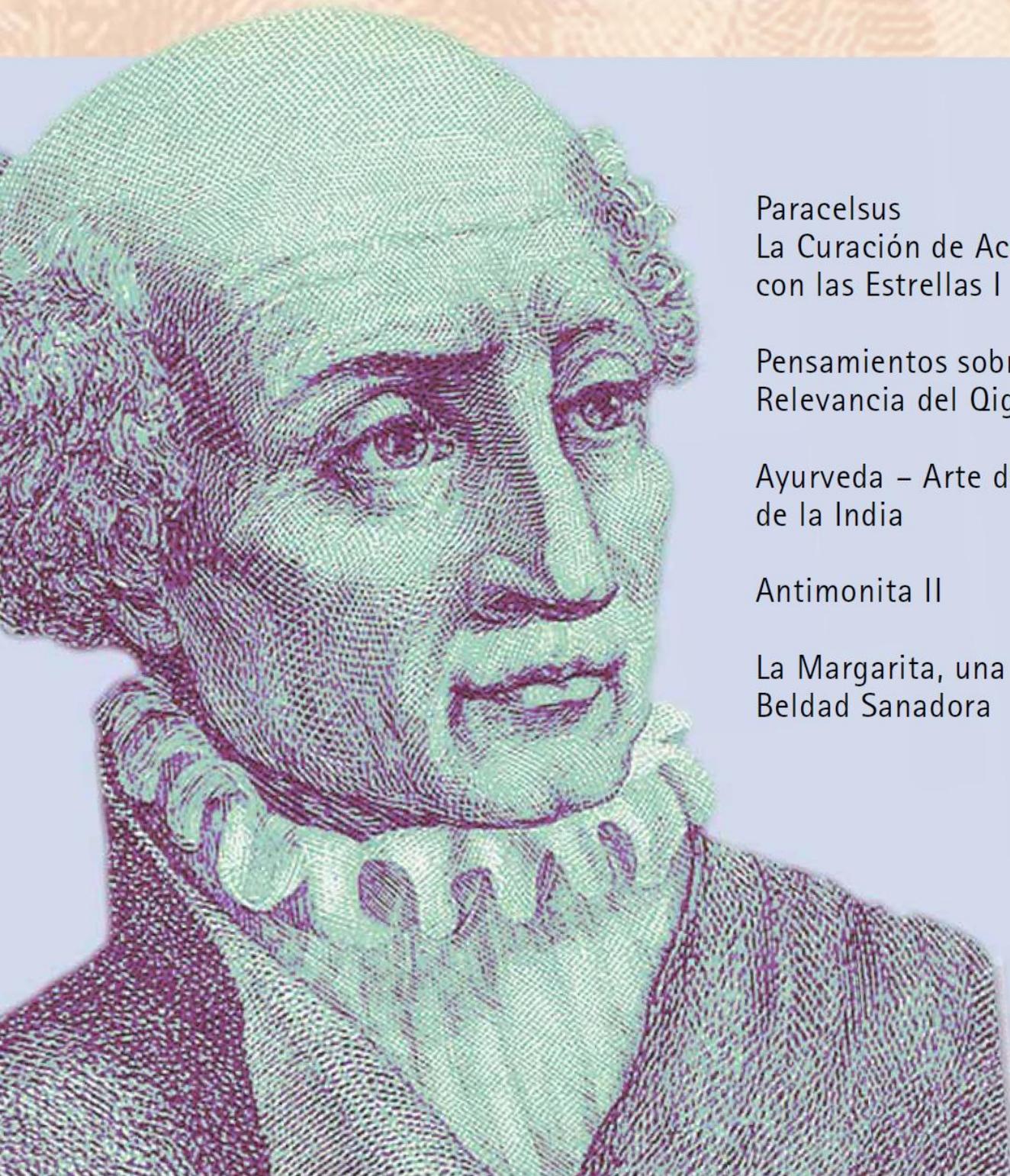




# PARACELSUS



*Health & Healing*



Paracelsus  
La Curación de Acuerdo  
con las Estrellas I

Pensamientos sobre la  
Relevancia del Qigong I

Ayurveda – Arte de Curación  
de la India

Antimonita II

La Margarita, una Pequeña  
Beldad Sanadora

No. 3/XI  
Mayo/Junio  
2014



## Editorial

"Ya no puedo esperar" es el pensamiento común de todos los pacientes, pero la pregunta es: ¿es que uno realmente ha esperado?

