



## **Az ájurvéda pathofiziológiája**

**Minden betegség összefüggésben áll a dósák egyensúlytalanságával.**

**A betegség kialakulásában szereplő további koherens faktorok:**

- biológiai információ vektor változásai - agni**
- meg nem emésztett tápanyag felhalmozódása - ama**
- a fiziológia "csatornácskáinak" elzáródása - shrotorodha**
- a szövetek sérült anyagcseréje - dhatu**



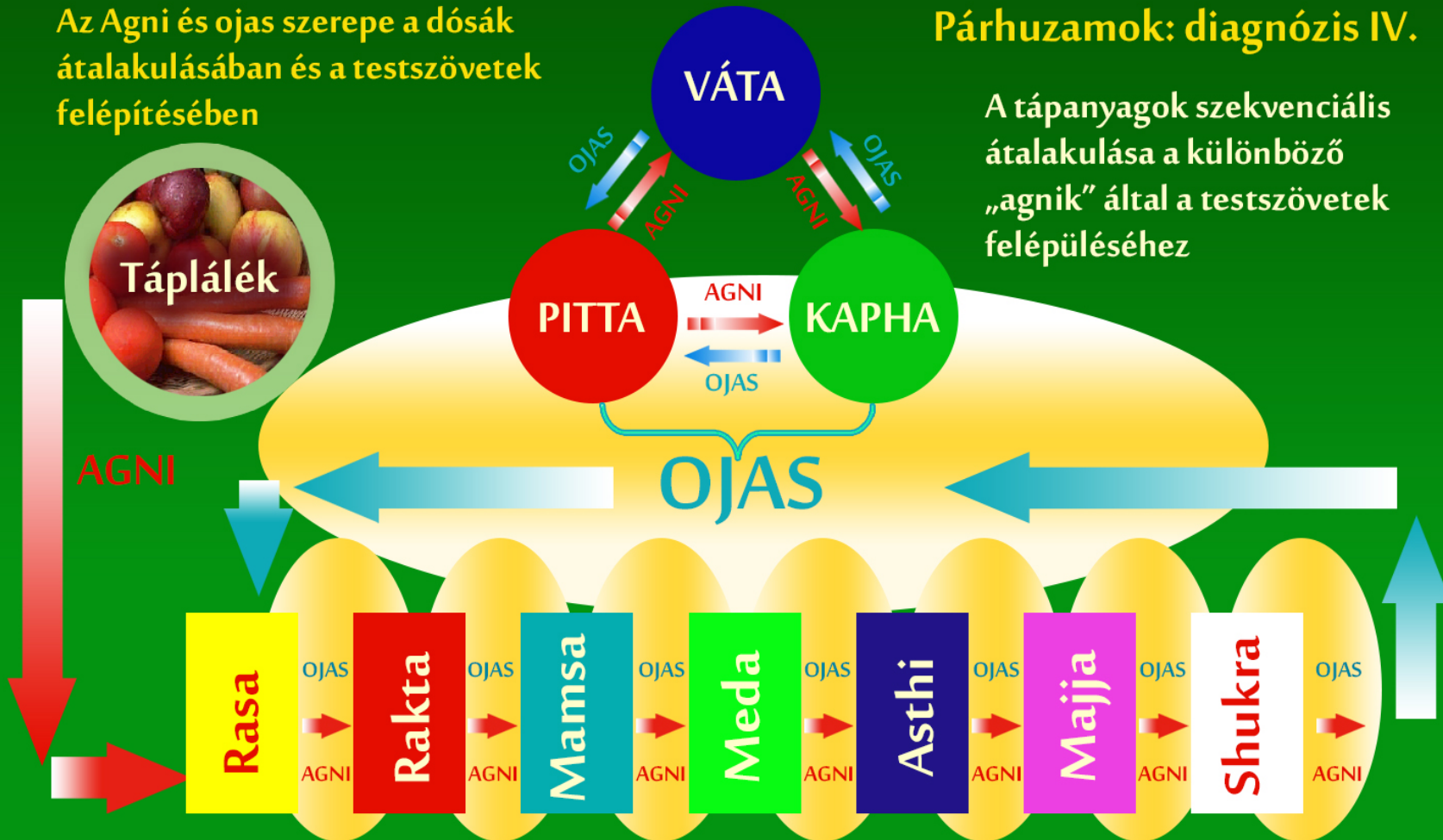


# Dosha, Agni, Dhatu, komplex egyensúlyi rendszere

Az Agni és ojas szerepe a dósák átalakulásában és a testszövetek felépítésében

Párhuzamok: diagnózis IV.

