

Ayurveda: de geneeskunst van de hindoes

Nieuwe aandacht voor een oud fenomeen

Aan enkele moderne Indiase universiteiten vindt men een voor ons ietwat vreemde lijst van de mogelijke studie-richtingen : astrologie, ayurveda (traditionele hindoegeneeskunde) en ayurvedische farmacie, traditionele muziek, dans en schone kunsten, broederlijk naast toegepaste wetenschappen, scheikunde en sociologie. Men vindt er naast het allopatische universitair ziekenhuis een ayurvedisch universitair ziekenhuis annex kruidentuin en yogakliniek. Deze fakulteiten van traditionele wetenschappen hebben duidelijk te kampen met een gebrek aan interesse van de eigen bevolking. Zij worden slechts gekozen door traditiegeoriënteerde jongeren die het Engels niet machtig zijn of te weinig punten behaalden om te worden toegelaten tot de moderne-wetenschapsfakulteiten. In de ogen van westers-georiënteerde Indiase jongeren kleeft aan deze fakulteit het stigma 'achter-lijk'. Maar een aantal westerse artsen heeft het anders begrepen. Een handvol Amerikaanse en Europese artsen studeren in hun vrije uurtjes nog wat Sanskriet om meer te begrijpen van hun éénjarige opleiding in de ayurveda. Ze bestuderen de indische planten, bezoeken ayurvedische dokters en instituten, de ayurvedische farmaceutische industrie.

Praktische voordelen van een traditionele geneeswijze

In India vindt men verschillende geneeskundige systemen naast elkaar : westerse allopatie, het hindoe-systeem van ayurveda en zijn Zuid-Indiase variant 'siddha', de hiermee verwante Tibetaanse geneeskunde, het antiek-Griekse en door de arabieren overgenomen 'Yunani-tibb', vooral in zwang bij de moslim bevolking, en de homeopatie van Hahnemann. Hoewel de westerse geneeskunde de grootste regeringssubsidie krijgt, toch is ook de Wereld Gezondheids Organisatie voorstander van het inschakelen van traditionele artsen bij de gezondheidszorg, vooral in afgelegen streken. Deze systemen zijn meer aanvaard door de gewone mensen op het platteland omdat ze een onlosmakelijk deel vormen van de plaatselijke gewoonten en tradities. Ze behandelen de meeste aandoeningen met succes en vaak zeer goedkoop omdat vele medicijnen door de dokter zelf worden samengesteld op basis van plaatselijke geneeskrachtige planten.

Bedreigende omstandigheden

India is een van de weinige landen ter wereld waar de traditionele geneeswijze ondanks een aantal bedreigende omstandigheden tot heden is bewaard gebleven. Maar het is even zeker dat er enorm grote delen verloren zijn gegaan. (In Tibet vond men in de boeddhistische Tripitaka nog een massa ayurvedische tekstbronnen die in India totaal zijn verdwenen.) Het verval van deze kennis begon reeds na de middeleeuwen onder de islamitische invallen, waarop een lange periode van wetenschappelijke stagnatie volgde. Vanaf 1600 koloniseerde de Britse East India Company het land en ze verbood in 1833 alle ayurvedische scholen (er floreerden er in die tijd tussen de 500 en duizend). Slechts door de vrijheidsstrijd in het begin van de twintigste eeuw ontstond er hernieuwde belangstelling voor het eigen kulturele erfgoed. In 1920 werd opnieuw de eerste ayurvedische medische fakulteit opgericht aan de Banaras Hindu University. Pas in 1960 kreeg deze fakulteit erkenning als volwaardige universitaire fakulteit met dezelfde status als de 'westerse' fakulteiten. Hoewel de vaidya (ayurvedisch arts), die meestal konform de traditie geen geld vraagt voor zijn diensten, nog steeds een respectabele plaats bekleedt op het platteland, heeft de verstedelijkte hindoe

toch meer vertrouwen in een dokter waar men voor moet betalen, de westers opgeleide allopatische dokter met blinkende instrumenten en snelwerkende dure medicijnen. De traditionele systemen worden ook minder gesubsidieerd van staatswege. Voor de vaidya wordt het niet alleen steeds moeilijker om financieel te overleven, maar de verontreiniging van het milieu heeft ook tot gevolg dat de vroeger overvloedig aanwezige kruiden en geneeskrachtige planten steeds minder gemakkelijk gevonden worden.

