

# Nem gyógymód, gyógyító rendszer

Az Indiai Nagykövetség, a Magyar Ayurveda Gyógyászati Alapítvány és a Debreceni Tudományegyetem közös szervezésében India függetlenné válásának 60. évfordulója alkalmából, 2007. szeptember 29-én Budapesten rendezte meg a Nemzetközi Ayurveda Gyógyászati Konferenciát és Szakkiállítását. Az Európában egyedülálló rendezvényen neves indiai és

Mint a rendezvény egyik szervezője, Riesz István, a Magyar Ayurveda Gyógyászati Alapítvány Közhasznú Szervezet kuratóriumának elnöke mondja: a civil szervezet célja, hogy az egészségügyben dolgozó magyar szakemberek és a lakosság széles körben megismerhessék és eredményesen használhassák a világ számos országában már jól ismert és a mai napig széles körben alkalmazott ősi indiai gyógyászati rendszert.

Az ájurvédikus gyógyászati tanokat és gyakorlatot az ősi India kultúrája csiszolta, fejlesztette évezredek át. Napjainkra világszerte a legelterjedtebb gyógymódok közé tartozik, mivel a nyugati társadalmakban is egyre többen igénylik az egész embert egységként kezelő, ún. holisztikus szemléletű orvoslást. Az európai, akadémikus gyógymódok mellett – az 1920-as évek eleje óta – Amerikában és Európában is egyre nagyobb teret nyer ez a több mint ötezer éves gyógyászati rendszer.

Ájurvéda gyógyászati és oktatási központokat, kutatóintézeteket ma már Indián kívül (többek között az USA-ban, Kanadában, Japánban, Új-Zélandon, Ausztráliában és az Európai Unió számos tagországában, többek között Németországban, Olaszországban, Franciaországban, Spanyolországban és Angliában) is találhatunk.

Magyarországon egyelőre még nem praktizál képzett magyar ájurvédaorvos, bár az 1990-es évek elejétől kezdve már a hazai piacon is forgalomban vannak hatóságilag engedélyezett ájurvédikus gyógytermékek, ezzel együtt a gyógy- és életmóddal foglalkozó szakkönyvek is

egyrenagyobb számban jelennek meg, és egyre több, a természetes orvoslással foglalkozó lap, rádió- és televízió-műsor foglalkozik ezzel a komplex, holisztikus gyógyító rendszerrel. Ma már nyilvánvaló, hogy nálunk is egyre nagyobb az igény a diplomás, illetve speciálisan képzett doktorok, masszőrök jelenlétére, tevékenységére. Ez a több ezer éves gyógyászat ugyanis természetes kiegészítője lehet a modern orvoslásnak, hiszen mindkettőnek megvannak a sajátos alkalmazási területei.

Az ájurvédikus eljárásokkal, eszközökkel például számos olyan krónikus betegséget is meg lehet gyógyítani, amelyekkel az akadémikus orvoslás – jelenlegi fejlettsége mellett – nem tud megbirkózni (ilyen „csak” kezelhető, de nem gyógyítható krónikus betegségek az ízületi gyulladás, az allergia, az asztma, a csontritkulás, a reuma,

európai előadók segítségével mutatták be az ájurvéda (szankszritül az „Élet Tudománya”) gyógyító rendszerét, mai hatékony alkalmazási lehetőségeit a betegségmegelőzés és a rehabilitáció területén, valamint szó volt ennek a több ezer éves életszemléletnek és gyógymódnak a hazai egyetemi orvostudományban való beillesztési lehetőségeiről is.

**Az ájurvédikus gyógyászat  
mára az egyik legelterjedtebb  
gyógymódnak számít**

egy immunrendszeri betegségek, anyagcserezavarok).

Az ájurvédikus gyógyászatnak – amely őshazájában mintegy 900 millió ember számára jelent hatékony orvosi segítséget, és amely gyógyító eljárást az ottani egyetemeken állami támogatással oktatják – nyolc ága van:

belgyógyászat, sebészet, orrfül-gégészet, szülészet-gyerekgyógyászat, pszichiátria, valamint a vitalitást fokozó, a fiatalság megőrzésében segítő gyógymódok, a szexológia és a szaporodástan.

Az ájurvédában a diagnózist minden esetben a beteg egészségi állapotának összes „jellemzőjét” figyelembe véve állítja fel az orvos. Megvizsgálja a testet, a vizeletet, a székletet, a pulzust, a nyelvet, a szemet, a bőrt, a fület, az egyén napirendjét, étkezési szokásait, lakó- és munkakörnyezetét és kórtörténetét.

Az ájurvédagyógyászat igen részletesen „leírja” a különféle betegségek kialakulásának okait, illetve stádiumait. A terápia fontos alapelve, hogy a betegséget már nagyon korai szakaszában kezeljék, mégpedig a beteg tünete, egyéni adottságai (többek között a testalkata), személyisé-

ge függvényében. A gyógyító eljárás célja, hogy helyreállítsa a megbillent egyensúlyt a szervezetben (az ájurvéda a betegségre nem mint egy szerv meghibásodására, hanem mint az egészséges rendszerben támadt zavarra tekint). Feladatának a szervezet működésének egyensúlyba hozását, a testi-lelki egészség megtartását/visszaszerzését tekinti.

Az ájurvédikus gyógyítás legfőbb alapelve: segíteni a szervezetet, hogy önmagát gyógyítsa meg, és ehhez a növényekből és az ásványokból készült orvosságokat, a megfelelően összeállított étrendet, a méregtelenítő olajmasszázszt, a meditációt, a jógát, a légzéstechnikát, valamint a színek, a hangok és az illatok gyógyító erejét is használja.

Az ájurvédikus orvoslás minden betegben az egyénit látja és kezeli. A kezelés célja a test, a szellem és a lélek épségének visszaállítása, működésének harmonizálása.

Nem véletlen, hogy ma már az ájurvédikus terápiás eljárások hatékonyságát a betegségek megelőzésében, valamint a rehabilitációban betöltött szerepét az Egészségügyi Világszervezet (WHO) is elismeri, sőt az egészségről alkotott definícióját is az ájurvéda elvei alapján határozta meg.

Az Európában elsőként, Budapesten megrendezett Nemzetközi Ayurveda Gyógyászati Konferencia és Szakkiállítás bizonyára hozzájárul e gyógymód hazai elterjedéséhez, a megbízható szakemberek (orvosok, masszőrök) képzéséhez, így a közeljövőben már egyre többen avatott szakemberek segítségével nyerhetik vissza egészségüket, testi-lelki egyensúlyukat, életenergiájukat.