

Dr.(Ayu) Tomislav Petrušić B.A.M.S.

AYURVEDA

NAUK O ŽIVOTU



HARŠA - BREGANA
2015. godina

SADRŽAJ

<i>Zahvala</i>	11
PREDGOVOR: Dr. med. Ninoslav Novak	13
UVOD: MEDICINSKI SUSTAVI I AYURVEDA: Dr. med. Marijan Montani spec.psih.	17
UVOD AUTORA	25
1. poglavlje: ISTOK I ZAPAD	29
1.1 Vedska filozofija, ayurveda i znanstveni materijalizam	29
1.2 Veliki umovi zapada i vedska filozofija	32
2. poglavlje: NAUK O ŽIVOTU	37
2.1 Povijest ayurvede	37
2.2 Podjela ayurvede	38
2.2.1 Rasayana	40
2.2.2 Vajikarana	40
2.2.3 Bhuta Vidya	41
3. poglavlje: KARMA I ZDRAVLJE	45
3.1 Karma u Ayurvedi	45
3.2 Bolest kao savršeni učitelj	50
3.3 Slučajnost kao glavni i dežurni krivac	52
4. poglavlje: DINAMIKA BOLESTI	57
4.1 Gdje griješi konvencionalna medicina?	57
4.2 Dinamika bolesti i govor tijela	59
4.3 Materijalistička filozofija i zakon potiskivanja	64

5. poglavlje: ALKEMIJA - MAJKE PRIRODE	69
5.1 Sastojci iz prirodnog laboratorija	69
5.2 Kakvi su nam izgledi?	70
5.3 Svjesni odabir kao jedino rješenje	77
6. poglavlje: AYURVEDA KAO VJEČNI IZVOR NADAHNUĆA	85
6.1 Vede - naslijeđe cijelog čovječanstva	85
6.2 Sad-darshanas ili šest škola filozofske misli ili pogleda	86
6.2.1 Nyaya darshana ili logika	89
6.2.2 Vaisheshika darshana	90
6.2.3 Sankhya darshana	91
6.2.4 Yoga darshana	93
6.2.5 Mimamsa darshana	94
6.2.6 Vedanta darshana	95
7. poglavlje: AYURVEDA I BUDIZAM	97
7.1 Budističke škole filozofije	97
8. poglavlje: AYURVEDA I INDIJSKA FILOZOFSKA MISAO	99
8.1 Ayurveda i indijska filozofska misao	101
8.2 Padartha vignanam ili postavke o objektima postanka	101
8.3 Dravya vigyan ili nauk o materiji	103
8.3.1 Karana dravya	103
8.3.2 Karya dravya	104
8.4 Paramanu u ayurvedi	106
8.5 Guna vigyan ili nauk o kvalitetama	106
8.6 Karma vigyan ili nauk o djelovanju	115
8.7 Samanya i vishesa	115
8.8 Samavaya	116
9. poglavlje: TRI GUNE, PET ELEMENATA, ČOVJEK I SVEMIR	117
9.1 Podrijetlo čovjeka i svemira	117
9.2 Teorija pet velikih elemenata (Pancha mahabhuta)	120
9.3 Karakteristike Mahabhuta	121
9.4 Tri doshe	122

