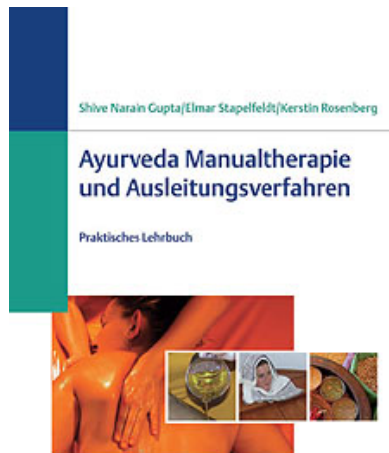


Gupta, Stapelfeldt, Rosenberg Ayurveda Manualtherapie und Ausleitungsverfahren

Leseprobe

[Ayurveda Manualtherapie und Ausleitungsverfahren](#)

von [Gupta, Stapelfeldt, Rosenberg](#)



 Haug

<http://www.narayana-verlag.de/b3658>

Das Kopieren der Leseprobe ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH

Blumenplatz 2

D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Fax +49 7626 9749 709

Email info@narayana-verlag.de

<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.


Narayana Verlag

Vorwort

Das folgende Vorwort ist nicht im herkömmlichen Sinne geschrieben, sondern entspringt einem tiefen Gefühl der Verbundenheit mit den Studenten und Freunden des Ayurveda.

In den letzten elf Jahren ist es uns über die Plattform der Europäischen Akademie für Ayurveda in Birstein gelungen, eine wachsende Gemeinschaft von Ayurveda praktizierenden Ärzten, Heilpraktikern und Therapeuten in deutschsprachigen Ländern zu formen. Ayurveda befindet sich hier weiterhin im Pionierstadium und die deutsche Literatur über dieses Heilsystem ist selten gut recherchiert. Dies gilt auch für den Bereich der Ausleitungsverfahren (*pañca-karma*) und der Manualtherapie. Die beste Quelle für Ayurveda sind die klassischen Texte, doch nicht jedem sind diese zugänglich. Auch sind die Informationen in den Klassikern sehr verstreut und in ungewohnte Formulierungen gefasst, sodass der Bedarf an einem übersichtlichen und verständlichen Werk zu diesen Spezialthemen besteht.

Doch viel drängender ist die Frage, ob das alte Wissen des Ayurveda in der heutigen Zeit überhaupt noch gebraucht wird? Hat es seine Berechtigung neben der rapide voranschreitenden Entwicklung der modernen Medizin mit ihren erstaunlichen Errungenschaften? Diese Frage wird von der allgemeinen Bevölkerung beantwortet: Die wachsende Nachfrage nach Ayurveda zeigt, dass die moderne Wissenschaft etwas vermissen lässt. Zwar nimmt unser Leben dank technischen Fortschritts an Bequemlichkeit zu; auch die Lebenserwartung steigt. Jedoch spürt der Mensch, dass die Qualität des Lebens eher abnimmt. Er findet keinen inneren Frieden; Ängste und Einsamkeit überwiegen. Auch von der Medizin fühlt man sich oft als Ansammlung seiner Organe und nicht als ganzer Mensch gesehen. Einerseits entfernt sich somit die Menschheit immer mehr von der Natur; andererseits zieht es sie zu ihr zurück. Hierher rührt wohl die Faszina-

tion, die das naturnahe Gesundheitssystem des Ayurveda auf den modernen Menschen ausübt.

Ayurveda – „das Wissen vom Leben“ – schöpft aus einer Jahrhunderte, ja Jahrtausende alten Geschichte von Erfahrungen. Er hat diejenigen Konzepte und Maßnahmen bewahrt, die das menschliche Leben dauerhaft glücklich und angenehm machen. Selbst wenn der Ayurveda als das traditionelle Heilsystem Indiens gilt, so ist er doch ein globales System. Indien umfasst seit jeher viele klimatische Zonen und unterschiedlichste Kulturen. In der Zeit der Entstehung des Ayurveda vor mehreren tausend Jahren waren die soziokulturellen Umstände vielleicht andere als heute, die Impulse des Lebens tief im Menschen jedoch waren zu allen Zeiten die gleichen. Die Natur des Menschen hat sich nicht geändert und selbst in der heutigen Zeit lässt sie sich mithilfe der ayurvedischen Lehre verstehen und zur Heilung führen. Die ayurvedischen Grundsätze wurden nach langer, intensiver Beobachtung der Natur von Persönlichkeiten aufgestellt, deren Wahrnehmungsfähigkeiten außergewöhnlich waren. Sie erfassten die Wurzeln des Lebens und seiner Gesetze, sodass die ayurvedischen Grundsätze für alle Zeit Gültigkeit besitzen. Diese Beobachtungen sind nicht leicht in Worte zu fassen; die Formulierungen erscheinen auf den ersten Blick obskur. Doch widmet man sich ihnen, so können nicht nur Menschen auf der Suche nach wahrer Gesundheit von ihnen profitieren, selbst die moderne Wissenschaft kann aus ihnen profunde Erkenntnisse schöpfen.

