

# Internationaler Ayurveda Kongress

## „Bewährte wissenschaftlich überprüfte Lösungen für Gesundheitsprobleme unserer Zeit“

11. - 12. April 2015, Roermond, Niederlande

Kongressbericht von Dr. Lothar Krenner

Österreichische Ärzte-Gesellschaft für Ayurvedische Medizin

Mehr als 500 Teilnehmer aus 49 Ländern folgten der Einladung der International Maharishi AyurVeda Foundation zum Internationalen Ayurveda Kongress ins Theater Hotel de Orangerie in Roermond, Holland. Auf einer der größten Versammlungen von Ayurveda-Experten außerhalb Indiens diskutierten namhafte indische und westliche Ärzte und Wissenschaftler über ihre

Form des Ayurveda hat sich inzwischen in Fachkreisen als Maharishi AyurVeda, bzw. Maharishi Vedische Medizin etabliert.

Auf der Grundlage dieser Entwicklung bekommt die Ayurveda Medizin in den letzten drei Jahrzehnten zunehmende weltweite Aufmerksamkeit. Mit über 500.000 praktizierenden Ärzten in Indien ist der Ayurveda neben der traditionellen chinesischen Medizin

deutlich. Der Untertitel auf der Kongress-Einladung lautete: „Bewährte, wissenschaftlich überprüfte Lösungen für die Gesundheitsprobleme unserer Zeit - Ayurveda für eine gesunde Welt“.

Die zwei größten Ayurveda Organisationen Indiens (All India Ayurvedic Congress, AIAC und International Academy of Ayurveda, IAA) haben gemeinsam mit der International Maharishi

A y u r V e d a Foundation (IMAVF) den Kongress organisiert. Den Kongressvorsitz führten die Präsidenten dieser Organisationen: Padma Bhushan Vaidya Dr. Devendra Triguna, Präsident des All India Ayurvedic Congress und Prof. Dr. Subhash R a n a d e, Präsident der

Tony Nader, M.D., Ph.D. sprach in seinem Hauptvortrag über „Ganzheit in der Gesundheit“ - „Health is Wholeness“. Diese Ganzheit in jedem Menschen zu entfalten, ist die ureigenste Aufgabe jedes Arztes.

„Veda“ ist der Begriff für dieses ganzheitliche Wissen; es ist die Weisheit der Natur, die dem Leben innewohnt und das gesamte Universum „verwaltet“. Es handelt sich daher bei diesem Jahrtausendealten Medizinsystem nicht ausschließlich um medizinisches Wissen in einem für uns im Westen gewohnten Sinne (Arzttherapiert Patient). Vielmehr geht es darum, mittels bestimmter „Werkzeuge“ (allen voran spezieller Meditationstechniken) die in jedem Menschen innewohnende Weisheit zu wecken. Veda – diese ganzheitliche Intelligenz der Natur ist auf der transzendenten Ebene des Organismus gespeichert und kann von dort aus aktiviert werden. In diesem

lebendig ist, d.h. der Mensch im Selbst gegründet ist.

Die wissenschaftlichen Arbeiten von Dr. Nader haben bestätigt, dass die menschliche Physiologie ein direkter Ausdruck des Veda und der Vedischen Literatur ist. Es besteht eine direkte Beziehung zwischen der Struktur und Funktion der Vedischen Urklänge und der Struktur und Funktion der menschlichen Physiologie - unser Körper ist manifestiertes Bewusstsein (Human Physiology - Expression of Veda and the Vedic Literature, T. Nader, M.D., Ph.D., ISBN 90-71750-14-0). In jedem Menschen ist das gesamte Know-how (die Gesamtheit aller Naturgesetze) über die gesunde Funktionsweise des menschlichen Organismus auf der Ebene Transzendentalen Bewusstseins gespeichert - Ayurveda ist Bewusstsein-basierte Medizin. Wenn wir in der modernen westlichen Medizin von den großen Fortschritten sprechen, die durch die Basiswissenschaften wie z.B. Genetik, Biochemie und Pharmakologie entstanden sind, so müssen wir gleichzeitig erkennen, dass im ganzheitlichen Wissen der Vedischen Wissenschaft das vollständige Wissen über alle Lebensvorgänge im gesamten Universum zur Verfügung stehen - Veda ist die „transzendente Ur-Genetik“ des Lebens an sich.

