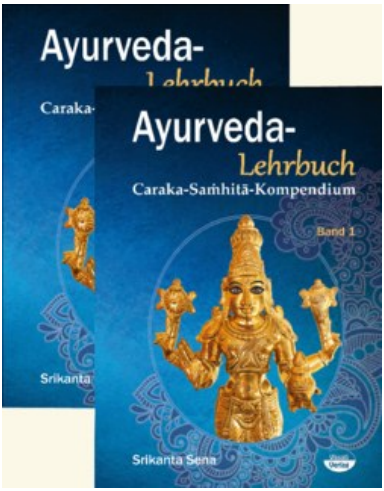
Srikanta Sena
Ayurveda-Lehrbuch - 2 Bände

Extrait du livre

Ayurveda-Lehrbuch - 2 Bände
de Srikanta Sena
Éditeur : Vasati Verlag



http://www.editions-narayana.fr/b6930

Sur notre librairie en ligne vous trouverez un grand choix de livres d'homéopathie en français, anglais et allemand.

Reproduction des extraits strictement interdite.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Allemagne
Tel. +33 9 7044 6488
Email info@editions-narayana.fr
http://www.editions-narayana.fr

Editions Narayana

Ayurveda-Lehrbuch

Caraka-Saṁhitā-Kompendium

Band 1:

Die vedische Kultur, Sūtrasthānam, Nidānasthānam, Vimānasthānam, Śarīrasthānam, Indriyasthānam

[Die vedische Kultur, Grundlagen, Diagnostik, Spezifische Merkmale, Das Studium des menschlichen Körpers, Zeichen des nahenden Todes]

समग्रंटएरतइकअलएर दुःखमायत्तमविज्ञाने द्वयाश्रयम् ।
सुखं समग्रं विज्ञाने विमले च प्रतिष्ठितम्

samagraṁ duḥkhamāyat-tamavijñāne dvayāśrayam
sukhaṁ samagraṁ vijñāne vimale ca pratiṣṭhitam

„Alles Leid wurzelt in Unwissenheit, alles Glück in reinem Wissen.“
(*Sūtrasthānam* 30.84)

Srikanta Sena

Die Informationen in diesem Buch sind nicht dazu gedacht, einen Arzt zu ersetzen. Das Material soll der Bildung und Selbsthilfe dienen, der besseren Gesundheitspflege sowie der Gesunderhaltung. Autor und Verleger sind in keiner weise für irgendwelche medizinischen Ansprüche im Zusammenhang mit dem hier vorgestellten Material verantwortlich.

4. Auflage 2015

ISBN 978-3-937238-00-5

©2015 Vasati Verlag, Kränzlin/Deutschland

Das gesamte Werk ist im Rahmen des Urheberrechtsgesetzes geschützt. Jegliche vom Verlag nicht genehmigte Verwertung ist unzulässig. Dies gilt auch für die Verbreitung durch Film, Funk, Fernsehen, photomechanische Wiedergabe, Tonträger jeder Art, elektronische Medien sowie für auszugsweisen Nachdruck.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung **xi**

Die vedische Kultur 1

1 Die vedischen Schriften **5**

2 Drei Instanzen des Wissens **9**

3 Das vedische Gesellschaftssystem **11**

4 Vedische Kosmologie **19**

5 Der Nabel der Welt **23**

6 Die Mutter aller Lebewesen **31**

7 Bußen und Entsagung **37**

Sūtrasthānam 41

1 Āyurveda in einer Nussschale **45**

1.1 Wie Āyurveda zu den Menschen kam 45
1.2 Fundamentale Prinzipien des Āyurveda 46
1.3 Klassifizierung von Drogen nach ihrer Herkunft 52
1.4 Drogen für pañcakarma 53
1.5 Der beste Arzt 54

2 Diätetische Zubereitungen, Pulver, Pasten und Extrakte **57**

2.1 Weitere Drogen für pañcakarma 57
2.2 Diätetische Zubereitungen 58
2.3 Pulver und Pasten 58
2.4 Fünfzig „große Extrakte“ 59

3 Gesundheitsvorsorge **65**

3.1 Tägliche Routine zur Erhaltung der Gesundheit 65

3.2 Diät und Verhalten entsprechend den Jahreszeiten 70
3.3 Unterdrückung körperlicher und geistiger Dränge 73
3.4 Körperübungen 75
3.5 Sinne, Geist und Intelligenz 75
3.6 Sadvṛtta – rechtes Verhalten 79

4 Therapeutik – Grundlagen 93
4.1 Der kleine Vierer – Arzt, Patient, Helfer, Drogen 93
4.2 Der große Vierer – vier Kategorien von Krankheiten 94
4.3 Über drei Bestrebungen 96
4.4 Über drei Ursachen von Krankheiten etc. 100
4.5 Funktionen und Effekte von Vāyu, Agni und Soma 104

5 Reinigung und Entgiftung 107
5.1 Snehana 107
5.2 Svedana (Schwitzkur) 113
5.3 Vamana (Emesis) 116
5.4 Virecana (Purgation) 119

6 Störungen im System 123
6.1 Kopf- und Herzkrankheiten 123
6.2 Merkmale gestörter doṣas 125
6.3 Merkmale verminderter dhātus 129
6.4 Krankheiten der dhātus 130
6.5 Störungen der srotas 132
6.6 Beulen und Abszesse 136
6.7 Schwellungen 139
6.8 Allgemeine Störungen – Krankheitsbilder 141
6.9 Spezifische Störungen 142

7 Diätetik 147
7.1 Über Fettleibigkeit und Magerkeit 147
7.2 Über den Schlaf 149
7.3 Sechs therapeutische Maßnahmen 151
7.4 Krankheiten und Therapien bei Über- und Unterernährung 154
7.5 Über reines und unreines Blut 155
7.6 Prominente Nahrungsmittel, Drogen, Therapien etc. 158
7.7 Attribute, Energien und Aktionen von Substanzen 164
7.8 Eigenschaften einiger Nahrungsmittel und Getränke 172
7.9 Antagonistischer Gebrauch von Nahrungsmitteln 186
7.10 Die Methode der Ernährung 189
7.11 Quantität der Nahrung und āma 192

8 Schlussbetrachtung 195

8.1 Der Förderer und der Zerstörer der Lebenskraft 195
8.2 Merkmale des echten Arztes 195
8.3 Der Schutz des Herzens 196
8.4 Wer gilt als ein Kenner des Āyurveda? 197
8.5 Die Definition von Leben 198
8.6 Die Definition von glücklichem Leben 198
8.7 Die Definition von segensreichem Leben 199
8.8 Die acht Zweige des Āyurveda 199
8.9 Ziel des Āyurveda 200
8.10 Wer Āyurveda studieren sollte 200
8.11 Die zehn Themenbereiche des Agniveśa-tantra 201

Nidānasthānam **203**

1 Fünf Faktoren der Diagnose **207**

2 Jvara nidāna **211**
2.1 Ursachen und Entwicklung von vāta jvara 211
2.2 Symptome bei vāta jvara 211
2.3 Pathogenese und Symptome bei pitta jvara 212
2.4 Ursachen und Symptome von śleṣma jvara 212
2.5 Sannipāta und dvidoṣaja jvara 213
2.6 Ursachen und Merkmale von agantu 213
2.7 Prodrome von jvara 213
2.8 Ursprung und Effekt von jvara 214
2.9 Therapie bei jvara 214

3 Raktapitta nidāna **217**
3.1 Ursachen und Pathogenese 217
3.2 Prodrome von raktapitta 217
3.3 Komplikationen bei raktapitta 218
3.4 Passagen der Krankheit und Prognose 218
3.5 Ursachen der Unheilbarkeit von Krankheiten 219
3.6 Symptome der Unheilbarkeit von raktapitta 219

4 Gulma nidāna **221**
4.1 Ätiologische Faktoren bei vātagulma 221
4.2 Pathogenese und Symptome von vātagulma 221
4.3 Ätiologische Faktoren und Symptome von pittagulma 222
4.4 Ätiologische Faktoren und Symptome von śleṣmagulma 222
4.5 Nicayagulma 223
4.6 Raktagulma 223

4.7 Prodrome 223
4.8 Therapie 224

5 Prameha nidāna 225
5.1 Interaktion von 3 Faktoren bei der Entstehung von Krankheiten . 225
5.2 Pathogene Faktoren von kaphaja prameha 225
5.3 Pathogenese von kaphaja prameha 226
5.4 Symptome und Arten von kaphaja prameha 226
5.5 Ätiologische Faktoren und Arten von pittaja prameha 226
5.6 Ätiologie und Pathogenese von vātaja prameha 227
5.7 Spezifische Merkmale der 20 Arten von prameha 228
5.8 Prodrome und Komplikationen von prameha 229
5.9 Schlussbemerkung 229

6 Kuṣṭha nidāna 231
6.1 Ätiologie aller Arten von kuṣṭhas 231
6.2 Prodrome von kuṣṭha 232
6.3 Symptome und Merkmale der sieben Kuṣṭha-Arten 232
6.4 Prognose 233
6.5 Komplikationen 233
6.6 Schlussbemerkung 234

7 Śoṣa nidāna 235
7.1 Vier Kategorien ätiologischer Faktoren und Pathogenese 235
7.2 Prodrome von rājayakṣma 237
7.3 Elf Symptome von rājayakṣmā und Prognose 238
7.4 Fazit 238

8 Unmāda nidāna 241
8.1 Ätiologische Faktoren und Pathogenese von doṣaja unmāda . . . 241
8.2 Allgemeine Symptome und Perversionen 241
8.3 Prodromalsymptome 242
8.4 Spezifische Symptome 242
8.5 Therapeutische Maßnahmen für die drei heilbaren Unmāda-Arten 243
8.6 Ursachen für die exogene Art von unmāda 243
8.7 Prodromalsymptome der exogenen Art 243
8.8 Vermittler, Aktionen und Symptome 243
8.9 Umstände, Zeit und Ort der Attacke 244
8.10 Dreifache Absicht der Mittler, Prognose und Therapie 244
8.11 Schlussbemerkung 245

9 Apasmāra nidāna 247
9.1 Ätiologische Faktoren 247
9.2 Definition von apasmāra 247

9.3 Prodromalsymptome 247
9.4 Charakteristische Merkmale 248
9.5 Therapie 248
9.6 Ursprung der acht in Nidānasthānam besprochenen Krankheiten . 248

10 Schlussbetrachtung 251
10.1 Krankheiten als verursachende Faktoren anderer Störungen . . . 251
10.2 Aktionen verursachender Faktoren 251
10.3 Beziehung zwischen Symptomen und Krankheiten 252
10.4 Effekte und Prinzipien von Therapien 252

Vimānasthānam 255

1 Spezifische Merkmale von rasa, doṣa etc. 259
1.1 Attribute und Effekte von Öl, Ghṛta und Honig 260
1.2 Attribute und Effekte von Pippalī, Salz und Alkali 260
1.3 Sātmya 261

2 Bestimmung spezifischer Krankheitsmerkmale 263
2.1 Klassifizierung von Krankheiten 263
2.2 Zwei Arten von doṣas 264
2.3 Primäre und sekundäre Krankheiten 264

3 Agni und Körperkonstitutionen 267
3.1 Vier Arten des Verdauungsfeuers 267
3.2 Doṣas und Konstitutionstypen 268
3.3 Therapien für den vātala-Typ 268
3.4 Therapien für den pittala-Typ 268
3.5 Therapien für den śleṣmala-Typ 269

4 Bestimmung spezifischer Merkmale von Patienten 271

5 Vier Gruppen von Parasiten 273
5.1 Malaja-Parasiten 273
5.2 Śonitaja-Parasiten 273
5.3 Śleṣmaja-Parasiten 274
5.4 Purīṣaja-Parasiten 274
5.5 Therapie in Kürze 274
5.6 Vorbereitende Behandlung 275
5.7 Āsthāpana-Therapie 275
5.8 Emesis, Purgation und anuvāsana 275
5.9 Beseitigung des Ursprungs von Parasiten 276

