

Az Ayurvédikus babaápolás nem kozmetikai kezeléseket jelent, hanem a baba testi-lelki fejlődésének támogatását az Ayurvédikus elvek szerint.

Ezt a témát két fő területre szeretnénk bontani, melyek közül az első terület a baba lelki élete. Az Ayurvéda elvei szerint minden baba a megszületésekor hordozza szülei lelki-tudati mintáit. A magzati korban a szülőktől veszi át (tanulja) a szülők erényeit, de konfliktuskezelési mintáit is. Különösen az anya magzati korban átélt érzései hatnak a csecsemőre.

Az Ayurvéda szerint egy emberben három hatóerő (dosha) és ezeknek különös kombinációja határozza meg az ember lelki és testi alkatát (prakruti). Amennyiben a szülői minták e három erő harmoniáját megbontják, a baba testi-lelki fejlődése során kialakulhatnak hajlamok bizonyos mentális és testi diszharmóniák. E három hatóerőt (Vata, Pitha, Kapha) az átélt konfliktusokon kívül befolyásolják a kialakult étkezési-, mozgási-, alvási-, légzésvételi és egyéb szokások.

A babaápolás keretében az ayurvédikus elvek segítségével a mama képes lehet feloldani a babában rejlő konfliktusokat (félelmek, tagadás, stb.) és közös munkával helyreállítani a baba lelki-testi egyensúlyát.

A másik terület a baba testi fejlődése. Az Ayurvéda szerint egy baba életében az, hogy milyen testtípusba tartozik meghatározza, hogy milyen testi szükségletei vannak. Ezek meghatározzák étkezési-, mozgási-, alvási-, légzésvételi és egyéb szokásait, s talán ami még fontosabb a tanulási képességeit.

A babaápolás keretében az a cél, hogy ezen szükségletek tudatos kezelésével a mama képes legyen a baba, vagy a kisgyermek testi-lelki harmóniájának visszanyerésére, vagy megőrzésére.

Filozófiám a képzésben, hogy átadjak olyan alapismereteket, amelyekkel a kismamák képesek

## **Ayurvédikus babaápolás**

Írta: admin

2009. szeptember 06. vasárnap, 07:55 - Módosítás: 2013. október 04. péntek, 18:37

---

otthonukban is gyakorolni az Ayurvédikus babaápolást, nevelést, és lehetőséget adjak arra, hogy konzultáció, vagy gyakorlás keretében továbbfejlessék ezt a tudást.

**Az Ayurvédikus baba, boldog baba!**