10. poglavlje: PRAKRITI I VIKRUTI	123
10.1 Konstitucijski tipovi - priroda duha i tijela	123
10.2 Vata (vaju) dosha	127
10.2.1 Znakovi neravnoteže vata doshe	133
10.2.2 Čimbenici koji pogoršavaju vata doshu	133
10.2.3 Hrana i okusi koji pogoršavaju vata doshu	134
10.2.4 Tretman vata poremećaja	134
10.2.5 Karakteristike vata prakriti	134
10.3 Pitta dosha	135
10.3.1 Znakovi povećane pitta doshe	136
10.3.2 Čimbenici koji pogoršavaju pitta doshu	139
10.3.3 Tretman pitta poremećaja	139
10.3.4 Karakteristike pitta prakriti konstitucije	139
10.3.5 Pitta atributi i specifične kvalitete osobe pitta konstitucije	140
10.4 Kapha dosha	140
10.4.1 Znakovi poremećaja kapha doshe	142
10.4.2 Tretman kapha doshe	143
10.4.3 Karakteristike kapha konstitucije	144
10.4.4 Kapha atributi i specifične kvalitete osobe kapha konstitucije ...	144
10.5 Ostali konstitucijski tipovi	145
10.6 Sama prakriti	145
10.7 Vikruti	145
11. poglavlje: KRALJEVSTVO UMA I ONKRAJ UMA	147
11.1 Priroda uma	147
11.1.1 Mentalna ili umna konstitucija – manasa prakriti	148
11.1.1.1 Karakteristike pojedinca sattvika uma	149
11.1.1.2 Karakteristike i kvalitete pojedinca rajastika uma	150
11.1.1.3 Karakteristike pojedinca s tamastika umom	151
11.2 Tri stanja uma i turiya	151
11.3 San i snovi	153
12. poglavlje: TKIVNI ELEMENTI, ESENCA I METABOLIČKI OTROVI	155
12.1 Dhatu ili tkivni elementi	155
12.2 Dhatu bolesti	156
12.3 Ojas	158
12.4 Mala	158

13. poglavlje: KANALI CIRKULACIJE	161
13.1 Srote (kanali cirkulacije)	161
13.2 Polazište kanala (srote)	163
13.3 Dhatus i polazišta kanala koji ih prenose	164
14. poglavlje: PROBAVNA VATRA	165
14.1 Probava i metabolizam	165
14.2 Ama - toksini	169
15. poglavlje: KOMBINIRANJE HRANE ILI SAMYOGA	171
15.1 Ayurveda i pravilna prehrana	171
15.2 Vrste nekompatibilne hrane (viruddha ahara)	173
15.3 Nekompatibilna hrana i njene kombinacije u Ayurvedi	174
16. poglavlje: GRUBOMATERIJALNA I ENERGETSKA ANATOMIJA I AYURVEDSKA AKUPUNKTURA	177
16.1 Sthula shareera ili anatomija fizičkog tijela	177
16.2 Marme - energetska čvorišta	179
16.3 Ayurvedska akupunktura ili shiravedanam	190
17. poglavlje: AYURVEDSKI LIJEKOVI, NJIHOVE OSOBINE I DJELOVANJE	191
17.1 Ayurvedska farmakologija (dravya guna)	191
17.2 Rasa	192
17.3 Vipaka	197
17.4 Guna	198
17.5 Virya	200
17.6 Prabhava	203
18. poglavlje: AYURVEDSKA DIJAGNOSTIKA I UZROCI BOLESTI	205
18.1 Dijagnostika u ayurvedi 207	
18.1.1. Dijagnostika pomoću pulsa	206
18.1.2. Dijagnostika pomoću urina	207
18.1.3. Dijagnostika pomoću stolice	207

18.1.4. Dijagnostika pomoću jezika	208
18.1.5. Dijagnostika pomoću očiju	208
18.1.6. Dijagnostika pomoću glasa	208
18.1.7. Dijagnostika pomoću dodira	209
18.1.8. Dijagnostika na temelju općega stanja	209
18.2. Uzroci bolesti u ayurvedskoj medicini	211
19. poglavlje: AYURVEDA I SEKSUALNOST	213
19.1 Seksualni život i zdravlje	213
19.2 Djelovanje dosha za vrijeme začeća	216
20. poglavlje: ŽIVOTNI CILJEVI, VRSTE ŽIVOTA, VREMENSKI CIKLUSI, SVJETOVI I KASTE	219
20.1 Četiri glavna životna cilja	219
20.2 Četiri vrste života	220
20.3 Četiri vremenska ciklusa ili yuge - svemir kao živo biće	221
20.4 Loka ili svjetovi egzistencije	224
20.5 Varna sustav	227
21. poglavlje: MEDICINSKA PRAKSA NEKAD I SAD	231
21.1 Yuge i medicinska praksa	231
21.2 Odabir studenata ayurvede u drevno doba	234
21.3 Današnje medicinske škole i medicinska praksa	236
22. poglavlje: SUPTILNA ANATOMIJA LJUDSKOG BIĆA PO AYURVEDI	239
22.1 Tijelo kao živo biće	239
22.2 Energetska čvorišta na ljudskom tijelu -čakre	241
22.3 Hormoni - vrata svemira	243
22.4 Pet čovjekovih omotača	244
22.5 Tri čovjekova tijela (shareeras)	244
23. poglavlje: ČOVJEK KAO SAM SVOJ LIJEČNIK	247
24. poglavlje: ŠKOLOVANJE TRADICIONALNIH AYURVEDSKIH LIJEČNIKA	257