La gente sufre de tanta de agitación, que no espera. Se irritan mucho, se enfadan fácilmente y tienen mucha malicia. Estos son las verdaderas epidemias en el sentido abstracto. La irritación de la membrana mucosa y los tumores malignos se deben a estas debilidades de la irritación, la cólera y la malicia que influyen en la corriente especial. Crean un ambiente fétido ya que las emanaciones humanas son poderosas. Pueden ser ponzoñosas y también pueden ser de naturaleza maligna. No es la enfermedad de la gente sino la maldad de la gente, lo que afecta a esta corriente especial.

La enfermedad es sólo una retribución. Las energías emocionales negativas son las verdaderas enfermedades, las cuales están en general dentro y alrededor de los seres humanos. El juego humano sucio da como resultado la enfermedad, y la enfermedad es una retribución, es el precio que la humanidad paga por su

mala energía. Este es un círculo vicioso, que no se puede romper muy fácilmente.

Las religiones se desarrollaron para ser una solución, pero la humanidad las ha convertido en un medio para el juego de poder. Las religiones se utilizan hoy en día más para el juego de poder que para resolver los enigmas de la gente. El propio ser humano se ha convertido en un enigma.

El pensamiento y la acción sabios son los medios para mejorar, antes que las creencias, la fe y las supersticiones.

Las enseñanzas sabias del pasado también fueron hábilmente distorsionadas y denigradas. La mente humana que es un medio para la salvación, se ha convertido en un diablo en el umbral. Convierte todo lo bueno en otra cosa. Nuestra actividad de la salud y la curación también ha sido retorcida por la engañosa naturaleza humana. Tenemos que engañar al truco.

*Dr. K. Parvathi Kumar*

## Contenido

La Curación de Acuerdo con las Estrellas I .....	4
Remedios para la Curación ...	10
Rasa Shastra en Medicina Ayurvédica XI .....	14
Organon LIX.....	16
Planetas de Honor y Dishonor II .....	18
Curación Ocultista XCVIII .....	24
Pensamientos sobre la Relevancia del Qigong I .....	26
Elogio al Té II.....	29
Ayurveda – Arte de Curación de la India .....	34
Una Profundización Integral en las Enfermedades Intestinales Inflamatorias II .....	39
Antimonita II.....	42
La Margarita, una Pequeña Beldad Sanadora .....	46

# Ayurveda – Arte de Curación de la India

Marianne Eglin



*Marianne Eglin es una nutricionista certificada diplomada en Ayurveda. Entrenada como consultora especialista en nutrición de conformidad con el principio de Coy, para la alimentación-Sc haub y la medicina ortomolecular, ella trabaja en una clínica privada en Liestal, Suiza*

## ¿Qué es el Ayurveda?

Ayurveda, traducido en forma literal significa, "el conocimiento acerca de la vida" (sánscrito: ayuh = vida, veda = conocimiento). Es una de las artes más antiguas de curación conocidas y tiene su origen en la India. Originalmente transmitido de forma oral, este arte de curar fue puesto por escrito hace más de 5.000 años. Como el Ayurveda obedece a las leyes de la naturaleza, los principios ayurvédicos tienen validez independientemente de la cultura, nación o religión. El Ayurveda es una ciencia holística, que ve al ser humano como una unidad de cuerpo, espíritu y alma, incluyendo a todos los aspectos de la vida. El objetivo superior del Ayurveda es mantener la salud de la persona sana y curar la enfermedad del que está enfermo. Con el Ayurveda es posible comprender plenamente al ser humano en su individualidad biológica y aplicar los tratamientos adecuados a su situación personal. Sus formas de terapia son, entre otras, la ciencia de la nutrición, el conocimiento acerca de las hierbas, los masajes, la terapia con piedras preciosas, mantras, meditación y yoga.

