

Die Medizin der Zukunft - Teil 1

Vedische Medizin. In dieser zweiteiligen Serie wird die Maharishi Vedische Medizin als eine traditionelle Vertreterin der Ganzheitsmedizin vorgestellt.

Von Lothar Krenner

Die zunehmenden Problembereiche in unserem Gesundheitssystem zeigen die dringende Notwendigkeit einer Erweiterung des medizinischen Weltbildes an. Ärztliches Handeln muss zurückfinden zu einem ausgewogenen Verhältnis zwischen Medizin als Wissenschaft und Medizin als Heil-Kunst. Als Ziel entwickelt sich eine neue Form von Medizin, die sich unter den Begriffen Ganzheitsmedizin, bzw. Integrative Medizin etabliert.

Das große Potenzial der Medizin, das sich in erster Linie in dem umfangreichen Wissen der ärztlichen Komplementärmedizin findet, muss mit der konventionellen Schulmedizin in einem fairen Miteinander und einem sich gegenseitig unterstützenden Arbeiten gleichrangig in das gegenwärtige Gesundheitssystem integriert werden. Diese ganzheitliche Anwendung unterschiedlicher medizinischer Konzepte führt zu einer nachgewiesenen Verbesserung im Bereich der Prävention, zu einer Steigerung der Therapieeffekte und einer Reduzierung der Nebenwirkungen bei der Behandlung chronischer Erkrankungen, damit zu einer Reduktion der Kosten im Gesundheitswesen und zu einer Abnahme von Stressbelastungen der im Gesundheitsbereich tätigen Menschen.

Ganzheitsmedizin ist der Schlüssel

Die gegenwärtige Situation der Medizin zeigt, dass es nicht sinnvoll ist Teilbereiche des zur Verfügung stehenden medizinischen Wissens als absolut und ausreichend zu definieren und andere Bereiche auszuschließen; es kann nur eine Medizin geben in der die verschiedenen Aspekte des „Wissens über das Leben“, das gesamte Knowhow über das Gesund-sein und Gesund-werden, integriert sind – diese eine Medizin ist Ganzheitsmedizin; sie ist der Schlüssel zu einem modernen, effizienten und Patienten-orientierten Gesundheitssystem.

Wenn Medizin wieder zu ihrer eigentlichen Aufgabe zurückkehren soll, nämlich Menschen zu heilen, d. h. sie (wieder) „ganz zu machen“, muss sie sich zu einer Ganzheits- bzw. integrativen Medizin entwickeln.

Maharishi Vedische Medizin

In dem vorliegenden Beitrag wird als Beispiel einer klassischen ganzheitsmedizinischen Methode die Vedische Medizin, einschließlich Ayurveda kurz beschrieben. Dieses Medizinsystem ist jahrtausendealt und gleichzeitig hochmodern. Ihr Konzept besteht darin, dass die Grundlage des Lebens und die Grundlage unserer Physiologie nicht materiell ist, sondern ein abstraktes Intelligenz-, bzw. Bewusstseinsfeld – es wird als „Veda“ definiert. Geist, Körper und Umwelt sind sekundäre Ausdrucksformen, bzw. Manifestationen dieses Bewusstseinsfeldes. Dieses Konzept einer Bewusstseins-

basierten Medizin kann als Basis dienen für eine moderne Medizin der Zukunft – eine Ganzheitsmedizin im eigentlichen und besten Sinn.

Vedische Medizin zählt zu den ältesten Gesundheitssystemen der Welt und hat ihren Ursprung in Indien – dem Land des Veda. „Veda“ bedeutet „Wissen“; es ist die Weisheit der Natur, die dem Leben innewohnt und das gesamte Universum leitet. Man versteht darunter die Gesamtheit aller Naturgesetze, die das manifeste Universum von einem unmanifesten einheitlichen Feld aus verwalten (Hagelin 1987).

Wesentliche Teile dieses auch als „Mutter der Heilkunde“ bezeichneten Gesundheitssystems gingen im Laufe der Jahrtausende verloren. Der Vedische Gelehrte Maharishi Mahesh Yogi hat in Zusammenarbeit mit führenden indischen Ayurveda-Ärzten und westlichen Medizinerinnen und Naturwissenschaftlern dieses Gesundheitssystem in der klassischen, ganzheitlichen und gleichzeitig modernen Form der Maharishi Vedischen Medizin wiederbelebt. Der im Westen bekannteste Aspekt nennt sich Ayurveda.

Bewusstseins-basierte Medizin

Die Vedische Wissenschaft ist die Grundlage der Vedischen Medizin; sie ist die Wissenschaft des Bewusstseins – der Bewusstseinsentwicklung, Bewusstseinsentwicklung und der Bewusstseinsforschung. Das, was die DNA auf materieller Ebene für den Körper ist, ist der Veda auf der unmanifesten transzendenten Ebene für das gesamte Universum – einschließlich der menschlichen Physiologie. Veda ist nicht in Büchern zu finden; es ist keine Philosophie und keine Religion, Veda sind die Urschwingungen des transzendenten Grundzustandes des Bewusstseins – die Vedische Wissenschaft ist die Wissenschaft der ganzheitlichen Intelligenz der Natur, der Grundgesetzmäßigkeiten des Lebens (Abb. 1).

