



VERBAND SCHWEIZER AYURVEDA-MEDIZINER & -THERAPEUTEN
ASSOCIATION SUISSE DES PRATICIENS EN MÉDECINE & THÉRAPIE AYURVÉDIQUE
ASSOCIAZIONE SVIZZERA DEI PROFESSIONISTI IN MEDICINA & TERAPIA AYURVEDICA

Methodenidentifikation Ayurveda Therapie

Version: Januar 2020

KURZBESCHREIB DER METHODE

Der **Ayurveda** (Sanskrit: Ayus = Leben, Veda = Wissen), das **Wissen vom Leben**, stammt aus der vedischen Hochkultur Indiens und gilt als das älteste Gesundheitssystem der Welt. Seine Basis ist das zeitlose Wissen der Einheit des Menschen mit der Natur. Der Mikrokosmos wird als Abbild und untrennbarer Teil des Makrokosmos verstanden. Auch Laien können die Zusammenhänge schnell nachvollziehen.

Der Ayurveda ist von der Weltgesundheitsorganisation WHO nicht nur als weltweites Medizinsystem anerkannt, sondern die im 2010 von der WHO veröffentlichten Richtlinien zu Berufsausbildungen in Ayurveda entsprechen den neuen Berufsprofilen „Komplementärtherapeut Ayurveda Therapie“ und „Naturheilpraktiker Ayurveda-Medizin“ in der Schweiz (Detail siehe unter Punkt 10).

Für 70% der indischen Bevölkerung, und somit für einen Sechstel der Weltbevölkerung, ist der Ayurveda immer noch das aktuell genutzte Gesundheitssystem. Allein die grösste Standesorganisation der traditionellen Ayurveda Ärzte in Indien zählt rund 300'000 Mitglieder.

Der Ayurveda betrachtet jeden Menschen als einzigartig und geht davon aus, dass jeder Klient eine individuelle Behandlung braucht.

In der Ayurveda Therapie beruht der angestrebte Genesungsprozess in erster Linie auf der Wiederherstellung des Gleichgewichts der **drei bio-energetischen Funktionsprinzipien (dosha)**, bezeichnet als Vata, Pitta und Kapha. Dies nicht, indem sie aufeinander abgestimmt werden, sondern indem jedes Prinzip in sich selber ausgeglichen funktioniert.

Unterschiedliche Anteile der drei Funktionsprinzipien legen in jedem Menschen seit Geburt auf geistig-seelischer und körperlicher Ebene die Grundkonstitution oder den Konstitutionstypen fest. Dieselben drei Prinzipien definieren, und zwar im gleichen Masse, die physiologischen und pathophysiologischen Abläufe in jedem Organismus. Der Ayurveda kennt eine hohe Systematik in der Beurteilung von Gesundheit und Krankheit, welche auf einer detaillierten Definition von Gesundheit gründet:

„Der Mensch, dessen Wirkprinzipien (dosha) im Gleichgewicht sind, dessen Verdauungskraft (agni) gut ist, dessen Ausscheidungen (mala) und Gewebe (dhatu) normal funktionieren und dessen Seele (atma), Geist (manas) und Sinne (indriya) sich in dauerhaftem Glück befinden, wird als gesund bezeichnet.“ (Susruta Samhita, Sutrasthana, IV.41)

Gleiche oder ähnliche Krankheitsbilder werden individuell von verschiedenen Störungen der Funktionsprinzipien bedingt und deshalb auf individuell angepasste Weise behandelt.

Die KomplementärTherapeutin und der KomplementärTherapeut Ayurveda Therapie hilft dem Klienten im Therapieprozess die verschiedenen Aspekte von Gesundheit und Krankheit besser zu verstehen, aufgetretene physiologische Störungen zu beseitigen und in Zukunft zu vermeiden. Neben der wichtigen **geistig-seelischen Begleitung** (siehe 6.2.2.3) setzt er das Wissen individuell angepasster **Ernährung (inklusive Gewürze) und Lebenshygiene** (siehe 6.2.2.2) ein und wendet differenzierte **manuelle Teil- und Ganzkörper-Behandlungen** (siehe 6.2.2.1) an. Diese werden entweder trocken oder unter Verwendung von Ölen, Pulvern und Pasten durchgeführt (siehe 6.2.2.1.2).

Die ganze therapeutische Arbeit verlangt einen individuell abgestimmten **Umsetzungsprozess** über eine individuell definierte Anzahl von Konsultations- und Therapiestunden. Dabei werden die zeitlichen und räumlichen Vorgaben des Klienten berücksichtigt. Die ayurvedischen Prinzipien sind angepasst auf die loko-regionalen und europäischen Verhältnisse.