Und diese Erkenntnisse haben weitreichende Auswirkungen auf die Therapie. Die Belebung des Veda in der menschlichen Physiologie wird durch unterschiedliche Ansätze erreicht:

- 1.) Direkte Erfahrung Transzendentalen Bewusstseins im Speziellen mit Hilfe der Technik der Transzendentalen Meditation
- 2.) Die Veda-Ebene anregende Therapieansätze, wie z.B.:
  - Vedische Urklangtherapie
  - Vedische Vibrations-technik



Abb. 1

Vaidyaraj Sunil Patil, President of Vanoushadhi Vidhyapeeth, Kolhapur, India  
Copyright: Juha Siika-aho/MERU

Erfahrungen aus der Praxis und ihre Forschungsarbeiten.

Auch das indische Ministerium für Ayurveda, Yoga und Naturheilkunde (AYUSH) entsandte eine dreiköpfige Delegation unter der Leitung von Staatssekretär Mr. Anurag Srivastava.

Ayurveda Medizin ist ein natürliches, Nebenwirkungsfreies, Vorsorge-orientiertes und ganzheitliches Gesundheitssystem des alten Indiens. Es hat eine Jahrtausende-alte Tradition und wird auch als „die Mutter der Heilkunde“ bezeichnet. Durch die bedeutende Arbeit des Vedischen Gelehrten Maharishi Mahesh Yogi in Zusammenarbeit mit ayurvedischen Ärzten Indiens und westlichen Medizinern wurde Ayurveda auf seine traditionellen Wurzeln zurückgeführt und von mystischem Beiwerk befreit. Diese moderne, ganzheitliche und Evidenz-basierte

das am weitesten verbreitete Naturheilverfahren.

Als vor knapp 30 Jahren die Ärztesgesellschaft für Ayurveda (Maharishi Vedische Medizin) in Österreich gegründet wurde, war der Begriff auch in Medizinerkreisen größtenteils unbekannt.

Dies hat sich inzwischen deutlich geändert - Ayurveda ist „in“ geworden. Auch hat es sich herumgesprochen, dass Ayurveda weit mehr ist, als eine Modeerscheinung der „Wellness Generation“. Die ayurvedische Medizin hat sich als ganzheitliches und präventiv orientiertes Gesundheitssystem profiliert - und dies wurde u.a. auch auf dem Kongress in Roermond

International Academy of Ayurveda. Dr. Rainer Picha, Kardiologe aus Österreich und Vorsitzender der International Maharishi AyurVeda Foundation repräsentierte die westlichen Ayurveda-Ärzte.

Der Schirmherr des Kongresses, der Neurophysiologe

Zusammenhang ist auch einer der Ayurvedischen Begriffe für Gesundheit zu verstehen - „Swastha“, „gegründet im Selbst“. Der Organismus wird als gesund bezeichnet, wenn die Verbindung zu dieser inneren Intelligenz auf der transzendenten Ebene unseres Bewusstseins



Abb. 2

Ehrenvorsitzender Dr. Tony Nader (mitte), Dr. Devendra Triguna, AIAC und Dr. Rainer Picha, IMAVF (rechts)  
Copyright: Juha Siika-aho/MERU

- ayurvedische Pulsdiagnose (Diagnose und Ordnungs-Therapie gleichzeitig)
- ayurvedische Nahrungsergänzungsmittel auf Kräuterbasis (spezielle Zu- und Aufbereitungsprozesse, um die innere Intelligenz der Heilpflanzen zu aktivieren)
- Vedische Architektur (Maharishi Sthapatya-Veda) zur Schaffung einer Gesundheitsfördernden Wohn- und Arbeitssituation, etc.

3.) Ausgleichende und harmonisierende ayurvedische Therapieansätze, wie z.B.:

- Musiktherapie (Maharishi Gandharva-Veda)
- Aromatherapie
- ayurvedische Ernährungslehre
- Tages- und jahreszeitliche Gesundheitsroutine
- Kräuterölmassagen
- Vedische Astrologie (Maharishi Jyotish) zur Erkennung und zum Ausgleich von Gesundheits-belastenden Einflüssen aus der nahen und weiteren Umgebung (Kosmos) etc.

4.) Reinigende und entschlackende Maßnahmen, wie z.B.:

- Kräuterdampfbäder
- spezielle Massagebehandlungen
- abführende Maßnahmen mit Hilfe spezieller Nahrungsergänzungsmittel auf Kräuterbasis, spezieller wässriger und öligler Einläufe (Bastis) und spezieller Kräuterölanwendungen im HNO-Bereich (Nasya)
- die Verdauungskraft st ä r k e n d e Maßnahmen, z.B. mit Nahrungsergänzungsmitteln auf Kräuterbasis und s p e z i f i s c h e n Ernährungsempfehlungen.

