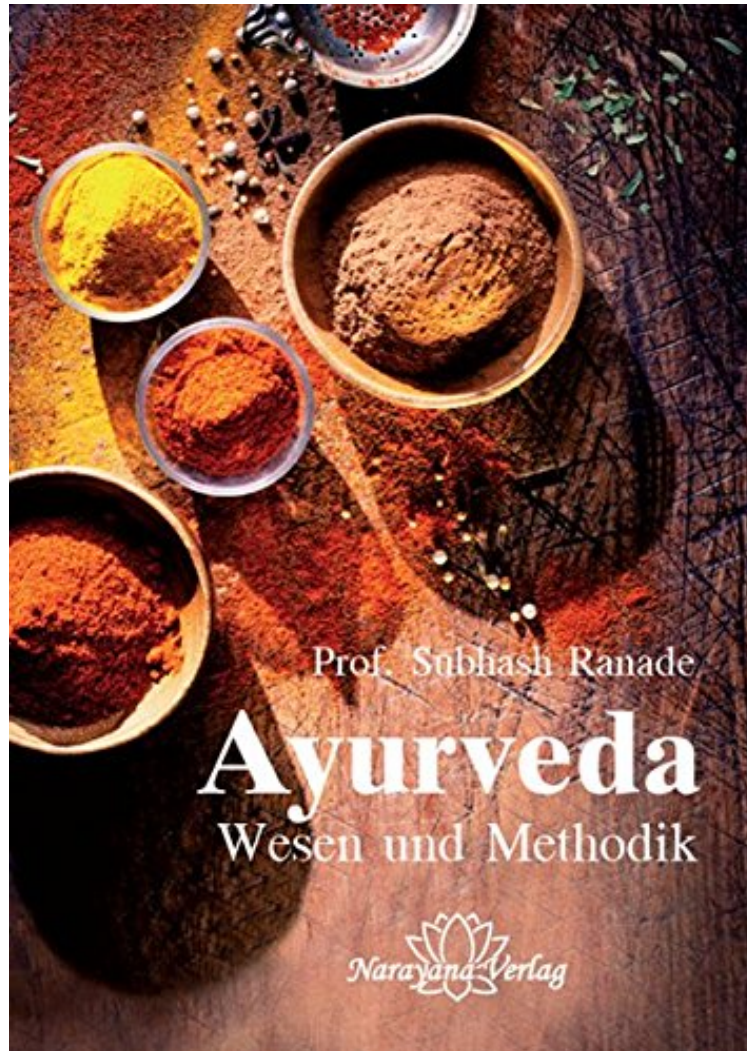


(Download free ebook) Ayurveda - Wesen und Methodik

Ayurveda - Wesen und Methodik

Von Subhash Ranade

DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation - Verkaufsrang: #43028 in BcherMarke: NarayanaVerffentlicht am: 2014-11-01Einband:
Gebundene Ausgabe248 Seiten | File size: 57.Mb

Von Subhash Ranade : Ayurveda - Wesen und Methodik before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Ayurveda - Wesen und Methodik:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen5 von 5 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.
Ayurveda: kompaktes Lehrbuch, auch als EinfhrungsbuchVon Johanna aus KasselDer Ayurveda-Experte Prof. Subhash Ranade gibt hier einen berblick ber die ayurvedische Medizin, die Inhalte sind kompakt und sehr gut verstdndlich dargestellt und zugleich tiefgrndig.Die unterschiedlichen Aspekten der ayurvedischen Geschichte, Fachbegriffe, die Bedeutung von unzureichender Ausscheidung von Abfallprodukten bei der Entstehung von Krankheiten, sowie die sieben Gewebe wie Blut, Muskeln und Fett werden gut bersichtlich dargestellt. Darber hinaus findet der Leser detaillierte Informationen zu den 3 Grundtypen, den Strungen der Grundtypen (Doshas), den Strungen

