

Die ayurvedische Klassifizierung der Pflanzen unterscheidet sich wesentlich von der europäischen Klassifizierung:

Unzählige Pflanzen, Kräuter und Nahrungsmittel wurden in der Ayurvedamedizin vor tausenden von Jahren gebraucht und später kategorisiert und klassifiziert. Die meisten Pflanzen, die hier wachsen, gedeihen auch in Sri Lanka und Indien (sehr hohe Berge aber auch tropische und trockene Gegenden). Indische Botaniker des Subkontinents zählen bis zu 40'000 Pflanzenarten und viele davon wurden nach dem ayurvedischen System kategorisiert.

Alle Substanzen in der Ayurvedamedizin werden kategorisiert nach:

<b>Rasa/ Geschmack:</b>	süss, sauer, salzig, scharf, bitter, herb
<b>Guna/ Eigenschaften:</b>	leicht, schwer, schleimig, ölig, weich, flüssig etc. (nach den 21 Eigenschaften der Elementenlehre des Ayurveda)
<b>Viriya/ Thermische Potenz:</b>	heiss oder kalt
<b>Vipaka/ Postdigestive Wirkung:</b>	die Auswirkung im Körper nach der Hauptverdauung; kann sauer, süss oder scharf sein
<b>Prabhava/spez.Wirkung:</b>	z.B. eine spez. Wirkung ohne theoretische Schlussfolgerung auf Geschmack (Rasa) und oder Eigenschaften (Guna)
<b>Karma/ Wirkungen im Organismus:</b>	Stoffwechsel anregend oder Stoffwechsel ausgleichend, immunmodulatorisch, harntreibend, gefässerweiternd, kardiotonisch, blutreinigend, auskratzend oder aufbauend, geistberuhigend sowie vielen weiteren Wirkungen
<b>Dosha-Auswirkung:</b>	Welche Bioenergie in Ihnen erhöht oder gesenkt wird.
<b>Indikationen:</b>	z.B. bei Gicht, Herzerkrankungen, Nierenerkrankungen, Blutgerinnungsprobleme, Arthrose, Hauterkrankungen usw. Natürlich werden die KH nicht mit den Lateinwörtern der modernen Medizin aber in den Sanskritdiagnosen der vedischen Medizin bezeichnet

So muss man sich in der Ayurvedamedizin folgendermassen orientieren:  
Der Geschmack (Rasa) ist meist gut wahrnehmbar. Allerdings sind Pflanzen Vielstoffgemische, so dass mehrere Geschmacksrichtungen nebeneinander bestehen. Der vordergründige Geschmack wird dem sekundären vorgezogen.

Die Eigenschaften (Guna) sind oft auch gut wahrnehmbar, z.B. sind

Milcherzeugnisse oft schleimig, so auch die Beinwellwurzel, während Gurken viel Flüssigkeit haben und Bananen weich sind, verschiedene Kerne trocken aber auch ölig sein können usw.

Die thermische Potenz (Viriya) ist spürbar, wenn es dem Menschen nach der Einnahme einer Substanz heiss oder kalt wird, resp. ob die Substanz ihn kühlt oder erwärmt. Wenn man dies nicht deutlich spürt, muss man höhere Dosen einnehmen.

Die Zusammenhänge zwischen Rasa und Viriya erleichtert die Einteilung von Vipaka, da der scharfe und salzige Geschmack Hitze hervorruft, während bitter, süß und herb Kälte erzeugen.

Die Wirkung nach der Verdauung (Vipaka) zeigt sich folgendermassen: süsse und salzige Geschmäcker ergeben süß, während der saure Geschmack sauer bleibt und der scharfe, bittere und herbe Geschmack ergeben im Endeffekt scharf. Achtung: Es gibt Ausnahmen!

Dravyaguna bedeutet ein Mittel welches aufgrund seiner Eigenschaft (guna), seiner Wirkung (karma), seines Geschmacks (rasa), seiner Potenz (viriya), seines postdigestiven Geschmacks (vipaka) oder seiner spez. Wirkung (prabhava) den Organismus beeinflusst.

Der Ayurvedamedizin liegt eine Philosophie im Umgang mit allen Lebewesen zugrunde. Das heisst, es werden traditionell oft Mantras rezitiert und Gebete gesprochen, bevor man Heilpflanzen bewusst erntet. Auch sollte man ayurvedische Pflanzen nicht im Grossanbau ziehen, noch in Plastik verkaufen. Ayurveda erwähnt, dass auch in Pflanzen eine Seele inne wohnt. Dies ist damit gemeint, wenn Sie irgendwo lesen: nach ayurvedischer Tradition hergestellt. Ayurvedamedizin sollte natürlich hergestellt sein und keine Schadstoffe oder Streckmittel beinhalten.