6 Epidemien 277

6.1 Ursachen von Epidemien und Merkmale der Ursachen 277
6.2 Prävention 278
6.3 Ursachen der Abnormalität der vier Faktoren Luft, etc. 278

7 Die vier yugas 281

8 Normale Lebensspanne und vorzeitiger Tod 285

9 Pramāṇas – drei Quellen des Wissens 289
9.1 Examination des Kranken durch die drei pramāṇas 289

10 Das Ayurveda-Studium 293
10.1 Die Beziehung zwischen Lehrer und Schüler 293
10.2 Eigenschaften des Schülers 293
10.3 Eigenschaften eines Āyurveda-Lehrers 294
10.4 Das Verhalten des Schülers 294
10.5 Die Initiation des Schülers 294
10.6 Die ersten Unterweisungen 295
10.7 Saṁbhāṣā 296
10.8 Sandhāyasaṁbhāṣā 296
10.9 Vigṛhyasaṁbhāṣā 297
10.10 Drei Arten von Gegnern 297
10.11 Zwei Arten von Zuhörern 297
10.12 Der Verlauf von saṁbhāṣā 297
10.13 Termini, die den Verlauf von saṁbhāṣā bestimmen 298
10.14 Der Wettstreit zwischen Kolahala und Yamunācārya 303

11 Zehn Faktoren der Bestimmung einer Therapie 305
11.1 Kāraṇa 305
11.2 Karaṇa 306
11.3 Kāryayoni 306
11.4 Kārya 307
11.5 Kāryaphala 307
11.6 Anubandha 307
11.7 Deśa 307
11.8 Kāla (Jahreszeiten und Stadium der Krankheit) 316
11.9 Pravṛtti (Initiation der Therapie) 317
11.10 Upāya (Exzellenz von Arzt etc. und korrekte Therapie) 317
11.11 Objekt der Examination 317

12 Drogen für pañcakarma 319

Śārīrasthānam **323**

1 Puruṣa und die 24 Elemente **327**

2 Die Ursachen des Leids **343**
2.1 Fünf Faktoren, die Leid erzeugen 344
2.2 Der 4-fache Gebrauch der Sinne als Ursache von Glück und Leid 347
2.3 Die besondere Bedeutung des Tastsinns 347
2.4 Kāma als Ursache und Wirkung von Glück und Leid 348
2.5 Dreifache Unterteilung der Leiden 349
2.6 Das Maß von Glück und Leid 349
2.7 Schlussbemerkung 350

3 Mokṣa – das Ende aller Leiden **351**
3.1 Individuum und Universum 351
3.2 Pravṛtti und nivṛtti 353

4 Über die Entwicklung des Embryos **367**
4.1 Allgemeines über die Entwicklung des Embryos 367
4.2 Faktoren der Erzeugung und des Wachstums 370
4.3 Entwicklungsstadien des Fötus 372
4.4 Neun Fragen über den Embryo 375

5 Verschiedene Arten der Psyche **379**
5.1 Sattvika-Arten der Psyche 379
5.2 Rājasika-Arten der Psyche 380
5.3 Tāmasika-Arten der Psyche 382

6 Detailliertes Wissen über den Körper **383**
6.1 Erhaltung des Gleichgewichts der dhātus 383
6.2 Attribute der dhātus und Effekt der guṇas auf die dhātus 384
6.3 Vermehrung von dhātus und doṣas 385
6.4 Faktoren des Wachstums des Körpers 385
6.5 Faktoren, die die Zunahme von Stärke fördern 385
6.6 Die Transformation der Nahrung im Körper 386
6.7 Zwei Kategorien von Körperkomponenten 386
6.8 Schlussbemerkung 386

7 Aufzählung der Körperteile **387**

8 Zeugung, Schwangerschaft und Geburt **391**
8.1 Zeugung 391
8.2 Schwangerschaft 393
8.3 Geburt 399

Indriyasthānam **409**

1 Faktoren zur Bestimmung der verbleibenden Lebensspanne **413**

2 Veränderungen in Hautfarbe und Stimme **415**

3 Der Geruch des Todes **417**

4 Durch Berührung zu erkennende Todeszeichen **419**

5 Veränderungen in der Wahrnehmung **421**

6 Veränderungen in chāyā und prabhā **423**

7 Prodrome, die den Tod ankündigen **425**

8 Krankheitssymptome, die den Tod ankündigen **427**

9 Andere Symptome eines dem Tode Geweihten **429**

10 Träume, die den Tod ankündigen **431**

11 Zeichen des plötzlich eintretenden Todes **433**

12 Äußere Zeichen **435**

13 Allgemeine Veränderungen vor dem Tod **439**

Anhang **441**

Anleitung zur Aussprache des Sanskrit 443

Zitate-Verzeichnis 445

Stichwortverzeichnis **449**

Tabellenverzeichnis

Klassifizierung von Drogen nach ihrem therapeutischen Effekt (*Sūtrasthānam*) 64
62 Kombinationen gestörter doṣas (*Sūtrasthānam*) 125
Wurzeln der verschiedenen Arten srotas und Symptome ihrer Affektion (*Sūtrasthānam*) 133
Ursachen der Störung verschiedener srotas (*Śūtrasthānam*) 134
Lokationen von vāta, pitta und kapha (*Sūtrasthānam*) 143
Prominente gesunde Nahrungsmittel (*Sūtrasthānam*) 159
Prominente ungesunde Nahrungsmittel (*Sūtrasthānam*) 160
Prominente Drogen und Therapien (*Sūtrasthānam*) 160
Andere prominente Dinge (*Sūtrasthānam*) 162
63 Kombinationen von rasas (*Sūtrasthānam*) 167
Dreifache Unterteilung der rasas nach guṇas (*Sūtrasthānam*) 170

Spezifische Merkmale der 20 Arten von prameha (*Nidānasthānam*) . . . 229

Effekt von rasas auf doṣas (*Vimānasthānam*) 259
Klassifizierung von Krankheiten nach 5 Kriterien (*Vimānasthānam*) . . 263
Vier Arten des Verdauungsfeuers (*Vimānasthānam*) 267
Charakteristische Merkmale der śleṣmala-Konstitution (*Vimānasthānam*) 308
Charakteristische Merkmale der pittala-Konstitution (*Vimānasthānam*) . 309
Charakteristische Merkmale der vātala-Konstitution (*Vimānasthānam*) . 310

Einleitung

Was ist Āyurveda?

Der Begriff *Āyurveda* setzt sich zusammen aus den beiden Sanskritwörtern *veda* (Wissen; Wissenschaft) und *āyus* (Leben; Lebensspanne, Lebensdauer). *Āyurveda* ist die uralte Wissenschaft vom Leben oder vom gesunden, langen Leben. *Āyurveda* ist – wie die *Vedas* selbst – in der Tat ewig, weshalb sich auch kein Datum für ihr In-Erscheinung-Treten festlegen lässt.

Was ist Leben und was bedeutet Wissenschaft in Bezug auf Leben nach vedischem Verständnis? Der große Lehrer und Kenner des *Āyurveda*, Punarvasu Ātreya, definiert in der *Caraka-Saṁhitā* Leben mittels folgender Synonyme: *cetanānuvritti* (Fortbestand des Bewusstseins), *jīvita* (Beseelung), *anubandha* (beständiger Fluss) und *dhāri* (Erhaltung des Körpers). *Āyurveda* ist die Wissenschaft, durch die *āyus* (das Leben) verstanden wird. *Āyurveda* beinhaltet perfektes Wissen über den Körper, Diagnostik, Therapeutik, Pharmakologie etc. und darüberhinaus umfassendes philosophisches Wissen über die spirituelle Situation des Lebewesens in der Verbindung mit der materiellen Natur, über die Ursachen des Leids und die endgültige Befreiung oder das Erlangen von permanentem Glück. Die Wissenschaft vom Leben ist also nicht auf Prävention und Beseitigung von Krankheiten beschränkt, wie aufgrund unzureichender Informationen oft angenommen wird.

Was Leben ist und was wirkliches Wissen ist, wird in den Veden und zahlreichen Schriften in ihrer Nachfolge gründlich analysiert und erklärt. *Āyurveda* basiert auf diesem Wissen und ist Teil davon, deshalb ist es notwendig, zumindest die wichtigsten Aspekte des Wissens der Veden und der vedischen Kultur zu kennen, um *Āyurveda* richtig zu verstehen. Dieser Anspruch soll nun in optimaler Weise mit der vorliegenden Bearbeitung der *Caraka-Saṁhitā* erfüllt werden.

Die vier *Vedas Yajur, Sama, Ṛg* und *Atharva* – *Āyurveda* gilt als ein Zweig des *Atharva Veda* – sind ursprüngliche Abhandlungen des Wissens und beinhalten die Schöpfungsgeschichte, Chronologien bedeutender Persönlichkeiten vom Beginn über die Gegenwart bis zur Vernichtung des Universums, Hymnen zur Verehrung der Götter, Vorschriften für Opferungen (*yajñas*), Wissen über Mathematik, Architektur, Musik, Astrologie und Astronomie usw. Außer dem Wissen über die Materie, ihre Manipulation und Nutznießung, enthalten die *Vedas* und Nachfolgeschriften spirituelles Wissen, Wissen über das Selbst, über die Aufgabe und das Ziel des menschlichen Lebens, über die Stellung der Götter, die Persönlichkeit Gottes, das spirituelle Reich und die Beziehung der Lebewesen zum Höchsten.

Brahmā, das erste Lebewesen im Universum, der vom Höchsten Herrn mit der Schöpfung betraut worden ist, empfing als Erster das vedische Wissen direkt von Kṛṣṇa. Er unterrichtete seine Söhne darin, die es wiederum ihren Schülern offenbarten usw. Aufgezeichnet wurde dieses Wissen das erste Mal – und zwar in der Sanskritsprache – am Ende des *dvāpara-yuga*, vor mehr als fünftausend Jahren, von Dvaipāyana Vyāsa, einer Inkarnation des Höchsten Herrn. Davor wurde es mündlich überliefert – nicht etwa weil es keine Schrift gab, sondern da die großen *ṛṣis* (Weisen) ein exzellentes Gedächtnis und hervorragende Intelligenz besaßen und sich einmal Gehörtes ohne Schwierigkeiten einprägen konnten, gab es keine Notwendigkeit für sie, etwas nachzulesen, was sie schon einmal gehört hatten. Mit dem Einsetzen des *kali-yuga*, des jetzigen Zeitalters, des Zeitalters des Streites und der Heuchelei, vermindern sich Intelligenz, Gedächtniskraft, Stärke etc. der Menschen, deshalb wurde es notwendig, das vedische Wissen zum Nutzen aller Menschen schriftlich festzuhalten.

Die Absolute Wahrheit zu erkennen, ist das höchste Ziel und die Vollkommenheit für ein Lebewesen in der menschlichen Lebensform. Alles Wissen ist im Grunde genommen nur offenbart, um das Lebewesen allmählich mit göttlicher Erkenntnis zu erleuchten, um das göttliche Bewusstsein wiederzuerwecken. In diesem Licht kann man auch *Āyurveda* sehen. In der *Bhagavad-gītā* beschreibt der Höchste Herr selbst den Vorgang der Erkenntnis, der Erleuchtung. Verschiedene Aussagen der *Caraka-Saṁhitā*, die sich auf spirituelle Aspekte des *Āyurveda* beziehen, sollen im vorliegenden Buch durch Zitate aus der *Bhagavad-gītā* und anderen vedischen Schriften erhellt werden. In der *Gītā* (15.15) sagt der Herr: *sarvasya cāhaṁ hṛdi sanniviṣṭo mattaḥ smṛtir jñānam apohanaṁ ca ॥ vedaiś ca sarvair aham eva vedyo vedānta-kṛd veda-vid eva cāham* – „Ich weile im Herzen eines jeden, von mir kommen Erinnerung, Wissen und Vergessen. Das Ziel aller Veden ist es, Mich zu erkennen. Wahrlich, ich bin der Verfasser des *Vedānta* und Ich bin der Kenner der Veden.“ Im Grunde genommen ist es falsch, von spirituellen und materiellen Aspekten des *Āyurveda* zu reden, da das Ziel ein spirituelles ist, nämlich permanentes Glück des Lebewesens, und die Mittel der Beseitigung von Krankheiten und die Erhaltung der Gesundheit diesem Ziele dienen.