25. poglavlje: BUDUĆNOST MEDICINE I ZDRAVSTVENI SUSTAV	261
26. poglavlje: AYURVEDA KAO TRADICIONALNA I KOMPLEMENTARNA MEDICINA	265
26.1 Ayurveda i život	266
26.2 Preuzimanje odgovornosti	274
26.3 Novi globalizam	277
26.4 Globalizam novog doba	280
ZAKLJUČAK	283
BIBLIOGRAFIJA	285



1. poglavlje

ISTOK I ZAPAD

1.1 VEDSKA FILOZOFIJA, AYURVEDA I ZNANSTVENI MATERIJALIZAM

Tradicionalne medicine, a među njima i ayurveda, iz godine u godinu sve više plijene pažnju zapadnog čovjeka. Zapadni, moderan um pomalo spoznaje kako mu određene civilizacijske tekovine u najbitnijim životnim aspektima nisu osigurale evoluciju ljudskih vrijednosti i spokojan život. Naime, tijekom svih ovih godina “slavne ljudske povijesti” čovjek se sve više udaljavao od prirode i od sebe samoga. Materijalistički pogled zavladao je umom tzv. civiliziranog svijeta i time nas doveo u ovakvo stanje u kakvom se danas nalazimo i živimo.

U proteklih se stotinjak godina u svijetu vodilo više ratova i sukoba (što globalnog, što lokalnog karaktera) nego u zadnjih dvije tisuće godina. Može se slobodno reći da je zahvaljujući “materijalističkom znanstvenom umu” svijetom zavladao prava tama, a time je čovječanstvo doseglo samo dno kali yuge ili željeznog doba (jedan od četiri vremenska ciklusa koji su u neprestanoj mijeni). Međutim, uz Božju se milost tijekom prošlog stoljeća rodila nekolicina velikih umova, podarivši nam svojim rođenjem i stvaranjem takve pronalaski koji su doveli do velikih promjena u životu svakog pojedinca. Danas živimo toliko komforno da to uzimamo zdravo za gotovo, iako prije samo stotinjak godina mnoge stvari uopće nisu postojale.

1.2 VELIKI UMOVI ZAPADA I VEDSKA FILOZOFIJA

Napredak tehnologije i tehničkog znanja jednostavno mora ići ruku pod ruku s moralom jer je strogo materijalistički pogled opasan sam po sebi. Zapad mora shvatiti da tehnološki i znanstveni napredak, puke informacije i višak novca još nikome nisu donijeli mir i spokoj.

Svi su veliki umovi to znali, a među njima i Nikola Tesla, koji je rekao: ”Znanost je sama po sebi izopačena ukoliko nema kao krajnji cilj dobrobit čovječanstva”. Veliki umovi nisu bili opterećeni predrasudama pa su svoje radove darovali svima podjednako. Zemlje u kojima su se oni utjelovili duhovno su blagoslovljene i obogaćene. Oni su se uzdigli iznad svakodnevnih tričarija kojima se mi opterećujemo u životu. Znali su da moderni nauk mora ići zajedno s rastom životnih vrijednosti.

Svaka je, da tako kažemo, “strana svijeta” savršeno odigrala ulogu u kozmičkoj predstavi. Stoga je došlo vrijeme da se stvari uvide i osvijeste kako bi se vratile u prirodno stanje ravnoteže. Naravno, svaka promjena mora započeti na osobnoj razini, polako se šireći na cjelokupno čovječanstvo. Takve se globalne promjene neće dogoditi preko noći jer, uostalom, ni današnje stanje nije nastalo preko noći.