## Ayurveda – Una Filosofía de la Vida

En el Ayurveda, la vida humana está considerada como una unidad de cuerpo, espíritu y alma. Se entiende por Alma al núcleo espiritual de cada ser vivo, sin atributos y omnisciente, que lo impregna todo -se trata de la conciencia pura. El principio espiritual incluye a todas las características personales y psicológicas de un individuo, tales como los pensamientos, emociones, preferencias o inteligencia. El tercer elemento es el cuerpo en su forma externa, material, cuya anatomía y fisiología es conocida a detalle en la medicina moderna. Como los tres principios están conectados entre sí, cada medida física (por ejemplo, la terapia en base a hierbas o la nutricional) tiene influencia sobre la psique, y cada método espiritual (como la meditación, o los mantras) influye en el estado físico. Todos los tratamientos Ayurvédicos tienen en común el enfoque hacia el alma y nuestra liberación de las fuerzas del ego densas y sutiles, para que sólo permanezca el alma -la conciencia pura. Dado que este proceso no puede ser completado dentro de un lapso de vida, son necesarias incontables vidas -la consecuencia lógica es la creencia en la reencarnación y el karma.

## Los Cinco Elementos y las Tres Bioenergías

El cuerpo, así como toda la materia, está formado por los cinco elementos: éter (espacio), aire, fuego, agua y tierra. De acuerdo con el elemento predominante, son identificables diferentes cualidades y características, i.e., el aire es flexible y frío, el fuego

## Funciones y Características de las Tres Bioenergías

Dosha	Vata	Pitta	Kapha
Elementos	Eter y Aire	Fuego (y Agua)	Agua y Tierra
Principios	Movimiento	Energía	Estructura
Funciones (ejemplos)	todos los movimientos transporte de nutriente comunicación excreción respiración	metabolismo equilibrio energético digestión catabolismo visión	estructura estabilidad anabolismo inmunidad
Características	frío seco áspero ligero sutil flexible claro	caliente amargo intenso cáustico fluido flexible levemente aceitoso	frío pesado estable, sólido, lento suave pegajoso, húmedo aceitoso dulce
Alimentos (ejemplos)	ensalada pan	vinagre picante	leche pan

es caliente e intenso, el agua es fluida y fría, y la tierra es pesada y sólida. Como el agua y la tierra a menudo aparecen juntas y el éter y el aire demuestran características similares, el Ayurveda ha determinado tres criterios de evaluación por razones de simplificación: Vata, Pitta y Kapha -los principios biofísicos, llamados doshas o bioenergías. Ellas son la base del Ayurveda.

Vata combina al éter y al aire, Pitta representa al principio del fuego y Kapha la conexión del agua y la tierra. La mayoría de las veces, la trinidad de Vata - Pitta - Kapha se utiliza simplemente en relación con el tipo de personalidad; de hecho y en verdad, ellas están representadas en todas partes y

aparecen en cualquier momento. Ellas impregnan cada célula del cuerpo, así como el universo entero. Por lo tanto, cualquier cosa puede ser analizada y descrita por estas tres cualidades: el tipo constitucional (por ejemplo, de tipo Pitta- Vata), la patología humana (por ejemplo, el trastorno Kapha es = sobrepeso), los órganos (por ejemplo, el hígado = órgano Pitta), el día (por ejemplo, entre las 10:00-14:00 h = es tiempo-Pitta), la estación (por ejemplo, la primavera = es tiempo Kapha), el clima (por ejemplo, la tormenta = es Vata), en la alimentación (por ejemplo, el pan = incrementa a Vata - Kapha), las especias (por ejemplo, la cúrcuma = reduce a Vata, Pitta y Kapha), el entorno profesional y social

(por ejemplo, mucho estrés = a Vata), como también la flora y la fauna. Esta lista, sin duda se podría ampliar.

El principio de las tres bioenergías es la base de los diagnósticos del Ayurveda. Mientras las tres bioenergías están en armonía, la persona goza de salud física y mental. Tan pronto como están en desarmonía, surgen síntomas preclínicos inespecíficos como el malestar; apareciendo las enfermedades con el incremento del desorden y de su duración. De acuerdo con el trastorno, que puede presentarse como excesos de Vata, Pitta o Kapha, se elige el tratamiento terapéutico adecuado con el fin de armonizar. Si hay demasiado Pitta, por ejemplo, que se presenta como inflamación, acidosis,

enrojecimiento o calor, es necesario reaccionar con medidas equilibrantes. En este caso se escogen tratamientos nutricionales, herbales u otros tratamientos terapéuticos antagónicos, es decir, para la reducción de Pitta (lo frío, dulce, amargo, bajo en ácido). El hecho de que lo mismo lleva a un aumento, mientras que al contrario lo decrece, es aplicado deliberadamente por el Ayurveda para aliviar todas las enfermedades. El Ayurveda recomienda la alimentación saludable y la realización de un programa de limpieza diario, para disminuir la aparición de enfermedades. Si no obstante se producen desórdenes como (escorias metabólicas, enfermedades), se toman medidas específicas de purificación, como las curas de ayuno.

