

SERIE: KOMPLEMENTÄRMEDIZIN

Der Dachverband Österreichischer Ärztinnen und Ärzte für Ganzheitsmedizin (www.ganzheitsmed.at) vereinigt über 20 Ärztesellschaften aus der Komplementärmedizin, die traditionelles, modernes und wissenschaftliches Wissen in ihren Methoden anwenden. Unsere Serie stellt diese Methoden, die entweder ergänzend zur Schulmedizin eingesetzt werden oder deren „Schwächen“ ausgleichen können, allgemein und exemplarisch vor.

MEDIZIN

Maharishi-Ayurveda – Vedische Medizin

„DER SCHLÜSSEL ZUR GESUNDHEIT
liegt in uns selbst!“

AYURVEDA-MEDIZIN hat ihre Wurzeln in Indien und gilt als eines der ältesten Heilverfahren. „Ayu“ bedeutet Leben bzw. Lebensspanne. „Veda“ heißt Wissen bzw. Intelligenz. „Ayur-Veda“ übersetzt man daher im Allgemeinen mit „Wissenschaft vom Leben“. Da Ayurveda-Medizin über die Jahrtausende hinweg vorwiegend im Rahmen von Familientraditionen praktiziert wurde, gibt es auch heute noch verschiedene Schulen des Ayurveda mit unterschiedlichen Schwerpunkten. Zu den weltweit bekanntesten zählt Maharishi-Ayurveda, ein Medizinsystem, das Ayurveda auf seine ganzheitlichen traditionellen Wurzeln der vedischen Wissenschaft zurückführt und gleichzeitig westliche medizinische Standards inklusive eines umfangreichen wissenschaftlichen Studienmaterials garantiert.

ANWENDUNGSBEREICHE

Die Wiederherstellung des inneren Gleichgewichtes erfolgt – sanft, natürlich und ohne negative Nebenwirkungen – als Ergänzung zu den schulmedizinischen Therapien mit Schwerpunkten in fünf Bereichen:

- 1.) Belebung der inneren Intelligenz des Körpers – Stärkung der Selbstheilungskräfte des Organismus: Bewusstseinsentwicklung/Yoga/Transzendente Meditation
- 2.) Pulsdiagnose, Ernährung, Pflanzenheilkunde, Entschlackungskuren (Panchakarma), biologische Rhythmen, Musiktherapie, Urklangtherapie etc.
- 3.) Einflüsse aus dem Kosmos auf die Gesundheit: Vedische Astrologie/Maharishi Jyotish
- 4.) Orientierung der Städte, Häuser und Wohnräume – gesundes Bauen und Wohnen im Einklang mit der Natur: Vedische Architektur/Maharishi-Sthapatya-Veda

- 5.) Wechselwirkung zwischen individueller und kollektiver Gesundheit: Maharishi- bzw. 1%-Feld-Effekt

DIE NOTWENDIGKEIT FÜR EINE NEUE THEORIE DER MEDIZIN

Die Schulmedizin verfügt über ein hochspezialisiertes Teilwissen, das einerseits enorme Fortschritte, andererseits aber auch Probleme mit sich gebracht hat – besonders bei der Behandlung chronischer Krankheiten. Maharishi-Ayurveda ist eine traditionelle Ganzheitsmedizin, die zusammen mit der Schulmedizin das Therapieangebot für die Patienten verbessert.

„Medicus curat, natura sanat“, das Ziel der Ayurveda-Medizin ist die Aktivierung der dem Organismus innewohnenden Intelligenz der Natur („Veda“). Veda sind die Strukturen bzw. Urklänge des grundlegenden, stillen, transzendenten Bewusstseinsfeldes, das in der vedischen Wissenschaft als transzendentes Bewusstsein oder Atma, das Selbst, bezeichnet wird. Es bildet die nichtmanifeste Basis des gesamten Universums, einschließlich des menschlichen Organismus, und kann mit Hilfe der Technik der Transzendentalen Meditation erfahren werden. Maharishi-Ayurveda ist ein Gesundheitssystem, das primär auf dieser ganzheitlichen Intelligenz der Natur aufbaut.

Weisheit bzw. Intelligenz hat heilende Kraft. Ohne dass diese natürliche Intelligenz im Organismus wach ist, das heißt ohne Bewusstseinsentwicklung, kann es zu einer Verringerung der Symptome, aber nicht zu einer Heilung des Menschen kommen. Krankheit entsteht, wenn die einzelnen Teile des Organismus ihre Beziehung zur Ganzheit, zur Schaltzentrale – zur Ebene des Veda – verloren haben. Die unterbrochene Kommunikation,



die Verbindung zwischen der inneren Intelligenz und ihrem materiellen Ausdruck, dem Körper, muss wieder hergestellt werden, um eine ganzheitliche Gesundheit erreichen zu können. „Der Schlüssel zur Gesundheit liegt in uns selbst!“ Eine aktive Mitarbeit des Patienten kann den Heilungserfolg wesentlich verbessern.

Dieses neue Konzept über die Grundlagen einer Geist-Körper-Medizin konnte in den letzten Jahren durch medizinische Forschungen eindrucksvoll bestätigt werden. Es liegen über 500 neuropsychologische, immunologische, psychologische und soziologische Studien über die Technik der transzendentalen Meditation, pflanzliche Nahrungsergänzungen (Rasayanas), Entschlackungskuren (Maharishi-Pancha-Karma) und die Auswirkungen der Musiktherapie vor. Die Arbeiten wurden in anerkannten Fachzeitschriften veröffentlicht (Zusammenfassung siehe Homepage www.ayurveda.at, Kopfzeile „Ayurveda“, Navigationsleiste „Fachinformation, wissenschaftliche Studien“).