Āyurveda beschäftigt sich insbesondere mit dem Wissen der Erhaltung und Förderung der Gesundheit als einer Voraussetzung für das Erreichen des erhabenen Zieles der Vollkommenheit und kann daher als Medizin in einem höheren Sinne betrachtet werden. Das Wissen über die Bestandteile des Körpers, das Lebewesen im Körper, die Verbindung des Lebewesens mit dem Körper, die Ursachen von Krankheiten, die Funktionen der Elemente des Körpers, die Effekte von Substanzen etc. ist nicht durch jahrhunderte- oder jahrtausendelange Forschungsarbeit, durch Experiment und Spekulation, allmählich erlangt worden, sondern ist offenbartes, ewiges Wissen und ist somit frei von den vier Defekten oder Unzulänglichkeiten menschlicher Forschung. Die Defekte sind: 1. das bedingte Lebewesen in

der materiellen Welt besitzt unvollkommene Sinne (*karaṇāpāṭava*); 2. es unterliegt der Täuschung, Illusion (*pramāda*); 3. es begeht Fehler (*bhrama*) und 4. es hat die Neigung zu betrügen (*vipralipsā*).[1] Diese vier Unzulänglichkeiten sind Ursache vieler grundlegender falscher Vorstellungen oder Irrtümer, die weit verbreitet sind in der modernen Welt und den Menschen vom Beginn ihres Lebens eingebleut werden, die aber nicht vereinbar sind mit *Āyurveda* – zum Beispiel: zu glauben, die Menschheit wäre die am höchsten entwickelte Lebensform; zu glauben, nur auf der Erde gäbe es intelligentes Leben; die darwinische Theorie der Evolution; die Behauptung, je weiter man in der Geschichte zurückgehe, desto primitiver, unintelligenter, unzivilisierter die Menschheit; technischen Fortschritt mit Zivilisation gleichzusetzen; Materie als Ursprung des Lebens zu betrachten; Bewusstsein als Symptom chemischer Reaktionen im Gehirn anzusehen. Wir unterliegen noch vielen anderen Irrtümern, die mit den oben genannten zusammenhängen. Das vedische Wissen widerlegt diese falschen Vorstellungen anhand von drei Quellen der Wissensaneignung, die in der *Caraka-Saṁhitā* im Zusammenhang mit Beweis für Reinkarnation und in der Sektion über Therapeutik beschrieben werden.

Zur Geschichte der Caraka-Saṁhitā

Aufgrund der vier Unzulänglichkeiten ist es nicht möglich, sich vollkommenes Wissen über eine Sache allein durch Wahrnehmung und Folgerung anzueignen. Der vedische Weg der Aneignung von Wissen besteht deshalb darin, vollkommenes Wissen von autorisierten Lehrern (*ācāryas*) zu empfangen. So kam auch *Āyurveda* zu den Menschen. Prajāpati Dakṣa empfing diesen *Veda* von Brahmā, die beiden Aśvinī-kumāra genannten *devas* (Halbgötter) empfingen das Wissen von Prajāpati. Indra, der König der himmlischen Planeten und Herr über Regen, Donner und Blitz, empfing es von den Aśvinīs, zwei großen Ärzten der Halbgötter.

Der Weise Bharadvāja empfing es von Indra, Punarvasu Ātreya und andere Weise empfingen es von Bharadvāja. Agniveśa, ein Schüler Ātreyas, ist der nächste in der Kette. Er legte als Erster ein schriftliches Kompendium über *Āyurveda* vor – bekannt als *Agniveśa-tantra* –, welches später, ein paar Jahrhunderte vor unserer Zeitrechnung, von dem Arzt und Philosoph Caraka erweitert und überarbeitet wurde und unter dem Namen *Caraka-Saṁhitā* Berühmtheit erlangte. Agniveśa wird im *Mahābhārata* als Schüler Bharadvājas und als *Guru* König Drupadas und Dronācāryas erwähnt. Carakas Edition wurde dann im 4. Jahrhundert n.Chr. noch einmal von Dṛḍhabala überarbeitet. Er rekonstruierte das letzte Drittel – *Siddhi-* und *Kalpasthānam* und 17 Kapitel des *Cikitsasthānam* –, das aus irgendeinem Grund beschädigt worden war, anhand von relevantem Material aus

[1] Fehlerhaftes, falsches Wissen, das nicht der Wahrheit entspricht, zu verbreiten – aus welchem Grund auch immer – ist eine Manifestation der Neigung zu betrügen. Solche Art des Betrugs kann äußerst schädlich sein für die Gesundheit von Körper und Geist vieler Lebewesen und ist eines der größten Übel dieser Zeit.

verschiedenen Abhandlungen. *Agniveśa-tantra* existiert leider nicht mehr und es lässt sich auch nicht feststellen, wann genau in der Geschichte sie verfasst wurde. Mit der *Caraka-Saṁhitā* haben sich nach ihrem Erscheinen im Laufe der Jahrhunderte bis in die heutige Zeit noch viele Gelehrte beschäftigt und ihre Kommentare dazu geschrieben. Zwei der bedeutendsten von ihnen sind Bhaṭṭāra Hariścandra (5.-6. Jahrhundert n.Chr.) und Cakrapāṇidatta (11. Jahrhundert) mit ihren Werken *Caraka-nyāsa* bzw. *Āyurveda-dīpikā*. Im 11. Jahrhundert wurde die *Caraka-Saṁhitā* ins Persische und ins Arabische übersetzt und Ende des 19. Jahrhunderts das erste Mal ins Englische. 1949 erschien eine englische Edition von Shree Gulabkumar. Danach wurden in jüngster Zeit noch zwei Editionen mit Originalversen und englischer Übersetzung des Textes veröffentlicht – die eine mit einem umfangreichen Anhang der Flora und Fauna der *Caraka-Saṁhitā*, anatomischem Vokabular, therapeutischen, pathologischen Begriffen etc. von Prof. Priyavrat Sharma und die andere von R.K. Sharma und B. Dash. Letztere Ausgabe enthält auch Cakrapāṇis Kommentare. Außer den Übersetzungen in verschiedenen indischen Sprachen und in Englisch gibt es kaum Übersetzungen in anderen Sprachen, obwohl dieses Werk heute in vielen Schriften und Aufsätzen häufig erwähnt wird in Bezug auf *Āyurveda* und Medizin im Allgemeinen.

Es gibt noch zwei andere große Werke über *Ayurveda* – *Aṣṭāṅga-hṛdayam* und *Suśruta-Saṁhitā* – und drei kleinere klassische Werke – *Sarṅgadhara-Saṁhitā, Madhava-nidānam* und *Bhāvaprakāśa*. Von der *Suśruta-Saṁhitā* nimmt man an, dass sie in der gleichen Epoche entstand wie die *Caraka-Saṁhitā*. *Aṣṭāṅga-hṛdayam* ist zwischen 500 und 600 n.Chr. erschienen, *Bhāvaprakāśa* im 14. Jahrhundert n.Chr., *Sarṅgadhara-Saṁhitā* im 15. Jahrhundert n.Chr. und *Madhava-nidānam* um 700 n.Chr. Die drei großen Klassiker des *Āyurveda* unterscheiden sich in der Betonung verschiedener medizinischer Aspekte, dem Umfang des Wissens und der Art der Wissensvermittlung voneinander. Die *Suśruta-Saṁhitā* beinhaltet auch chirurgisches Wissen, das unter anderem für die Behandlung der Auswirkungen von Kriegen (durch Waffen hervorgerufene Wunden etc.) wichtig war. Im Gegensatz zu *Suśruta-Saṁhitā* und *Aṣṭāṅga-hṛdayam* vermittelt die *Caraka-Saṁhitā* grundlegendes spirituelles Wissen der Sāṅkhya-Philosophie und enthält auch Konzepte der Yoga-Philosophie. In der *Caraka-Saṁhitā* wird *Āyurveda* am umfassendsten erklärt und deshalb gilt sie als das wichtigste Werk über die Wissenschaft vom Leben.

Ātreya Muni ist die zentrale Figur in der *Caraka-Saṁhitā*. Das gesamte Werk besteht aus Dialogen zwischen Ātreya und seinem Schüler Agniveśa und aus Diskussionen über verschiedene Themen des *Āyurveda* zwischen verschiedenen *ṛṣis* (Weisen) unter dem Vorsitz von Ātreya. Die vier Veden *Ṛg, Yajur, Atharva* und *Sāma* und Schriften in ihrer Nachfolge werden als *śruti* („das, was man durch Hören empfängt“) und *smṛti* („das, was man erinnert“) bezeichnet, weil sie mündlich überliefert wurden von Lehrer zu Schüler, bevor Śrīla Vyāsadeva sie schrift-

lich aufzeichnete. Aus ihnen geht hervor, dass Wohltätigkeit (*dāna*), Entsagung (*tapas*), religiöse Opfer (*yajña*), Wahrhaftigkeit (*satya*), Gewaltlosigkeit (*ahiṁsa*) und sexuelle Enthaltsamkeit (*brahmacarya*) zu vollkommenem Wohlbefinden führen. Punarvasu Ātreya und alle *ācāryas* (Lehrer des vedischen Wissens) oder *āptas*, wie sie auch genannt werden, sind entsagungsvoll, friedfertig, wahrhaftig etc. und sie sind frei von Anhaftung, Selbstsucht, Gier, Betrug, Lust, Neid und anderen Eigenschaften, die aus *rajas* (Leidenschaft) und *tamas* (Unwissenheit) hervorgehen. Sie besitzen Weisheit, praktisch verwirklichtes Wissen und einen reinen Geist und Intellekt. Ist es nicht besser, solche Menschen als Autoritäten des Wissens anzuerkennen, anstatt den mentalen Spekulanten zu folgen, die sich bei der Wissenserwerbung nur auf ihre fehlerhaften Sinne, ihre Instrumente erweiterter Sinneswahrnehmung (Mikroskope, Fernrohre etc.) und ihren begrenzten Verstand verlassen und die obendrein nicht frei sind vom Einfluss der Erscheinungsweisen der Leidenschaft und Unwissenheit und nur bedingtes Wissen verbreiten, das dem Glück der Menschen und anderer Lebewesen nicht dienlich ist, sondern nur ihrer Eitelkeit und ihrem Bankkonto und dem einiger Geschäftemacher dient? Wenn es um die Aneignung von Wissen geht, sollten diejenigen, die genügend Intelligenz besitzen, jedenfalls genau prüfen, welcher Quelle von Wissen und welchem Lehrer sie ihr Vertrauen schenken und Wissen nicht blind annehmen.

Zum Aufbau der Caraka-Saṁhitā

Die *Caraka-Saṁhitā* ist in 8 *sthānas* (Hauptteile) unterteilt – *Sūtra-, Nidāna-, Vimāna-, Śarīra-, Indriya-, Cikitsā-, Kalpa-* und *Siddhisthānam*. *Sūtrasthānam* umfasst 30 *adhyāyas* (Kapitel) und ist praktisch eine Zusammenfassung des gesamten Werkes. *Nidāna-, Vimāna-* und *Śārīrasthāna* haben jeweils 8 *adhyāyas* und behandeln Diagnostik, spezifische Aspekte und detailliertes Wissen über den Körper und seinen Bewohner. *Indriyasthānam* besteht aus 12 *adhyāyas* und handelt von den Zeichen imminenten Todes, *Cikitsāsthānam* beschäftigt sich in 30 Kapiteln mit Therapeutik, *Kalpasthānam* und *Siddhisthānam* haben jeweils 12 Kapitel und behandeln Pharmakologie (Präparate für Emesis und Purgation) und *pañcakarma*-Therapien. Alle *ślokas* (Verse) der einzelnen Kapitel sind im Original numeriert, wie es allgemein üblich ist in der vedischen Literatur.

