



# HET CORONA-VIRUS EN DE VEDA'S

Voorschriften en voorzorgsmaatregelen  
in de Veda's  
voor bescherming tegen besmetting door  
virussen

gepresenteerd op de videoconferentie d.d. 29 maart 2020  
door  
VEDA-ACHARYA SANAT KUMAR  
Uit India

georganiseerd door  
Stichting Federatie Arya Samaj Nederland (FAS-NED)

Coördinator: Acharya Nardev Arya  
auteurs: Pt. Suren Mahabali en Pt. drs. Suruj Biere

## A. INLEIDING

Naar aanleiding van de Corona-pandemie die al enige tijd de wereld in haar greep heeft, is FAS-NED in gesprek gegaan met kenners van de Veda's, de oudste geschriften ter wereld, met als doel uit te zoeken welke richtlijnen de Veda's en aanverwante geschriften geven ter bescherming tegen virussen. Deze gesprekken hebben geleid tot een videoconference op 29 maart 2020 met als keynotespreker Veda-Acharya Sanat Kumar.

Hij is kenner van de 4 Veda's en daarop gebaseerde geschriften, en doet al jaren wetenschappelijk onderzoek naar oplossingen in de Veda's voor hedendaagse vraagstukken m.b.t. gezondheid, vrede, het milieu, duurzaamheid etc. Resultaten daarvan zijn te vinden in diverse publicaties.

In de Veda's, en met name in de Ayurveda, worden virussen in meerdere mantra's met diverse namen geduid zoals: *Yātudhāna*, *Kitānu*, *Viśānu*, *Bhūtapreta*, en *Piśāca*.

Dat er (nog) geen medicijnen bestaan tegen het Corona Virus Covid-19 is bekend. In de Veda's zijn echter diverse aanwijzingen te vinden voor bescherming tegen besmetting door virussen, bacteriën en andere ziekteverwekkers en ook ter afremming van de gevolgen van een eventuele besmetting.

Deze en andere aanwijzingen zijn ook gericht op het versterken van ons immuunsysteem (*jīvanī shakti*).

Hieronder volgt een overzicht van voorzorgsmaatregelen en behandelingen, zoals gepresenteerd door Veda-Acharya Sanat Kumar en aangevuld door participanten van de videoconference.

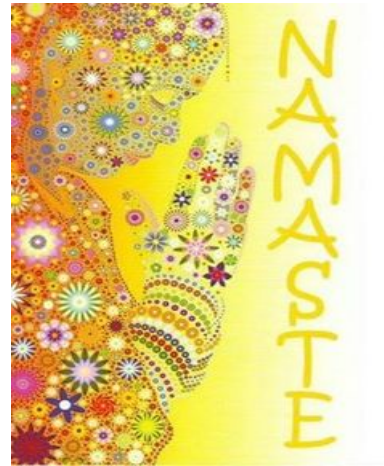
N.B. Het is niet de bedoeling om hedendaagse medische behandelingen en voorschriften terzijde te leggen. Integendeel wordt met klem aangedrongen op strikte naleving van door overheid en medici voorgeschreven maatregelen resp. behandelingen. Deze worden bekend geacht en worden dus hier niet genoemd. Het onderstaande dient slechts ter aanvulling daarop.

## B. MIDDELEN, VOORSCHRIFTEN EN ADVIEZEN IN DE VEDA'S

### B1. Wijze van begroeting

De Veda's schrijven voor elkaar te begroeten niet met enig lichamelijk contact, maar d.m.v. een buiging met de eigen handen tegen elkaar gedrukt ter hoogte van het hart en met het uitspreken van "Namaste":

"O *Ātmā* (Ziel), met al mijn kennis, met al mijn liefde en met alle kracht in mij, betuig ik u mijn eerbied"



### B2 Diverse hulpmiddelen die de natuur ons biedt

1a Breng in de neusholten en in de ooghoeken enkele druppels aan van ghī (geklearde boter gemaakt van koemelk, dus niet van planten), of sesamolie, of mosterdolie