Verspreiding en invloed

In tegenstelling tot de situatie in vele ontwikkelingslanden zijn het in India niet alleen de historici of antropologen die de traditionele geneeskunde bestuderen, als iets wat onherroepelijk geschiedenis is geworden. Ook artsen en paramedisch personeel trachten kennis te putten uit een eeuwenoud systeem van geneeskunde dat op een bepaald moment in de geschiedenis een zeer verstrekkende invloed heeft gehad op andere geneeswijzen. De Indiase kennis van medicijnen en chirurgie beïnvloedde in grote mate de Griekse en Arabische geneeskunde. Het boek van Hippokrates 'Over de adem' beschrijft de luchtwegen op praktisch dezelfde manier als in de Indiase concepten van vayu en prana. Plato beschrijft in zijn 'Timaios' de pathologie bijna op dezelfde wijze als de doktrine van tridosha uit ayurveda. De vermelding van specifiek Indiase medicijnen in de werken van Hippokrates ondersteunt dit nog. O.a. Megasthenes, de Griekse ambassadeur bij Candragupta (3de eeuw v. Kr.) vermeldt de hoge verwezenlijkingen van de Indiase geneeskunde op gebied van verloskunde, preventieve geneeskunde en diëtetiek. De beroemde Harun-al-Rashid (786-808 A.D.) werd door de hindoe arts Mankh genezen van een ernstige ziekte. Deze arts vertaalde een materia medica uit het Sanskriet in het Arabisch. Ook andere teksten werden in het Arabisch vertaald en via de arabische wereld beïnvloedde de hindoe geneeskunst ook de Europese. Buiten Griekenland, Rome en de West-Aziatische landen bereikte ayurveda ook Indonesië - waar het tot op heden nog bewaard is op Bali -, Tibet, China, Mongolië, Japan en Turkestan. Dat speciaal het Indiase systeem - mede door de enorme verspreiding van het boeddhisme - zulk een invloed heeft gehad, is niet alleen te danken aan toeval. India (en een aantal buurlanden) is altijd al het land bij uitstek geweest van specerijen en kruiden. Cultuur heeft vaak veel, hoewel niet alles, te danken aan de materiële dingen die van nature voorradig zijn : domestikeerbare diersoorten, specifieke plantengroei en klimaatsomstandigheden. In India vindt men van Noord tot Zuid zeer gevarieerde klimaten, door het hele land en specifiek in de Himalayastreek vindt men duizenden planten met bijzondere eigenschappen, culinair, medicinaal, of beide. Dit heeft zeker bijgedragen tot het vroegere imago van India als spreekwoordelijk rijk land. Het hoeft ons dan ook niet te verbazen dat de materia medica van de ayurveda enorm rijk is. Andere aspecten van deze geneeskunde die terecht bewondering wegdragen zijn onder meer de vroege ontdekking van de bloedsomloop en de zeer indrukwekkende beschrijving van de ontwikkeling van de foetus van maand tot maand bij Caraka zowel als Sushruta.

Ontstaan

De eerste archeologische vondsten in verband met Indiase wetenschappen werden gedaan in de Induskultuur. Deze cultuur bloeide omstreeks 2500 en 1500 voor Kr. in het noord-westen van India. Opgravingen in Harappa en Mohenjo Daro brachten aan het licht dat deze Indusbeschaving op sanitair gebied zeer hoogstaand was en zonder voorgaande. In de meeste huizen waren baden, waterputten, toiletten en rioleringen voorzien. Op vaste plaatsen konden deze rioleringen gereinigd worden. Op een centrale plaats in de stad was een groot badhuis. Het hele stadsplan verraadt een geweldige aandacht voor hygiëne. Verschillende therapeutische zaken

waaronder silajatu (een remedie tegen diabetes, leverstoornissen en reuma), en inktvisbeenderen (intern toegepast als eetlustopwekkend middel en extern bij oor-, oog-, keel- en huidziekten) werden opgegraven. Horens van het hert en de antilooop (en mogelijk ook van de neushoorn) werden gewaardeerd om hun medicinale kwaliteiten. Koraal en bladeren van de nim-boom (azadirachta indica) werden waarschijnlijk als geneesmiddel gebruikt. Al deze specifieke middelen worden nog steeds voorgeschreven in ayurveda. We kunnen dus veilig de oorsprong van het inlandse medische systeem terugvoeren tot in de Induskultuur.