A tápanyagok szekvenciális átalakulása a különböző „agnik” által a testszövetek felépüléséhez





## **MALAS – Kiválasztási termékek**

**Purisha (Széklet)**

**Mutra (Vizelet)**

**Sweda (Izzadtság)**





## **Dosha, Agni, Dhatu, Mala komplex rendszere**

**3 DOSHAS**  
(5 Subdósa)

VATA  
PITTA  
KAPHA

**13 AGNI**  
(Emésztő tűz)

1 JATHARAGNI  
5 BUTHAGNI  
7 DHATVAGNI

**7 DHATU**

RASA  
RAKTA  
MAMSA  
MEDHA  
ASTHI  
MAJJA  
SUKRA

**3 MALAS**

MUTRA - Vizelet  
SVEDA - Izzadság  
PURISHA- Széklet



## Általános étkezési javaslatok III.

**Vata erősítő/súlyosbító tényezők:** keserű, csípős, fanyar, száraz ételekből túlzott bevitel, valamint feszült, stresszes körülmények.

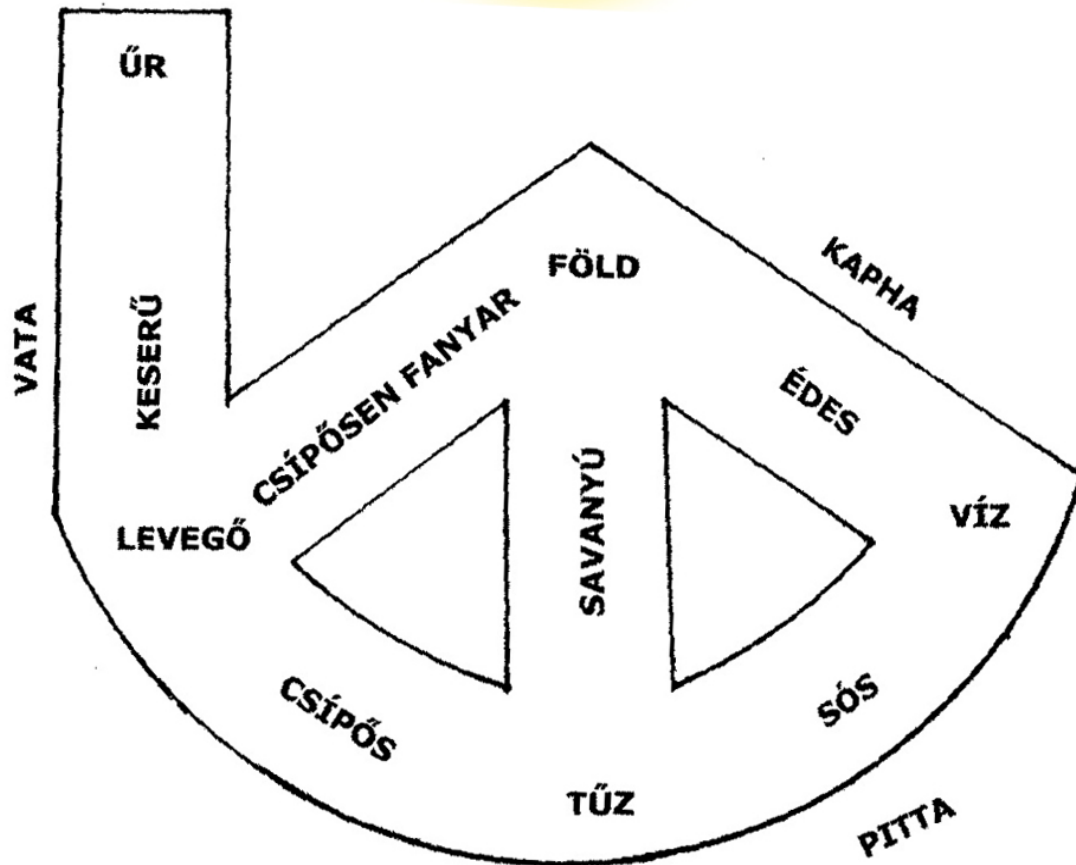
**Pitta erősítő/súlyosbító tényezők:** savanyú, sós, sült ételekből túlzott bevitel, és túl sok idegesség.