1b. Tevens voor bescherming tegen besmetting via ogen: kijk in de ochtend recht in de opkomende zon

2. Kauw als je in de buurt van meerdere mensen bent geweest op een stukje kurkuma en slik in. Neem thuis een bad met water en kurkuma(poeder)



*Kurkuma stukjes en poeder*

3. Kauw regelmatig op een stukje van een gedroogd takje van de plant guduchi (*Tinospora Cordifolia*), een soort hartbladige maanzaad, en slik het vocht in. (Hindi-naam: Giloi (ook verkrijgbaar in poeder- en tabletvorm)



*Giloi bladeren en takje in stukjes*

4. Gorgelen (ong. 5 min.) met glas warm water waarin toegevoegd 1 theelepeltje zout, enkele grammen *Phitkari* (= Kaliumaluminiumsulfaat) en halve theelepel kurkuma

5. Mond spoelen (ong. 5 min.) met een mengsel van ¼ liter warm water, 1 gr. Kurkumapoeder, 2 theelepels zuivere honing, 1 theelepeltje zout, 1 gr. Phitkari (Kaliumaluminiumsulfaat), 4 druppels ghī, 2 druppels sesamolie



*Phitkari stukjes en poeder*

6. Het mengsel genoemd onder 5 kan ook ingenomen worden. Maar meteen daarna geforceerd overgeven bijv. met 2 vingers in de keel.

7. Alleen warm drinken en eten, bijv. hete soep. Absoluut geen koude drank of voedsel! Bij slijmvorming geen banaan!

-Begin de ochtend met heet water te drinken, het liefst gekookt in een koperen of gietijzeren pan. (het allerbeste is een gouden pan) gemengd met gember, honing, kaneel, nīm, giloi, kurkuma en ilaichi



*Nīm (Azadirachta indica, ook: Indische Lilac)*



*Ilaichi (Kardemom)*

De rest van de dag:

-warme melk met kurkuma en kaneel

-zure sappen (bijv. citrus) op kamertemperatuur

Khicharī = rijstpap met o.a. linzen, kurkuma, sesam en ghī



*Khichari*

8. Stomen met zuivere kamfer (bijv. Bhimseni Kamfer).  
Probeer z.v.m. van de damp te inhaleren, eventueel m.b.v. een inhalator.



*Bhimseni kamfer*

9. Zuivere kamfer verbranden en de brandlucht inhaleren door de neus, eventueel m.b.v. een passend kokertje

10. Prānāyām: ademhalingsoefeningen volgens yoga, bijv. de Anulom-Vilom (zie google) en Pranava Jāp / Udgīta Prānāyām: minstens 3 x zo lang mogelijk in een adem de klank AUM uitspreken. Zo kun je de conditie van de longen verbeteren en testen.

11. Mediteren met de klank AUM in gedachten  
(geeft innerlijke kracht, versterkt het immuunsysteem)

### B3. Het uitvoeren van de Havan, ook genoemd Agni Hotra (vuurritueel)

Voor de zuivering van het milieu, maar ook ter bestrijding van virussen en andere ziektekiemen schrijven de Veda's voor om dagelijks 2 keer de Havan uit te voeren. Onder het uitspreken van mantra's worden kleine hoeveelheden ghī (geklearde boter) en sāmagrī (een mengsel van kruiden, gedroogde planten en andere natuurlijke ingrediënten) in het vuur in een metalen bak (Havan-Kunda) gelegd. De door verbranding vrijgekomen stoffen hebben een zuiverende werking op de lucht, en een gezondheid bevorderende en ziekte werende werking op mensen, dieren en planten.