der sieben Gewebe; welche im Überschuss oder Mangel sein können und den Strömungen der drei Körperessenzen Prana, Tejas und Ojas und der Körperkanäle (Srotas). Die klinische Untersuchung in allen Facetten fachgerecht durchzuführen ist ein schwieriges Handwerk: viel Übung ist erforderlich. Weshalb neigt man zu bestimmten Erkrankungen und wie können diese Krankheiten bestimmt und behandelt werden? Nicht nur bei seinen Beschreibungen der klinischen Diagnostik beeindruckt der Autor mit fundierten Kenntnissen, er gibt auch fundierte Hinweise, wie Ernährung, Sexualität, Yogaübungen und Atemübungen (18 Seiten) gezielt eingesetzt werden können, um das Leben zu verlängern und bestimmte Disharmonien zu reduzieren und den Menschen wieder aktiv in Balance zu bringen. All dies kann man an seine Patienten weitergeben, wenn man es selbstgebt hat. So kann man die Heilung seines Patienten beschleunigen. Was auch den Gesunden interessiert: welche Verjüngungskuren, Rasayanas gibt es? Wer Hinweise auf eine nahende Krankheit wahrnimmt, sollte sie so schnell wie möglich abwenden, zum Beispiel mit einer Pancakarma-Kur, die Strömungen aus dem Gewebe ausleiten kann. bermüde Bewegungen, eine zu heiße Umgebung, wiederholte Aufnahme scharf gewürzter Nahrung und unregelmäßiges Verhalten haben die Tendenz die Doshas zu den Stellen (Armen und Beinen) zu bewegen und Krankheiten hervorzurufen. Dem kann man entgegen wirken. Die wichtigsten Untersuchungsmethoden werden dargestellt, denn wie man zu einer richtigen Diagnose kommt ist in jedem Medizinsystem anders. Die Diagnostik wird ergänzt mit Behandlungsmethoden gegen häufige Erkrankungen, wie Asthma, Bluthochdruck, Verdauungsbeschwerden bis zu rheumatischen Erkrankungen. Was ist eine Panchakarma-Kur und welche Yogaübungen sind gut? Übungen wie z. B. Neti (Nasenreinigung), Nauli (Rollen der Bauchmuskeln) und viele andere Übungen werden dem Leser vorgestellt und im Zusammenhang mit ihrer Funktion hinsichtlich Gesundheit und Heilung beschrieben. Nutzerfreundlichkeit: Der Leser ist übersichtlich aufgebaut, man findet viele Lernhilfen, wie Listen. Das macht die Fokussierung auf das Wesentliche leicht. Selbstverständlich sollte man bei einem erfahrenen Lehrer lernen, allein aus einem Buch kann man Ayurveda und die klinische Untersuchung nicht lernen. Dies Buch ist aber ein kompakter Wegbegleiter, ein gutes Lehrwerk, in dem man immer wieder nachschlagen kann und schnell fündig wird. 4 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. ein Grundlagenwerk Von Schmid nicht umsonst wird dieses Grundlagenwerk für Ayurveda wieder neu aufgelegt und bearbeitet, die indische Originalfassung kam bereits 1991 heraus. Prof. Ranade ist einer der führenden Experten Indiens und international tätig (auch in der SEVA Akademie in München) und es ist sein Verdienst, die indische Medizin in Philosophie/ Denkweise und Praxis gerade dem westlich interessierten Publikum nahe zu bringen. Es ist so systematisch tiefgehend und anspruchsvoll, dass es sich nicht als Einführung in Ayurveda für den Hausgebrauch eignet, sondern für Mediziner, Heilpraktiker usw. Alle Aspekte, Prinzipien, Untersuchungsmethoden, die häufigsten Erkrankungen und ihre Heilungsmöglichkeit werden einbezogen, incl. Verjüngungskuren, Panchakarma, Ernährung usw. So inhaltsreich dieses Werk ist, so ansprechend ist es gestaltet, mit schönen Fotos, Zeichnungen, Tabellen... nicht nur der Verstand, sondern auch die Sinne werden angesprochen. Die Liebe der Herausgeber zum Ayurveda kann man an dieser höchst ästhetischen Aufmachung ablesen, einfach gut, es in den Händen zu halten. Ich wünsche diesem Buch ganz viel Aufmerksamkeit von Seiten der Leser! 