Im vorliegenden Buch sind manchmal mehrere *adhyāyas* zu einem Kapitel zusammengefasst oder die Themen eines *adhyāya* werden in mehreren Kapiteln behandelt. Die Kapitel 1 und 3 des *Sūtrasthānam* und Kapitel 1 des *Śārīrasthānam* enthalten Originalsankrit-*ślokas* der *Caraka-Saṁhitā* mit lateinischer Transliteration. Auf vollständige Aufzählung von pharmazeutischen Präparaten z.B. in der Cikitsa-Sektion und von Drogen in Rezepturen wurde weitgehend verzichtet. Dieses Werk ist ein ausführliches Kompendium der *Caraka-Saṁhitā* mit nicht zu knappen Erläuterungen zu spirituellen Aspekten des *Āyurveda* und zur vedischen Kultur, erhebt aber keinen Anspruch auf Vollständigkeit, was alle anderen Aspek-

te betrifft. Um dem mit dem vedischen Wissen nicht vertrauten Leser den Zugang zu erleichtern und um nicht den Textfluss zu unterbrechen durch häufiges Erklären von Dingen, deren Kenntnis Caraka bei seinen Lesern voraussetzen konnte und die sicher auch vielen Lesern dieses Buches bekannt sein werden, ist der Bearbeitung des eigentlichen Textes der *Caraka-Saṁhitā* eine kurze Einführung in die wichtigsten Elemente der vedischen Kultur und der vedischen Schriften vorangestellt.

Sanskritbegriffe außer Eigennamen (Namen von Pflanzenarten, Personen etc.) sind in Überschriften normal und im Text, abgesehen von einigen Ausnahmen, durchweg kursiv gedruckt. Leser, die nur wenige oder überhaupt keine Sanskritbegriffe kennen, werden es am Anfang etwas schwer haben, da sie von einer Flut von Sanskritwörtern – man kann schon sagen – überschwemmt werden. Manche Fachbegriffe lassen sich nur schwer übersetzen, andere können nur durch Umschreibung erklärt werden, deshalb ist ihr Gebrauch angebracht. Und diejenigen, die sich dadurch nicht abschrecken lassen vom Studium der *Caraka-Saṁhitā*, werden immensen Gewinn erzielen und außerdem später andere vedische Schriften um so leichter studieren können. Zum Nachschlagen gibt es im Anhang ein Glossar fast aller Sanskritwörter, die in diesem Buch verwendet werden. Sie sind unter verschiedenen Rubriken („pathologische Begriffe“, „therapeutische Aktionen“ etc.) eingetragen. Da manche Begriffe verschiedene Bedeutungen tragen und die Kategorien auch nicht alle eindeutig voneinander abgrenzbar sind, erscheinen manche Wörter in mehreren Rubriken. Sie sind nach ihrer Bedeutung im jeweiligen Kontext übersetzt, sollten also nicht als vollständige Übersetzungen betrachtet werden. Das Glossar ist kein Auszug aus einem Sanskrit-Wörterbuch! Der Anhang enthält außerdem eine Liste sämtlicher in diesem Buch aufgeführten Pflanzen mit ihren botanischen Namen.

Auf die Frage an einen in Deutschland lebenden ayurvedischen Arzt, unter dessen Vorfahren es viele *vaidyas* (Ärzte) gegeben hat, ob sein Sohn ebenfalls ein *vaidya* sei, antwortete dieser, sein Sohn wolle nicht Sanskrit studieren und könne deshalb kein *vaidya* werden. Der ideale *vaidya* müsse Sanskrit studiert haben, damit er die Schriften über *Āyurveda* im Original studieren könne. Ohne Zweifel ist es ein großer Vorteil, sanskritgelehrt zu sein, bevor man *Āyurveda* studiert. Doch ist Sanskrit keine leicht zu erlernende Sprache. Das Studium ist langwierig und erfordert einen hohen Intelligenzgrad, da die Grammatik kompliziert ist und viele Begriffe je nach Verwendung verschiedene Bedeutungen implizieren können.

Ob das Sanskrit-Studium für den idealen Āyurveda-Arzt tatsächlich notwendig ist oder nicht, sei dahingestellt. Eines ist aber auf jeden Fall notwendig, und zwar fundierte Kenntnis der vedischen Kultur und ein gewisses Maß an Kenntnis ayurvedischer Termini. Andernfalls sind Verwässerung und Verdrehung dieser Wissenschaft die Folge, und man hat es wieder nur mit Leuten zu tun, die sich durch eine exotische Sache am Elend unwissender Menschen bereichern. Dieses Buch soll helfen, dem entgegenzuwirken. Wie jemand nicht Opfer eines Pseudogurus wer-

den kann, wenn er/sie weiß, was ein echter *Guru* ist, was die Eigenschaften eines wahren *Guru* sind, so wird auch niemand auf einen sogenannten *vaidya* hereinfallen, wenn er/sie sich Wissen über *Āyurveda* aus autorisierten Quellen angeeignet hat.

Die *Caraka-Saṁhitā* ist als ein Lehrbuch für das Āyurveda-Studium verfasst worden und zwar sowohl für angehende Ärzte als auch für diejenigen, die mit diesem Wissen nur sich und ihren Lieben dienen wollen. Der Hauptzweck des vorliegenden Buches ist, intelligenten Personen einen Eindruck von der erhabensten Wissenschaft, *Āyurveda*, zu vermitteln, die es den Menschen ermöglicht, durch einfache Methoden und das Befolgen einfacher Regeln ihren Gesundheitszustand zu verbessern, ihre Gesundheit wiederzuerlangen oder zu erhalten und – was das Wichtigste ist – in Gesundheit und optimalem Wohlbefinden spirituell zu wachsen und dem Ziel des Lebens ein wenig näher zu rücken. Gleichzeitig soll das Werk dem Leser einen Einblick in die vedische Kultur, die Kultur der göttlichen Weisheit, geben, von der *Āyurveda* nicht abgetrennt werden kann.

Sūtrasthānam

Das Fundament des Āyurveda

Sūtrasthānam wird als der glückverheißende Kopf von Agniveśas Abhandlung über *Āyurveda* bezeichnet. Dieser Abschnitt ist eine Zusammenfassung des gesamten Werkes und besteht aus 30 Kapiteln, wobei jeweils vier Kapitel themenweise zusammengefasst sind. Das ergibt sieben *catuṣkas* (Vierer). Die letzten beiden Kapitel werden *saṁgrahādhyāya* (abschließende Kapitel) genannt. Behandelt werden Drogen, Gesundheit, Diät, Krankheiten und grundlegende Konzepte. Die Themen werden in den folgenden *sthānas* weiter vertieft und in verschiedenen Zusammenhängen im Detail besprochen.

1 Āyurveda in einer Nussschale

1.1 Wie Āyurveda zu den Menschen kam

Zuerst berichtet Caraka wie *Āyurveda* zu den Menschen kam. Als die Menschen immer öfter von Krankheiten heimgesucht wurden, die ihre Lebensspanne verkürzten und die Frommen daran hinderten, *dharma* zu befolgen, *tapasya* zu praktizieren, die *Vedas* zu studieren, *yajñas* auszuführen, usw., versammelten sich Aṅgirā, Vasiṣṭha, Kaśyapa, Punarvasu Ātreya, Gautama, Pulastya, Agastya und viele andere *maharṣis* (große Weise), die immer um das Wohl aller Lebewesen bemüht sind, an einem glückverheißenden, himmlischen Platz in den Bergen des Himalaya, der von *kinnaras, gandharvas* und anderen Himmelsbewohnern gerne aufgesucht wird und berieten sich, wie den Menschen zu helfen sei, da sie Mitleid mit ihnen empfanden.[1]

„*Dharma, artha, kāma, mokṣa* (religiöse Pflichten, wirtschaftliche Entwicklung, Sinnengenuss und Befreiung) – diesen vier Prinzipien können kranke Menschen nur schwer oder überhaupt nicht folgen. Das menschliche Leben beginnt mit der Erfüllung vorgeschriebener religiöser Pflichten und endet [oder sollte enden] mit der Befreiung aus dem Kreislauf von Geburt und Tod. Wenn *dharma* von Krankheit behindert wird, rückt *mokṣa* in weite Ferne.“ So dachten die großen Weisen und suchten nach einer Lösung des Problems. Da erkannten sie Indra, den König der *devas* (Halbgötter) und anderer Bewohner der himmlischen Planeten, der auch als Śakra und Amaraprabhu (Herr der Unsterblichen) bekannt ist, als ihren Retter. Sie entsandten Bharadvāja, um von Indra das Mittel der Beseitigung von Krankheiten zu erbitten. Und so empfing der Weise *Āyurveda* vom überaus mächtigen Herrscher der Himmelsbewohner. Da die *ṛṣis* selbstbeherrscht waren, einen scharfen Intellekt und ein exzellentes Gedächtnis besaßen, waren sie fähig, einmal Gehörtes jederzeit zu erinnern und wiederzugeben, ohne dass sie sich mit Niederschreiben aufhalten mussten. Bharadvāja kehrte mit den erhaltenen Unterweisungen zu jenem Platz im Himalaya zurück und gab das Wissen an alle versammelten Wei-

[1] Es gibt „himmlische“ Orte auf der Erde, die gewöhnlichen Menschen verborgen und unerreichbar sind. Aṅgirā, Vasiṣṭha, Gautama und Pulastya sind direkte Söhne Brahmās. Ob all diese Personen tatsächlich versammelt waren, lassen wir einmal dahingestellt sein. *Ṛṣis* sind immer um das Wohl aller Lebewesen bemüht, deshalb spielt es auch keine Rolle, welche *ṛṣis* sich da, zu welcher Zeit auch immer, im Himalaya versammelt hatten. In diesem Kontext sollte man noch verstehen, dass man diese *ṛṣis* nicht mit unseren modernen menschlichen Maßstäben messen kann. Ihre Lebensspanne ist unvorstellbar lang und sie sind in ihrem Dasein nicht wie wir Menschen auf einen Planeten begrenzt.

sen weiter. Später unterrichtete Ātreya Muni seine sechs Schüler Agniveśa, Bhelā, Jatūkarṇa, Parāśara, Hārīta und Kṣārapāṇi in *Āyurveda*. Agniveśa verfasste als Erster ein Kompendium, das von den Weisen mit großem Applaus gepriesen wurde.[2] Dann begann ein göttlicher Wind zu wehen und die *devas* ließen als Zeichen ihrer Freude Blumen vom Himmel herabregnen. So gesegnet konnte *Āyurveda* nun den Menschen gelehrt werden.

1.2 Fundamentale Prinzipien des Āyurveda

Nach dieser Einführung folgt nun eine Vers-für-Vers-Übersetzung der *ślokas* 41-67 mit *devanāgari* und lateinischer Transliteration. Diese *ślokas* sind fundamentale Leit- und Lehrsätze des *Āyurveda*. Sie definieren *Āyurveda, āyus, sāmānya, viśeṣa, dravya, guṇa, karman, kāraṇa, dhātusāmya, hetu, doṣa, rasa, samavāya, vyādhi* und *puruṣa*.