**Kapha erősítő/súlyosbító tényezők:** édes, olajos ételekből túlzott bevitel és mozgásszegény életmód.

**Rakta erősítő/súlyosbító tényezők:** savas vagy lúgos ételekből túlzott bevitel. Pl.: sült ételek, alkoholos italok, savanyú gyümölcsök. Túlzott idegesség vagy súlyos érzelmi ingadozás, napozás vagy égető nap alatt, tűz közelében, meleg körülmények közti munkavégzés, lehet néhány kiváltó ok.

**Mamsa erősítő/súlyosbító tényezők:** az izzadást kiváltó ételeknek túlzott használata, például hús, hal, joghurt, tej, tejföl. Izzadáshoz vezető viselkedések (magatartási formák)

**Meda erősítő/súlyosbító tényezők:** túl sok bevitel olajos, édes ételekből, alkohol-fogyasztás és lusta magatartás (hózzállás). nap közbeni alvás, túlevés .



13. kép. A hat íz, az ezeket felépítő elemek és a *dosha*-k, amelyekre az egyes ízek hatással vannak.



## **Ízek - minőségek**

- Édes (föld+víz –raktározza a vizet-Kapha) – szöveti erősítés, emésztés-étvágy csökkenés**
- Sós (tűz+víz – megtartja a vizet) – ásványi egyensúly és víz megtartás**
- Savanyú (tűz+föld – behívja a vizet) – PH beállítás, szomjúság, emésztés-étvágy növekedés**
- Csípős (levegő+tűz)– anyagcsere, emésztés-étvágy növekedés**
- Fanyar (levegő+föld) –szöveterősítés**
- Keserű (űr + levegő – Vata)—méregtelenítés**





## **Rasa (Ízek)**

**Madhur – édes (Earth + Water)**

**Amla – savanyú (Fire + Earth)**

**Lavan – sós (Fire + Water)**

**Katu – csípős (Fire + Air)**

**Tikta – keserű (Air + Earth)**

**Kashaya – fanyar (Air + Ether)**







## 13 AGNI

**JATHARAGNI** (Pitta formában a gyomorban végzi az emésztést).

**5-BHOOTAGNI** ( Prithvi, Jala, Agni, Vayu, Akasa – a májban a másodlagos átalakító funkcióknak felel meg).

**7-DHATUAGNI** ( Rasa, Rakta, Mansa Meda Asthi Majja, Shukra – a szöveti anyagcsere folyamatoknak felel meg).





## **JATHARAGNI – az emésztés tüze**

**Az Agni az ájurvédában az energia felszabadítás forrása, mely az emésztési folyamatokban valósul meg, illetve a szövetek anyagcsere folyamatai során. Emésztés, anyagcsere, felszívódás olyan biológiai energia átalakító folyamatok összességének részei, melynek kiinduló forrása az Agni.**

**JATHARAGNI: gyomor, vékonybél, vastagbél**

**Működési célja: Az étel átalakítása tápláló plazma folyadékká (rasa), ami táplálja a sejteket, szöveteket**



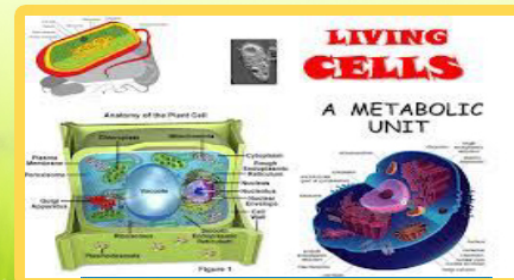


## Az egészség receptje – Eredeti ájurvéda

### Agni koncepciója

Agni: Kémiai energia

- Jatharagni: emésztési energia (elsődleges lebontás)
- Panchbhautikagni: máj anyagcsere (másodlagos lebontás)
- Dhatvagni: szöveti, illetve sejt anyagcsere (harmadlagos)





**Az egészség receptje – Eredeti ájurvéda**

**Agni koncepciója**

**Agni (Status):**

**Vishamagni**

**Teekshagni**

**Mandagni**

**Samagni**





## **Az egészség receptje – Eredeti ájurvéda**

Molecular approach to Ayurveda

Yamini B Tripathi

Department of Medical Chemistry, Institute of Medical  
Sciences, Banaras Hindu University, Varanasi 221005, India

Indian Journal of Experimental Biology

Vol. 38, May 2000, pp, 409-414

**A Váta dósa molekuláris szempontból azonos:  
a membránhoz kötődő jelátviteli folyamatokhoz**

**Pitta dósa molekuláris szempontból azonos:  
a fehérjék foszforilációs és defoszforilációs folyamataival  
(enzimek és jelátviteli molekulák)**