DDr. Nader hob auch die große Bedeutung hervor, die der Ayurveda angesichts des Rufs nach weltweiter Gesundheitsvorsorge spielt: „Mein Lehrer Maharishi Mahesh Yogi setzte sich weltweit dafür ein, dass der Ayurveda wieder in einer Form genutzt wird, der alle Wissensgebiete dieses ganzheitlichen Gesundheitssystems umfasst“ - im



Abb. 3

Dr. Triguna, AIAC (am Rednerpult), am Podium (von links nach rechts): Dr. Bauhofer und Herr Pirc (Moderatoren); Dr. Mölk, DDr. Nader und Prof. Dr. Ranade  
Copyright: Juha Siika-aho/MERU

Sinne einer umfassenden „Wissenschaft des Lebens“.

Dr. Devendra Triguna betonte den enormen Wissensreichtum, der auf dem Gebiet der Erfahrungsheilkunde, sowie in den uralten Texten des Ayurveda - zum Beispiel in der Charak Samhita und der Sushrut Samhita - enthalten ist. Er berichtete von den großen Schulen des alten Indiens in Takshashila und Nalanda: Universitäten, die schon im sechsten Jahrhundert vor Christus gegründet worden waren und die Studierenden Indiens und des Auslands in Ayurveda unterwiesen.

Heute gibt es in Indien ca. 260 Ayurveda Colleges und mehr als 50 Institutionen, die eine post-graduate Ausbildung anbieten. Die 4 führenden Ayurveda Universitäten in Indien sind:

- Gujarat Ayurveda University, Jamnagar
- Rajasthan Ayurveda University, Jodhpur
- Guru Ravidas Ayurveda University, Hoshiarpur (Punjab)
- Uttarakhand Ayurveda University, Dehradun

Ayurveda Medizin wird in einem effizienten, kostengünstigen modernen Gesundheitssystem eine wichtige Rolle spielen. Dazu ist es notwendig, die Ausbildung auf einem hohen medizinischen Standard zu halten und die Zusammenarbeit mit der konventionellen Schul-

medizin zu fördern - im Sinne einer ganzheitlichen Medizin, die die wissenschaftlich orientierte Medizin und die Erfahrungsheilkunde als gleichberechtigte Partner integriert.

Breitgefächert war die Themenpalette, die die Podiumsdiskussionen behandelten: Perspektiven des Ayurveda in der modernen Welt; Quantenphysik und Genetik; Kräut er heilkunde, Kräuteranbau und interna-

ayurvedischer Therapieansätze nachweisen können (Dr. Wolfgang Schachinger, Österreich).

Mehrere Redner hoben die entscheidende Rolle hervor, die die Technik der Transzendentalen Meditation (TM) im Bezug auf ganzheitliche Gesundheit spielt. Umfangreiches wissenschaftliches Studienmaterial bestätigt die positiven Wirkungen auf die körperliche und seelische Gesundheit der einzelnen Menschen und auf die



Abb. 4

Dr. Walter Mölk, Direktor der International Maharishi Ayurveda Foundation/IMAVF, Gründer und Ehrenpräsident der Österreichischen Ärzte-Gesellschaft für Ayurvedische Medizin - Maharishi Vedische Medizin  
Copyright: Juha Siika-aho/MERU

tionale Bestimmungen; oder auch Chronotherapie. Forschungsergebnisse über die Entgiftungs- und Entschlackungstherapien (Panchakarma) sorgten ebenso für Aufmerksamkeit wie Berichte über Diagnoseverfahren, die an Hand der HerzRaten-Variabilität (HRV) die Wirkung

„Kollektiv-Gesundheit“ der gesamten Gesellschaft. 2013 veröffentlichte die Amerikanische Kardiologen-Gesellschaft (American Heart Association - AHA) das Ergebnis einer Arbeitsgruppe, betr. der Anwendung komplementärmedizinischer Methoden zur Behandlung von Hypertonie-Patienten.

Auf Grund des fundierten Studienmaterials wurde speziell der Einsatz der TM-Technik empfohlen - sowohl präventiv, als auch kurativ (Hypertension, 2013; 61:1360-1383, Zusammenfassung unter [www.ayurveda.at/aha.pdf](http://www.ayurveda.at/aha.pdf)).