Besonders in den deutschsprachigen Ländern Europas ist die Nachfrage nach Ayurveda sehr groß. Viele Menschen engagieren sich, ihm eine für hiesige Umstände angemessene Form zu geben. Seine Popularität nimmt zu und somit wächst auch die Verantwortung, die seine Vertreter tragen. Leider wurde und

wird dieses Interesse an Ayurveda durch egoistische Motive oft ausgenutzt, wodurch Form und Ansehen des Ayurveda leiden. Wir hingegen möchten dem Vertrauen, das uns durch das Interesse an Ayurveda entgegengebracht wurde, mit Offenheit danken und unser sämtliches Wissen ohne Vorbehalte teilen. Mögen die wissenschaftlichen und philosophischen Erkenntnisse des Ayurveda dazu beitragen, die Probleme der Menschen zu lösen und ihr Leben freudvoller und schöner zu gestalten.

Der Begriff *pañca-karma* löste in den modernen Industrienationen besondere Faszination aus. Oft allerdings wurde er missverstanden und als eine Handvoll angenehmer Ölanwendung zur Entspannung und Wellness fehlinterpretiert. Der Ölstirnguss mutierte quasi zum Inbegriff und Symbol nicht nur von *pañca-karma*, sondern von Ayurveda allgemein. Tatsächlich handelt es sich bei *pañca-karma* jedoch um ein einzigartiges und hocheffizientes Konzept, um tief verwurzelte schadhafte Akkumulationen aus dem Körper zu beseitigen. Durch eine solche Ausleitung werden sämtliche Funktionen des Körpers entlastet und Kräfte zur Selbstheilung entfesselt. So zeigt sich *pañca-karma* als hilfreich selbst bei komplizierten Erkrankungen, bei denen andere Verfahren oft versagen.

Im Gesamtkonzept von *pañca-karma* greifen manuelle therapeutische und drastisch ausleitende Verfahren ineinander. Beide Ansätze klassifiziert der Ayurveda als „reinigende“ (*parimārjana*) Eingriffe. Dabei wirkt die Manualtherapie äußerlich (*bahih*) über die Körperoberfläche. Die drastischen Ausleitungen, die im engeren Sinn als *pañca-karma* bezeichnet werden, reinigen innerlich (*antah*) über die Schleimhäute hauptsächlich des Magendarmtrakts. Da beide Ansätze reinigende Funktion besitzen, da sie beide im Rahmen eines Gesamtkonzepts genutzt werden und angesichts der falschen öffentlichen Auffassungen für diese Ansätze Differenzierungsbedarf besteht, bilden sie die zentralen Themen dieses Buches und werden nebeneinander dargestellt.

Im J.S. Ayurveda College Nadiad im Nordwesten Indiens hat S.N. Gupta Tausende von Patienten in den letzten zwanzig Jahren mit *pañca-karma* behandelt. Er wurde Zeuge erstaunlicher Erfolge selbst bei Erkrankungen, bei denen die Schulmedizin wenig auszurichten vermochte. Seit einigen Jahren führt er zusammen mit Elmar Stapelfeldt diese Verfahren in adaptierter Form auch in Deutschland durch. Elmar Stapelfeldt und Kerstin Rosenberg schöpfen zudem aus reichhaltigen Erfahrungen im ambulanten Umgang mit Ayurveda in Deutschland. Das vorliegende Buch ist der Versuch, die alten Behandlungsansätze und -prozeduren auf der Grundlage dieser praktischen Erfahrung zu erklären.