### La Nutrición en Ayurveda

La nutrición ayurvédica crea armonía para equilibrar un exceso de Vata, Pitta o Kapha por medio de una selección adecuada de alimentos, formas de preparación, etc. La cocina ayurvédica ideal se adapta individualmente a cada persona, es decir, se toma en consideración la capacidad metabólica así como la constitución del que la come. Cada tipo de comida se selecciona de acuerdo a sus cualidades inherentes (que aumenten o disminuyan Vata, Pitta o Kapha) y se le suministra con las hierbas o especias que correspondan.

Las reglas de nutrición fundamentales en Ayurveda son las siguientes:

1. **La cantidad correcta:** demasiada o muy poca nutrición lleva a desórdenes. El estómago debe ser llenado solo a  $\frac{3}{4}$  de su capacidad.
2. **No tomar líquidos durante las comidas:** No se debe tomar ningún líquido una hora antes o después de las comidas. Sin embargo, tomar un vaso de agua caliente en pequeños sorbos durante la comida, ayuda a la digestión. Para la ingesta de líquidos en general, son ideales el agua mineral sin gas y los té herbales.
3. **Comer alimentos de elevada calidad nutricional:** frescos en calidad biológica, de la producción regional y sin aditivos.
4. **Preferir los alimentos cocinados:** los alimentos calientes estimulan la digestión y el metabolismo. De esta forma, el alimento puede ser asimilado y utilizarse mejor.
5. **La constitución individual** debe ser tomada en cuenta para escoger los alimentos y la preparación. (**Vata, Pitta, Kapha**).
6. **Comer calmadamente y masticar bien (20 a 30 veces).**
7. **Comer en una atmósfera agradable.**
8. **Comer en forma regular, no comer entre las comidas:** por la mañana, se debe comer un desayuno ligero y pequeño ya que las funciones digestivas están inertes a esa hora. Al mediodía se debe hacer la comida principal, porque entonces el poder digestivo es muy fuerte. A la cena, gozar de una comida caliente, pequeña y fácilmente digerible.
9. **Cuidar de que los sabores estén equilibrados:** En Ayurveda se considera que una comida está balanceada, si contiene los seis sabores, como son el dulce, el ácido, el salado, el picante, el amargo y el as-

tringente.

10. **Tener cuidado de la correcta combinación de los alimentos:** ciertos alimentos no deberían combinarse ya que pueden llevar a enfermedades. Las frutas frescas, por ejemplo, deberían comerse solas y la leche nunca debería combinarse con algo agrio o salado, o con carne, pescado o plátanos.

### El Programa Cotidiano de Limpieza

Ayurveda recomienda llevar a cabo una ceremonia de limpieza diaria. Para esto es ideal levantarse antes de las 6.00 e implementar las siguientes medidas:

1. **Bebida:** Después de levantarse, beber de 2 - 3 vasos de agua tibia. Esto estimula el metabolismo y la excreción.
2. **Limpia la Lengua:** Se limpia la lengua por medio de un raspador de lengua, desde la parte trasera del paladar hasta la punta de la lengua. Esta medida imparte frescura a la cavidad oral, libera la lengua de su saburra, y ayuda a todos los procesos de excreción y digestión.



*Limpiador de lengua*

3. **Enjuague (bucal) de aceite:** Enjuagar la boca por diez minutos

utilizando una cucharada sopera de aceite de oliva o de ajonjolí (sésamo).

4. **Cepillarse los Dientes.**
5. **Cuidado Facial:** Se enjuaga la cara con agua fría y se aplica alguna loción.
6. **Irrigación Nasal:** Se limpia la nariz utilizando una ducha nasal con agua salada tibia.