Ayurveda in de vedische tijd

Dhanurveda (kunst van het boogschieten), Gandharvaveda (schone kunsten), Sthapathyaveda (architectuur) en Ayurveda zijn de vier upaveda's (secundaire wetenschappen) bij respectievelijk de Rigveda, de Yajurveda, de Samaveda en Atharvaveda volgens Sushruta (schrijver van een van de klassieke ayurveda-werken). Volgens andere tradities is ayurveda een upaveda van de Rigveda. Deze upaveda's zijn wetenschappen die stilaan ontwikkeld werden - vanuit pre-vedische tradities - in de scholen die zich wijdden aan de studie van één bepaalde veda. Maar niet alleen in de Atharvaveda vinden we verzen die met geneeskunde te maken hebben. Verschillende aspecten van geneeskunde worden vermeld in de vier veda's. In de Rigveda wordt met veel respect geschreven over de arts; de goddelijke tweeling, de Ashvins worden zelfs "artsen" genoemd. Er is een beschrijving van de anatomie en fysiologie van het menselijk lichaam, preventieve maatregelen tegen ziekte, medicinale planten en hun therapeutische eigenschappen, en operatieve ingrepen. In de Rigveda wordt vermeld dat Vishpala, de vrouw van koning Khela, een been verloor in de oorlog en een ijzeren kunstbeen kreeg dat operatief aan haar lichaam werden gehecht. In de Atharvaveda echter blijkt dat men soms neerkijkt op het beroep van arts omdat men zich dan met allerlei mensen moet inlaten. Hoewel de remedies nog wat primitief zijn - bestaande uit kruiden in combinatie met magische formules en water -, is hun kennis van pathologie alles behalve primitief te noemen. Herkenbare ziektebeelden zijn : koorts (takman), diaree (ashrava), hoest (kasa), tering (balasha, yakshman), waterzucht (jalodara), tumor (akshata), lepra en huidziekten (kilasa) en erfelijke ziekten (kshetriya). Het gebruik van zandzakjes als bloedstelpend middel is zeer opmerkenswaardig. De praktijk om offerdieren te dissekeren droeg zeer veel bij tot de ontwikkeling van de anatomie. Uit de rituele teksten blijkt dat er eeuwlingen waren. Ook vasten werd aanbevolen in verscheidene rituelen; de oude Indiërs blijken zich zeer wel bewust geweest te zijn van de weldoende eigenschappen hiervan.

Ayurveda na de vedische periode

Stilaan krijgt het verzamelde geheel van ontwikkelde methodische concepten en therapeutische praktijken een eervolle positie. In de periode van 500 tot 1100 A.D. bereikte de ayurvedische wetenschap haar hoogste bloei. Getuige hiervan een verhaal uit de 'Bhoja-Prabandha' waarin verhaald wordt hoe twee artsen een schedeloperatie uitvoeren bij koning Bhoja die regeerde van 1010-1056 A.D. Hij leed aan ernstige hoofdpijnen en de artsen openden zijn schedel en genazen de ziekte. Zij gebruikten hierbij een verdovend poeder 'moha-curna' genoemd, dat de koning buiten bewustzijn bracht. Na de ingreep kwam hij weer bij bewustzijn door toediening van een ander poeder 'sanjivani'. Spijtig genoeg zijn de details van deze geneesmiddelen niet meer bekend.

De klassieke bronnen

De drie grote klassieke werken over ayurveda zijn de Caraka Samhita (verzamelwerk van Caraka), de Sushruta Samhita (verzamelwerk van Sushruta) en het werk van Vagbhata. Volgens eigen getuigenis is de Caraka Samhita geen origineel werk, maar een aanpassing van een Tantra geschreven door Agnivesha. De datum van Caraka is niet bekend, volgens de Chinese boeddhistische Tripitaka (vertaald in 472 A.D.) was Caraka de lijfarts van de boeddhistische Kushana heerser Kanishka, wiens vrouw door hem werd bijgestaan voor een abortus. (Kanishka's regeringsperiode begon vermoedelijk in het laatste kwart van de 1ste eeuw na Kr.) Caraka doceerde aan de medische fakulteit van Taxila in Punjab. We hebben slechts een onvolledig manuscript uit de 9de eeuw van deze tekst. Caraka beschrijft verschillende geneeswijzen, diëten, de plichten van de arts, de belangrijkste kwalen, voeding, smaken, algemene pathologie, de medische studie, anatomie en embryologie, diagnose en prognose en speciale en algemene therapieën. Hij is niet alleen een dokter, maar ook filosoof en moralist. Hij geeft talloze religieuze morele instructies in verband met hygiëne en met de theorie van zonde als oorzaak van ziekte. Het meest bekende medische werk is de Sushruta Samhita. Het werk kwam tot stand in Benares. Sushruta is in feite een chirurg en schrijft zeer gedetailleerd over chirurgie, een onderwerp dat praktisch niet aangeraakt werd door Caraka. De derde grote klassieker is Vagbhata, die vermoedelijk leefde in de 7de eeuw na Kr. Hij was een boeddhist, en citeerde uit Caraka en Sushruta. Buiten deze grote klassieke werken bestaan er nog talrijke latere commentaren hierop, medische woordenboeken en botanische werken. De schrijvers hiervan waren hindoes, jains en boeddhisten.