2 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Die Grundprinzipien des Ayurveda gut verständlich erklärt! Von RJ + YDJ Das Ayurveda Buch 'Ayurveda Wesen und Methodik' von Prof. Subhash Ranade, erschienen im Narayana Verlag erklärt gut verständlich Grundprinzipien Ayurveda. Ein schwankendes und komplexes Thema wird hier dem interessierten Leser verdeutlicht. Die ayurvedatische Medizin ist ein großes Vermächtnis, das die Weisen des indischen Altertums der Menschheit hinterlassen haben. Als eine der ältesten wissenschaftlichen Medizinsysteme der Welt kann sie mit einer langen Tradition an klinischer Erfahrung aufwarten. Sie umfasst jedoch mehr als wir unter 'Medizin' verstehen: Neben der Heilung der Krankheiten lehrt die Ayurvedatische Medizin nämlich auch was gesunder Lebensstil ist und wie ein langes Leben erreicht wird. Sie behandelt den Menschen als Ganzes-Körper, Geist und Seele und ist daher ein wirklich ganzheitliches und vollständiges Medizinsystem. Das Wort 'Ayu' fasst alle Aspekte des Lebens von der Geburt bis zum Tode zusammen, 'Veda' bedeutet Wissen oder Lernen. Ayurveda ist also die Wissenschaft des Lebens in seiner Gesamtheit betrachtet. Die Veden sind die ältesten schriftlichen Aufzeichnungen des indischen Wissens. Die ayurvedische Behandlung basiert auf der sicheren Ermittlung der individuellen Konstitution. Es ist die außergewöhnliche Stärke dieses Medizinsystems. Hier steht der Patient mit einer Veranlagung und seinem Lebensstil im Vordergrund. Krankheiten werden dabei nicht als eine eigenständige Macht gesehen, die die von außen angreift, sondern als eine Komplikation die dann auftritt wenn die Konstitution aus dem Gleichgewicht gerät. Das Verhältnis der Elemente, Gunas und Doshas zum Zeitpunkt der Befruchtung entscheidet über die Konstitution oder den Biotypus des Individuums. Wenn dieses Verhältnis einmal festgelegt ist bleibt es das ganze Leben gleich. Noch wesentlicher ist das Verhältnis der Doshas, die funktionelle oder energetische Konstitution des Körpers. Vata, Pitta und Kapha herrschen in sieben unterschiedlichen Kombinationen im Menschen. Ein sehr interessanter Aspekt aus dem Ayurveda sind die Marma-Zonen im menschlichen Körper. Sie sind ein spezifisches Konzept der Ayurveda Medizin. Wie bei der Akupunktur handelt es sich bei ihnen um wichtige Druckpunkte auf verschiedenen Körperstellen. Eine Marma-Zone definiert als eine anatomische Stelle, an der Fleisch, Venen, Arterien, Sehnen, Knochen und Gelenke zusammenlaufen. Mit einer speziellen Massagetechnik werden diese Zonen dazu benutzt innere Organe oder Kanäle des Körpers zu stimulieren. Diese und viele andere Grundprinzipien des Ayurveda werden im Buch gut verständlich erklärt. Die schöne Aufmachung des einen Bandes mit markierter Oberfläche ist sehr hochwertig. Die vielen Fotos und Illustrationen verdeutlichen die Erklärungen gut. Ich finde 'Ayurveda - Wesen