हिताहितं सुखं दुःखमायुस्तस्य हिताहितम् ।
मानं च तच्च यत्रोक्तमायुर्वेदं स उच्यते ॥

hitāhitaṁ sukhaṁ duḥkham-āyustasya hitāhitam ।
mānaṁ ca tacca yatroktam āyurvedaṁ sa ucyate ॥

Āyurveda behandelt gutes und schlechtes, glückliches und unglückliches Leben, seine Förderer und Nichtförderer, sein Maß[3] und seine Natur. [41]

शरीरेन्द्रियसत्त्वात्मसंयोगो धारि जीवितम् ।
नित्यगश्चानुबन्धश्च पर्यायैरायुरुच्यते ॥

śarīrendriya-sattvātmasaṁ-yogo dhāri jīvitam ।
nityagaś-cānubandhaś-ca paryāyair-āyur-ucyate ॥

Āyus bedeutet die Verbindung von Körper, Sinnen, Geist und Selbst und ist bekannt unter den Synonymen *dhāri* („was den Körper erhält"), *jīvita* („was den Körper beseelt"), *nityaga* („was als Substratum dient") und *anubandha* („was von einem Körper zum anderen transmigriert").[4] [42]

तस्यायुषः पुण्यतमो वेदो वेदविदां मतः ।
वक्ष्यते यन्मनुष्याणां लोकयोरुभयोर्हितम् ॥

[2] Dieses Kompendium wurde später als *Agniveśa-tantra* bekannt.

[3] die Lebensdauer

[4] Diese vier Begriffe – *dhāri* etc. – beziehen sich auf *puruṣa*, das Selbst. Es gibt keinen lebenden Körper ohne die Anwesenheit des Selbst im Körper. Die Verbindung von *puruṣa* und Körper wird in *Śārīrasthāna* 1 ausführlich behandelt.

tasyāyuṣaḥ puṇyatamo vedo veda-vidāṁ mataḥ ।
vakṣyate yan-manuṣyāṇāṁ lokayor-ubhayor-hitam ॥

Die Gelehrten der *Vedas* betrachten *Āyurveda* als die tugendhafteste aller Wissenschaften. Sie ist gleichermaßen nützlich für diese Existenz und für die nächste.[5] [43]

सर्वदा सर्वभावानां सामान्यं वृद्धिकारणम् ।
ह्रासहेतुर्विशेषश्च प्रवृत्तिरुभयस्य तु ॥

sarvadā sarva-bhāvānāṁ sāmānyaṁ vṛddhi-kāraṇam ।
hrāsa-hetur-viśeṣaś-ca pravṛttir-ubhayasya tu ॥

Sāmānya (Ähnlichkeit) ist immer die Ursache von Zunahme, und *viśeṣa* (Unähnlichkeit) ist immer die Ursache von Abnahme. Beides wirkt durch Anwendung. [44]

सामान्यमेकत्वकरं विशेषस् तु पृथक्त्वकृत् ।
तुल्यार्थता हि सामान्यं विशेषस् तु स्वपर्ययः ॥

sāmānyam-ekatva-karaṁ viśeṣas tu pṛthaktvakṛt ।
tulyārthatā hi sāmānyaṁ viśeṣas tu svaparyayaḥ ॥

Sāmānya erzeugt Einheit, während *viśeṣa* das Gegenteil bewirkt. Ähnlichkeit erfordert ähnlichen Zweck (oder Aktion), während Unähnlichkeit das Gegenteil erfordert.[6] [45]

सत्त्वमात्मा शरीरं च त्रयमेतत्त्रिदण्डवत् ।
लोकस्तिष्ठति संयोगात्तत्र सर्वं प्रतिष्ठितम् ॥
स पुमांश्चेतनं तच्च तच्चाधिकरणं स्मृतम् ।
वेदस्यास्य तदर्थं हि वेदोऽयं संप्रकाशितः ॥

sattvam-ātmā śarīraṁ ca trayam-etat-tridaṇḍavat ।
lokas-tiṣṭhati saṁyogāt-tatra sarva pratiṣṭhitam ॥
sa pumāṁś-cetanaṁ tacca taccādhikaraṇaṁ smṛtam ।
vedasyāsya tad arthaṁ hi vedo 'yaṁ saṁprakāśitaḥ ॥

---

[5] *Āyurveda* ist das Wissen vom Leben, von der Natur des Menschen, von den Dingen, die ein gesundes, glückliches Leben fördern und den Dingen, die Krankheit verursachen. Was nützen alle Arten von *Vedas* (Wissenschaften) – sei es der *Veda* der Architektur, der Musik, der Astrologie, der Mathematik oder was auch immer – wenn der Mensch nicht glücklich und gesund ist? Deshalb betrachten die Gelehrten der *Vedas Āyurveda* als die beste Wissenschaft, sowohl für dieses Leben als auch das nächste, das ein höheres ist, wenn der Mensch in diesem Leben seine vorgeschriebenen Pflichten (*dharma*) erfüllt und sündhafte Handlungen vermieden hat.

[6] Wie und wo das *sāmānya-viśeṣa*-Prinzip zur Anwendung kommt, wird im Verlauf der Abhandlung noch klar werden.

Körper, Geist und Selbst sind eine Dreiheit, auf welcher das Wissen vom Leben basiert. Diese lebendige Dreiheit ist bewusstes Individuum (*puruṣa*), und sie ist der Ort dieses *Veda*. Für sie allein ist *Āyurveda* ans Licht gebracht worden. [1.46-47]

खादीन्यात्मा मनः कालो दिशश्च द्रव्यसम्ग्रहः ।
सेन्द्रियं चेतनं द्रव्यं निरिन्द्रियमचेतनम् ॥

khādīnyātmā manaḥ kālo diśaś ca dravyasamgrahaḥ ।
sendriyaṁ cetanaṁ dravyaṁ nirindriyam acetanam ॥

Ākāśa (das Element Äther) etc., *manas* (Geist), *ātman* (Selbst), *kāla* (Zeit) und *diśa* (Raum) sind *dravyas* (Substanzen). *Dravya* mit Sinnesorganen ist bewusst, und *dravya* ohne Sinnesorgane ist unbewusst.[7] [1.48]

सार्था गुर्वादयो बुद्धिः प्रयत्नान्ताः परादयः ।
गुणाः प्रोक्ताः प्रयत्नादि कर्म चेष्टितमुच्यते ॥

sārthā gurvādayo buddhiḥ prayatnāntāḥ parādayaḥ ।
guṇāḥ proktāḥ prayatnādi karma ceṣṭitam ucyate ॥

Artha (Sinnesobjekte);[8] die Eigenschaften, welche mit *guruḥ* beginnen;[9] *buddhiḥ* (Wissen), die Eigenschaften, die mit *para* beginnen[10] und die Eigenschaften welche mit *prayatna* enden,[11] werden *guṇas* (Eigenschaften) genannt. (Kurative) Bemühung und andere Aktionen werden *karma* genannt. [1.49]

समवायोऽपृथग्भावो भूम्याधिनां गुणैर्मतः ।
स नित्यो यत्र हि द्रव्यं न तत्रानियतो गुणः ॥

samavāyo'pṛthagbhāvo bhūmyādhināṁ guṇair-mataḥ ।
sa nityo yatra hi dravyaṁ na tatrāni-yato guṇaḥ ॥

Samavāya bedeutet die inseparable Verbindung von *bhūmi* (*pṛthivī* – das Element Erde) etc. mit ihren *guṇas*. Diese Verbindung ist ewig, denn es gibt kein *dravya* ohne *guṇa* und kein *guṇa* ohne *dravya*. [1.50]

---

[7] Dies ist der Unterschied zwischen den *dravyas* der Materie und den Lebewesen einschließlich Pflanzen. Bewusstsein ist eine Eigenschaft der spirituellen Seelen und die materiellen Körper der Lebewesen sind verschiedene Arten der Bedeckung der Seelen und ihres Bewusstseins. Bei Pflanzen ist das Bewusstsein sehr bedeckt (sie sind im Vergleich zu Menschen fast unbewusst), Tiere besitzen entwickelteres Bewusstsein und bei Menschen unterscheidet man drei Stadien des Bewusstseins.

[8] *gandha, rasa, rūpa, sparśa* und *śabda* — Geruch, Geschmack, Form, Berührung und Klang

[9] *guruḥ-laghu* (schwer-leicht), *śīta-uṣṇa* (kalt-heiß) etc. Siehe *Śārīrasthānam* 43.2

[10] *parādi-guṇas – paratva* (Exzellenz), *aparatva* (Nichtexzellenz) etc. Siehe *Sūtrasthānam* 14.7.13

[11] *icchā* (Verlangen), *dveṣa* (Abneigung), *sukha* (Glück), *duḥkha* (Leid) und *prayatna* (Bemühung)

यत्राश्रिताः कर्मगुणाः कारणं समवायि यत् ।
तद्द्रव्यं समवायी तु निश्चेष्टः कारणं गुणाः ॥

yatrāśritāḥ karma-guṇāḥ kāraṇaṁ samavāyi yat ।
tad dravyaṁ samavāyī tu niśceṣṭaḥ kāraṇaṁ guṇāḥ ॥

Dravya ist das Substrat von *karma* und *guṇa* und die inhärente Ursache (ihres Effekts); *Guṇa* ist die dravya-inhärente Ursache ohne Aktion.[12] [1.51]

संयोगे च विभागे च कारणं द्रव्यमाश्रितम् ।
कर्तव्यस्य क्रिया कर्म कर्म नान्यदपेक्षते ॥

saṁyoge ca vibhāge ca kāraṇaṁ dravyamāśritam ।
kartavyasya kriyā karma karma nānyadapekṣate ॥

Karma ist der in *dravya* lokalisierte verursachende Faktor von Verbindung und Trennung. *Karma* ist Aktion in Bezug auf etwas, das erreicht werden soll. *Karma* benötigt keinen anderen Faktor. [1.52]

इत्युक्तं कारणं कार्यं धातुसाम्यमिहोच्यते ।
धातुसाम्यक्रिया चोक्ता तन्त्रस्यास्य प्रयोजनम् ॥

ity uktaṁ kāraṇaṁ kāryaṁ dhātusāmyam ihocyate ।
dhātusāmya-kriyā coktā tantrasyāsya prayojanam ॥

Soviel zur Ursache.[13] Nun soll der Effekt (*dhātusāmya*) erklärt werden, denn das Objekt dieser Abhandlung ist der Erhalt bzw. das Erlangen von *dhātusāmya*.[14] [1.53]

कालबुद्धीन्द्रयार्थानां योगो मिथ्या न चाति च ।
द्वयाश्रयाणां व्याधीनां त्रिविधो हेतुसंग्रहः ॥

kāla-buddhīndrayārthānāṁ yogo mithyā na cāti ca ।
dvayāśrayāṇāṁ vyādhīnāṁ trividho hetu-saṁgrahaḥ ॥

Pervertierter, negativer und exzessiver Gebrauch von *kāla*, *buddhi* und *indriyārtha* (Zeit, Intelligenz und Sinnesobjekte) ist die dreifache Ursache psychischer und somatischer Störungen. [1.54]

---

[12] Das Verständnis von *dravya-guṇa-karma* ist für die Verordnung und Anwendung von Drogen und diätetischen Zubereitungen von Bedeutung.

[13] *Dravya, guṇa, karma, sāmānya, viśeṣa* und *samavāya* bilden die Ursache (für das Erlangen oder den Erhalt von Gesundheit).

[14] *Dhātusāmya* bedeutet gesunder Zustand der *dhātus* (Körpergewebearten; nährende und erhaltende Faktoren wie Lymphe, Blut, etc.). Der Begriff schließt auch die drei *doṣas vāta, pitta, kapha* mit ein.

