

## КОРОЛЕВСКАЯ АКАДЕМИЯ НАУК

ДЕПАРТАМЕНТ ВЫСШИХ ЗНАНИЙ  
НИИ Ювенологии

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА  
Русскоязычная электронная версия

АЮРВЕДА – НАУКА ЖИЗНИ

*Пусть все будут счастливы. Пусть все избавятся от немощи.  
Пусть все заботятся о благе других. Пусть никто не знает страданий.*

Рассказывает академик, врач-психотерапевт, врач народной и нетрадиционной медицины, биоэнерготерапевт международной категории САБЛИНА Л.И.

Этот стих произнес много тысячелетий назад Дханвантари – отец Аюрведы, наиболее древней системы медицины. Именно эти строки стали девизом и легли в основу ее философии и практики. Эти слова в течение сотен веков как молитву повторяли изо дня в день мастера аюрведической медицины.

Аюрведа ("наука о жизни") является частью Ведической культуры, связанной с древней арийской цивилизацией Бхарата–Варши, прекратившей свое существование около 5 тысяч лет назад. В те давние времена эта культура оказывала доминирующее влияние на всю планету. По древним манускриптам, дошедшим до нас, можно оценить широту мысли и величайшую мудрость людей, живших в ту эпоху. У каждого из народов, населявших Землю, существовала полная система знаний, включавшая в себя философию, религию, науки, искусство, социологию, этику и медицину. Когда знание ведических законов было раскрыто Западному миру, наши представления о древних людях, как о примитивных дикарях, были полностью развенчаны. Теперь нам известно, что древние арийцы сознательно избегали пути технократического развития, ибо понимали, какие разрушительные последствия в этом случае ждут нашу планету. Кроме того, такой путь, по их мнению, не мог принести ни счастья, ни удовлетворения. Поэтому их девизом было: "Жить просто и мыслить возвышенно".

В последнее время Западный мир проявляет все больший интерес к Восточным традициям, сохранившим корни Ведической культуры. И даже перейдя в третье тысячелетие, мы возвращаемся к истокам цивилизации в надежде найти путь к исцелению от болезней нашего общества.

Аюрведа основывается на философской системе Санкхья, описывающей во всех деталях строение материального мира и его законы, на Джьотиша - шастре, включающей в себя астрономию, биокосморитмологию, астрологию, и на ведической натуропатии (естественных методах профилактики и лечения заболеваний).

Философия Санкхья в каком-то смысле напоминает современную физику. "Новое - это хорошо забытое старое". Санкхья полностью подтверждает это высказывание. Например, знаменитая формула Энштейна  $E=ms^2$  была описана в данном разделе ведического знания.

Ведическая астрология показывает связь человека (микрокосма) с окружающим миром (макрокосмом). "Что происходит наверху, то происходит и внизу".

Она рассматривает небесные тела как индикаторы различных законов природы, а не инструмент, влияющий на биосферу Земли. Но некоторые небесные тела, такие как Солнце, Луна, ближайшие планеты, могут напрямую влиять на человека. Эти влияния рассматривает другой раздел Джьотиша-шастры - биокосморитмология.

Ведическая натуропатия описывает различные свойства продуктов питания, лекарственных растений и минералов применительно к возрасту, полу, типу конституции человека, месту проживания, предрасположенности к тем или иным болезням, суточным и сезонным ритмам. В одном из аюрведических канонов говорится: "Все, что окружает нас, является лекарством, нужно только распознать его и правильно использовать".

Аюрведические фиторецептуры имеют многокомпонентные составы, где каждое растение занимает свое-иерархическое место в зависимости от того или иного требуемого эффекта. Каждое лекарственное растение собирают, сообразуясь с космическими ритмами. Необходимо выбрать соответствующую лунную фазу, день и время суток. Некоторые травы можно собирать только 2-3 дня в месяц или только на восходе солнца. В другое время их эффективность значительно снижается. Учитывается также характер местности. Одно и то же растение, собранное в лесу, на поляне, у озера, на холме или на болоте, будет обладать различными свойствами.

Аюрведические каноны, главными среди которых являются "Чарака-самхита", подробно описывает различные методы лечения. Современная - так называемая "нетрадиционная медицина" использует их лишь от части. Например, совершенно неправильно считать акупунктуру достоянием китайской медицины. В "Ашта-хридаясамхите" были подробно описаны информационные каналы, соответствующие китайским "меридианам".

Аюрведическая медицина исповедует холистический (целостный) подход к человеку. Она рассматривает хронические болезни как системные недуги, возникающие в результате поражения многих органов. Аюрведический врач должен был знать все разделы медицины и уметь помогать любому пациенту независимо от того, старик он или ребенок, мужчина или женщина, страдает ли у него сердце или кожа. У каждого человека должен быть один лечащий врач, досконально знающий его проблемы и наблюдающий его в течении жизни. Врач лишь показывает дорогу к исцелению, помогая пациенту сделать первые шаги. Основной же путь должен пройти сам пациент, строго следуя предписанию врача, активно участвуя в своем выздоровлении.

Аюрведа - достаточно гибкая система. Ее алгоритмы можно применять везде и во все времена. Об этом гласит ведический принцип передачи знания: деша - кала - патра ("место, время и обстоятельства"). Это означает, что каноническое знание не следует переносить механически. Его надо адаптировать к географическим, климатическим и социальным условиям, учитывать менталитет людей и их образ жизни.

***Сейчас пришло время и нам воспользоваться замечательными принципами и философией Аюрведы. Бережное отношение к окружающему миру, простая жизнь и возвышенное мышление, несомненно, помогут нам добиться счастья и благоденствия.***