**Kapha dósa molekuláris szempontból azonos:  
- génexpressziós és fehérje szintézis folyamataival**



## **AGNIS IN DIGESTIVE PROCESS**

**Prasad (étel)**



**Dhatuagnis**



**Dhatus**



**Malas**





## **A modern tudomány „Agni” megközelítése IV. –“Shared pathogenesis”**

**„Ama”- I.**

**Kapcsolat az ájurvédikus alapfogalom, az „Ama” és a modern tudomány között**

**1. Az “Ama” a tökéletlen emésztés eredményeképpen kialakuló gyulladós, illetve gyulladást megelőző folyamatok mérgező hulladék anyagának felel meg.**

**2. Az “Ama” tudományos meghatározása, illetve ezek alapján a “Ama” szolgálhat-e korai gyulladós folyamatok markereként, mely egyben rákmegelőző állapotoknak felel meg, illetve egyéb betegségek előjele is lehet (metabolikus szindróma, emésztési problémák).**

**Az ájurvéda elveinek megfelelően az „Ama” mikrocatornákat blokkol(Srotas), mely a szöveteket táplálja. Megjelenhet a keringésben (véralvadás, gyulladós folyamatok), kiválasztási folyamatokban, genetikai módosulásokat eredményezhet. Ez a típusú ama leállíthatja az immunenszert és számos betegség kialakulását erősítheti.**



## **A modern tudomány „Agni” megközelítése VI. –“Shared pathogenesis”**

**„Ama”- III.**

**Hogyan lehet az „Ama”-t detektálni:**

- a nyelv ragadós, fehér bevonata
- az étel ízérésének gyengülése
- helyi és általános gyulladás
- hirtelen fáradtság, nehézségérzet, fáradtság
- hasi diszkomfort érzet
- letargia
- emésztési zavar és székrekedés

**Az Agni helyreállítása elsődleges módja az „ama” eltávolításának**

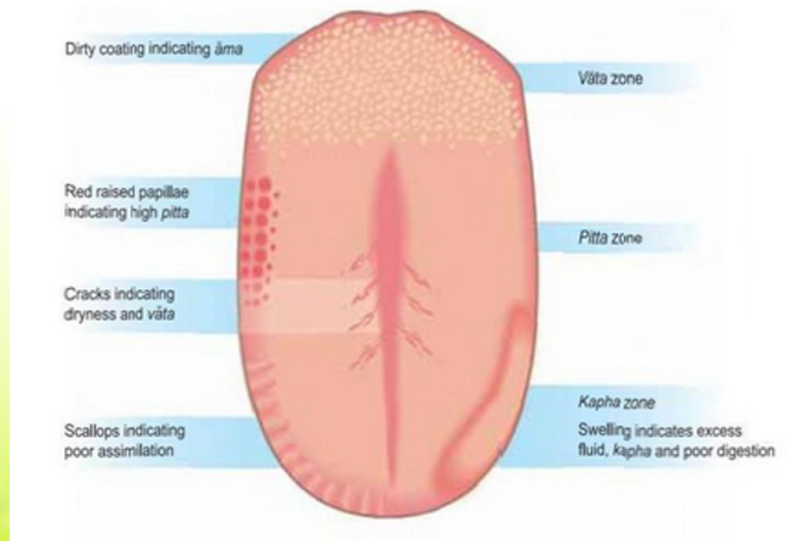






## Ájurvéda

„Az Élet örök folyamata a Természet örök intelligenciájában”