Iako trenutno stanje izgleda beznadno, stvari se polako kreću naposlje, prema rješenju, izlazu i svjetlu. Sve što se događa ima neki dublji smisao, i nekog režisera koji se krije iza toga. Einstein je rekao: “Ljudska bića, biljke ili svemirska prašina, svi mi skladno plešemo prema misterioznoj melodiji nevidljivoga svirača.” Ako je to znao i osvijestio Einstein, jedan od najvećih znanstvenih “igrača”, što to još treba suvremenoj znanosti da bi prihvatila i osvijestila ovu činjenicu?! Iako su neke stvari nemjerljive i nedokazive fizičkim sredstvima i metodama, to ne znači da one nisu moguće ili ostvarive. Einstein je vjerovao u postojanje višeg uzroka cijele ove predstave koju mi doživljavamo kao stvarnost, rekavši: ”Postoji nešto suptilno, neopipljivo i neobjašnjivo. Poštovanje prema toj sili, koja se nalazi iza svega što možemo shvatiti, moja je religija.” Svjestan kako religije svojim krivo tumačenim filozofijama rade na razdvajanju, dijeljenju i

jalističkog egocentrizma Einstein je ovako prokomentirao: “Slava me čini sve glupljim i glupljim, što je, naravno, vrlo čest fenomen”.

Nikola Tesla, Albert Einstein, kao i drugi poznati veliki umovi, svojim su životima dali primjer modernom znanstvenom svijetu, a svojom brigom i ljubavi prema čovječanstvu i drugim bićima ukazali na put jednostavnosti i skromnosti u životu. Za boravka Swamija Vivekanande u Americi, Tesla je pokazao veliko zanimanje za njegova učenja i istočnu filozofiju. Bio je vidno uzbuđen i iznenađen postavkama sankhya filozofije (opis kasnije) i njezinom teorijom postanka Svemira i čovjeka. Sankhya filozofija pokazuje zavidnu teoriju koja se podudara s modernim pogledom na odnos materije i energije. U pismu prijatelju 13.2.1896. Swami Vivekananda navodi: ”Gospodin Tesla bio je očaran vedskim objašnjenjima prane (sila, energija), akashe (eter, prostor) i kalpe (vremenska jedinica), koje su prema njemu jedina stajališta koja suvremena znanost mora zastupati... Gospodin Tesla misli da može matematički dokazati kako se sila i materija mogu obratiti u potencijalnu energiju. Susrest ćemo se sljedeći tjedan kako bi mi dao taj izračun.”

Swami Vivekananda nadao se kako će Tesla dokazati da je ono što mi zovemo materijom zapravo potencijalna energija, a što bi potvrdilo istovjetnost modernog učenja s vedskom znanošću.

Istovjetnost tih teorija vidljiva je iz sljedećeg prikaza:



Braman = Apsolut

Mahat ili Ishwara = Primarna kreativna energija

Prana i akasha = Energija (sila) i materija (eter)



Tesla je istraživao i koristio sanskrtsku terminologiju i vedsku filozofiju kako bi objasnio fizičke mehanizme svemira. Nažalost, svoju teoriju nije uspio matematički dokazati, premda je u nju vjerovao svim svojim bićem,



2. poglavlje

NAUK O ŽIVOTU

2.1 POVIJEST AYURVEDE

Na sanskrtu, riječ ayurveda je složenica od dviju riječi: ayur = život i veda = znanost, nauk.

Ayurvedu, kao znanost o životu, Bog je Brahma (hinduističko trojstvo: Brahma - stvoritelj, Vishnu - uzdržavatelj i Shiva - razaratelj svijeta) u svome milosrđu dao čovječanstvu u obliku sto tisuća sloka (stihova). U svojoj sućuti, On ju je podario, s ciljem smanjenja patnji u svijetu. Ona je prenošena s učitelja na učenika, preko čitavog niza ljudi koji su doživjeli samospoznaju (rishija).

