

INTERVJU: Doktor ajurvede Sidarta Sengupta

Liječite uzrok, a ne posljedicu

Ajurveda je nauka koja je stara 5000 godina i zasniva se na prirodnom i biljnom liječenju svih bolesti. Ona razumije osnovni uzrok bolesti tijela i upravo zato se njome postiže potpuno blagostanje i ozdravljenje – kazao je dr Sengupta

PODGORICA - Ajurveda uči ljude da žive na način da nikada ne koriste lijekove u životu, ona predviđa, sprečava i liječi bolesti. Svjetska zdravstvena organizacija planira da u narednih nekoliko godina uključi ajurvedu u glavne tokove sistema zaštite zdravlja. To je stil života (način života, dijeta i ishrana, bihevioralna medicina, vježbanje, lijek i detoksikacija) i može da izliječi korijen većine bolesti koje nastaju zbog načina života, što aleopatija koja je simptomatična ne može da uradi.



U Podgorici uskoro gostuje dr Sidarta Sengupta, osnivač „Samskr Natural Wellbeing Pvt Ltd.“ koji će nam se 1. i 2. decembra predstaviti zajedno sa svojim kolegama dr Ašokom Paranjpe i dr Sonali Nimbalkar, u organizaciji turističke agencije Aurora travel iz Podgorice. Sidarta Sengupta je doktor hemije & MBA (Masters in business administration) i posjeduje značajno iskustvo u korporativnom svijetu, dugo već 23 godine. Njegova vječita strast prema zdravom životu i ajurvedi mu je samo pomogla i navela na logičan, prirodan izbor: prelazak i osnivanje „Samskr Natural Wellbeing Co.“ koji ima za cilj da uvede ajurvedu u svaki dom.

Osim u Mumbaiju, kompanija „Samskr Natural Wellbeing Co.“ ima svoje predstavništvo i u Londonu gdje, takođe, s vremenom na vrijeme, ordinira ovaj tim ljekara.

Kako je u intervjuu za Pobjedu rekao dr Sidarta Sengupta, u ajurvedi učimo ljude da dovedu svoj um, misli i

dušu u ravnotežu sa energijom univerzuma.

POBJEDA: Šta je ajurveda i koja je razlika u liječenju od zvanične medicine?

SENGUPTA: To je nauka koja je stara 5000 godina i zasniva se na prirodnom i biljnom liječenju svih bolesti. Ajurveda razumije osnovni uzrok bolesti tijela i upravo zato se njome postiže potpuno blagostanje i ozdravljenje. Prema ajurvedi, svi smo zdravi. Stvar je u tome da usmjerimo naše misli, naše tijelo i njegov imunostem u pravom smjeru. Ključ je u svijesti o sebi i okruženju. Ajurveda upravo podiže naš imunostem do takvih nivoa da bakterije i virusi mogu preživjeti, ali se ne mogu množiti u našem tijelu! Osnovna razlika je u tome što aleopatija (metoda koja se primjenjuje u naučnoj medicini) posmatra svaku bolest na osnovu njenih simptoma i fokusira se na simptome, a ne na uzrok bolesti. Na taj način, ona će samo suzbiti simptome ili upravljati bolešću.

POBJEDA: Zašto je ajurveda korisna i da li može izliječiti bolest?

SENGUPTA: Ajurveda posmatra uzrok svake bolesti, poništava sami uzrok i tako liječi bolest. Aleopatija se vezuje za hemiju i operacije i njihova neželjena dejstva, dok se ajurveda vezuje za prirodne, biljne lijekove i prirodne metode detoksikacije za liječenje bolesti pacijenta. Ajurveda je više od toga, stvaranje ravnoteže uma, tijela i duše i njihovo stapanje sa univerzumom. Ona se još uvijek praktikuje u Indiji i u mnogim djelovima svijeta. Svjetska zdravstvena organizacija planira da u narednih nekoliko godina uključi ajurvedu u glavne tokove sistema zaštite zdravlja. Njena najveća prednost je što se bolesti mogu izliječiti bez neželjenih efekata i možete ostati zdravi ako pratite način života, dijetetsku ishranu i način ponašanja nakon izlječenja bolesti! Evo teme za razmišljanje - ako je savremeni zdravstveni sistem tako dobar, posebno u Sjedinjenim Američkim Državama, kako su onda stanovnici SAD-a rangirani kao 10. najnezdravije stanovništvo na svijetu! Razmislite o ovome.

POBJEDA: Koje sve bolesti

može izliječiti ajurveda?

SENGUPTA: Naši doktori već liječe autoimunski tireoiditis, sindrom policističnih jajnika, dijabetes, neuropatiju, kolesterol, gojaznost, tumor, bolesti srca, štitnu žlijezdu, probleme sa bolovima u zglobovima, kamen u bubregu, neplodnost, hemoroide, Alchajmerovu bolest, Parkinsonovu bolest, kožne bolesti, depresiju, da navedemo samo neke. Sve bolesti nastale zbog određenog načina života se mogu jednostavno izliječiti u periodu od tri do šest mjeseci u zavisnosti od težine bolesti, izuzev u slučaju nekoliko genetskih poremećaja hromozoma. Ajurvedski pristup životu je takođe preventivni zdravstveni sistem za djecu i porodice koji će izliječiti bolesti koje nastaju usljed načina života, ukoliko prate dnevnu dijetetsku rutinu i vježbe. Ona vam daje moć da vodite brigu o sebi i svojoj porodici i da živite život bez stresa.