Mythologische oorsprong

Zoals elke Indiase wetenschap, heeft ook de geneeskunde een mythologische oorsprong toegedicht gekregen. Zij werd geschapen door Brahman, en werd doorgegeven aan de goden Prajapati, de Ashvins, Indra en de goddelijke genezer Dhanvantari (ook een inkarnatie van Vishnoe geacht en afgebeeld met een pot 'amrita' of onsterfelijkheidsdrank in zijn armen). Deze goden schonken hun kennis aan de wijzen (rishi's). De namen van deze wijzen verschillen naargelang de gevolgde traditie. Het zijn o.a. Atreya, Harita, Kashyapa, Agnivesha, Bheda, koning Divodasa van Benares (op zijn beurt een reïnkarnatie geacht van Dhanvantari), Sushruta, Aupadhenava, Aurabhra, Paushkalavata, Gopurarakshita en Bhoja. Het is mogelijk dat zij auteurs waren van geneeskundige geschriften die nu verloren zijn. Atreya, ook Krishna Atreya genaamd, krijgt bijzondere vermelding als de eerste leraar van heelkunde. Atreya, Harita en Kashyapa worden allemaal geciteerd in de oude teksten.

Betekenis van de term ayurveda

Het woord ayurveda is samengesteld uit twee leden, nl. ayus wat 'leven' betekent, of vollediger nog 'tijdspanne (dat het leven in het lichaam aanwezig is)', 'leeftijd' en veda 'weten', 'kennis'. Het betekent in feite wetenschap van de levensduur, kennis aangaande het leven, en in striktere zin geneeskunde. Een andere gebruikte term is vaidyashastra 'wetenschap van de dokters'. De dokters worden vaidya genoemd, wat zoveel betekent als 'in het bezit van vidya (=kennis)', analoog met ons 'dokter'. Caraka definieert ayurveda als "De wetenschap met behulp van dewelke men kennis verkrijgt over nuttige en schadelijke levenswijzen, gelukkige en ellendige levenswijzen, over zaken die nuttig en schadelijk zijn voor zulke levenswijzen, over de levensduur en de natuur van het leven zelf." Hieruit blijkt al dat ayurveda grote nadruk legt op de juiste levenswandel en preventie van ziekte als gevolg hiervan. In tegenstelling tot vele andere geneeswijzen is ayurveda

vooral een verzameling aanwijzingen voor een gezond leven eerder dan een verzameling hulpmiddelen bij ziekte. In zijn theoretisch aspect inspireerde ayurveda zich op de filosofieën van Samkhya-Yoga en Vaisheshika. Van deze eerste heeft het de vijf elementen van het lichaam en zijn evolutie vanuit purusha-prakriti ; van de tweede werden de principes van substantie en kwaliteit (dravya-guna), de drie types van constitutie (tridosha) en de zeven fysieke bouwstenen (saptadhatu) overgenomen. De ayurveda-klassieken bespreken niet alleen behandeling van mensen, ook specialisten kwamen aan het woord over paarden (ashvayurveda), olifanten (gajayur-veda), vee (gavayurveda) en bomen (vrikshayurveda).