शरीरं सत्त्वसंज्ञां च व्याधीनामाश्रयो मतः ।
तथा सुखानां योगस्तु सुखानां कारणं समः ॥

śarīraṁ sattva-saṁjñāṁ ca vyādhīnām-āśrayo mataḥ ।
tathā sukhānāṁ yogastu sukhānāṁ kāraṇaṁ samaḥ ॥

Körper und Geist sind beide Orte von Leid (Krankheit) und Glück (Gesundheit). Maßvoller Gebrauch ist die Ursache von Glück. [1.55]

निर्विकारः परस्त्वात्मा सत्त्वभूतगुणेन्द्रियैः ।
चैतन्ये कारणं नित्यो द्रष्टा पश्यति हि क्रियाः ॥

nirvikāraḥ paras-tv-ātmā sattva-bhūta-guṇendriyaiḥ ।
caitanye kāraṇaṁ nityo draṣṭā paśyati hi kriyāḥ ॥

Ātman (das Selbstwesen, der spirituelle Funke, die spirituelle Seele) ist frei von Abnormalitäten (Krankheit). Er ist die Ursache des Bewusstseins in der Verbindung von *sattva* (Geist), *bhūta* (Elemente)[15] und *indriyaḥ* (Sinne). *Ātman* ist ewig und ist Seher und Beobachter aller Handlungen (die mit dem Körper ausgeführt werden oder im Geist ablaufen). [1.56]

वायुः पित्तं कफश्चोक्तः शारीरो दोषसंग्रहः ।
मानसः पुनरुदिष्टो रजश्च तम एव च ॥

vāyuḥ pittaṁ kaphaścoktaḥ śārīro doṣa-saṁgrahaḥ ।
mānasaḥ punar udiṣṭo rajas ca tama eva ca ॥

Vāyu, pitta und *kapha* sind körperliche *doṣas*, und *rajas* und *tamas* sind mentale *doṣas*.[16] [1.57]

प्रशाम्यत्यौषधैः पूर्वो दैवयुक्तिव्यपाश्रयैः ।
मानसो ज्ञानविज्ञानधैर्यस्मृतिसमाधिभिः ॥

praśāmyaty-auṣadhaiḥ pūrvo daiva-yukti-vyapāśrayaiḥ ।
mānaso jñāna-vijñāna-dhairya-smṛti-samādhibhiḥ ॥

Vāyu, pitta und *kapha* werden durch göttliche und rationale Heilmittel besänftigt, wenn sie zu sehr angeregt sind; *rajas* und *tamas* werden durch Wissen und Verwirklichung (*jñāna-vijñāna*), Einschränkung (Entsagung), Erinnerung und Meditation (*samādhi*) überwunden. [1.58]

[15] Es gibt fünf *bhūtas* oder *mahābhūtas* (große Elemente) – *pṛthivī, ap, tejas, vāyu* und *ākāśa* (Erde, Wasser, Feuer, Luft und Äther).

[16] *Vāyu, pitta* und *kapha* sind Faktoren, die physiologische Funktionen steuern und die *doṣas* (wörtl. „Fehler“) genannt werden, wenn sie gestört sind oder da sie leicht gestört werden können. *Rajas* oder *rajo-guṇa* bedeutet Leidenschaft und *tamas* oder *tamo-guṇa* bedeutet Dumpfheit, Dunkelheit, Unwissenheit.

रूक्षः शीतो लघुः सूक्ष्मश्चलोऽथ विशदः खरः ।
विपरीतगुनैर्द्रव्यैर्मारुतः संप्रशाम्यति ॥
सस्नेहमुष्णं तीक्ष्णं च द्रवमम्लं सरं कटु ।
विपरीतगुणैः पित्तं द्रव्यैराशु प्रशाम्यति ॥
गुरुशीत मृदुस्निग्धमधुरस्थिरपिच्छिलाः ।
श्लेष्मणः प्रशमं यान्ति विपरीतगुणैर्गुणाः ॥

rūkṣaḥ śīto laghuḥ sūkṣmaścalo'tha viśadaḥ kharaḥ ।
viparīta-gunair-dravyair-mārutaḥ saṁpraśāmyati ॥
sa sneham uṣṇaṁ tīkṣṇaṁ ca dravam amlaṁ saraṁ kaṭu ।
viparīta-guṇaiḥ pittaṁ dravyairāśu praśāmyati ॥
guruḥ śīta mṛdu snigdha madhura sthira picchilāḥ ।
śleṣmaṇaḥ praśamaṁ yānti viparīta-guṇair-guṇāḥ ॥

Vāyu (*mārutaḥ*) ist trocken, kalt, leicht, fein, mobil, nicht-schleimig und rau. *Pitta* ist leicht ölig, heiß, scharf, flüssig, sauer, mobil. Die Eigenschaften von *kapha* sind schwer, kalt, weich, ölig/glatt, süß, träge/fest, schleimig. *Vāyu, pitta* und *kapha* werden besänftigt durch Drogen mit Eigenschaften, die *vāyu, pitta* bzw. *kapha* konträr sind. [1.59-61]

विपरीतगुणैर्देशमात्राकालोपपादितैः ।
भेषजैर्विनिवर्तन्ते विकाराः साध्यसंमताः साधनं
न त्वसाध्यानां व्याधीनामुपदिश्यते ॥

viparīta-guṇair deśam ātrā kālopapāditaiḥ ।
bheṣajair vinivartante vikārāḥ sādhyasaṁ matāḥ sādhanaṁ
na tvasādhyānāṁ vyādhīnām upadiśyate ॥

Heilbare Krankheiten werden beseitigt durch Drogen, die gegensätzliche Eigenschaften besitzen unter Berücksichtigung von Zeit, Ort und Dosis. Die Behandlung unheilbarer Krankheiten wird nicht empfohlen. [1.62]

भूयश्चातो यथाद्रव्यं गुणकर्माणि वक्ष्यते ॥

bhūyaścāto yathā dravyaṁ guṇa karmāṇi vakṣyate ॥

Nun sollen Eigenschaften und Aktionen (*guṇa* und *karman*) von Drogen (*dravya*) im Detail beschrieben werden. [1.63]

रसनार्थो रसस्तस्य द्रव्यमापः क्षितिस्तथा ।
निर्वृत्तौ च विशेषे च प्रत्ययाः खादयस्त्रयः ॥

rasanārtho rasastasya dravyam āpaḥ kṣitis tathā ।
nirvṛttau ca viśeṣe ca pratyayāḥ khādayastrayaḥ ॥

Rasa (Geschmack) ist das Objekt von *rasanā* (Geschmackssinn).[17] *Ap* (Wasser) und *pṛthivī* (Erde) bilden das Substrat für die Manifestation von *rasa*. Die anderen drei *bhūtas* (*vāyu, tejas* und *ākāśa*) sind verursachende Faktoren für Manifestation und Differenzierung von *rasa*. [1.64]

स्वादुरम्लोऽथ लवणः कटुकस्तिक्त एव च ।
कषायश्चेति षड्कोऽथं रसानां संग्रहः स्मृतः ॥

svādur amlo'tha lavaṇaḥ kaṭukas tikta eva ca ।
kaṣāyaśceti ṣaṭko'thaṁ rasānāṁ saṁgrahaḥ ॥

Es gibt sechs *rasas* – süß, sauer, salzig, scharf, bitter und herb (*madhura, amla, lavaṇa, kaṭu, tikta, kaṣāya*). [1.65]

स्वाद्वम्ललवणा वायुंकषायस्वादुतिक्तकाः ।
जयन्ति पित्तं श्लेष्माणं कषायकटुतिक्तकाः ॥

svādvamla lavaṇā vāyuṁ kaṣāya svādu tiktakāḥ ।
jayanti pittaṁ śleṣmāṇaṁ kaṣāya kaṭu tiktakāḥ ॥

Süß, sauer und salzig überwinden *vāyu*; herb, süß und bitter überwinden *pitta*; und bitter, herb und scharf überwinden *kapha*. [1.66]

किंचिद्दोषप्रशमनं किंचिद्धातुप्रदूषणम् ।
स्वस्थवृत्तौ मतं किंचित्त्रिविघं द्रव्यमुच्यते ॥

kiṁcid doṣa-praśamanaṁ kiṁcid dhātu-pradūṣaṇam ।
svastha vṛttau mataṁ kiṁcit trivighaṁ dravyam ucyate ॥

Dravyas lassen sich entsprechend ihrer Wirkung in drei Gruppen unterteilen: (1) *dravyas*, die *doṣas* besänftigen; (2) *dravyas*, die *dhātus* beeinträchtigen und (3) *dravyas*, die die Gesundheit erhalten. [1.67]

1.3 Klassifizierung von Drogen nach ihrer Herkunft

Eine andere Dreiteilung richtet sich nach der Herkunft der Drogen: Drogen können (1) aus dem Tierreich, (2) aus dem Pflanzenreich und (3) aus dem Mineralreich stammen. Drogen von tierischer Herkunft sind: Milch, Honig, Milchprodukte, Fett, Knochen, Gelatine, Haut, Urin, Haare, Sehnen, Nägel, Fleisch, Blut, Fäkalien etc. Aus Erde gewinnt man Gold, die fünf *lohas* (Silber, Blei, Zinn, Kupfer, Eisen), Edelsteine, Silikate, Kalzite, Ocker, Galenit, Realgar, Salz etc. Von den Pflanzen werden verwendet: Wurzel, Rinde, Holz, Harz, Früchte, Samen, Stengel, Saft, Blüten, Blätter, Sprossen, Öl, Knollen, Dornen und Asche.

[17] Unter den Sinnesobjekten (*rasa, gandha* etc.) ist *rasa* für das Verständnis von Drogen und ihre Anwendung besonders wichtig.

Nidānasthānam

Diagnostik

In dieser Sektion werden die Faktoren der Diagnostik erklärt und ihre Anwendung anhand von acht geschichtlich zuerst in Erscheinung getretenen Krankheiten (*jvara, raktapitta, gulma, prameha, kuṣṭha, śoṣa, unmāda, apasmāra*) dargestellt, inklusive Prognose und einer kurzen Beschreibung der Therapie. Eine ausführliche Beschreibung dieser und anderer Krankheiten und der therapeutischen Maßnahmen erfolgt in *Cikitsāsthānam*. Außerdem werden in *Nidānasthānam* Heilbarkeit und Nichtheilbarkeit, Ursachen, Symptome und Therapie im Allgemeinen kurz behandelt.

1 Fünf Faktoren der Diagnose

Wissen über Krankheiten wird erworben durch (1) *nidāna* (Ätiologie), (2) *pūrvarūpa* (Prodrome), (3) *liṅga* (Zeichen und Symptome), (4) *upaśaya* (therapeutische Eignung von Drogen, Diät etc.) und (5) *saṁprāpti* (Pathogenese).

1. **Nidāna** (Ursache) lässt sich in drei Grundkategorien unterteilen: ungeeigneter (unheilsamer) Kontakt der Sinne mit den Sinnesobjekten, intellektueller Fehler und Zeit. Daraus entstehen drei Arten von somatischen Krankheiten – *āgneya* (*paittika*), *saumya* (*kaphaja*) und *vāyavya* (*vātika*) –, die durch jeden der drei Faktoren hervorgerufen werden können. Psychische Störungen sind von zweifacher Art: *rājasa* und *tāmasa*. Sie sind in diesem Kontext nicht von der Bedeutung wie die somatischen Krankheiten und werden deshalb separat klassifiziert und nur um der Vollständigkeit willen genannt. *Vyādhi, āmaya, gada, ātaṅka, yakṣmā, jvara* und *vikāra* sind Synonyme für *roga* (Krankheit). *Vyādhi* indiziert, dass Krankheiten mit verschiedenen Schmerzen verbunden sind; das Wort *āmaya* indiziert, dass *āma* in der Pathogenese eine Rolle spielt und *ātaṅka* bedeutet, dass ein krankes Individuum ein leidvolles Dasein führt – um nur ein paar Beispiele zu nennen.

2. **Pūrvarūpa** besteht in den Anzeichen, die der Manifestation einer Krankheit vorausgehen.