## AZ AGNI HATÁSAI

### KIEGYENSÚLYOZOTT AGNI

**BOLDOGSÁG**

**ENERGIKUSSÁG**

**TISZTA TUDAT**

**LELKESEDÉS**

**HOSSZÚ ÉLET**

**EGÉSZSÉG**

**ERŐS INTELEKTUS**

**KIEGYENSÚLYOZOTT TESTŐM.**

### GYENGE AGNI

**APÁTIA**

**PUFFADÁS**

**NEHÉZÉRZÉS**

**ROSSZ SZÁJÍZ**

**UNOTTSÁG**

**GYOMORÉGÉS**

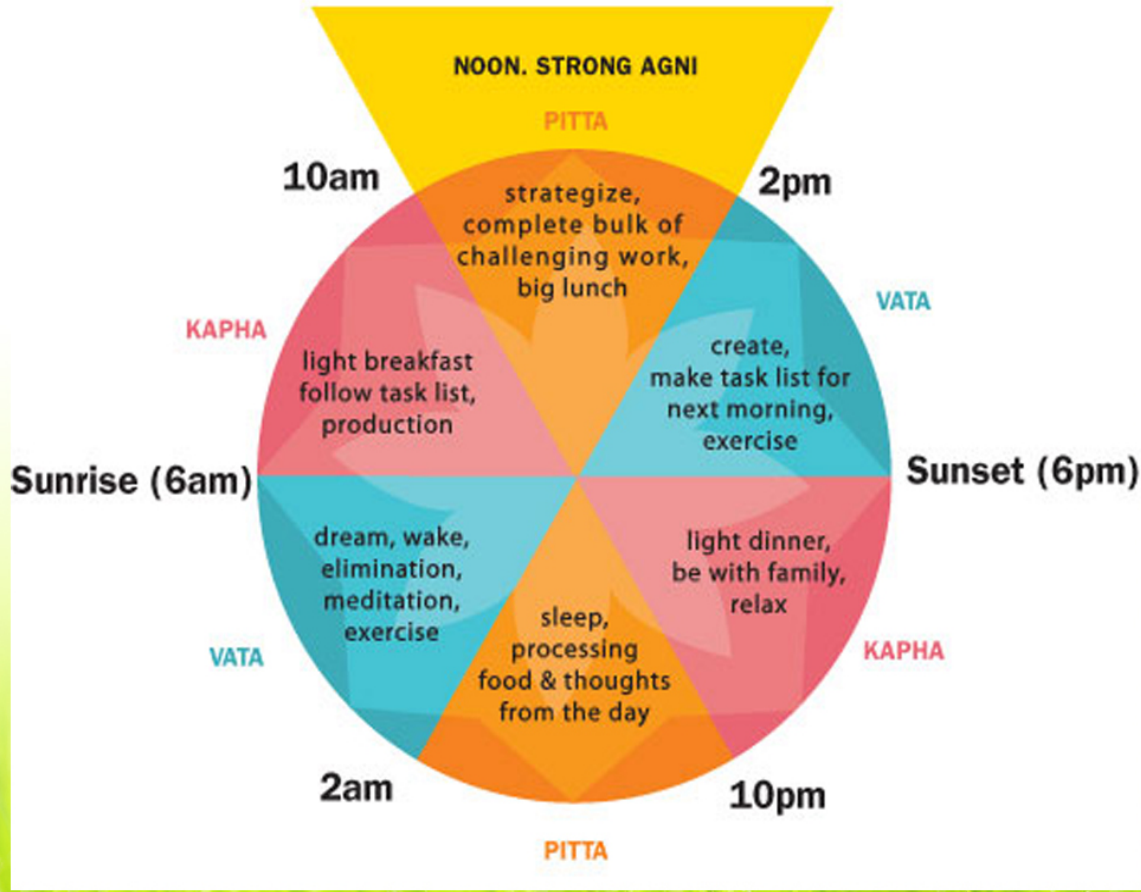
**SZÉDÜLÉS**

**KELLEMETLEN SZÁJSZAG**





## Best Agni Time





## **Agni értékelése**

- Jathargni minőség felmérése
- Jó étvágy / rossz étvágy
- Jó diéta / rossz diéta
- Jó ürítés / székrekedés, hasmenés
- Erő / lethargia
- Erős immunitás / gyenge immunitás
- Jó bőrszín / gyenge bőrszín
- Jó érzékszervek / gyenge érzékszervek
- Boldogság / Depresszió, szorongás
- Súlyosabb esetben testüregi folyadék
- (Ca.Chi. 15/8-9)





## **Emésztés sorrendje**

- Édes**
- Sós**
- Savanyú**
- Keserű**
- Adsztringens**





## **Az emésztést befolyásoló faktorok**

- 1. Ushma (Hő)- emésztés**
- 2. Vata – felszívódás, átalakulás**
- 3. Kleda (nyákosít)- táplálék bontása**
- 4. Sneh (folyósít)Kala (Idő) – brings sufficiency**
- 5. Samyoga – Megfelelő életmód**





## **Ájurvéda**

**„Az Élet örök folyamata a Természet örök intelligenciájában”**

**Pliha - lép**

**Yakrt - máj**

**Kloma - hasnyálmirigy**

**Grahani - vékonybél**

**Pakvasaya - vastagbél**