Essentiële kenmerken

Volgens de traditie bestaat ayurveda uit acht delen : algemene chirurgie (shalya), oog-, oor-, mond-, neus- en keelheeskunde (shalakya), interne geneeskunde (kayachikitsa), psychiatrie (bhutavidya), pediatrie (kaumarabhritya), toxicologie (agadatantra), de kennis van de verjongingsmiddelen (rasayana), en afrodisiaca (vajikarana). De basis van het ayurvedisch systeem gaat ervan uit dat ayurveda een volledige geneeswijze wil zijn, die alle aspecten van het leven in acht neemt, het fysieke, het psychologische en het spirituele. Men gaat ervan uit dat elke patiënt een andere constitutie heeft en in een andere geestelijk en spirituele toestand verkeert. Daarom wordt elk geneesmiddel voorgeschreven aan de hand van de persoonlijke toestand van de patiënt. Voor éénzelfde ziekte krijgen twee verschillende personen dus soms verschillende geneesmiddelen toegediend. Hierdoor zouden we ayurveda kunnen klassificeren onder de moderne 'holistische' geneeswijzen waaronder ook homeopatie e.d. De meest fundamentele principes in de schepping zijn purusha, de oorspronkelijke geest, het principe van waarnemingsvermogen en bewustzijn; en prakriti, de natuur, het principe van creativiteit. De eenheid van deze twee, geest en materie, doet alle dingen ontstaan. Uit het samengaan van deze twee krachten komt de kosmische intelligentie voort, mahat genoemd, waaraan alle natuurwetten inherent zijn. Ayurveda richt zich op een leven in harmonie met deze kosmische intelligentie, een natuurlijk evenwicht. Dit is de basis van de ayurvedische psychologie.

De drie kwaliteiten en de vijf elementen

Prakriti, de materie, heeft drie kwaliteiten (guna's) : sattva, het principe van licht, waarneming, intelligentie, harmonie; rajas, het principe van activiteit, energie, emotie en beroering; en tamas, het principe van inertie, duisternis, lusteloosheid en weerstand. Terwijl al deze kwaliteiten noodzakelijk zijn, is sattva de juiste en geschikte kwaliteit van de geest. Personen in wie sattva domineert zijn waarheidslievend, eerlijk, bescheiden en altruïstisch. Zij in wie rajas domineert waarderen macht, prestige, autoriteit en beheersing. De personen gedomineerd door tamas blijven gevangen in vrees, slaafsheid, onwetendheid en de krachten van ontbinding. Hieruit volgt dat het van groot belang is een levensstijl aan te nemen die voornamelijk sattvisch is. Omdat deze drie kwaliteiten voorkomen in de natuur is het belangrijk sattvisch voedsel te gebruiken. Vandaar ook dat ayurveda in zijn kruidenlexicons alle planten klassificeert volgens de drie guna's. Dit betekent niet dat rajasisch of tamasisch voedsel nooit mag genomen worden. Soms kunnen rajasische en tamasische planten gebruikt worden om de balans te herstellen bij een onevenwicht. Uit deze drie guna's komen de vijf elementen (bhuta's) voort. Uit sattva, bestaande uit helderheid, ontstaat ether; uit rajas, energie, ontstaat vuur; en uit tamas, inertie, ontstaat aarde. Tussen sattva en rajas ontstaat het subtiele maar beweeglijke element lucht, en tussen rajas en tamas ontstaat water dat beweeglijkheid met inertie combineert. De vijf delen van de plant in ayurveda, tonen aan hoe de structuur van de plant verbonden is met de

vijf elementen. De wortel komt overeen met het aarde-element (laagste en dichtste deel, verbonden met de aarde), de stam en takken met water (zij verspreiden het sap). De bloemen komen overeen met vuur (manifestatie van licht en kleur), de bladeren met lucht (door hen ademt de plant), en de vruchten komen overeen met ether, de subtiele essentie van de plant. Het zaad bevat al de vijf elementen, omdat hij de hele potentiële plant in zich heeft.

De drie dosha's

Werkelijk het hart van ayurveda is het concept van de drie dosha's, of de drie fundamentele types van de menselijke konstitutie : vata, pitta en kapha. Uit ether en lucht ontstaat vata, uit vuur en water komt pitta, en uit water en aarde komt kapha. Door de vijf elementen en de drie dosha's wordt de fundamentele natuur van verschillende personen gedetermineerd en een behandeling vastgesteld voor hun specifieke noden. De individuele konstitutie ontstaat bij de bevruchting en blijft het hele leven dezelfde. Terwijl er drie algemene types zijn volgens de overheersende dosha, bestaan er ook combinaties en variaties. Deze drie dosha's bestaan ook in planten zoals in de hele natuur. De bodem, het klimaat, de aardrijkskundige streken kunnen op dezelfde wijze geordend worden volgens dosha. In gezonde toestand zijn de drie dosha's in evenwicht. Wanneer er in een van de drie dosha's een verstoring optreedt of een van de drie dosha's te veel overheeft, noemt men dit ziekte in ayurveda. De vaidya zal door voorschrift van dieet of medicijn trachten de drie dosha's weer in evenwicht te brengen.

