

パースのスペシャリスト

アーユールヴェーダ 医師

Roopa Rao 氏 インタビュー



問 アーユールヴェーダの診察は、どのように行いますか？

答 まずは体のことだけでなく、食生活、感情、ライフスタイルなど、あらゆることを質問します。そして脈や体の部位を調べ、舌や目の状態を見たりします。ドーシャ（優勢なエネルギー／P17参照）を診断し、それぞれの人の体質に合ったカスタム・メイドの治療を行います。

問 パースにおいてアーユールヴェーダの医師は、どのように治療へ関わっていますか？

答 インドでは、アーユールヴェーダの医師は西洋医学も含めて6年間、大学と大学院で勉強し、医師免許をとります。西洋医学の医師と同じように、アーユールヴェーダ医師は、手術や出産などあらゆる医療に携わります。ただ、オーストラリアでは医師免許として認められていないので、できることは限られます。現在パースでは、定期的な体のメンテナンスの他、糖尿病など特に生活習慣病の方など、西洋医学の医師と連携しながらサポートしています。

問 アーユールヴェーダは、感情や精神的な症状にも有効ですか？

答 もちろんです。人は肉体だけの存在ではないので、常に病気の後ろには感情や精神的なものが潜んでいます。

問 どんな治療を行いますか？

答 すべての人に効く共通の薬というものはありません。同じドーシャで同じような症状に見えても、体が一つ一つ違うので、治療もそれぞれの人に合ったものを作り出します。カウンセリング、オイルマッサージ、ハーブ、食事療法の他にも、人によってクリスタル・セラピーやサウンド・セラピー、ヨガなど、様々なものを組み合わせることがあります。

問 アーユールヴェーダの考えに基づいて、日々、健康を保つために私たちにできることはありますか？

答 アーユールヴェーダのベースは自然です。宇宙、そして私たちの体も同じ5つの要素「空・風・火・地・水」でできています。例えば、オーストラリアの冬は雨が多いですね。すると、体の中でも同じことが起こっているのです。つまり水が多いので、咳や痰などに気をつけなくてはいけません。そして、寒い時期には体を冷やさないよう、温かいものを食べるようにしてください。逆に夏は、生ものやスイカ、キュウリなど、からだを冷やすものを食べるようにします。動物と同じように、体を自然のリズムに合わせてください。

Roopa Rao 氏: Australian Institute of Holistic Medicineにてアーユールヴェーダの講義、診察を行う。