Voor de bijzondere havan gericht op bestrijding van virussen worden voorgeschreven:

- een havan-kunda van koper, of ijzer, dus niet van aluminium
- bekers, kommetjes en lepels van koper
- hout van de dennenboom of mangoboom
- zuivere ghī (geklearde boter) van koemelk
- Basis sāmagrī(kruidenmengsel) met daaraan extra toegevoegd

in gelijke hoeveelheden:

Rode rijst, kishmish ((zwarte) rozijnen), gur (palmsuiker), droge nīm-bladeren, Kurkuma, gugal, giloi, en zuivere ghī



*Gur (palmsuiker)*



*Gugal, hars van de gugal plant (Commiphora wightii)*

De Havan wordt uitgevoerd met de reguliere mantra's plus de volgende 5 mantra's specifiek voor bestrijding van en bescherming tegen virussen:

1-सुमित्रिया न आप ओषधयः सन्तु दुर्मित्रियास्तस्मै सन्तु।योस्मान् द्वेष्टि यं च वयं द्विष्मः।।यजु.35-12

AUM...sumitriyā na āpa oṣadhayaḥ santu durmitriyāstasmai santu yosmān dveṣṭi yaṃ ca vayaṃ dviṣmaḥ, svāhā (Yajurveda 35-12)

*O mens, de zuivere wateren en geneeskrachtige planten bevorderen als goede vrienden het welzijn van hen die leven zonder haat, jaloezie en dergelijke eigenschappen. Zij die vervuld zijn van haat en jaloezie e.d. en vijandig zijn jegens welwillenden zullen het nut van dezelfde wateren en planten niet ervaren. Leef daarom in vriendschap met hen die juist denken en handelen.*

2-गयस्फानो अमीवहा वसुवित्पुष्टिवर्धनः।सुमित्रः सोम नो भव ॥ऋग्.1/91/12  
AUM...gayasphāno amīvahā vasuvitpuṣṭivardhanaḥ  
sumitraḥ soma no bhava, svāhā (Rigveda 1/91/12)

*O mens, de Almachtige doet onze levensadem toenemen; Hij is de vernietiger van onwetendheid, ziektes en pijnen; Hij geeft ons de middelen die wij voor ons leven nodig hebben, zo ook geneeskrachtige planten die de gezondheid van ons lichaam en geest bevorderen. Laten wij vriendschappelijk omgaan met de wijzen en goed zorgen voor de planten.*

3-परा शृणीहि तपसा यातुधानान् पराग्ने रक्षो हरसा शृणीहि ।  
परार्चिषा मूरदेवान्छृणीहि परासुतृपः शोशुचतः शृणीहि ॥अथर्व.8/3/13  
AUM...parāśrinīhi tapasā yātudhānān parāgne rakṣo harasā śrinīhi  
parārciṣā mūradevānchriṇīhi parāsutripaḥ śośucataḥ śrinīhi, svāhā  
(Atharvaveda 8/3/13)

*O Agni, aldoordringend vuur, verbrand met uw zuiverende hitte alle ziektekiemen die ons ziek kunnen maken, verdrijf met uw onmetelijke kracht al onze ziektes die ons pijnigen, wijs met uw verlichtende gloed de juiste weg aan hen die hun intellect niet gebruiken en daardoor anderen ongelukkig maken.*

4-यज्ञ इन्द्रमवर्धयद् यद् भूमिं व्यवर्तयत् ।चक्राण ओपशं दिवि ॥ऋग्.8/14/5  
AUM...yajña indramavardhayad yad bhūmiṃ vyavartayat  
cakrāṇa opeśaṃ divi, svāhā (Rigveda 8/14/5)

*O mens, door middel van yajña (het uitvoeren van onze dagelijkse plichten), en het verrichten van goede daden kunnen wij de Schepper eren, zijn creatie de aarde gezond houden en de Almachtige in en om ons heen ervaren. Laten wij daarom de yajña blijven uitvoeren en blijven streven naar het juiste handelen.*

5-आ वात वाहि भेषजं विवात वाहि यद्रपः।त्वं हि विश्वभेषजो देवानां दूत ईयसे  
॥ऋग्.10/137/3  
AUM...ā vāta vāhi bheṣajaṃ vivāta vāhi yadrapaḥ  
tvaṃ hi viśvabheṣajo devānāṃ dūta īyase, svāhā (Rigveda 10/137/3)

*De lucht doet ons de in de natuur aanwezige medicijnen toekomen, en beschermt ons tegen schadelijke stoffen. De lucht is de vertegenwoordiger van alle natuurkrachten en blijft stromen ten behoeve van alle geneeskrachtige planten.*

*(Transliteratie en vertaling mantra's: Suren Mahabali)*

## C. TEN SLOTTE

Alle genoemde behoeften zijn verkrijgbaar bij winkels en webshops gespecialiseerd in Ayurvedische producten, wellicht ook in bio-winkels.

