

Můj neskutečný pocit z ájurvédy



Radomíra Zátopková
Ostrava
(Albrechtický u Studénky)

2012
Ájurvédská Instituce Dhanvantri, Praha

MŮJ NESKUTEČNÝ POCIT Z AJURVÉDY

Ajurvéda je prastaré učení, ukazující nám malým lidem zákony, kterými se řídí náš svět, ale ne jen on, ale celý vesmír. Jen sám Bůh už ví, jak je vlastně stará. Z lidí si už to asi nikdo nepamatuje. Snad je stará jako tento vesmír sám, snad je i starší? Kdo ví? Je však jisté, že s věkem na pravdivosti a aktuálnosti neztrácí. Moderní svět přichází stále s novými poznatky z oboru fyziky, lékařství, farmacie, biologie..... tyto poznatky buďto potvrzují to, co říká Ajurvéda a to je v pořádku, nebo s učením ajurvédy nesouhlasí a to si můžeme být jistí, že tato teorie bude za pár let či desetiletí vyvrácená a nahrazená teorií jinou. Je skvělé, že ajurvéda je tak propracovaný systém, že jí můžeme věřit a nemusíme se bát, že za pár let v tomto systému někdo objeví chybu, vysvětlí nám, že vše jak to doteď běželo je špatně a my se budeme muset učit všechno znovu a jinak.

Fascinuje mě jak je stará, kolik generací lidí ji používalo a zdokonalovalo. Svět se stále mění a ajurvéda je tady stále stejná (ikdyž už mnoho z jejího učení je nenávratně ztraceno) a říká nám jak se s nejrůznějšími nesrovnalostmi této doby vyrovnat.

Bere tělo jako jeden systém v tomto vesmíru. Toto tělo je zcela závislé na prostředí ve, kterém pobývá a musí se nějak přizpůsobit jeho rozmarům, musí vyrovnat každou odchylku, která přichází z venčí a mohla by ho ohrožit. Ale také uvnitř těla jsou systémy v o něco menším měřítku a ty jsou mezi sebou také navzájem propojeny a na sobě závislé. Nastane-li nerovnováha na jednom místě, tato nerovnováha ovlivní i chod na místě vzdáleném od něj. Vše souvisí se vším. Je to tak strašně jednoduché, že se to absolutně nedá naučit. Nezbyvá než nějakým způsobem přemluvit svůj mozek, aby začal přemýšlet jinak a dovolil člověku do tohoto učení malinko proniknout.

V první chvíli se zdálo, že ajurvéda nebude zas až tak složitá. Líbí se mi, že podle ajurvédy celé bytí stojí na pěti prvcích. V těle si každá buňka určuje poměr těchto pěti prvků, díky tomu může dělat práci, ke které je určena. Buňka svalová je jiná než buňka v mozku, liší se poměrem dóš, čili poměrem prvků v tridóš zastoupených. Už to samo o sobě nezní nijak jednoduše, ale pochopit se to dá. Těchto pět prvků se tedy v těle projevuje