Der Schwerpunkt der Anwendung der Maharishi-Ayurveda-Medizin liegt im Bereich der Vorsorgemedizin, der Psychosomatik, Stressfolgeerkrankungen und chronischen Erkrankungen.

AUSWAHL AN TRADITIONELL UND WISSENSCHAFTLICH FUNDIERTEN INDIKATIONEN DER MAHARISHI-AYURVEDA-MEDIZIN

- im Bereich Verdauung: Verdauungsbeschwerden, Adipositas, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Obstipation, Reizdarm, Gastritis, chronisch entzündliche Darmerkrankungen, Refluxerkrankung
- im Bereich des Nervensystems: Nervosität, Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Migräne, Angstzustände, Depressionen, posttraumatisches Belastungssyndrom, M. Parkinson, multiple Sklerose
- Stoffwechselstörungen: Diabetes mellitus, metabolisches Syndrom, Fettstoffwechselstörungen, Atherosklerose
- im Bereich der Knochen- und Gelenke: rheumatische Beschwerden, Rückenschmerzen, Ischialgie, Osteoporose
- im Bereich des Herz-Kreislauf-Systems: Hyper-/Hypotonie, nervöse Herzbeschwerden (Herzrasen), Atherosklerose, Begleittherapie bei KHK, nach Myokardinfarkt und nach Bypassoperationen
- Störungen des Endokriniums: Schilddrüsenüber- und -unterfunktion, Sexualdrüsen (Fertilitätsstörungen)
- Im HNO-Bereich: chronische Sinusitis, Tinnitus
- im Bereich der Lunge: Asthma bronchiale, COPD (siehe auch Allergien)

- Im gynäkologischen Bereich: Menstruationsbeschwerden, klimakterische Beschwerden, Zysten des Eierstocks, Myome, Endometriose
- chronische Schmerzzustände: Fibromyalgie, Neuralgien
- Im Bereich der Leber: unterstützende Therapie bei Lebererkrankungen unterschiedlicher Genese
- Im Bereich der Haut: Akne, chronische Ekzeme, allergische Hauterkrankungen, Neurodermitis, Psoriasis
- Im Bereich des Immunsystems: Allergien, Autoimmunerkrankungen, rezidivierende Infektionen
- Begleitbehandlung bei Tumorerkrankungen

MAHARISHI-AYURVEDA IN DER ÄRZTLICHEN PRAXIS MIT KONSULTATION UND PULSDIAGNOSE

Die Erstordination dauert rund eine Stunde; auf der Basis der schulmedizinischen Befunde und mit Hilfe von Anamnese und Pulsdiagnose werden Störungen und Ungleichgewichte festgestellt und je nach Situation Ernährungsempfehlungen, Heilkräutermischungen, Meditation und Yoga, Musik- und Aromatherapie, ambulante Reinigungsbehandlungen etc. empfohlen.

Dr. Wolfgang Steflitsch

Literaturempfehlung:

- 1) Maharishi Ayurveda Lehrbuch in deutscher Sprache: Dr. med. E. Schrott, Dr. med. W. Schachinger; Handbuch Ayurveda, Haug Verlag, 2005, ISBN 3-8304-2106-0
- 2) Contemporary Ayurveda, Medicine and Research in Maharishi Ayurveda; Hari Sharma, Christopher Clark, Churchill Livingstone, 2000, ISBN 0-443-05594-7
- 3) Ayurveda für jeden Tag, Dr. med. E. Schrott, Mosaik Verlag (Taschenbuch)
- 4) Kochen nach Ayurveda, Dr. Karin Pirc, Wilhelm Kempe, Mosaik Verlag (Taschenbuch)
- 5) Standardwerk über den theoretischen Aspekt der Maharishi Vedischen Medizin: Human Physiology: Expression of Veda and the Vedic Literature, A Textbook of Life; T. Nader, MD, PhD, ISBN 81-7523-017-7
- 6) Traditionelles Lehrbuch des Ayurveda: Caraka Samhita, Sharma/Bhagwan Dash, Chowkhamba Sanskrit Stud., Vol. XCIV, Varanasi, India

Kontakt:

Österreichische Gesellschaft für Ayurvedische Medizin
Maharishi Vedische Medizin
1080 Wien, Piaristengasse 1/3. Stock
Tel.: 01/513 43 52, Fax: 01/513 96 60
E-Mail: lothar.krenner@aon.at
Internet: www.ayurveda.at (Gesellschaft),
www.ayurveda.at/krenner (Ordination)
www.ayurveda-produkte.at (Ayurveda Gesundheitsprodukte)

Vorstand:



Dr. med.
Lothar Krenner,
Arzt für Allgemeinmedizin



Dr. med.
Wolfgang Schachinger,
Arzt für Allgemeinmedizin



Dr. med.
Walter Mölk,
Arzt für Allgemeinmedizin

Die Österreichische Ayurvedische Gesellschaft bietet eine fundierte Postgraduate-Ausbildung in Maharishi-Ayurveda-Medizin für Ärztinnen und Ärzte an (Modulsystem, gesamt ca. 1.500 Unterrichtsstunden).



© Lothar Krenner (4)