Tradicionalni ayurvedski tekstovi navode kako je Bog Brahma u sto tisuća sloka (stihova) znanje ayurvede prenio svome sinu Daksha Prajapatiju koji ih je dalje prenio braći blizancima i božanskim liječnicima Ashwini Kumaras. Oni su znanje prenijeli na Indru koji je potom prenijeo Bharadvaji koji je prosljeđuje Atreya i Dhanwantariju koji su začetnici škole medicine i kirurgije. Ayurveda je dalje prosljeđena cijelom nizu učenika od kojih su neki manje ili više poznati.

Ayurvedska povijest stara je više tisuća godina. Imala je utjecaj na razvoj drugih tradicionalnih medicina, primjerice na medicinu Kine

i Tibeta, jer su u to vrijeme postojale dobre veze između tih zemalja i Indije. Tako u tibetanskoj medicini postoje tekstovi koji izvorno pripadaju ayurvedi, a kasnije su prevedeni na tibetanski jezik. Isto tako, danas svi znaju za kinesku akupunkturu kao dio tradicionalne kineske medicine, a malo se zna o ayurvedskoj akupunkturi (marma), odnosno suchi karmi. Ayurvedsko se znanje podjednako širilo prema Mongoliji, Koreji i Šri Lanki.

Tijekom povijesti Indiju su, na žalost, više puta pokoravali različiti osvajači. Za osvajačkih su pohoda opljačkana i uništena velika kulturna blaga. Osvajači su se barbarski odnosili i prema drevnim tekstovima, koristeći ih za premošćivanje prepreka (rijeka), za grijanje kupaonica i sl. Često su se isto tako surovo obračunavali i s tradicionalnim liječnicima kako bi spriječili daljnju uporabu ayurvedske medicine u Indiji te propagirali tzv. “zapadnu” ili englesku medicinu.

Veliko je drevno blago uništeno, spaljeno i opljačkano, a među ostalim i ayurvedski medicinski tekstovi u kojima su objašnjene mnoge medicinske tehnike za koje se danas više ne zna kako su se izvodile (npr. tehnike transplantacije udova i organa).



2.2 PODJELA AYURVEDE

Cijelu ayurvedu možemo opisati trima glavnim poglavljima, koja stvaraju temelje ayurvedske prakse (Tri Sutra Ayurveda):

1. Hetu – uzročni čimbenici bolesti
2. Ling - znakovi i simptomi bolesti
3. Aushadi - medicinske procedure i tretmani.

2. poglavlje: **NAUK O ŽIVOTU**

Tri najvažnija ayurvedska medicinska teksta su:

1. Caraka samhita
2. Sushruta samhita
3. Vriddha vaghbhata (Astanga hridaya)

Ayurveda poznaje osam medicinskih grana - ashtanga ayurveda (ashta=osam, anga=dijelova):

1. Kaya cikitsa – interna medicina
2. Salya tantra - kirurgija
3. Salakya tantra - bolesti vrata i glave (otorinologija i oftalmologija).
4. Agada tantra - toksikologija
5. Bala tantra - pedijatrija
6. Rasayana tantra - gerontologija (Rasajana = tretmani pomlađivanja, odnosno zaustavljanja procesa starenja)
7. Vajikarana tantra - afrodisijaci
8. Bhuta vidya - bolesti izazvane opsjednutostima, odnosno mentalne bolesti (danas je modernim rječnikom nazivaju psihijatrija)

Izdvojio bih tri grane ayurvedske medicine s obzirom na njihove posebnosti, a to su: rasayana, vajikarana i bhuta vidya.



3. poglavlje

KARMA I ZDRAVLJE

3.1 KARMA U AYURVEDI

U ayurvedi se kao jedan od najvažnijih razloga bolesti navodi karma. Pojam karme danas je dosta proširen, ali izgleda da mnogima još nije dovoljno jasan. Naime, često puta kada se nekome kaže “to je tvoja karma”, taj će to shvatiti kao nešto loše što mu se događa i kroz što prolazi. Istina jest da riječ karma, sama po sebi, nema nikakav predznak (niti pozitivan, niti negativan), nego je to jednostavno riječ koja se koristi za baš svako djelovanje ili akciju. U ayurvedskoj se medicini koristi kao riječ karman, a označava djelovanje određenoga lijeka.

