dr. David Frawleys Forschungs- und Publikationsarbeit sowie sein Fernkurs der Ayurvedischen Heilkunde ruhen auf diesen drei Säulen.

Tradition meint den Transport des Wissens durch die Jahrtausende, Aktualität bedeutet dessen Anpassung an veränderte Anforderungen und Lebensumstände und universell ist dabei das Anwendungsspektrum ayurvedischen Wissens.

Weitere Informationen

Ayurveda ist ein traditionelles indisches Naturheilverfahren. Im Laufe von 5000 Jahren hat es sich zu einem ausdifferenzierten Heilungssystem entwickelt, das sämtliche relevanten Bereiche der Heilung, Genesung und Gesunderhaltung umfasst. Als medizinischer Zweig der Yogischen Tradition ist Ayurveda neben der traditionellen Chinesischen Medizin eines der am weitesten entwickelten ganzheitlichen Heilungssysteme und ist als solches von der WHO (World Health Organization) anerkannt.

Die ayurvedische Wissenschaft hat jedoch die westliche Welt nur in fragmentierter Form erreicht. Häufig werden ayurvedische Mittel eingesetzt, ohne dass die zugrundeliegenden Vorstellungen von Krankheit und Krankheitsverlauf beachtet würden. Deshalb erscheinen ayurvedische Therapien oftmals auf Wellness-Maßnahmen reduziert, die überdies nur schwer zugänglich und kaum erschwinglich sind.

So komplex die ayurvedische Theorie aber ist, so profund ihr Einblick in physische und psychologische Prozesse ist, so einfach sind meist die Mittel, die sie zur Gesundheit und Gesunderhaltung heranzieht. Ayurvedische Medizinprodukte (Kräutermischungen, Tees und Gewürze) wiederum fanden leicht Eingang in den westlichen Markt und das westliche Symptomdenken – mit dem Erfolg, dass statt diesem oder jenem allopathischem nun dieses oder jenes ayurvedische Mittel verabreicht wird.

Ayurveda aber ist viel mehr. Ayurveda ist ein Heilverfahren, welches nicht nur den physischen Körper behandelt; es bezieht stets Psychologie und Spiritualität mit ein. Ayurveda ist ein ganzheitliches System, welches das menschliche Leben als ein Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele versteht, begreift und abbildet. Das ayurvedische Wissen ist ein Schlüssel zu physischer, psychischer und seelischer Gesundheit. Es beruht auf langer Tradition, ohne jedoch konservativ oder gar sektierisch zu sein. Daher ist das ayurvedische System mit allen religiösen Überzeugungen, kulturellen Prägungen und auch allen anderen naturheilkundlichen Disziplinen kompatibel.

Ayurveda beinhaltet eine Vielzahl miteinander verbundener und untereinander kombinierbarer Methoden und Anwendungen - das Spektrum reicht von der Ernährungslehre bis zur Kräuterheilkunde, von der Meditation bis zur Yogatherapie. Einfache, häufig vorkommende Leiden können damit ebenso erfolgreich behandelt werden, wie komplexe und chronische Erkrankungen, auf welche die westliche Medizin oftmals keine Antwort hat.

Im Mittelpunkt ayurvedischer Behandlung steht nicht das Symptom, sondern der jeweilige Mensch als einzigartiges Individuum.. Dies bedeutet aber auch, dass alle Aspekte der Lebensführung dieses Menschen behandlungsrelevant sind und dass Ayurveda seine Patienten in die Verantwortung führt, sie gewissermaßen in die Pflicht nimmt für ihr eigenes Leben und ihre eigene Gesundheit möglichst selbstständig und in Eigenverantwortung zu sorgen. Ayurveda stiftet dazu das Wissen, die Instrumente und die Anwendungen, die wirkliche Veränderung im Leben erzeugen können. Die Veränderungen herbei führen muss immer noch jeder Mensch selbst.