

Magyar Ayurveda Gyógyászati Alapítvány 2024. évi tevékenységi beszámoló

Bevezetés

A Magyar Ayurveda Gyógyászati Alapítvány 2024-ben is elkötelezetten folytatta küldetését az ayurveda – az ősi indiai orvoslástudomány – elméleti és gyakorlati ismereteinek terjesztésében, tudományos alapokra helyezett oktatásában, valamint annak integrálásában a hazai humán- és állategészségügyi gyakorlatba. Az év során az Alapítvány aktívan részt vett hazai és nemzetközi rendezvényeken, képzéseken, tudományos együttműködésekben, valamint folytatta ismeretterjesztő és közösségépítő tevékenységeit.

Tudományos tevékenység és kutatási együttműködések

2024-ben az Alapítvány szakmai együttműködés keretében támogatta az alábbi felsőoktatási intézményekben zajló diplomamunkákat és tudományos kutatásokat:

- **Állatorvostudományi Egyetem, Budapest**
Állattenyésztési, Takarmányozástani és Laborállat-tudományi Intézet,
Takarmányozástani és Klinikai Dietetikai Tanszék
Diplomamunka:
A Repchol növényi kolin és a védett kolin hatásának összehasonlító vizsgálata tejtípusú tehen tejtermelése és zsírsanyagcseréje alapján
Készítette: Bischof Daniella, állatorvostan-hallgató
Témavezető:
 - Dr. Hullár István, egyetemi docens, tanszékvezető (ÁTE Takarmányozástani és Klinikai Dietetikai Tanszék)
- **Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem (MATE), Georgikon Campus**
Élelmiszertudományi és Technológiai Intézet (ÉTI), Takarmányozási és Takarmányozás-élettani Tanszék
Kutatás:
REPOCHOL növényi kolin takarmánykiegészítő értékelése tojótyúkokkal végzett modellkísérleti adatok alapján
Vezette: Dr. Pál László, egyetemi docens

Ezek a kutatások hozzájárulnak a növényi eredetű alternatívák, különösen a kolinforrások gyakorlati alkalmazásának tudományos megalapozásához az állategészségügyben, támogatva a természetes alapú takarmányozási megoldásokat.

- **Széchenyi István Egyetem, Albert Kázmér Mosonmagyaróvári Kar**
Tangazdasága
Vizsgálat helyszíne: Sárga magyar őshonos tyúk génmegőrző központ
Vizsgálat címe és célja:
A sárga magyar őshonos tyúk tenyész teljesítményének javítása „Stresroak” gyógynövényeket, ásványi anyagokat és aminosavakat tartalmazó immunerősítő tudományos gyógyhatású készítménnyel
A vizsgálatért felelős:
Lengyelné Thurner Hajnalka, állattenyésztési ágazatvezető

A kísérlet tudományos alapossággal értékelte a természetes összetevőket tartalmazó Stresroak készítmény immunrendszert támogató és termelési paramétereket javító hatását a magyar őshonos baromfiállományban, elősegítve a természetes és fenntartható állattartást, valamint a hazai génmegőrzést.

Kiemelt események

- **BIOFACH Nemzetközi Ökológiai Vásár és Kiállítás, Nürnberg – 2024. február 13–16.**

A Magyar Ayurveda Gyógyászati Alapítvány első ízben vett részt kiállítóként Európa legnagyobb biotermékekre és fenntartható megoldásokra fókuszáló szakkiállításán, a BIOFACH Nürnberg eseményen.

A részvétel célja az ayurvedikus, természetes állatgyógyászati megoldások nemzetközi bemutatása és a fenntartható állattartás iránti növekvő érdeklődésre való válaszadás volt.

A rendezvényen tapasztalható fokozódó szakmai érdeklődés megerősítette az Alapítvány stratégiai irányvonalát, amely szerint az ayurvedikus szemlélet hosszú távon hozzájárulhat az antibiotikum-használat csökkentéséhez, az állatok jóllétéhez és a mezőgazdasági rendszerek fenntarthatóságához.

- **Interdiszciplináris Konferencia és Kiállítás – 2024. április 19.**

Az Alapítvány szakmai képviseletében **Dr. Csizmadia Ágnes** tartott előadást a rangos eseményen, amely különböző tudományterületek találkozását ösztönözte.

