

Ewig gültige Weisheit

Die Ursprünge des Ayurveda Überlieferungen, Quellen und göttliches Wissen

von Wiebke Abel

Über die Entstehung des Ayurveda gibt es sowohl Mythen als auch Fakten. Wir stellen Ihnen in loser Reihenfolge sowohl diese als auch die bedeutendsten Grundlagenwerke und Schriften vor. Der folgende erste Teil befasst sich mit der Entstehung des Ayurveda.

Vor mehr als 3000 Jahren gab es in Indien schon eine Gesellschaft, die alles andere als primitiv war. Im Gegenteil, sie besaß eine Schrift- und Philosophie-Kultur, die bis heute einzigartig in ihrer Komplexität ist. Die Induskultur gehört zu den ältesten Kulturen überhaupt, mit Städten, die bereits mehrstöckige Häuser und Kanalisation kannten. In dieser vedischen Hochkultur Indiens hat der Ayurveda seinen Ursprung.

Die Verwandtschaft mit anderen Hochkulturen erkennt man vor allem an der Sprache: Sanskrit, die klassische Kultursprache Indiens. Sie gehört zu den indoarischen oder auch indogermanischen Sprachen. Es weisen sich viele Ähnlichkeiten zur griechischen, lateinischen, persischen und der germanischen Sprache auf. Auch die medizinischen Systeme dieser Hochkulturen ähneln sich in vielen Dingen, vor allem in ihrer Nähe zur Philosophie. Es ist davon auszugehen, dass sie einen gemeinsamen Ursprung haben und sich später unabhängig voneinander weiter entwickelt haben. Der Ayurveda gehört also nicht einer fremden exotischen Kultur an, sondern ist von den Wurzeln her eng mit unserem europäischen Kulturkreis verwandt.

Als Ursprungsquelle des Ayurveda wird der *Atharvaveda* angesehen. Der *Veda*, übersetzt das „Buch des Wissens“, ist eine zunächst mündlich,

später schriftlich überlieferte Sammlung religiöser Texte im Hinduismus – und gehört damit auch zu den ältesten Büchern der Menschheit überhaupt. Im *Atharvaveda* sind Rezepte und ausführliche Anleitungen für ein gesundes Leben aufgeführt. Er gehört zu den vier Hauptveden: *Rigveda*, *Samaveda*, *Yayurveda* und *Atharvaveda*.

Den Kern des Veda bilden dabei die von den *Rishis* (Weisen) „gehörten“ Gesänge, die Gott ihnen offenbart hatte. Da es sich um eine Tradition vedischer Gesänge handelt, deren exakte Rezitation wichtig war, wurden sie mit großer Genauigkeit mündlich überliefert.

Es werden darin alle Bereiche des menschlichen Wissens abgedeckt. Dazu gehören Kunst, Architektur (*Vastu*), Heilkunde (*Ayurveda*), Yoga, vedische Psychologie, Astrologie (*Jyotisch*), Kochkunst und viele andere Bereiche des Lebens.

Ayurveda heißt übersetzt das „Wissen vom Leben“. Die Natur weiß, wie sie Leben erschafft. Ayurveda ist also kein Wissen, das sich der Mensch angeeignet hat, Ayurveda ist das Wissen der Natur. Daher ist es universal und zeitlos.

Neben dem *Atharvaveda* gibt es natürlich noch andere Schriften, die das ayurvedische Wissen vermitteln. Es sind Textsammlungen, die *Sambhitas* genannt werden. Sie sind in einer altindischen Strophenform verfasst, den *Shlokas*. Ein *Shloka* besteht aus zwei Langzeilen mit je zwei Gliedern zu je acht Silben.

Noch heute sind die Samhitas die Grundlage für das Studium des Ayurveda und werden von den Studenten auswendig gelernt, um sich die Grundlagen des Ayurveda einzuprägen.

Beispiel für ein Shloka: Definition von Ayurveda

*hitahitam sukhamdukham ayustasya hitahitam
 maanam ca tacca yatroktam ayurvedah sa ucyate*

hitahitam sukhamdukham ayustasya hitahitam – maanam ca tacca yatroktam ayurvedah sa ucyate

Übersetzung: Ayurveda beschäftigt sich mit gesundem und ungesundem, glücklichem und unglücklichem Leben.

Die wichtigsten Samhitas werden in zwei Gruppen, in das große Trio und das kleine Trio aufgeteilt.

GRUPPEN DER SAMHITAS IM AYURVEDA



Brihat trayi – das große Trio:

1. *Charaka Samhita* – Wissen über Behandlung
2. *Sushrut Samhita* – Wissen über Chirurgie
3. *Vagbhat Samhita* – enthält in Kürze Wissen von 1 + 2, Pflanzenheilkunde

Laghu trayi – das kleine Trio:

1. *Madhavanidan Samhita* – Pulsdiagnose, äußere Untersuchungen des Patienten
2. *Sharangadhara Samhita* – Pharmakologie
3. *Bhavoprakasha Samhita* – Kräuter, Mineralien und Edelsteine

Um ein guter Ayurveda-Arzt zu werden, reicht ein reines Universitätsstudium oder ein Studium der Schriften allerdings nicht aus. Man braucht zudem noch einen Mentor – einen Guru, der einen in seine Geheimnisse einweihet und seinen Erfahrungsschatz teilt. Diese Tradition nennt sich *Guru-Shisya Parampara*, übersetzt: Lehrer-Schüler Tradition. Das Wissen wird direkt vom Lehrer zum Schüler weitergegeben und muss auswendig gelernt werden. Auch die klassische indische Musik und andere Künste, wie klassischer indischer Tanz, werden in dieser Art direkt vom Lehrer an den Schüler weitergegeben.