Die Vedischen Urklänge des Lebens sind von Vedischen Sehern (Rishis und Maharishis) im eigenen stillen Grundzustand des Bewusstseins geschaut und als Veda und Vedische Literatur in hörbare Klänge (Mantren) und Sprache ausgedrückt worden. Das Ziel der Maharishi Vedischen Medizin ist daher die Belebung der inneren Intelligenz der Physiologie – des Veda – und damit verbunden die Optimierung der „Kommunikation“ zwischen dem Veda, dem „Bauplan“, und deren materiellem Ausdruck, der Physiologie, dem „Bauwerk“.

In einem Standardwerk beschreibt der Neurophysiologe Dr. Tony Nader, MARR, die Grundlagen der Maharishi Vedischen Medizin, u.a. welche Urklänge des Veda und der Vedischen Literatur sich in den spezifischen Organen und Organsystemen der menschlichen Physiologie manifestieren; daraus leitet sich die Vedische Urklangtherapie ab.

Die Vedische Wissenschaft geht davon aus, dass individuelles und kollektives Bewusstsein die alles entscheidenden Faktoren für die Entstehung und Erhaltung von Gesundheit sind. In diesem umfassenderen Ver-



Dr. Lothar Krenner

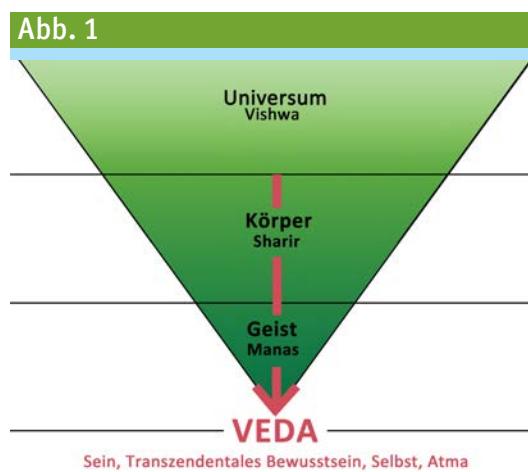
Arzt für Allgemeinmedizin, Österr. Ärzte-Gesellschaft für Ayurveda - Maharishi Vedische Medizin, Sekretär des Österreichischen Dachverbandes für ärztliche Ganzheitsmedizin; Vortragender für Ayurveda am FH-Campus Wien; Mitglied der Internationalen Maharishi Ayurveda Stiftung – IMAVF

© Foto Prudlo, Wien

Kongress

Ganzheitliche Schmerztherapie

25. – 26. September 2020
Sigmund Freud Privatuniversität Wien
Informationen und Anmeldung:
<http://www.ganzheitsmed.at/index.php/dv-kongress-2020>



Veda sind die unmanifesten Grundstrukturen der absoluten, transzendenten Lebensebene; sie wird auch als Atma, oder das kosmische Selbst bezeichnet.



Buchtipps

M. Frass, L. Krenner Hrsg.
Integrative Medizin - Evidenzbasierte komplementärmedizinische Methoden
Springer Verlag 2019 1. Aufl., 1124 S., 268 Abb.
eBook: ISBN 978-3-662-48879-9 Hardcover: ISBN 978-3-66248878-2
Weitere Informationen und Bestellung: www.springer.com

ständnis besitzt Bewusstsein nicht nur jene uns vertraute Oberflächen-Dimension, in der die veränderliche Welt des Denkens und Fühlens angesiedelt ist, sondern es umfasst auch einen abstrakten, ganzheitlichen und unveränderlichen Basisbereich, der als Transzendentales Bewusstsein definiert wird.

Dieser Bereich ist noch jenseits des von der Freud'schen Tiefenpsychologie erfassten „Unbewussten“ und bildet die vollkommen harmonische „transpersonale“ Quelle aller Gedanken und Gefühle, sowie aller Kreativität und allen Verhaltens.

Bewusstsein und das in seiner Tiefen-Dimension enthaltene kreative Potential des Naturgesetzes ist somit die Bedingungs-Ebene für unsere individuelle und kollektive Gesundheit. Um die innerste, transzendente Bewusstseins-Ebene zu erfahren und zu beleben beinhaltet die Vedische Wissenschaft entsprechend den 40 Qualitäten des Transzendenten Bewusstseins, 40 Disziplinen mit den spezifischen Bewusstseinstechnologien. Unter dem Überbegriff „Vedische Medizin“ werden die Disziplinen des Yoga (Transzendente Meditation und Hatha Yoga), der Vedischen Astrologie (Maharishi Jyotish und Yajya), der Vedischen Architektur (Maharishi Sthapatya-Veda) und vor allem Ayurveda zusammengefasst.