Kao što je prethodno rečeno, karma znači akcija ili djelovanje i sve dok se nalazimo u tijelu, ne možemo je izbjeći. Od razmišljanja, disanja, jedenja, pijenja i svega ostaloga u životu, čovjek je uključen u djelovanje, htio to ili ne. Svaka će vrsta djelovanja donijeti određene rezultate, s dobrim ili lošim predznakom. Dobra akcija, odnosno dobra djela donijet će dobre rezultate, a loša - loše. To je jednostavan zakon akcije i reakcije, uzroka i posljedice. Značenja su dobrog i lošega predznaka postavili ljudi s obzirom na osobna iskustva, i ona postoje samo u domeni uma (mikrokozmosa).

Za svemir takvo što ne postoji, njemu je sve dobro. Postoji jedino akcija i njezina reakcija, tj. odgovor na određeni uzrok. Taj zakon, možda pre-

3. poglavlje: KARMA I ZDRAVLJE

razboljeti. Jesmo li mi toliko slijepi i nemoćni da moramo uvijek optužiti nekog drugog za život koji nam se događa? Uvijek je lakše optužiti drugog za vlastite probleme nego smoći hrabrost i preuzeti odgovornost za svoj život. U našoj nesvjesnoj odluci kojom za sve optužujemo slučajnost, mi zapravo izbijamo najveću snagu, moć, istinu i adut iz vlastitih ruku. Mijenjamo zlato za perje. Nismo ni svjesni kako se tom našom odlukom dovodimo u ulogu žrtve, nesvjesno nošeni rijekom života, umjesto da osvijestimo činjenicu da je svatko kreator vlastitog života te preuzmemo odgovornost i kormilo nad svojim životima. Mi smo zapravo kreatori svojih života, sreće ili nesreće, zdravlja ili bolesti. Upravo svojim izborom i odlukom, podsvjesnom ili svjesnom, kreiramo vlastiti život, a sadašnje je stanje samo odraz prošlih odluka koje smo sami donijeli. Činjenica je to vrijedna pažnje, a negiranje te istine samo govori o našoj nespремnosti za preuzimanje odgovornosti za vlastiti život.

U Boga ako vjeruješ, Bog je si.

U prašinu ako vjeruješ, prašina je si.

Sri Sathya Sai Baba

Vratimo se opet malo na uvijek tako okrivljavanu “slučajnost”. Zar nije sve pre savršeno da bi bilo slučajno?! Izlazi li Sunce baš slučajno na istoku i zalazi na zapadu, pa to samo usput i nama Zemljanima odgovara?! Možda je planet Zemlja baš slučajno na idealnoj udaljenosti od Sunca (u suprotnom nas ne bi niti bilo) i možda je slučajan udio kisika u zraku koji održava život na planetu?! Takvih slučajnosti ima napretek u našem svakodnevnom životu: slučajni prolaznici, slučajni susreti i prijateljstva, slučajne odbojnosti, slučajne sreće i nesreće, slučajne bolesti, itd.

Moderni nauk, vjerujući u materijalističku filozofiju slučajnosti i negiranja svega što nije “materijalno”, dokazuje kako je materijalizam zapravo najveća epidemija koja je ikad pogodila čovječanstvo. Toj filozofiji nedostaje, ili joj je “slučajno” uskraćen osjećaj suptilnosti, osjetljivosti, otvorenosti, suosjećanja i zdravoga razuma. Kakvo je to strašno stanje umišljenosti u kojem um ne prepoznaje prst pred vlastitim nosom te vjeruje kako je on



4. poglavlje

DINAMIKA BOLESTI

4.1 GDJE GRIJEŠI KONVENCIONALNA MEDICINA?

Današnji je moderni nauk nestalan upravo zato što se bavi vanjskim svijetom, svijetom kojem je nestalnost u prirodi. Svjedoci smo neprestanog iznalaženja “novih” supstanci za koje se nakon nekog vremena ustanovi da su zapravo štetne. Istina je postala nešto što se čuva u sefovima, strogo povjerljivo. Često puta nismo pravilno obaviješteni i stvari nam se prikazuju iz jednoga kuta, te u strahu biramo nešto što nikada ne bismo izabrali da smo imali potpunu podršku, razumijevanje, suosjećanje, da smo poznavali istinu i činjenično stanje.