Weitere Themen waren: Ayurveda als psychische Gesundheitsvorsorge und als Ansatz zur Behandlung von Angststörungen; patientenorientierte Betreuung; Verdauung als Schlüssel für Gesundheit und Wohlbefinden; Behandlung von Infertilitätsstörungen, Anwendungsmöglichkeiten der Aromatherapie in der Frauenheilkunde, etc.

Einstimmig wurde beschlossen, den Kongress als regelmäßige Einrichtung in Zukunft alle 2 Jahre abzuhalten; für 2017 liegt bereits eine Einladung aus Brasilien vor.

Der Kongress fand in einer angenehmen, entspannten, „gesunden“ Atmosphäre statt - und wurde damit den Idealen des Ayurveda vollaufgerecht. Es wurde deutlich, dass die Zeit der strikten Trennung zwischen Evidenzbasierter Medizin und Erfahrungsheilkunde vorbei ist. Unsere Zeit erfordert neue, ganzheitliche und innovative Lösungsansätze - auch und besonders im Gesundheitswesen; dies kann nur durch die Zusammenarbeit aller beteiligten Experten erfolgen und scheint der einzig sinnvolle Weg zu sein, um die Effizienz der Gesundheitssysteme und ihre Finanzierung auf Dauer zu sichern und dem Ziel der Vedischen Medizin näher zu kommen: eine krankheitsfreie, friedliche Gesellschaft zu schaffen.

## Autor

Dr. Lothar Krenner, Arzt für Allgemeinmedizin

Österreichische Ärzte-Gesellschaft für Ayurveda Medizin - Maharishi Vedische Medizin

Sekretär des Dachverbandes Österreichischer Ärztinnen und Ärzte für Ganzheitsmedizin ([www.ganzheitsmed.at](http://www.ganzheitsmed.at))

Vortragender für Ayurveda an der Medizinischen Universität Wien (Ringvorlesung Komplementärmedizin)

Piaristengasse 1

1080 Wien

T: 01-5134352, eM: [lothar.krenner@ayurveda.at](mailto:lothar.krenner@ayurveda.at)

[www.ayurveda.at/aerzte](http://www.ayurveda.at/aerzte) (Gesellschaft)

[www.ayurveda.at](http://www.ayurveda.at) (Maharishi Vedische Medizin)

[www.meditation.at](http://www.meditation.at) (Transzendente Meditation)

[www.ayurveda.at/krenner](http://www.ayurveda.at/krenner) (Ordination)

[www.ayurveda.at/research.htm](http://www.ayurveda.at/research.htm) (Wissenschaftliche Studien, Vorträge, Kongresse)

[www.ayurveda.at/Aerzte/pdf/tm-broschuere-studien-allg.pdf](http://www.ayurveda.at/Aerzte/pdf/tm-broschuere-studien-allg.pdf) (Zusammenfassung wissenschaftlicher Studien; das Wichtigste aus über 600 Arbeiten; PDF 2,8 MB)

Ausführliche Informationen über Maharishi Vedische Medizin unter: [www.ayurveda.at/info.pdf](http://www.ayurveda.at/info.pdf)

(Teil I: Theoretische Grundlagen, Teil II: Transzendente Meditation mit Überblick über wissenschaftliches Studienmaterial, Teil III: Begriffsbestimmung und praktische Tipps)

## Links

[www.ayurvediccongress.com](http://www.ayurvediccongress.com) (All India Ayurvedic Congress, AIAC; Präsident Padma Bhushan Vaidya Dr. Devendra Triguna)

[www.ayurved-int.com](http://www.ayurved-int.com) (International Academy of Ayurveda, IAA; Präsident Prof. Dr. Subhash Ranade)

[www.IMAVF.org](http://www.IMAVF.org) (International Maharishi AyurVeda Foundation, IMAVF; Präsident Dr. Rainer Picha)

<http://internationalayurvedacongress.com/?lang=de> (Kongress-Seite deutsch)

<http://ayushportal.nic.in> (AYUSH RESEARCH PORTAL, Evidence Based Research Data of AYUSH Systems at Global Level, Ministry of AYUSH, Government of India)

[www.dharaonline.org/Forms/Home.aspx](http://www.dharaonline.org/Forms/Home.aspx) (Digital Helpline for Ayurveda Research Articles, DHARA is an online index of articles on Ayurveda published in research journals worldwide)

[www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3255448](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3255448) (Contribution of world health organization in the global acceptance of Ayurveda)