Die inhaltliche Grundlage bilden die klassischen Ayurveda-Texte, vorrangig die *Cara-ka-Samhitā*. Zur Absicherung unserer Aussagen wird sie häufig zitiert, wobei die Übersetzungen aus dem Sanskrit nicht wörtlich sind, sondern die praxisrelevante Essenz wiedergeben. Wo immer unsere eigenen Meinungen und Erfahrungen beschrieben werden, ist dies gekennzeichnet. Für die Manualtherapie allerdings gibt es außer den Indikationen wenige klassische Referenzen, so dass sich diese Differenzierung hier kaum durchführen ließ. Die meisten Erklärungen der klassischen Ansätze stammen von S.N. Gupta, die sich aus seiner Erfahrung bei der Umsetzung der alten Verfahren im modernen Indien herauskristallisiert haben. Elmar Stapelfeldt und Kerstin Rosenberg sind verantwortlich für Konzeption und Formulierungen. Besonders wichtig war ihnen dabei, Lösungsmöglichkeiten für die Probleme zu liefern, die bei der Adaption an hiesige Umstände entstehen können. Das Buch beinhaltet eine Fülle an praktischen Informationen, Tipps und Varianten für die Durchführung der Verfahren.

Es beginnt mit einer Einführung in die Lehre des Ayurveda (Kapitel 1) von S.N. Gupta und Elmar Stapelfeldt. Die für die folgenden Kapitel relevanten Themen wurden betont. Es schließt sich das Thema Manualtherapie (Kapitel 2) von

Kerstin Rosenberg an. Die hier beschriebenen Massagetechniken werden seit vielen Jahren an der Europäischen Akademie gelehrt und für die Bedürfnisse hiesiger Patienten modifiziert. Dank der wertvollen Unterstützung der erfahrenen Ayurveda-Therapeuten Siegfried und Violetta Heilscher und Anja Pennemann sowie durch umfangreiches Bildmaterial und eigene Einschätzungen der psychischen Komponente der Behandlungen erhält dieses Kapitel einen besonderen Reiz. Den zweiten thematischen Schwerpunkt bilden die klassischen Ausleitungsverfahren (Kapitel 3). Elmar Stapelfeldt passt hier die Erfahrungen von S.N. Gupta präzise dem Bedarf in einer modernen Naturheilpraxis an. Abgerundet wird das Werk durch den umfassenden Anhang, der den Umgang mit dem Werk und die Durchführung seiner Inhalte erleichtern (Glossar, Register, Adressen, Heilpflanzen, Aussprache der Fachbegriffe, Literatur).

Geschrieben wurde das Werk für ausgebildete Ayurveda-Therapeuten sowie Heilprak-

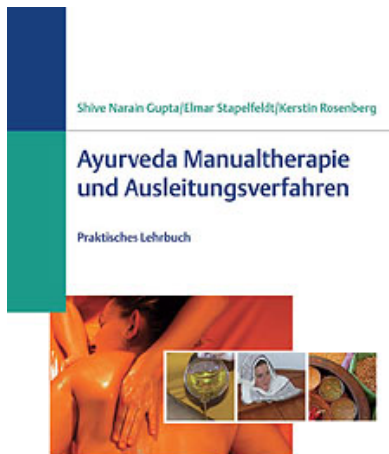
tiker und Ärzte, die mit Ayurveda behandeln. Es dient als Nachschlagewerk, Praxisleitfaden und Lehrbuch, ersetzt jedoch nicht die praktische Ausbildung.

In der schulmedizinischen Literatur finden sich nur wenige Informationen über die dargestellten Verfahren, da sie in der Moderne nicht mehr praktiziert werden. Nichtsdestotrotz haben wir uns bemüht, die Methoden so logisch und wissenschaftlich wie möglich darzustellen. Anregungen und Kritik sind den Autoren sehr willkommen, damit das Verständnis des alten Wissens noch klarer und praxisbezogener werde.

Ein gesundes und glückliches Leben wünschen den Lesern dieses Buches

Birstein, im Frühjahr 2006

S.N. Gupta, Elmar Stapelfeldt und Kerstin Rosenberg



Gupta, Stapelfeldt, Rosenberg

[Ayurveda Manualtherapie und
Ausleitungsverfahren](#)

Praktisches Lehrbuch

299 Seiten, geb.
erschienen 2006



 Haug

Mehr Homöopathie Bücher auf www.narayana-verlag.de