Die Schülerzahl eines Lehrers ist in der Regel begrenzt, damit das Wissen rein gehalten wird und auch keine Konkurrenz unter den Schülern entsteht. Oft wird Wissen auch nur innerhalb einer Familie weitergegeben oder an sehr enge Vertraute. Rezepte stehen in der Regel unter strenger Geheimhaltung und werden schon aus diesem Grund nicht aufgeschrieben. Erst wenn der Guru befindet, dass sein *Shishya* bereit ist zu praktizieren, kann dieser seine Praxis aufnehmen. Diese Tradition der Lehrer-Schüler-Bindung ist auch wichtig, wenn der Ursprung des Ayurveda in der Mythologie betrachtet wird.

Indien ist ohne seine Mythologie ebenso undenkbar wie etwa das antike Griechenland ohne seine Göttersagen und die Erzählungen Homers. Eine richtige Trennung zwischen Mythologie und Geschichte zu ziehen ist oft schwierig, da beides eng miteinander verwoben ist.

Über die Entstehung des Ayurveda gibt es verschiedenste Mythen, die aber alle eins gemeinsam haben: Das erstaunliche Wissen dieser komplexen Menschen- und Lebenskunde mit all ihren biologischen, medizinischen und philosophischen Aspekten wurde den Menschen von den Göttern übergeben. Es existierte also bereits vor dem Menschen.

Den Schriften zufolge teilte der Schöpfer der Welt – Brahman – sein Wissen mit dem Heiligen Daksha Prajapati, dem Gründer und dem Vater aller Lebewesen. Brahman hatte sein Wissen seit seiner Geburt, es war in sein Herz eingepflanzt durch den höchsten Herrscher.

Prajapati gibt den Ayurveda an die Ashvins weiter, von denen es heißt sie seien Zwillinge göttlichen Geschlechts. Danach wurden die Brüder die Ärzte von Halbgöttern, Menschen und Tieren. Eines Tages wurde Indra, der Herrscher des Himmels, krank, weil er bei Festlichkeiten in seiner Himmelswelt Indraloka zu viel gegessen hatte. Einer der Weisen empfahl ihm die Brüder Ashvini Kumar zu konsultieren. Es gelang ihnen, durch einfache Ahara Vihara-Maßnahmen (Essens- und Verhaltensregeln) Indra zu heilen. Seitdem wurde Indra nie wieder krank und begann das ayurvedische Wissen zu verbreiten.

Hier gabelt sich der Mythos in zwei verschiedenen Strömungen des Ayurveda:

1. Die südliche Tradition, in der sich auf Dhanvantari berufen wird.
2. Die nördliche Tradition, die von Indra abgeleitet wird.

In der ersten ist Dhanvantari der Mittler zwischen den Göttern und den Menschen. Er hat sein Wissen von Indra bekommen und lebt als Heiliger in der Einöde. Eines Tages kommen Sushruta (einer der Mitbegründer des heutigen Ayurveda) und sechs andere Ärzte zu ihm, in der Absicht Heilwissen zu erlangen. Sie erhielten von ihm die Wahrheit des ewigen Ayurveda. Bis heute wird in Südindien Dhanvantari als Begründer des Ayurveda verehrt.

In der zweiten mythologischen Version scheint die Übermittlung des Ayurveda viel enger mit der realen Geschichte Indiens verknüpft zu sein. In alten Zeiten lebten die Menschen in Einklang mit der Natur und kannten nur wenige Krankheiten. Nach und nach entstanden kleinere und größere Städte (Induskultur). Es entwickelte sich eine Stadtzivilisation und es traten Krankheiten auf, die nicht im Atharva Veda aufgeführt waren. Auch die Rishis, die Weisen, konnten nicht helfen und entsandten Baratjava, einen der ihnen, zu Indra, um ihn um Rat zu fragen.

Indra lehrte ihn den Ayurveda und betonte, dass jeder unbedingt nach seinem *Dharma* (Pflicht) leben und insbesondere ein Gleichgewicht zwischen *Dharma*, *Artha* (Besitz) und *Kama* (Freude, Genuss und Eros) anstreben sollte, um die Gesundheit zu erhalten und *Moksha* (Befreiung) zu erlangen.

Im Mythos gibt Baratjava sein Wissen weiter an Atreya, der als legendärer Gründer der ersten Medizinschule gilt. Sechs seiner begabtesten Schüler arbeiteten das medizinische Wissen in eigenständigen Werken auf. Das „agnivesha Samhita“ ist das einzig erhaltene und die Grundlage für die bedeutende *Charaka Samhita*, die als Hauptsäule des Ayurveda gilt – ein Grundlagenwerk, in dem die vedischen Erkenntnisse umfassend wiedergegeben werden. ■

Um Charaka Samhita, diese wichtige Schrift für den Ayurveda, wird es im zweiten Teil der Serie gehen.



Wiebke Abel

ist Indologin (B.A.). Sie arbeitet als Heilpraktikerin, Ayurveda-Beraterin und -Therapeutin in Hamburg.

www.svasthya.de