Onderzoek en behandeling van de patiënt

In ayurveda, wordt de patiënt behandeld volgens zijn konstitutie. Deze konstitutie verradt meestal reeds een vatbaarheid voor bepaalde ziekten. De behandeling is dus niet symptomatisch, het doel is niet een bepaalde ziekte te genezen, maar de patiënt terug in harmonie met zichzelf te brengen. Daarom is de kennis van de konstitutie de basis voor een werkelijk preventieve gezondheidszorg. In het algemeen wordt een bepaalde dosha die uit evenwicht is, behandeld met kruiden en therapieën van tegengestelde natuur. Bij het onderzoek gaat de arts te werk in drie stadia : ondervragen van de patiënt, praktisch onderzoek en onderzoek door middel van gevolgtrekking. De arts kijkt naar de lichaamsbouw, kenmerken, statuur, verhoudingen, psychische gesteldheid, maagcapaciteit, mate van fysieke kracht en leeftijd. Aan de andere kant kijkt men naar de ziekte en het verloop ervan, de oorzaak en de aard (gemakkelijk/niet gemakkelijk te genezen, of ongeneeslijk). De diagnose wordt gesteld door onderzoek van pols, ontlasting, urine, sputum, huid, stem, tong en gezichtsvermogen. In de loop van de geschiedenis werden sommige ayurvedische artsen zeer vermaard omwille van hun polsdiagnose aan de hand waarvan zij onmiddellijk de juiste behandeling kozen. De snelheid van de pols, het volume ervan en nog andere aspecten geven aanwijzingen met betrekking tot vata, pitta en kapha.

Gebruikte geneesmiddelen en therapieën

Ayurveda kent ongelooflijk veel geneesmiddelen en therapieën. De geneeskrachtige werking van de plant wordt bepaald aan de hand van de smaak, de verhittende of verkoelende werking, de werking na opname in het lichaam, enz. Volgens ayurveda is de smaak (rasa) van de plant mede bepalend voor zijn geneeskrachtige werking. De theorie van de zes smaken heeft daarom niet alleen een groot belang bij de indeling van de geneesmiddelen, maar vooral in de diëtetiek. Voor een gelijkmatige stimulans van de verteringsprocessen is het van groot belang deze zes smaken in onze dagelijkse voeding een plaats te geven. Deze zes smaken zijn zoet, zuur, zoutig, scherp, bitter en wrang. De

toedieningsvormen van planten zijn velerlei : poeders, pillen, extracten, tinkturen, gelei en zalven. Ook metalen, mineralen, assen, zouten, zuren en suikers worden toegediend. De bereiding wordt soms begeleid met mantra's (gebedsformules), yantra's (symbolen), rituelen en vuuroffers. Ook de toediening gebeurt soms op speciale dagen samen met de maanfasen en astrologische invloeden. De bereiding van de medicijnen staat uitgebreid beschreven, en behelst verschillende technieken. Bij de therapieën zijn de belangrijkste de pancakarma (vijf methodes), die het lichaam zuiveren alvorens men geneesmiddelen toedient. Deze therapieën zijn behandeling met olie en vet, zweetbaden, braken en toedienen van lavementen, massage en vasten. Andere toegepaste therapieën zijn bv. aroma- en geluidsterapie, meditatie en hypnose.