Előadás címe: *Primer prevenció Ayurvédával – Ayurvedikus alkat szerinti (genetikus) táplálkozás ismérvei*

Az előadás fókuszában az ayurvedikus prevenciós szemlélet állt, különös tekintettel a praktiri (alkat) szerinti táplálkozási ajánlások tudományos és gyakorlati vonatkozásaira. A részvétel hozzájárult az ayurveda orvostudományi és életmód-tudományi aspektusainak integrálásához a hazai prevenciós és egészségmegőrző diskurzusba.

- **Jóga Nap – 2024. június 21.**

A nemzetközi Jóga Nap alkalmából az **Europe Ayurveda Academy France** és az **Association Europe Ayurveda Academy London** szervezésében megvalósult online rendezvénysorozat keretében az Alapítvány képviseletében **Berényi Ágnes** tartott előadást:

Előadás címe: *Yoga for Woman*

Az előadás során külön figyelem irányult a nők életszakaszainak megfelelő jóga gyakorlatokra, a hormonális egyensúly támogatására, valamint az ayurveda és a jóga együttes szerepére a női egészségmegőrzésben.

A részvétel megerősítette az Alapítvány nemzetközi kapcsolatrendszerét, és hozzájárult a női egészség témájának holisztikus megközelítéséhez a jógán és ayurvedán keresztül.

- **Ayurveda Nap – 2024. október 29.**

Az **Europe Ayurveda Academy France** és az **Association Europe Ayurveda Academy London** közös szervezésében megvalósuló nemzetközi eseményen az Alapítvány képviseletében **Berényi Ágnes** tartott előadást:

Előadás címe: *Longevity of Life*

A prezentáció során az ayurveda hosszú életet támogató szemléletét és gyakorlatát mutatta be, kiemelve az egyéni alkat szerinti életmód és táplálkozás jelentőségét, valamint a rasayana (fiatalító) terápiák szerepét a prevencióban és az egészség fenntartásában.

Az esemény hozzájárult az Alapítvány nemzetközi láthatóságának növeléséhez, és a hosszú élet, egészséges öregedés témájában végzett edukációs tevékenységek megerősítéséhez.

- **BIO Gazdanap – 2024. november 22.**
Helyszín: **Virágoskút Biogazdaság, Balmazújváros**

A Magyar Ayurveda Gyógyászati Alapítvány – együttműködésben az **Éden Major Biogazdasággal** – megszervezte az első **BIO Gazdanapot**, amely kifejezetten a hazai biogazdálkodók, állattartók és fenntartható gazdálkodás iránt elkötelezett szakemberek számára nyújtott találkozási és tapasztalatszerzési lehetőséget. A rendezvény célja a **biogazdálkodás és fenntartható állattartás alapelveinek** bemutatása, valamint a **természetes állatgyógyászati megoldások** ismertetése volt, különös figyelemmel az antibiotikum-mentes, ayurvedikus szemléletű takarmányozásra és megelőzésre.

A gazdanap hozzájárult egy új szakmai közösség formálódásához, és megalapozta az ökológiai gazdálkodás és az ayurveda integrációjának jövőbeni lehetőségeit a magyar agrárszektorban.

Oktatási tevékenység

2024-ben az Alapítvány tovább mélyítette szakmai és nemzetközi együttműködéseit az ayurveda oktatás területén. A képzések célja az ayurvedikus szemléletmód elmélyítése, valamint a már végzett tanácsadók továbbképzése, gyakorlati tudásuk bővítése volt.

- **Pulzusdiagnosztikai kurzus – Nadi Pareeksha (elsőként Magyarországon)**
Az Alapítvány együttműködésben az **Európai Ayurveda Akadémiával** és az **Aryan Természetgyógyász Oktató- és Egészségnevelő Központtal** megszervezte a **Nadi Pareeksha – pulzusdiagnózis** című továbbképző kurzust, amelyet Magyarországon elsőként tartottak meg végzett ayurveda konzulensek számára.
Oktató: Prof. Suresh Swarnapuri, nemzetközileg elismert ayurveda orvos, aki Indiában és Európában is oktat.
A program szakmai koordinátora: **Dr. Csizmadia Ágnes**

A kurzus különlegessége, hogy a tradicionális indiai pulzusolvasás módszertanát nemcsak elméletben, hanem gyakorlatban is elsajátíthatták a résztvevők. A képzés új szintet jelent az ayurvedikus diagnosztika magyarországi oktatásában.

