



Zagrebački Ayurvedski centar Somalata (<http://www.ayurveda.hr/>) postoji već treću godinu. Ayurvedski liječnik Tomislav Petrušić, voditelj centra, dio osnovnog školovanja završio je u Austriji, dio visokog medicinskog školstva u Zagrebu, a ostatak u Americi. Fakultet ayurvedske medicine završio je u Šri Lanki i Indiji te je samo jedan od dvojice stranaca u cijelom svijetu koji su završili takav stupanj i time stekli zvanje ayurvedskog liječnika.

Što je danas praktična ayurveda i koliko ima veze s Indijom?

PETRUŠIĆ: Teško da možemo usporediti bilo kakvu današnju praksu s dalekom poviješću, a posebno s Indijom. Tada su postojali drugačiji načini prakticiranja ayurvede, ljudi su živjeli drugačijim, jednostavnijim životom, a i vrijednosti života bile su drugačije. Sama ayurveda nije se mijenjala, ali su se mijenjale okolnosti prakse. Pristup drevnom čovjeku nije bio, niti je mogao biti jednak pristupu modernome čovjeku. To ne znači da se ayurveda danas ne može primjenjivati – baš suprotno; treba je prilagoditi mjestu i vremenu.

Kako biste definirali ayurvedu?

PETRUŠIĆ: Riječ ayurveda znači nauk o životu. Ona ima nekoliko ciljeva. Jedan je duhovni ili mentalno-emotivni boljitak svakog pojedinca. Duhovni napredak je temelj svakog pojedinca. To nema veze ni s kakvom religijom, već s potrebom za spoznajom svakog pojedinca kao duhovnog bića.

Drugi cilj je prevencija. Ayurveda smatra prevenciju najvažnijim čimbenikom ostvarenja sretnog i dugog života. U ayurvedi prevencija ne znači otići jednom ili dvaput na godinu na sistematski pregled, već svjesno voditi stil života koji će podržati sretan i dug život. Stil života uključuje prehranu, prehrambene i druge navike. Sve te stvari moraju biti u skladu sa svakim pojedincem jer ayurveda je cjelovita medicina te svakome pojedincu pristupa na jedinstven način.

Treći cilj ayurvede terapijsko je, odnosno kurativno, djelovanje. Riječ je o djelovanju protiv bolesti, do koje je došlo jer osoba nije vodila računa o prva dva cilja ayurvede. Ayurvedske zdravstvene preporuke ne uključuju ništa drugo do jednostavnih i logičnih zakonitosti života. U tradicionalnim tekstovima postoje preporuke za sve životne situacije i prilike, od rođenja, spolnih odnosa i braka do smrti.

Kakav je status ayurvede kod nas?

PETRUŠIĆ: Jedan od uvjeta za ulazak u EU je i regulacija komplementarnih medicina, poput ayurvede, tradicionalne kineske medicine i homeopatije. Njih je SZO već odavno priznao – ayurvedu još 1970-ih. Jedna od malo dobrih stvari koje donosi globalizacija jest upravo širenje ayurvedske medicine.

Kako se učila ayurveda prije tog priznanja, a kako poslije?

PETRUŠIĆ: Ayurveda se učila na drevnim učilištima ili u zajednicama Gurukul. To je tradicionalno učenje. U drevno doba postavljali su se visoki standardi odabira budućih studenata ayurvede. U drevnim tekstovima postoje stranice i stranice o kvalitetama koje mora posjedovati osoba da bi bila kandidat za tradicionalnog ayurvedskog liječnika.

Nastojalo se očuvati čistoću prakse upravo postavljanjem visokih standarda koji su uključivali duhovnu, emotivno-mentalnu i fizičku komponentu. Kandidat je trebao pokazivati aspekte zdravlja na svim razinama. Ayurveda se izučavala najmanje sedam godina. Danas se ayurvedu uči na visokim učilištima, na razini dodiplomskog, postdiplomskog i doktorskog stupnja.

Kad se pojavio takav sustav, koji je standardiziran unutar Šri Lanke, Indije i većine zemalja južne Azije, SZO ju je priznao kao medicinski nauk i svrstao je u paralelni medicinski sustav. Rječnikom zapada: komplementarni medicinski nauk.

Za razliku od Hrvatske, gdje država priznaje samo sustav alopatske medicine, u Indiji, kolijevci ayurvede, postoji nekoliko službenih medicinskih sustava. Koji su to? Znači li to da svi oni imaju svoje ljekarne, bolnice i škole u sklopu zdravstvenog osiguranja?