Onderricht in ayurveda

Caraka beschreef de zes kwaliteiten die een bekwaam geneesheer moet bezitten : vidya (kennis), tarka (logika), vijnana (intelligentie), smriti (goed geheugen), tatparta (toewijding) en kriya (praktijkervaring). Deze kwalificaties tonen aan dat het systeem geen empirisch onderzoek schuwde. De ayurveda werd oorspronkelijk bestudeerd in de scholen die zich wijdden aan de studie van een bepaalde veda. Het systeem van kennisoverdracht was dan ook gelijk aan de klassieke guru-shishya (leraar-leerling) traditie waar de leerling direct bij het onderricht betrokken was en een zeer persoonlijke band onderhield met de leermeester. Het geheel van ayurveda-kennis werd mondeling van meester op leerling overgebracht. Caraka schrijft hierover : "De leerling zit ontspannen op een schone vloer; hij overweegt de soetra's (aforismen) in de juiste volgorde en herhaalt ze steeds weer, terwijl hij hun betekenis volledig probeert te bevatten, om zo zijn fouten te kunnen verbeteren en ook de fouten van anderen op te merken. Zo wijdt hij zich, immer waakzaam, in de voormiddag, namiddag en 's avonds aan zijn studie. Dit is de wijze van studeren." Maar zowel Caraka als Sushruta benadrukken de absolute waardeloosheid van een arts die geen praktijkkennis heeft. De leraar testte op verschillende manieren de kennis en het doorzicht van de leerling. Vele interessante verhalen hierover vinden we in de boeddhistische geschriften. Tijdens het leven van Boeddha was er een zeer bekend arts met de naam Jivaka. Hij werd driemaal uitgeroepen tot koning van de artsen en chirurgen omwille van zijn kunde. Zijn leermeester was Atreya. Op een dag vroeg Atreya alle studenten naar de markt te gaan en te informeren naar de prijzen van opgegeven specifieke medicinale artikelen. Bij hun terugkeer ondervroeg Atreya hen allemaal over de prijzen van zaken die hij niet had gevraagd. Slechts Jivaka wist het antwoord en bewees hiermee zijn verbeeldingskracht en vooruitziendheid, welke kenmerken van een goed arts zijn. Een ander verhaal over dit genie gaat als volgt : Op een dag vroeg Atreya aan zijn studenten om uit de nabijgelegen heuvels alle planten mee te brengen die geen enkele medicinale waarde hadden. Alle studenten behalve Jivaka keerden terug met verschillende planten die volgens hen waardeloos waren op medisch gebied. Jivaka kwam terug met lege handen en antwoordde dat hij niets kon vinden dat geen geneeskundige waarde had. Dit toonde zijn diepgaande studie aan van het onderwerp. Tegenwoordig is echter deze leraar-leerling traditie grondig stukgemaakt door een modern stadsleven. Wie dan toch nog kiest voor de traditionele geneeskunde kan terecht aan de universiteiten waar het contact met de leraar zeker minder persoonlijk is dan in het traditionele systeem. De echt gemotiveerde student doet er beter aan de snelverdwijnende oude vaidya's op te zoeken die hier en daar hun praktijken hebben en zelf hun kennis nog kregen van een meester.

Geneeskunde voor het volk

Maar ayurveda is niet enkel een systeem dat beoefend wordt door enkele intellectuelen en waarvan het gepeupel niets afweet. Het is zeer indrukwekkend om te zien dat in India de hele hindoebevolking van brahmaan tot onaanraakbare leeft volgens de voorschriften van ayurveda. Iedereen poetst zijn tanden met een stokje van de geneeskrachtige nim-boom, en niemand zal 's morgens iets drinken alvorens de tong te hebben geschraapt met een tongschraper. Dit instrumentje van goud, zilver, rood of geel koper - al naar gelang de koopkracht van de bezitter - verwijdert aanslag van de tong die negatieve invloed zou hebben op de gezondheid. De hindoes krijgen als het ware hun leef- en eetregels met de moedermelk mee. Het is gemeengoed dat het slecht is, 's avonds nog guava's te eten. Wanneer je wil weten waarom juist, zullen weinigen het antwoord weten, maar dat kan je dan weer snel vinden door de klassieke werken van ayurveda erop na te slaan. Een treffend voorbeeld is ook de kennis die onaanraakbare vroedvrouwen (een kraamvrouw wordt geacht onrein te zijn, en dus is haar verzorging een onreine taak voor onaanraakbaren) hebben. Deze vroedvrouwen, waarvan de meesten niet kunnen lezen noch schrijven, verzorgen de kraamvrouw gedurende de tien dagen na de bevalling. Zij passen ayurvedische massage toe waardoor de baarmoeder zeer snel samentrekt en de kraamvrouw, zonder actieve buikspieroefeningen te doen, weer snel terug in vorm is. Zij hebben ook kennis van de ayurvedische babymassage die in India toegepast wordt vanaf de geboorte en waardoor de baby zich ontspant, de spieren oefent en soepel blijft. Er zijn nog talloze andere voorbeelden van de diepe worteling van ayurveda, een levend bewijs van de eenheid van de hindoe-kultuur, over kaste- en geografische grenzen heen.

Christel Brughmans