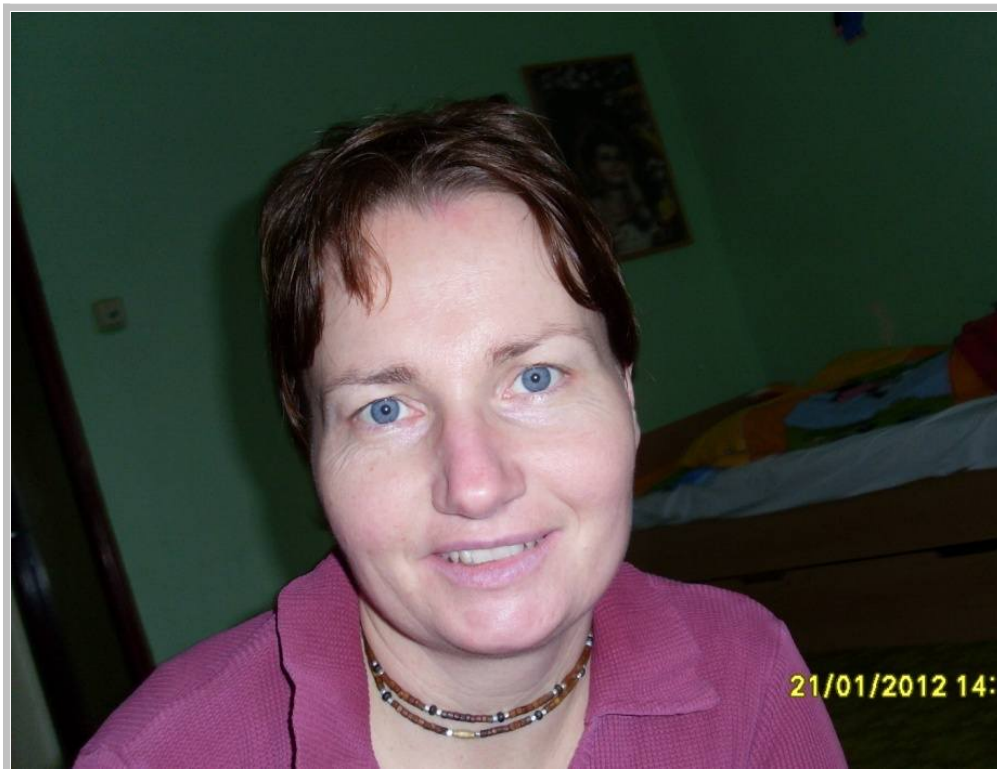
jako tridóš. Jo, to je v pohodě. Pět prvků, z nich se tvoří dóši, ty jsou tři. Jenže každá z těchto dóš má své sídlo, místo, kde se shromažďuje a kdyby jedno, každá z dóš sídlí na pěti místech v těle. Tři dóši, patnáct míst, kde sídlí, k tomu také sedm dhátu, třináct agní vypadá, že to asi bude o něco málo složitější než jen vědět, že existuje nějaký pit, vát a kaf :-)

V ájurvédě je důležité naučit se pozorovat. Umět se dívat, vše uložit a nakonec nasbíraná data správně vyhodnotit. Je to úplně jiné než v alopatické medicíně. Tam se lékař zeptá kde bolí, jak moc bolí a napíše lék. Ani na pacienta nepohlédne, a proč také? Ono asi u lékaře vyplazování jazyka, které se dříve dělávalo mělo něco do sebe, ale dnes už asi nikdo nezná důvod tohoto jednoduchého vyšetření, více se spoléhá na výsledky různých strojových testů a jazyk už se u lékaře při preventivní prohlídce vyplazuje jen v případě, že je potřeba zjistit zdali nejsou oteklé mandle.

Nejde učit se ájurvědu a nepozastavit se nad věcmi či situacemi, které se nějakým způsobem děly už dříve, ale tyto situace člověk bral nějak automaticky a nepozastavoval se nad nimi. Mám ráda květiny, kouknu na ně a hned si říkám: to je zajímavé, že ty pit květy se otáčejí za tím pit sluncem a travám s širšími listy se daří ve stínu, třeba i ve spodní části porostu, kdežto tráva s úzkými listy roste na louce na slunci a roste spíše do výšky. I ty ryby, žijící ve vodě se rády vyhřívají na sluníčku, jako by potřebovaly doplnit pit? Bolí mě koleno a Govindži řekne: lehni na záda a jezdi na kole. První co člověka napadne, proč? Že by při cvičení kolene bez zátěže vazy mohly lépe na sobě klouzat a zvýšila by se propustnost kloubní tekutiny ke kloubu?

Můj neskutečný pocit z ájurvědy není v tom, že by mě najednou zaplavila vlna " poznání?". Ten neskutečný pocit pramení z toho, že se na svět kolem sebe dívám v trošku jiných souvislostech, všímám si situací, které jsem dříve přešla a občas se nad těmito situacemi zamyslím, bohužel zatím však ne moc často :-).Cítím, jak mi ještě vše uniká, ale věřím, že mi bude jednou dáno nějaké souvislosti domyslet a budu schopna sama přijít na kloub mnoha věcem kolem nás.

PROFIL



V životě jsem nenapsala 10 stran, o čemkoli. Psaní mi jde hodně z tuha. Omlouvám se, víc už asi nedokážu :-)
Jsem majitelkou jednoho muže a dvou dětí. Dcera má 7 let a chlapec 3. Všichni dost zlobí, Já to však zatím statečně zvládám.

Vzpěračka
Radka Zátopková