Jedna od aktualnih tema, koja oko sebe diže sve više prašine, pitanje je cjepiva i cijepljenja. Jedna strana diže u nebesa sve dobrobiti cijepljenja, dok druga strana, kojoj se priklanja sve veći broj stručnjaka, govori o velikim opasnostima koje vrebaju iza “običnog” cijepljenja. Uvriježeno je mišljenje suvremene medicinske znanosti da su žrtve cjepiva još uvijek u manjem broju od onih kojima je cjepivo pomoglo u prevenciji i zaštiti od akutnih zaraznih bolesti. S druge strane u Americi se pod pokroviteljstvom Narodnog informativnog centra za cijepljenje (National Vaccine Information Centre) 1997. godine održala prva međunarodna konferencija na temu cijepljenja, na kojoj su sudjelovali medicinski znanstvenici, zdravstveni radnici, odvjetnici, itd.



6. poglavlje

AYURVEDA KAO VJEČNI IZVOR NADAHNUĆA

6.1 VEDE - NASLIJEĐE CIJELOG ČOVJEČANSTVA

Ayurveda nije znanost koja je nastala sustavom pronalazaka, svakodnevnim novim otkrićima i dugotrajnim istraživanjem. Kao dio Veda, odnosno Atharva Vede, nauk ayurvede dan je čovječanstvu milošću Božjom preko niza učitelja koji su spoznali Boga (rishija) i prenošen je usmenim putem s učitelja na učenika (guru-sishya). Kao takav, on je potpun i savršen. Vidjeli smo kako svaki dio ayurvedske medicine možemo objasniti modernim jezikom. Ona je vrlo jednostavna i time bliška životu. U Vedama su sadržana sva znanja iz bilo kojeg aspekta ljudskog života, a i sama riječ veda znači sistematično i znanstveno znanje.

Postoje četiri glavne Vede i svaka obrađuje različitu tematiku:

1. Rig Veda - znanost i tehnologija
2. Yajur Veda - društveni zakoni i upravljanje
3. Sam Veda - glazba, zvuk
4. Atharva Veda – zdravstvo

6. poglavlje: AYURVEDA KAO VJEČNI IZVOR NADAHNUĆA

Darshana	Tekst	Autor	Vrijeme	Tema
Nyaya	Nyaayasutra	Gautama (ali ne Buddha)	550g. pr. K.	Pravilno razmišljanje
Vaisheshika	Vaisheshikasutra	Kanaada	3. stoljeće pr. K.	Osnovni elementi univerzuma
Sankhya	Sankhyapravacanasutra	Kapila	6. stoljeće pr. K.	Kozmička evolucija
Yoga	Yogasutra	Patanjali	3. ili 4. stoljeće pr. K.	Ljudski psihički razvoj
Mimansa	Mimansasutra	Jaimini	6. i 2. stoljeće pr. K.	Dharma i razne religijske interpretacije
Vedanta	Vedantasutra	Badarayana	5. i 2. stoljeća pr. K.	Ujedinjuje Darshane, Vede i Upanishade

12. poglavlje: TKIVNI ELEMENTI, ESENCIJE I METABOLIČKI OTROVI

sma srote) kroz koje se hrani (fizičkom, materijalnom i suptilnom hranom, odnosno energijom), opskrbljuje suptilnim energijama i rješava otpadnih tvari (nusprodukata).

