



## International Ayurveda Day - Dhanvantari Trayodashi am 11. November 2023

*Dhanvantari Trayodashi ist ein Tag, der Lord Dhanvantari und damit dem Ayurveda gewidmet ist.*

*Lord Dhanvantari ist der Gott der Heilung, der göttliche Arzt, der Doktor der Götter. Er gilt als Inkarnation von Lord Vishnu, dem Gott des Schutzes und der Nahrung. Es wird auch angenommen, dass er derjenige war, der Ayurveda, das alte System der Medizin, geschaffen und zum Wohle der Menschheit weitergegeben hat. Daher erinnert man sich dankbar an ihn als den Gott des Ayurveda.*

*Der Legende zufolge, tauchte Lord Dhanvantari an diesem Tag aus dem aufgewühltem, milchigen Ozean (Samudra Manthan) auf. Gemäß den hinduistischen Texten hält er je einem Topf Nektar (Amrit), einer Muschelschale (Shankh), Kräutern und ein Chakrarad in jeder Hand, um die Lebewesen vor Krankheiten und Sorgen zu schützen und ihnen ein langes und gesundes Leben zu ermöglichen.*

*Wer mehr Info dazu möchte, findet sie auf nachfolgenden Seiten.*

*An diesem Tag verehren wir Lord Dhanvantari und beten für gute Gesundheit und einen starken Körper. Diese Zeit markiert auch den Beginn des Lichterfests- Diwali.*

*Wenn ihr Lust habt, dann widmet heute vielleicht eure Praxis Lord Dhanvantari und dem Ayurveda. Dazu könnt ihr je nach Lust und Laune Räucherwerk, Lichter, Blumen oder auch das Mantra: „Om Shri Dhanvantri Namaha“ als Opfergaben verwenden.*

*Wer möchte kann auch gerne auf der Website des All India Institute of Ayurveda (AIIA) mal vorbeischaun, um noch mehr Infos oder Inspiration zu finden.*

*Das Motto des diesjährigen International Ayurveda Day ist: „Har Din - Har Ghar Ayurveda“, was „Ayurveda immer und überall“ bedeutet.*

<https://ayurvedaday.in/#collapseWellbeing>

*Ich wünsche Euch einen wundervollen Ayurveda Tag!*

*Hari Om Tat Sat*

*Natalie*



## DIE LEGENDE - DAS GEBÄREN DER UNGEBORENEN

Lord Dhanvantari ist als der Vater des Ayurveda bekannt, da er die erste göttliche Inkarnation war, die seine Weisheit an die Menschen weitergab. Er erschien zum ersten Mal während des großen Aufwirbelns des kosmischen Ozeans aus Milch (Samudra Manthan), um den Halbgöttern Amrita (göttlicher Nektar) zu bringen.

Das Aufwirbeln des Milchozeans ist eine berühmte Episode in den Puranas, die das spirituelle Streben eines Menschen darstellt, Selbstverwirklichung durch Konzentration des Geistes, Zurückziehen der Sinne, Kontrolle aller Wünsche, Strenge und Askese zu erreichen.

Mit dem Berg Meru als Rute und Vasuki, der Schlange, als Schnur, führen sowohl Halbgötter als auch Dämonen fort, den Milchozean aufzuwirbeln. Alle möglichen Kräuter wurden hineingegossen. Das Rühren war so mühsam, dass Lord Vishnu in vielen Formen erscheinen musste, um ihnen bei diesem Prozess zu helfen.

Das Aufwirbeln des Milchozeans erzeugte zuerst ein tödliches Gift (Halahala), das nur Lord Shiva schlucken konnte, ohne davon betroffen zu sein.

Während des Aufwirbelns tauchten viele göttliche Objekte und Wesen aus dem Ozean auf, darunter auch Lord Dhanvantari.

Als er herauskam, hielt er ein Muschelhorn, Heilkräuter, ein Chakra (eine der göttlichen Waffen von Lord Vishnu) und den lang gesuchten Topf mit Ambrosia, für den er auch Sudha Pani (Nektar tragend) genannt wird.

Lord Vishnu weissagte, dass Lord Dhanvantari in der Welt erscheinen würde, um die Menschen die Wissenschaft des Ayurveda zu lehren. Und so geschah es, nachdem Lord Indra, der sah, dass die Menschheit so von Schmerz und Krankheit geplagt wurde, Lord Dhanvantari anflehte, in die materielle Welt hinabzusteigen und der Menschheit Ayurveda zu lehren.

In seiner Inkarnation als König von Kashi, Divodasa, wurde er von einer Gruppe von Weisen (einschließlich Susruta, dem großen indischen Chirurgen) mit der Bitte angesprochen, ihnen die Wissenschaft des Ayurveda beizubringen. Dhanvantari erklärte, dass Brahma den Ayurveda komponierte, noch bevor er die Menschheit erschuf, was für die eingeschränkte Intelligenz der Menschen in ihrer kurzen Lebensspanne nicht leicht zu lernen war. Also erfüllte Dhanvantari die Bitte der Weisen, fasste Brahmas Ayurveda in 8 Abteilungen um (shalya, shalakya, kayachikitsa, bhutavidya, kaumarabhrtya, agadatantra, rasayanatantra, vajikaranatantra) und begann zu unterrichten.

Am Tag von Dhanteras finden die Geburtstagsfeiern von Dhanvantari, dem Gott der Gesundheit, in einer enthusiastischen und entzückenden Atmosphäre statt, es markiert den Beginn des Diwali-Festes. In Südindien, hauptsächlich in Tamilnadu und Kerala, sind einige Tempel Lord Dhanvantari gewidmet. In diesen Tempeln wird Dhanvantari Jayanthi mit größter Hingabe gefeiert.