PETRUŠIĆ: U Indiji postoji sedam medicinskih sustava. Indijska vlada priznaje ih sve, ali podupire samo šest. (Sedmog financijski podržava tibetanska vlada u izbjeglištvu u Indiji. Riječ je o tibetanskoj tradicionalnoj medicini). Tih šest jesu ayurveda (koja je najraširenija), a zatim siddha, unani tib, homeopatija, joga i naturopatija te alopatska medicina.

Budući liječnici bilo koje od tih medicina u prve dvije godine pohađaju predmete i praksu modernog medicinskog nauka istodobno sa svojom tradicionalnom praksom. U ayurvedi postoje sve grane medicine kao i u zapadnoj medicini.

Kako izgleda vaš uvodni ayurvedski pregled?

PETRUŠIĆ: Ayurveda ima svoj jedinstveni sustav dijagnostike. Ukratko, način na koji osoba ulazi na vrata, određene geste, govor, stav, itd. već su pokazatelji stanja pojedinca. Dijagnostika pomoću pulsa, očiju, jezika i razgovor s pacijentom osnovni su dijagnostički alati. Postoji još i pregled urina i stolice koji se na zapadu rjeđe koristi. Ovim jednostavnim metodama zapravo se dijagnosticira određeno stanje uma, duha i tijela te energetske stanje organa.

Određuje se konstitucija pojedinca te njegov odmak od prirodnih bio-fizioloških procesa koje svaki pojedinac iskazuje na jedinstven i neovisan način, nimalo jednak bilo kojem drugom pojedincu. Ovdje ne govorimo o postavljanju dijagnoze u smislu zapadne medicine. U ayurvedi ne postoji stanje koje je trajno jer mi smo živa bića i sve dok živimo se mijenjamo i možemo odabrati nove izbore koji su u skladu sa zdravljem i koji mogu promijeniti naše stanje ma koliko se to stanje činilo teškim.

Uostalom, to podupiru i moderna istraživanja koja upozoravaju da se atomi pojedinih organa zamijene za nekoliko tjedana ili mjeseci, a cijelo tijelo nakon godinu dana. Ako su se sve naše stanice i atomi obnovili nakon godinu dana, što nas to onda drži bolesnima? Simptomi u ayurvedi su vodilje, a ne nešto protiv čega se treba boriti. Simptomi će postojati sve dok smo živi, jer su oni izraz života. Kad tijelo umre, svi simptomi nestaju – osim simptoma smrti.

Kaže se da se ayurvedom može smanjiti biološka dob. Je li to točno?

PETRUŠIĆ: Starenje je individualno. Neke osobe mogu biti u dubokoj starosti, a osjećati se mladima i obratno. Prvi uvjet za zdravlje je zadovoljstvo koje stvara unutarnji osjećaj sreće, a to donosi zdravlje i mladost. Mladost i starost su stvar uma, a ne tijela.

Kakvi su misli i um, takvo je i tijelo. Što se tiče smanjivanja biološke dobi ayurvedskim sustavom detoksifikacije, postoje određene granice jer to ovisi o pojedincu, tj. o tome koliko je on u mogućnosti držati se propisanih preporuka prehrane i stila života.

Naravno, panchakarmom se mogu eliminirati toksini iz tijela, koji su često vezani uz pojam kiselosti krvi, a upravo u takvu okruženju nekontrolirano nastaju slobodni radikali koji ubrzavaju proces starenja, propadanje tijela te razvijaju bolesti. Jednostavnim uputama i primjenom panchakarme može se okrenuti proces starenja, a time smanjiti biološka dob pojedinca.

Može li se reći da se ayurvedska praksa ne svodi samo na materijalni dio našeg postojanja, već i na suptilne energije kod kojih se ponekad mora potražiti uzrok problema?

PETRUŠIĆ: U ayurvedi postoji riječ karman ili akcija. Ona se odnosi i na kemijsko-biološke i na mentalno-emotivne aktivnosti kao i na aktivnosti svakodnevnog života. Svako djelovanje stvara reakciju.

To je zakon djelovanja i posljedice koji vrijedi u cijelom svemiru. Upravo zato što se sve sastoji od atoma ne postoji mjesto gdje bismo mogli nešto dodati ili oduzeti, a da za to ne bi postojala neka posljedica ili reakcija. Prevedeno u ljudski život, to znači će sve što osoba napravi stilom prehrane i života u skoroj ili daljoj budućnosti iskazati posljedicu.

Od radnji koje podržavaju zdravlje možemo očekivati zdravlje, a od onih drugih suprotno. Ayurveda ponekad ide i iza koncepcije jednog života. Smatram da to nije ništa spektakularno, već samo dokaz da je svemir beskonačan i da je energija neuništiva.

Izvor: Večernji List, Krešimir Mišak, 23.06.2007, <http://www.vecernji.hr/newsroom/zanimljivosti/999409/index.do>