7. **Masaje con Aceite a todo el Cuerpo:** El cuerpo completo se masajea con un aceite adecuado a la constitución, y se lo deja sobre la piel durante 20 minutos. De este modo se disuelven los depósitos tóxicos de lípidos.
8. **Meditación o Yoga:** debe ser practicado durante el tiempo que el aceite está sobre la piel.
9. **Masaje Seco:** para remover el aceite que queda en la piel, se recomienda un peeling con sal o polvos de hierbas.
10. **Ducha Caliente:** una ducha caliente hace que los canales corporales se abran debido al calor húmedo, y se remueven las toxinas disueltas.

### Primavera – El Tiempo para Desintoxicarse

La primavera es un tiempo adecuado para medidas purgantes, porque durante el invierno a menudo se acumula mucha Kapha, lo que se manifiesta

como cansancio, congestión mucosa del sistema respiratorio y sensación de pesadez. Desde el punto de vista Ayurvédico, la primavera comienza a fines de Febrero. Así como las nieves heladas de invierno comienzan a derretirse, también el Kapha acumulado a finales de invierno, comienza a "derretirse". Con el fin de apoyar este proceso -similar a una purga- se recomiendan todas las normas de nutrición reductoras de Kapha. Por lo tanto, se debe evitar lo ácido, lo dulce y las comidas difíciles de digerir. Sin embargo, las comidas amargas, calientes y astingentes, estimulan el metabolismo y activan la excreción. Un litro de agua caliente, tomada a sorbos durante el día, ayuda a purgar, así como el agua caliente de jengibre o el té Kapha -que consiste de jengibre, clavo, pimienta, cardamomo, cúrcuma y azafrán. Dormir durante el día debe ser evitado por todos los medios. En cambio, se recomiendan ejercicios físicos y masajes secos (p. ej., con guantes de seda cruda).

### Apoyar la Desintoxicación Por Medio de Hi. 52® (Liv.52)

Las medidas de prevención de Ayurveda -las normas de nutrición y el programa diario de purga- tienen el objetivo de darle al cuerpo la menor carga material posible, porque mientras más toxinas existan, más trabajo tiene que hacer el hígado. El hígado es el órgano más importante para la desintoxicación, ya que participa en todos los procesos de degradación y excreción de productos metabólicos, medicinales y toxinas.

Con el fin de apoyar el metabolismo del hígado y para la purga de la pri-

## Ayurveda – Arte de Curación de la India

mavera, la preparación ayurvédica Hi. 52<sup>®</sup> es adecuada. Se recomienda un tratamiento de dos a tres meses, donde se toman tres veces por día 2 tabletas antes de las comidas. Hi. 52<sup>®</sup> contribuye al equilibrio de la función hepática; tiene un efecto estabilizante, armonizante y ayuda a su funcionamiento.

Hi. 52<sup>®</sup> se toma en casos de trastornos funcionales en el marco de las enfermedades hepáticas, como la distensión abdominal, flatulencia, así como falta de apetito, por ejemplo, en épocas de convalecencia y durante la quimioterapia.

Los siguientes hierbas se utilizan para Hi. 52<sup>®</sup> : Polvo de raíz de arbusto de alcaparras, semillas de achicoria, hojas de dulcamara, corteza del árbol de Arjuna, semilla de mala hierba hiedionda, hierba de milenrama, hierba de Tamarisco, y *Ferrum bhasma* (cal de óxido de hierro). Para la producción de Hi. 52<sup>®</sup>, se produce el vapor de una infusión mezcla de las hierbas mencionadas anteriormente. Dentro de esta decocción se incluyen otras 11 plantas, entre otras *Tinospora cordifolia* (Guducchi), *Berberis aristata* (agracejo indio), *Emblica officinalis* (grosella espinosa india).

La medicina Ayurvédica juega un papel importante en el marco de las medidas profilácticas y curativas. Su composición y métodos de elaboración se llevan a cabo de acuerdo con principios definidos. Estas son las principales diferencias entre la fitomedicina Ayurvédica y la occidental. Además, en el Ayurveda se utilizan a menudo muchos componentes individuales en un medicamento; produciendo su efecto en la

formulación completa. Mientras que algunas plantas promueven el efecto, otras lo minimizan o previenen efectos secundarios. Al hacerlo, el efecto de la formulación como un todo es mayor que la suma de los efectos de sus componentes individuales.

Contacto:

Marianne Eglin

Kanonengasse 2

4410 Liestal, Suiza

[praxis@marianne-eglin.ch](mailto:praxis@marianne-eglin.ch)

[www.marianne-eglin.ch](http://www.marianne-eglin.ch)