De hierboven genoemde middelen en voorschriften zijn niet uitputtend.

Er zijn nog veel andere die hier niet genoemd zijn.

De genoemde zijn op zich afdoende, maar u bent vrij om aan te vullen.

Blijf voor uw bescherming de voorgeschreven maatregelen van de overheid volgen. Profiteer daarnaast van de kennis vervat in de Veda's.

Bent u reeds besmet en in behandeling van een arts, volg dan strikt zijn/haar aanwijzingen en voorschriften. Wilt u naast diens behandeling een of meer middelen gebruiken genoemd in deze brochure? Overleg dan altijd eerst met uw arts en richt u zich naar zijn/haar adviezen.

De middelen en voorschriften genoemd in deze brochure bieden geen garantie tegen besmetting, aangezien deze van verschillende factoren afhankelijk is, waaronder lichamelijke gesteldheid, vatbaarheid etc.

FAS-NED kan op basis van deze brochure dus niet aansprakelijk worden gesteld voor onverhoopte besmetting.

*Blijf wel, blijf gezond, blijf gelukkig*  
AUM...SHĀNTIH SHĀNTIH SHĀNTIH  
*AUM...Vrede, Vrede, Vrede*

Voor aanvullende informatie of reacties:

Tel. 0629219272 / 0641309658

E-mail: [secretariaat.fasned@gmail.com](mailto:secretariaat.fasned@gmail.com)

Zie ook hieronder: Aanvulling

**AANVULLING OP DE BROCHURE**  
**Enkele aanvullende maatregelen die worden genoemd in**

**een brief van het Ministerie van AYUSH van India \_**  
**“Ayurveda’s\_immunity\_boosting\_measures\_for\_self\_care\_during**  
**COVID\_19\_crisis”**

I Algemeen

Aanbevolen wordt specerijen zoals Haldi (Kurkuma), Jīrā (Komijn), Dhaniyā (Koriander) en Lahsun (Knoflook) naar smaak toe te voegen in gerechten.

II Ter versterking van de immuniteit

1. Neem in de ochtend 10 mg (1 theelepel) Chyavanprāsh (Ayurvedische kruiden jam). Diabetici moeten suikervrije Chyavanprash nemen.

2. Drink kruidenthee / afkooksel (Kadha) gemaakt van Tulsī (Basilicum), Dalchini (Kaneel), Kālimirch (Zwarte peper), Shunthi (Dry Ginger) en Munakkā (Rozijnen) - een of twee keer per dag. Voeg indien nodig jaggery (natuurlijke suiker) en/of vers citroensap toe voor de smaak.

3. Drink “gouden melk”: Halve theelepel Haldi (kurkuma) poeder in 150 ml hete melk - een of twee keer per dag.

III Eenvoudige Ayurvedische methoden

1. Breng met een vinger sesamolie of kokosolie of Ghī in beide neusgaten (Pratimarsh Nasya) in de ochtend en avond.

2. Neem 1 eetlepel sesam of kokosolie in de mond. Niet drinken, Gorgel in de mond gedurende 2 tot 3 minuten en spuug het uit. Spoel daarna de mond met warm water. Dit kan een of twee keer per dag.

IV Bij droge hoest / keelpijn

1. Stoom inhalatie met verse Pudinā (Mint) bladeren of Ajwain (Karwijzaad) Dit kan eenmaal in een dag worden gedaan.

2. Lavang (Kruidnagel) poeder gemengd met natuurlijke suiker / honing kan 2-3 keer per dag worden ingenomen in geval van hoest of keelirritatie.

---\*---