und Methodik' ein gelungenes Buch, es zeigt gut verständlich das komplexe ayurvedische Grundprinzip.
Empfehlenswert!

Produktbeschreibung Gebundenes Buch
Ayurveda gehört zu den ältesten Medizin- und Gesundheitssystemen der Menschheit. Die schriftlichen Quellen reichen zurück bis ins erste vorchristliche Jahrhundert. Ayurveda wird als Wissenschaft vom gesunden Leben bezeichnet. Kernpunkte der sehr komplexen ayurvedischen Lehre sind die drei Doshas (Vata, Pitta und Kapha), grundlegende dynamische Prinzipien, die den Energiehaushalt im lebenden Organismus steuern. Insgesamt kennt Ayurveda sieben Konstitutionstypen, die auf diesen drei Prinzipien basieren. Nur selten werden in den bislang vorliegenden Veröffentlichungen zum Thema die Inhalte der ayurvedischen Medizin bei allem Anspruch auf Wissenschaftlichkeit zusammenhängend und verständlich vermittelt. Das vorliegende Buch folgt den Richtlinien für das wissenschaftliche Studium des Ayurveda und wird von vielen Schulen als Lehrbuch eingesetzt. Es umfasst die Geschichte der ayurvedischen Medizin, ihre philosophischen Grundlagen, die Grundbegriffe wie die Prinzipien ihrer Substanzen und ihrer Eigenschaften, also die Pharmakologie, die pharmazeutischen Herstellungsverfahren, diagnostische Methoden und die Behandlung von Krankheiten. Beim Aufbau des Buches wurden besonders auch die Ansprüche der westlich ausgebildeten und orientierten Mediziner berücksichtigt. übersetzt von Hellmuth Nordwig

Kurzbeschreibung
Ayurveda, die Wissenschaft vom gesunden Leben, gehört mit ihrer jahrtausendealten Tradition zu den ältesten Medizin- und Gesundheitssystemen der Menschheit. Der weltweit bekannte Ayurveda-Experte Prof. Subhash Ranade hat mit Ayurveda Wesen und Methodik in Zusammenarbeit mit der Universität Pune, einer der führenden Universitäten Indiens, ein Grundlagenwerk erarbeitet, das einen exzellenten Überblick über die ayurvedische Medizin präsentiert. Er vermag die Inhalte auch für westliche Leser verständlich zu vermitteln. Das Werk wird bereits von vielen Schulen als Lehrbuch eingesetzt. Ranade befasst sich im Detail mit wichtigen Aspekten der ayurvedischen Geschichte und Philosophie. Er erklärt klar ihre grundlegenden Prinzipien und Fachbegriffe, die Bedeutung von unzureichender Ausscheidung von Abfallprodukten bei der Entstehung von Krankheiten sowie die sieben Gewebe wie Blut, Muskeln und Fett. Detailliert werden die Konstitutionstypen des Ayurveda beschrieben, deren Bedeutung, typengerechte Ernährung, Neigung zu Krankheiten und wie sie bestimmt werden können. Was sind die Grundpfeiler von Gesundheit und wie kann diese erhalten werden? Welche Verjüngungskuren Rasayana gibt es? Ranade gibt auch eine Einführung in ayurvedische Heilmittel und deren Energetik. Er erklärt die wichtigsten Untersuchungsmethoden und gibt wertvolle Hinweise zur Behandlung der häufigsten Erkrankungen von Grippe, Asthma und Bluthochdruck über Krampfadern und Verdauungsbeschwerden bis zu rheumatischen Erkrankungen. Zuletzt erläutert er die Grundlagen der Panchakarma-Kur und wichtige Yogabungen. Mit dieser komplett bearbeiteten Neuauflage haben alle Ayurveda-Interessierten ein Standardwerk eines indischen Experten zur Hand, das übersichtlich und umfassend über alle Themengebiete des Ayurveda informiert. übersetzt von Hellmuth Nordwig