Workshopok

2024 őszén a Magyar Ayurveda Gyógyászati Alapítvány szervezésében két egymásra épülő szakmai workshop valósult meg **Prof. Suresh Swarnapuri** vezetésével, aki India és Európa több országában is elismert ayurveda oktató és orvos.

- **2024. november 11.**
Téma: *Krónikus betegségek, életmódbeli zavarok és azok megértése az Ayurveda szemszögéből*
A workshop célja az ayurveda alapelveinek bemutatása volt, különös tekintettel a nyugati társadalmakban egyre gyakoribb krónikus, életmóddal összefüggő betegségekre. A résztvevők gyakorlati útmutatást kaptak ezeknek az állapotoknak a felismeréséhez, megelőzéséhez és holisztikus kezeléséhez. Kiemelt figyelmet

fordítottunk azokra, akik konkrét megoldásokat kerestek saját krónikus betegségeik kezelésére.

- **2024. november 12.**

Téma: *Az elhízás ayurvedikus megközelítése*

A második workshop középpontjában az elhízás állt, annak alkati (prakriti alapú) megközelítésével. A résztvevők gyakorlati ismereteket kaptak az ayurvedikus diagnosztika és életmód-tanácsadás lehetőségeiről, valamint a túlsúly kialakulásának háttérben álló egyéni okok felismeréséről és kezeléséről.

Mindkét program magas szintű szakmai tartalommal és gyakorlati útmutatással járult hozzá az ayurvedikus szemlélet elmélyítéséhez a magyar érdeklődők körében.

Szakmai együttműködések, tagságok

A Magyar Ayurveda Gyógyászati Alapítvány 2024-ben is aktív tagja volt több hazai és nemzetközi szakmai szervezetnek, ezzel is biztosítva az ayurveda tudományának szélesebb körű megjelenését, valamint a fenntarthatóság és természetes gyógymódok iránti közös törekvések képviselését:

- **MIMSZ – Magyar Integratív Medicina Szövetség**
- **EUAA – European Ayurveda Association**
- **EAA – Europe Ayurveda Academy**
- **Ökotermesztők Egyesülete**
- **CSAM – Csak a Mentés Közösség**

Az Alapítvány aktív résztvevője a *Csak a Mentés* programnak, amely a tudatos, mentes életmódot követők közösségét erősíti. 2024-ben az Alapítvány standdal és szakmai tartalmakkal is képviseltette magát a **CSAM kiállításokon**, ahol ayurvedikus szemléletű prevenció és természetes egészségmegőrzési megoldásokat mutatott be az érdeklődőknek.

E tagságok révén az Alapítvány részt vesz az integratív orvoslás, ayurvédikus képzés és fenntartható gazdálkodás fejlődését támogató közös kezdeményezésekben, konferenciákon, és munkacsoportokban.

Folyamatos ismeretterjesztés és közösségi jelenlét

2024-ben az Alapítvány tovább folytatta folyamatos ismeretterjesztő és közösségépítő tevékenységeit az alábbi formákban:

Szakmai blogcikkek rendszeres közzététele ayurvedikus humán- és állatgyógyászati témákban, hazai és nemzetközi szakértők bevonásával, ismeretterjesztési céllal.

- **YouTube-csatornák fejlesztése:** a *Garuda Ayurveda* és *Garuda Vet* csatornákon ismeretterjesztő videók, gyakorlati tapasztalatok, esettanulmányok kerültek bemutatásra, a laikus és szakmai közönség számára egyaránt.
- **Közösségi média aktivitás:** a *Garuda Ayurveda* és *Garuda Vet* Facebook- és Instagram-oldalai rendszeresen frissültek tudásanyaggal, eseményajánlókkel, életmód- és prevenció tartalmakkal.

- **Ayurveda könyvtár:** az Alapítvány könyvtárába 2024-ben is érkeztek érdeklődő szakemberek és laikus látogatók, akik ayurvedikus szakkönyvekhez, oktatási anyagokhoz és személyes konzultációs lehetőségekhez jutottak hozzá.

Ezek a folyamatos tevékenységek hozzájárulnak ahhoz, hogy az ayurveda tudománya egyre szélesebb körben váljon ismertté és elérhetővé Magyarországon.