In den ayurvedischen Schriften sind verschiedene Rezepturen niedergeschrieben worden, welche bis heute angewendet werden. Darunter sehr viele Kombinationsprodukte mit mehreren Pflanzen, die auch in Ghee, in Kräuterweine oder zu Pasten in aufwändigen Prozessen hineingearbeitet werden. Bis zu 35 und mehr verschiedene Pflanzen werden genau nach den alten Vorschriften zusammengemischt, gekocht, wieder runtergekühlt, eingerührt, eingelegt, getrocknet und zu komplexen Tabletten (Vatis), Pasten, Öle oder Likören verarbeitet. Jeder Ayurvedaarzt lernt diverse Medikamente selber herzustellen. So stelle auch ich die einen oder anderen hier in der Schweiz nach den uralten Rezepten unserer Tradition her.

Die stärksten und komplexesten Ayurvedamedikamente sind die Mineralischen, welche mit Heilpflanzen angereichert werden. Diese enthalten diverse mineralische Stoffe bis hin zu Gold u.w. und bedingen ein komplexes Herstellungsverfahren. Unter anderem werden sie in spez. Feueröfen wo die Mineralien über mehrere Stunden gebrannt und später zerrieben werden, sog. "marana" Verfahren um die Mineralien ungiftig zu machen. Diese mineralischen Ayurveda - Dravyas wurden in Europa verboten, da es falsche Anwendungen und Gegner gegeben

hat, welche von Bleivergiftungen und deren Nebenwirkungen berichteten.

Allerdings wurden diese stärksten ayurvedischen Medikamente durch den Arzt Nagarjuna erstmalig erfunden, dieser Buddhist war und es unethisch fand, dass die ayurvedischen Chirurgen einen Operations-Enthusiasmus entwickelt hatten, nachdem die Shalyatantra (ayurvedische Chirurgie) nach der Kayacikitsa (innere Medizin) grossen Erfolg in der vedischen Medizin zeigte. So wurde übermässig operiert in den Augen des Arztes Nagarjuna und er wollte deswegen Medikamente herstellen, die genauso "messerscharf" wirkend sind wie das Skalpell des Chirurgen. Dies ist ihm mit diesen komplexen Rezepturen der mineralischen Dravyas gelungen und es musste weniger operiert werden Dank diesen. Von diesen Dravyas darf man nur unter absoluter geregelter verordneter Einnahme von AyurvedaärztInnen profitieren und eben - nicht in Europa.

In der europäischen Pflanzenheilkunde werden die Pflanzen in Gerbstoffe, Seifenstoffe, Schleimstoffe, Bitterstoffe oder ätherische Öle eingeteilt was ebenso komplexe aber andere Verfahren sind.

Aktuell gibt es immer mehr Studien, die die ayurvedischen Pflanzen mit den westlichen vergleicht, so sind z.B. Gerbstoffe in ihrer Eigenschaft (Guna) immer trocknend.

Natürlich braucht es weitere Untersuchungen. Dennoch haben die ayurvedischen Medikamente/Nahrungsmittelergänzungen eine lange Geschichte und wurden schon sehr lange ayurvedisch geprüft und angewendet.

In der Schweiz dürfen nur synthetische Substanzen der modernen Pharmaindustrie als Medikamente bezeichnet werden. So werden die ayurvedischen Mittel Nahrungsmittelergänzung genannt. Sie können aber, falsch angewendet, durchaus unerwünschte Wirkungen und teilweise auch Nebenwirkungen haben. So sollten sie nicht ohne Absprache mit dem/der AyurvedamedizinerIn und nicht zu jeder Zeit eingenommen werden. Denn wenn Sie Beschwerden haben, sind je nachdem komplett andere Pflanzenheilmittel indiziert, als die wenn Sie in Balance sind.

In meiner Praxis ziehe ich immer die hiesigen europäischen Kräuter und Nahrungsmittel mit ein, die ayurvedisch klassifiziert worden sind. So können Sie vielleicht mit den Kräutern auf dem Sims oder denjenigen in Ihrem Garten schon viel erreichen auch ayurvedisch gesehen.

Die ayurvedischen Rezepturen bleiben jedoch bis anhin unersetzlich und sind ein grosser Schatz des Wissens der Ayurvedamedizin. Viele Präparate der Ayurvedischen Medizin können bei komplexen Erkrankungen eine grosse Unterstützung sein. Empfehlen tue ich meist 1 bis max. 3 und für eine bestimmte Zeit im Rahmen einer Ayurvedatherapie.