3. **Liṅga (rūpa)** besteht in den voll entwickelten Symptomen und Zeichen der Krankheit. Dazu gehören Symptome, die durch die Erregung der *doṣas* verursacht werden; Symptome, die in verschiedenen Stadien der Krankheit beobachtet werden; Symptome, die als Komplikationen auftreten und *ariṣṭas* (Vorzeichen des Todes).

4. **Upaśaya** stellt eine diagnostische Hilfe dar für Krankheiten, über deren Natur sich der Arzt trotz Untersuchung von *nidāna, liṅga* und *pūrvarūpa* noch im Unklaren ist und impliziert Faktoren, die Gesundheit herbeiführen (geeignete Drogen, Diät, Verhaltensweisen etc.) entweder, indem sie den Ursachen und bzw. oder der Krankheit direkt entgegengesetzt sind oder gegensätzlichen Effekt bewirken, ohne selbst antagonistisch zu sein.[1]

[1] Cakrapāni nennt in seiner Erläuterung zu diesem *śloka* (Ni.1.10) eine Vielzahl von Beispielen dafür. Ein Beispiel für Drogen, die zur Ursache einer Krankheit antagonistisch sind, ist die Verabreichung von *śuṇṭhī* (das einen erhitzenden Effekt hat) im Fall von Fieber durch Kälte oder *kapha* verursacht. Als Beispiel für Drogen, die gegen die Krankheit wirken, ohne antagonistisch zu sein, nennt er die Anwendung von *madana* (ein Brechmittel) zur Behandlung von Erbrechen.

5. Die Entwicklung einer Krankheit durch die spezifischen Aktionen der erregten *doṣas*, die für ihre Verursachung verantwortlich sind, wird **saṁprāpti** genannt. *Saṁprāpti* ist hilfreich dabei, die charakteristischen Merkmale einer Krankheit zu erfassen. Zum Beispiel besteht *saṁprāpti* bei *jvara* (wie in Kapitel II beschrieben) in: 1. Beeinträchtigung des *āmāśaya* (durch *vāta, pitta* oder *kapha*), 2. Unterdrückung der Verdauungskraft, 3. Beeinträchtigung des *rasa-dhātu*, etc. Obwohl *saṁprāpti* eigentlich *liṅga* vorausgeht, wird es zuletzt genannt, da für die Diagnose das Wissen über *saṁprāpti* nicht so wichtig ist wie das Wissen über *liṅga*.

   Saṁprāpti ist weiter unterteilt in (a) *saṅkhyā* (Anzahl), (b) *pādhānya* (Dominanz), (c) *vidhi* (Arten), (d) *vikalpa* (proportionale Variationen) und (e) *balakāla* (Zeit der Verschlimmerung).

   a) **Saṅkhyā** bezieht sich auf die Anzahl von nach bestimmten Kriterien geordneten Störungen (z.B. acht Arten *jvara*, fünf Arten *gulma*, sieben Arten *kuṣṭha* etc.).

   b) **Pādhānya** bezieht sich auf die Vorherrschaft eines *doṣa* als verursachender Faktor der Erkrankung.

   c) **Vidhi** bedeutet, dass man Krankheiten aus verschiedenen Perspektiven in Gruppen unterteilen kann (z.B. entsprechend Effekt, Schwere der Krankheit, Lokalisation der Erkrankung, Ätiologie, innerlich-äußerlich etc.).

   d) **Vikalpa** bezieht sich auf Variationen in der Stärke bei *doṣa*-Verbindungen.

   e) **Balakāla**, der Zeitpunkt der Verschlimmerung einer Krankheit, wird bestimmt auf der Basis von Jahreszeit, Tag und Nacht, Zeitpunkt und Methode der Einnahme von Nahrung.

Um eine Krankheit erkennen und richtig behandeln zu können, muss ein Arzt alle Faktoren der Diagnose berücksichtigen. Obwohl eine Krankheit durch nur einen der fünf Faktoren der Diagnose erkannt werden kann, besteht dennoch die Notwendigkeit, alle Faktoren zu kennen. Wenn der Patient zum Beispiel die ätiologischen Faktoren vergessen hat, kann die Krankheit durch *pūrvarūpa* etc. untersucht werden. Wenn über *pūrvarūpa* oder *rūpa (liṅga)* Unklarheit besteht, kann die Krankheit durch *upaśaya* diagnostiziert werden. Wenn über *pādhānya* Unklarheit herrscht, kann die Untersuchung von *balakāla* hilfreich sein für die Diagnose. Zum Beispiel weiß man, dass man es mit *kaphaja jvara* zu tun hat, wenn Fieber sich direkt nach Einnahme von Nahrung oder am Vormittag manifestiert, etc.

Stimmt die Diagnose nicht, ist eine falsche Therapie die Folge. Ein Arzt mag zum Beispiel eine schwere Erkrankung als leichte Erkrankung ansehen oder umgekehrt eine leichte Erkrankung als schwere Störung betrachten. Er mag dann im

ersten Fall ein mildes Mittel der Reinigung verabreichen und im zweiten Fall ein starkes Mittel verordnen mit dem Ergebnis weiterer Verschlimmerung der Störung.

6 Detailliertes Wissen über den Körper

Detailliertes Wissen über den menschlichen Körper ist förderlich für das Wohlbefinden des Individuums. Wenn man Wissen über die Komponenten des Körpers, die Faktoren, die den Körper konstituieren, besitzt, kann man verstehen, was für den Körper nützlich (und was schädlich) ist. Deshalb wird dieses Wissen von den Experten des *Āyurveda* hervorgehoben. Dieses Kapitel umfasst die Themen Erhaltung des Gleichgewichts der *dhātus (dhātusāmya)*, Attribute der *dhātus*, therapeutische Maßnahmen zur Wiederherstellung des *dhātusāmya*, Faktoren, die Wachstum und Stärke fördern, Transformation der Nahrung, zwei Kategorien von Körperkomponenten. Die Themen sind zum Teil schon in anderen Zusammenhängen angesprochen oder etwas ausführlicher behandelt worden; hier werden sie zusammengefasst.

Der Körper als der Sitz des Bewusstseins (*cetanā*), der Seele, setzt sich zusammen aus den Produkten der fünf *mahābhūtas* und wird erhalten im Zustand des Gleichgewichts dieser Produkte. Wenn die *dhātus* (Komponenten) des Körpers aus ihrem Gleichgewicht geraten, entstehen Krankheiten oder Zerstörung des Körpers. Ungleichgewicht der *dhātus* bedeutet ihre Vermehrung oder Verminderung, teilweise oder ganz.

6.1 Erhaltung des Gleichgewichts der dhātus

Dhātus mit gegensätzlichen Eigenschaften unterliegen gleichzeitig Abnahme und Zunahme, denn Abnahme eines *dhātu* bedeutet Zunahme eines anderen *dhātu* mit gegensätzlichen Eigenschaften. Deshalb bringt eine korrekt angewandte Therapie sowohl die vermehrten als auch die verminderten *dhātus* ins Gleichgewicht zurück, indem sie die vermehrten *dhātus* vermindert und die verminderten vermehrt. Das Ziel von Therapien und gesundheitsförderlicher Lebensweise sollte das Gleichgewicht der *dhātus* sein. Selbst gesunde Menschen sollten geeignete Nahrung zu sich nehmen – geeignet hinsichtlich *rasa* und *guṇa* –, um das *dhātu*-Gleichgewicht zu erhalten. Der Effekt einer Speise, die von einem bestimmten *rasa* oder *guṇa* dominiert wird, sollte durch die entsprechenden Maßnahmen mit gegensätzlichem Effekt neutralisiert werden, um das Gleichgewicht wieder herzustellen.

Um das Gleichgewicht der *dhātus* zu erhalten, sollte man 1. solche Handlungen ausführen und solche Nahrung verwenden, die den Eigenschaften des Wohnortes, der Jahreszeit und der Körperkonstitution entgegengesetzt sind, 2. exzessiven, pervertierten und negativen Gebrauch von Zeit, Intellekt und Sinnesobjekten ver-

meiden, 3. die Dränge des Körpers (Harndrang, Gähnen, Niesen etc.) nicht unterdrücken und 4. Überanstrengung vermeiden.

Dhātus werden vermehrt durch häufigen Gebrauch von Nahrungssubstanzen, die ähnliche Attribute enthalten wie die *dhātus* oder bei denen solche Attribute dominieren, und sie werden vermindert durch häufigen Gebrauch solcher Substanzen, die gegensätzliche Eigenschaften besitzen.

6.2 Attribute der dhātus und Effekt der guṇas auf die dhātus

Attribute der *dhātus*, die für deren Zu- bzw. Abnahme verantwortlich sind, in Gegensatzpaaren:

guruḥ (schwer) – *laghu* (leicht),

śīta (kalt) – *uṣṇa* (heiß),

snigdha (ölig/feucht) – *rūkṣa* (trocken),

manda (stumpf) – *tīkṣṇa* (scharf),

sthira (stabil) – *sara* (mobil),

mṛdu (weich) – *kaṭhina* (hart),

picchila (schleimig) – *viśada* (nicht-schleimig),

sūkṣma (fein) – *sthūla* (grob),

sāndra (fest) – *drava* (flüssig),

ślakṣṇa (glatt) – *khara* (spröde/rau)

Häufiger Gebrauch schwerer Nahrungsmittel vermehrt *dhātus*, die die Eigenschaft schwer besitzen und vermindert *dhātus*, die die Eigenschaft leicht besitzen. Auf der anderen Seite werden *dhātus* mit der Eigenschaft leicht durch häufigen Gebrauch von leichten Nahrungsmitteln vermehrt und *dhātus* mit der Eigenschaft schwer hierdurch vermindert. In dieser Weise werden alle Eigenschaften der *dhātus* durch den Gebrauch von Substanzen, die ähnliche Eigenschaften besitzen wie die *dhātus*, vermehrt und durch den Gebrauch von Substanzen, die gegensätzliche *guṇas* besitzen, vermindert.[1] Deshalb wird *māṁsa-dhātu* durch den Konsum von Fleisch, *medas* durch Fett, *rakta* durch Blut, *vasā* durch Muskelfett, *asthi* durch Knorpel, *majjā* durch Knochenmark, *śukra* durch Samen und *garbha* (Fötus) durch unreifen Fötus (Eier) mehr vermehrt als die anderen *dhātus*.

[1] *sāmānya-viśeṣa*-Prinzip

6.3 Vermehrung von dhātus und doṣas

Wenn ein bestimmter *dhātu* vermehrt werden soll und keine homologen Nahrungssubstanzen zur Verfügung stehen oder zwar zur Verfügung stehen, aber ungeeignet sind, weil eine Abneigung dagegen besteht oder andere Gründe gegen eine Verabreichung sprechen, sollten andere Substanzen gegeben werden, bei denen ähnliche Attribute, wie die des zu vermehrenden *dhātu* dominieren. Es folgen nun einige Beispiele dafür.

Bei Samenmangel sollten Milch, *ghṛta* und andere süße, ölige und kalte Substanzen verabreicht werden; bei der Verminderung von Urin Zuckerrohrsaft und süße, salzige, saure und befeuchtende Substanzen; bei Verminderung von Kot Speisen aus Gerste und schwarzen Bohnen, Pilze, Blattgemüse und *dhānyāmla* (Reisessig); bei Verminderung von *vāta* scharfe, bittere und herbe Nahrungsmittel und solche mit den Eigenschaften leicht, trocken und kalt. Bei Verminderung von *pitta* werden Nahrungsmittel mit saurem, salzigem und scharfem Geschmack und solche, die die Eigenschaften alkalisch, heiß und scharf besitzen, gegeben, und bei der Verminderung von *kapha* Substanzen, die süß, fettig, schwer, grob und schleimig sind. Es sollten außerdem auch solche Aktivitäten ausgeführt werden, die die verminderten *dhātus* vermehren helfen. In dieser Weise können auch andere *dhātus* durch rechtzeitige Anwendung homologer oder ähnlicher Substanzen vermehrt und durch nicht-homologe oder Substanzen mit gegensätzlichen Eigenschaften vermindert werden.