DHATU	BOLEST
Rasa	anoreksija, groznica, impotencija, gubitak probavne snage, prerano sijedenje kose, prerane bore, loš okus u ustima, osjećaj težine, slabost, začepjenost kanala u tijelu, itd.
Rakta	kožne bolesti, crveni vjetar (erizipel), akne, menoragija, stomatitis, povećanje slezene, tumori, apsces, žutica, gliste, leukoderma, svrab, osip itd.
Mamsa	tumor, glaukom, bradavice, gangrena, gušavost, određeni tipovi kožnih bolesti, upale limfnih čvorova.
Meda	slatki okus u ustima, osjećaj pečenja u ekstremitetima, suhoća u ustima, suhoća grla i nepca, osjećaj pečenja u tijelu, žeđ, osjećaj umravljenosti pojedinih organa.
Asthi	zubobolja, bol u kostima, hipertrofija koštanog tkiva, patološke promjene kose i noktiju.
Majja	bol u ručnom zglobu, opća slabost, apsces malih zglobova šake.
Sukra	sterilnost, impotencija, nemogućnost stvaranja zdravih i jakih potomaka, stvaranje djece kratkog životnog vijeka i deformirane djece.



18. poglavlje

AYURVEDSKA DIJAGNOSTIKA I UZROCI BOLESTI

18.1 DIJAGNOSTIKA U AYURVEDI

Jako se može činiti kako ayurvedska dijagnostika nije moderna ili vam se čak može učiniti primitivnom, to nije tako. Ayurveda u svojim dijagnostičkim metodama koristi jednostavna sredstva same prirode iskazivanja tijela, što je zapravo najjednostavniji i najefikasniji način dijagnostike. Rekli smo kako tijelo u neravnoteži i bolesti pokazuje nekakve “simptome”. Upravo su ti simptomi različiti izrazi tijela koji nam ukazuju na sam problem. Suptilnim metodama ayurvedske dijagnostike vješt liječnik može “pročitati” razne izražaje i suptilni govor tijela. Naime, ovakve metode u sebi sadrže cjelovit pristup upravo zato jer slušaju suptilni govor tijela kako bi otkrile problem. Ayurvedskom liječniku nije potreban stetoskop, toplomjer ili tlakomjer, njemu su dovoljne jednostavne dijagnostičke metode da bi sve to vidio u suptilnom izražaju samoga tijela. Suvremena znanost sa svojom modernom tehnologijom postala je “gluha” na te izraze tijela, i otuđujući se od čovjeka, prirode i same istine, pokazuje upravo te izraze tijela kao neprijatelje protiv kojih se valja boriti. Liječnik zapadne medicine potpuno je bespomoćan bez tehnologije jer se kroz sustav školovanja naučio oslanjati na takve metode i različite fizičke instrumente. Prije propisivanja ikakve terapije, u ayurvedi se određuje prava priroda poremećaja ili bolesti. I sami znamo da bez točnog utvrđivanja pravoga problema zapravo skrećemo s puta izlječenja, a nepravilna dijagnostika, te time i krivo



20. poglavlje

ŽIVOTNI CILJEVI, VRSTE ŽIVOTA, VREMENSKI CIKLUSI, SVJETOVI I KASTE

20.1 ČETIRI GLAVNA ŽIVOTNA CILJA

Rekli smo kako je ayurvedska medicina usmjerena i na postizanje četiriju osnovnih ciljeva života. Njihovo je ispunjenje bitno na osobnoj razini, ali utječe i na cijeli kolektiv, odnosno čovječanstvo.

1. Dharma - izvršavanje dužnosti i djelovanje prema prirodnom zakonu; ti zakoni su u različitim religijama opisani kao dobra djela; isto tako pridržavanje zakona vlastite vjere (ovdje ne mislimo na dogmu).
2. Artha - akumulacija materijalnih dobara; čovjek mora raditi kako bi opstao u ovome svijetu, ali novac i bogatstvo može stjecati i slijedeći moralne zakone.
3. Kama - zadovoljavanje svjetovnih želja; ayurveda vjeruje kako su neispunjene želje uzrokom nezadovoljstva u budućem životu, te ih je potrebno ispunjavati, ali naravno u skladu s obiteljskim, socijalnim, kulturološkim i religijskim zakonima i “zabranama”, odnosno u skladu s dharmom.