Das Ziel der Vedischen Medizin

Auf dieser transzendenten Ebene des Grundzustandes des Bewusstseins ist das gesamte Know-how über ein harmonisches, gesundes Funktionieren aller Lebensvorgänge gespeichert – der Veda. Jeder Mensch trägt in sich die effizienteste und kostengünstigste Art von „Apoptheke“, „Arzt“ und „Therapeut“. Das primäre Ziel der Vedischen Medizin ist es, die Selbstheilungskraft des Organismus zu stärken. Veda ist ein Reservoir von unendlicher Energie und Intelligenz an der Basis des Bewusstseins jedes Menschen; das gesamte Knowhow für perfekte Gesundheit steht jedem Menschen auf dieser Ebene zur Verfügung.

Die Haupt-Ursache für die Entstehung von Krankheiten wird als Pragma paradha bezeichnet – der Fehler des Intellekts. Pragma paradha bedeutet, dass die bewusste Rückverbindung zur transzendenten Lebensebene – seinem innersten Selbst – blockiert ist. Diese grundlegende Blockade aufzulösen ist das primäre Ziel der Vedischen Therapien.

Der multimodale Therapieansatz des Maharishi AyurVeda

Die Vedischen Therapien beinhalten das „Öffnen“, „Durchgängigmachen“ der einzelnen Ebenen der Persönlichkeit und die Rückverbindung mit der innersten transzendenten Lebensebene, dem Selbst oder Atma. Einer der klassischen Definitionen für Gesundheit lautet daher „Swasthya“, „im Selbst gegründet sein“.

Das Außerachtlassen dieser transzendenten Lebensebene ist der große Schwachpunkt unserer gegenwärtigen Mainstream-Wissenschaft. Entsprechend der Vedischen Medi-

zin ist diese transzendente Lebensebene die Grundlage, bzw. die Basis für umweltbezogene, soziale, körperliche und geistige Gesundheit; Maharishi Vedische Medizin umfasst alle Bereiche des Naturgesetzes und harmonisiert alle Ebenen der Gesundheit; sie beinhaltet ein umfassendes Wissen über vollkommene, ganzheitliche Gesundheit.

Drei relative und eine absolute Lebensebene

Die ayurvedischen Therapien setzen auf den drei relativen Lebensebenen der Umwelt, des Körpers, des Geistes, sowie auf der absoluten, transzendenten Ebene des Selbstes an (Atma). Da die wichtigste Therapieform darin besteht, die transzendente Lebensebene zu erfahren, zu beleben und damit die „Kommunikation“ zwischen den relativen Lebensebenen und der absoluten Ebene des Veda zu optimieren, ist der Prozess des Transzendierens der zentrale therapeutische Vorgang. Neben der Technik der Transzendenten Meditation und dem Wissen der Vedischen Astrologie (Maharishi Jyotish) und der Vedischen Architektur (Maharishi Sthapatya-Veda), beinhaltet die Vedische Therapie vor allem individuelle Verhaltens- und Ernährungsempfehlungen – abgestimmt auf die Konstitution (Prakriti, Vikriti), den Zustand des Verdauungssystems und der Verdauungskraft (Agni), sowie Nahrungsergänzungen auf Kräuterbasis, Gewürze, Tees, Kräutermassageöle, Marmatherapie (sanfte Behandlung spezieller Energiepunkte), Aromatherapie, Musiktherapie, Vedische Urklangtherapie, Vedische Vibrationstechniken, Lichttherapie mit Edelsteinen und umfangreiche Reinigungsbehandlungen (Maharishi Panchakarma).

Studien

Ayurveda und speziell die Technik der Transzendenten Meditation gehören zu den am besten wissenschaftlich untersuchten Methoden im Bereich der Komplementärmedizin. Z.B. hat die amerikanische Kardiologengesellschaft (American Heart Association, AHA), neben Biofeedback, aufgrund des vorliegenden Studienmaterials, die Anwendung der traditionellen Yoga-Meditationstechnik, Transzendente Meditation, zur komplementären Behandlung von Hypertonie-Patienten empfohlen (1).

Die Zeit ist reif

Es gilt, ein neues ganzheitliches Weltbild in die Medizin zu integrieren und damit die Basis zu schaffen für ein zukunftsfähiges, modernes Gesundheitssystem, dessen Schwerpunkt die Verhütung von Krankheiten sowie eine nebenwirkungsarme Behandlung chronischer Erkrankungen ist. Es wäre dies zum Wohle aller Menschen und böte die einzig wirksame Möglichkeit, die zunehmenden Probleme im Gesundheitssystem dauerhaft in den Griff zu bekommen.

Die Zeit ist reif für ein neues ganzheitliches Weltbild – auch und besonders in der Medizin. ■

Korrespondenz und weitere Informationen:

Dr. Lothar Krenner, Arzt für Allgemeinmedizin
E-Mail: lothar.krenner@ayurveda.at
www.ayurveda.at; www.meditation.at;
www.ganzheitsmed.at; www.imavf.org

Literatur:

1 Brook et al.; Hypertension, 2013; 61:1360-1383