POBJEDA: Što biste preporučili našim čitaocima, kako da očuvaju zdravlje, da li je to hrana ili duhovnost?



Ajurvedske lijekove kupiti ako preporučiti terapeut

POBJEDA: Da li se ajurvedski proizvodi mogu naći u Podgorici?

SENGUPTA: Sada ljudi mogu kupiti proizvode preko interneta. Međutim, treba biti pažljiv kada je u pitanju autentičnost proizvoda i njihova efikasnost. Moraju se kupovati samo oni proizvodi koje preporučiti terapeut. Čak i ajurvedski terapeuti mogu imati različite stilove liječenja. Još je važnije shvatiti da su medicina i detoksikacija samo dio liječenja. Ishrana i vježbanje je jednako važno. Samo da bi ljudima bilo jasno da ukoliko se vodi ispravan način života oko 30 do 40% svake bolesti se liječi! Svakako, možete uvijek provjeriti sa ajurvedskim terapeutom i kupiti proizvode preko interneta ili iz naše prodavnice.

SENGUPTA: Ijedno i drugo. Hrana i ishrana su možda i važnije od medicine. Duhovni život je jednako važan kao i hrana i ishrana. Ajurveda čvrsto vjeruje da sve bolesti počinju u glavi, odnosno umu, a zatim se manifestuju na tijelu. Dakle, ono što mislite i što jedete određuje vaše tijelo i um. Važno je shvatiti da preko 30 odsto vašeg mentalnog i fizičkog zdravlja zavisi od hrane koju jedete i zato najviše treba da jedete svježe pripremljenu hranu i prestanete jesti gotovu i brzu hranu jer u njima, jednostavno, nema života. Takođe, u ajurvedi se duhovnost i ponašanje smatraju najvažnijim lijekom. Mi učimo naše pacijente ponašanju, odnosno putu koji čuva zdravlje i ne dozvoljava nastanak bolesti. Zapravo je to kombinacija svega. Naravno, vježbanje se može pripisati do 10 odsto vašeg zdravlja, a medicini samo pet odsto! Znači da najveću razliku može da napravi način života, a on uključuje dijetetsku ishranu, duhovnost i ponašanje, svakodnevnu rutinu, vježbanje, kao i medicinu i detoksikaciju. Upravo o tome učimo učesnike naše radionice i kako da to postane vaša svakodnevna praksa i zaista nije teško.

POBJEDA: Kada ćete održati radionicu u Podgorici i što se može tom prilikom naučiti?

SENGUPTA: Naša radionica će se održati 1. i 2. decembra, a moguće je da se produži na 3. i 4. decembar u zavisnosti od interesovanja ljudi ovdje. Imamo na raspolaganju samo 50 mjesta po danu. Naš sljedeći program je u Briselu i planiramo da provedemo još nekoliko dana u Crnoj Gori ukoliko ljudi ovdje žele da razumiju koncept života bez bolesti. U planu nam je da održimo cjelodnevni program i poludnevni program s tim što će oni koji budu prisustvovali cjelodnevnom programu biti u mogućnosti da

sebi priušte provjeru zdravstvenog stanja. U okviru ove jednodnevne radionice pokazaćemo vam „Kako da ostanete zdravi“ uz pomoć određene snjernice u pravcu šta da jedete, kako da spremate hranu da bi iskoristili njenu maksimalnu nutritivnu vrijednost i poboljšate svoj imunostem, kako da održite nivoe hormona koji su ključni za sve bolesti, koje vrste vježbi izvlače toksine iz vašeg sistema i koja će vam rutina pomoći da živite život bez stresa, i kako da vršite detoksikaciju u svom domu. Mi takođe podučavamo jogu (jednostavnu vježbu koja može da pomogne u ozdravljenju od bilo koje bolesti i otvorite čakru trećeg oka koja vam pomaže da se oslobodite stresa i budete pozitivni).

POBJEDA: Da li će biti moguća provjera zdravstvenog stanja?

SENGUPTA: Provjera zdravstvenog stanja će se vršiti u okviru radionice i bićete u prilici da naučite kojima bolestima ste podložni u narednih pet godina od sada i kako da ih spriječite, koliko vam je jak imunostem, koliko ste snažni mentalno i fizički (zdravlje vaših tkiva). Daćemo vam izvještaj o zdravlju na tri strane koji možete koristiti i ubuduće. Takođe ćemo vam pokazati kako da meditirate i uvesti vas u svijet ajurvedskih ulja i kozmetike. Dakle, to je kompletno ajurvedsko iskustvo i vratite se kući sa ogromnom vrijednošću u smislu zdravlja i blagostanja vas samih i vaše porodice. Ovo je jedinstvena vrsta radionice koju pružamo kompanijama sada već na teritoriji cijele Evropske unije. Ne propustite ovu priliku.

N. KOVAČEVIĆ