6.4 Faktoren des Wachstums des Körpers

Folgende Faktoren sind verantwortlich für das Wachstum des ganzen Körpers: (1) Zeit, (2) Begünstigung bzw. Nichtbegünstigung durch die materielle Natur (Einfluss des *karman*), (3) Exzellenz der Diät und (4) Abwesenheit wachstumshemmender Faktoren.[2]

6.5 Faktoren, die die Zunahme von Stärke fördern

Folgende Faktoren fördern die Zunahme von Stärke: Geburt in einem Land, an einem Ort, wo Leute natürlicherweise stark sind; Geburt zu einer für das Erlangen von Stärke günstigen Zeit; günstige Jahreszeit (angenehmes Klima); Exzellenz von *śukra* und *āśaya* (Ovum und Uterus) der Eltern; Exzellenz von Diät, Körper, *sātmya* und Geist; Gunst der Natur; Körperübungen und Heiterkeit.

[2] Wachstumshemmende Faktoren sind z.B. exzessive sexuelle Betätigung – besonders in der Jugend – und mentale Leiden wie Kummer, Trauer etc.

6.6 Die Transformation der Nahrung im Körper

Folgende Faktoren sind verantwortlich für die Transformation der Nahrung im Körper: 1. *pitta* (Hitze), 2. *vāta*, 3. Feuchtigkeit, 4. Fettigkeit, 5. Zeit und 6. rechter Gebrauch der Nahrung.[3] Hitze verdaut die Nahrung; *vāyu* transportiert sie zum Sitz *agnis* und stimuliert *agni* für die Verdauung; Feuchtigkeit lockert die Speise; Fettigkeit macht sie weich; die Zeit bringt den Prozess der Verdauung zur Reife und die Methode der Ernährung sorgt für das Gleichgewicht der *dhātus*.[4]

Beim Prozess der Transformation werden die Komponenten der Nahrung in *dhātus* umgewandelt; die Attribute der *dhātus* werden von homologen Attributen der Nahrung ernährt.[5] Wenn die Eigenschaften der Nahrung den Attributen der *dhātus* entgegengesetzt sind, sind Abmagerung, Schwächung, Krankheit oder Zerstörung des Körpers die Folge; das gleiche gilt für antagonistische Nahrung.

6.7 Zwei Kategorien von Körperkomponenten

Die Komponenten des Körpers lassen sich in zwei Kategorien unterteilen: *prasāda* (reine Substanzen) und *mala* (Unreinheiten; Abfallprodukte). *Mala* sind Substanzen, die Störungen im Körper verursachen, wenn sie nicht ausgeschieden werden. Dazu zählen Exkrete, die aus Augen, Ohren und Nase ausgeschieden werden; Eiter; überreife *dhātu*-Elemente (Hautschuppen, Blut, Muskelzellen etc.); vermehrte und angesammelte *doṣas* nach ihrem Reifezustand und andere Substanzen, die Störungen oder Zerstörung des Körpers verursachen, wenn sie im Körper zurückgehalten werden. Alle anderen Elemente sind *prasāda*. Sie werden in sieben Kategorien (*rasa, rakta, māṁsa* etc.) mit zwanzig Attributen (*laghu, snigdha, śīta* etc.) unterteilt.

6.8 Schlussbemerkung

Vāta, pitta und *kapha* erzeugen Morbidität in den *dhātus*, wenn sie gestört sind. Das ist ihre Natur. Die Merkmale gestörter *doṣas* und *dhātus* sind in Sū. 6: „Störungen im System“ beschrieben worden. Im Normalzustand erhalten *vāta, pitta* und *kapha* die Gesundheit des Individuums. Deshalb sollte ein weiser Mensch sich bemühen, sie im Normalzustand zu halten.

---

[3] siehe Sū.7.10: „Die Methode der Ernährung“

[4] Von den sechs Faktoren ist *pitta* direkt beteiligt am Verdauungsprozess, während die anderen Faktoren indirekt beteiligt sind. Details des Vorgangs der Verdauung und des Metabolismus werden in *Cikitsasthānam* im Kapitel über „*grahaṇī-roga*“ beschrieben

[5] Beispiel: Substanzen, die die Eigenschaft *kaṭhina* (hart) besitzen, ernähren *asthi-dhātu* etc., Substanzen mit der Eigenschaft *drava* (flüssig) ernähren *rakta* etc.

Ayurveda-Lehrbuch

Kompendium des Ayurveda-Klassikers

Caraka-Saṁhitā

Band 2:

Cikitsāsthānam, Kalpasthānam, Siddhisthānam

[Therapeutik, Pharmakologie (Präparate
für Emesis und Purgation), pañcakarma]

समग्रंटएरतइकअलएर दुःखमायत्तमविज्ञाने द्वयाश्रयम् ।
सुखं समग्रं विज्ञाने विमले च प्रतिष्ठितम्

samagraṁ duḥkhamāyat-tamavijñāne dvayāśrayam
sukhaṁ samagraṁ vijñāne vimale ca pratiṣṭhitam

„Alles Leid wurzelt in Unwissenheit, alles Glück in reinem Wissen.“
(*Sūtrasthānam* 30.84)

Srikanta Sena

Die Informationen in diesem Buch sind nicht dazu gedacht, einen Arzt zu ersetzen. Das Material soll der Bildung und Selbsthilfe dienen, der besseren Gesundheitspflege sowie der Gesunderhaltung. Autor und Verleger sind in keiner weise für irgendwelche medizinischen Ansprüche im Zusammenhang mit dem hier vorgestellten Material verantwortlich.

4. Auflage 2015

ISBN 978-3-937238-00-5

©2015 Vasati Verlag, Kränzlin/Deutschland

Das gesamte Werk ist im Rahmen des Urheberrechtsgesetzes geschützt. Jegliche vom Verlag nicht genehmigte Verwertung ist unzulässig. Dies gilt auch für die Verbreitung durch Film, Funk, Fernsehen, photomechanische Wiedergabe, Tonträger jeder Art, elektronische Medien sowie für auszugsweisen Nachdruck.

Inhaltsverzeichnis

Cikitsāsthānam 1

1 Rasāyana 5

1.1 Definition und Früchte der Rasāyana-Therapie 5
1.2 Vorbereitung und Ausführung der Rasāyana-Therapie 5
1.3 Ursachen der Morbidität des Körpers 6
1.4 Voraussetzung für den Erfolg der Rasāyana-Therapie 7
1.5 Die Eigenschaften von Harītakī und Āmalaka 7
1.6 Rezepte 7
1.7 Lob der Aśvins und der vaidyas 17
1.8 Der Reichtum der vaidyas 18

2 Vājīkaraṇa 19

2.1 Der Nutzen der Vājīkaraṇa-Therapie 19
2.2 Vier Gruppen von Männern in Bezug auf Virilität 19
2.3 Die Frau als bestes Aphrodisiakum für den Mann 20
2.4 Rezepte 20
2.5 Quellen sexueller Stimulation 23
2.6 Verhalten vor und nach dem Koitus 23
2.7 Ursachen der Verminderung von śukra 23
2.8 Acht Faktoren der Ejakulation 24

3 Jvara cikitsitam 25

3.1 Quelle und Natur von jvara 25
3.2 Erstmaliges Erscheinen von jvara 25
3.3 Effekte und Prodrome von jvara 25
3.4 Sitz und spezifischer Charakter von jvara 26
3.5 Klassifikation von jvara 26
3.6 Pathogenese und Symptome von jvara in Kürze 32
3.7 Symptome von jvara in Bezug auf āma 33
3.8 Prinzipien der Therapie und diätetische Maßnahmen 33
3.9 Rezepte und therapeutische Maßnahmen 35
3.10 Merkmale der Remission und der Genesung 44

3.11 Verhalten während der Konvaleszenz 44
3.12 Maßnahmen bei punarāvartaka jvara 44
3.13 Schlussbemerkung 45

4 Raktapitta cikitsitam 47
4.1 Pathogenese von raktapitta 47
4.2 Drei Arten von raktapitta 47
4.3 Heilbarkeit und Passagen von raktapitta 47
4.4 Maßnahmen zur Beseitigung von raktapitta 48
4.5 Diät bei raktapitta 49
4.6 Purgation und Emesis bei raktapitta 49
4.7 Rezepte für raktapitta 50

5 Gulma cikitsitam 53
5.1 Pathogenese von gulma 53
5.2 Ursachen und Symptome der fünf Arten von gulma 53
5.3 Therapie 54

6 Prameha cikitsitam 61
6.1 Ursachen und Arten von prameha 61
6.2 Prodrome 62
6.3 Therapie 62
6.4 Heilbarkeit 63

7 Kuṣṭha cikitsitam 65
7.1 Ursachen 65
7.2 Prodrome 65
7.3 Charakteristische Merkmale und Symptome 65
7.4 Therapie 67
7.5 Kilāsa (Leukoderma) 71

8 Rājayakṣma cikitsitam 73
8.1 Ursachen und Symptome 73
8.2 Prodrome 74
8.3 Symptome im Detail 74
8.4 Therapie 76
8.5 Schlusswort 79

9 Unmāda cikitsitam 81
9.1 Ursachen 81
9.2 Symptome und Arten 81
9.3 Orte, Zeiten und Umstände der Attacke durch devas etc. 83
9.4 Therapie 84
9.5 Schlusswort 87

10 Apasmāra cikitsitam **89**
10.1 Ursachen und Arten 89
10.2 Therapie 89
10.3 Mahāgada 91

11 Kṣata-kṣīṇa cikitsitam **93**
11.1 Ursachen und Symptome 93
11.2 Therapie 93

12 Śvayathu cikitsitam **95**
12.1 Ursachen und Arten 95
12.2 Symptome und Heilbarkeit 95
12.3 Therapie 96
12.4 Verschiedene Arten von Schwellungen und ihre Behandlung . . . 98

13 Udara cikitsitam **101**
13.1 Ursachen 101
13.2 Arten und Symptome 101
13.3 Prognose 104
13.4 Therapie 104

14 Arśa cikitsitam **111**
14.1 Arten, Ursachen und Merkmale von Hämorrhoiden 111
14.2 Prognose 113
14.3 Therapie 114
14.4 Schlussbemerkung 118

15 Grahaṇidoṣa cikitsitam **121**
15.1 Ursachen und Symptome der Morbidität von agni 123
15.2 Therapie 124
15.3 Schlussbemerkung 130

16 Pāṇḍuroga cikitsitam **131**
16.1 Ursachen und Symptome 131
16.2 Therapie 133

17 Hikkā śvāsa cikitsitam **137**
17.1 Ursachen 137
17.2 Prodrome und Symptome 137
17.3 Therapie 140
17.4 Schlussbemerkung 143

18 Kāsa cikitsitam **145**
18.1 Ursachen und Symptome 145
18.2 Therapie 146

19 Atisāra cikitsitam **153**
19.1 Ursprung 153
19.2 Ursachen und Symptome 153
19.3 Therapie 155

20 Chardi cikitsitam **161**
20.1 Ursachen und Symptome 161
20.2 Therapie 162

21 Visarpa cikitsitam **165**
21.1 Ursachen und Symptome 165
21.2 Therapie 168

22 Tṛṣṇā cikitsitam **173**
22.1 Ursachen und Symptome 173
22.2 Therapie 174

23 Viṣa cikitsitam **177**
23.1 Ursprung von Gift 177
23.2 Allgemeine Symptome 177
23.3 Stadien der Vergiftung 178
23.4 Zehn Eigenschaften von Gift 178
23.5 Vierundzwanzig Sofortmaßnahmen 179
23.6 Spezifischer Effekt 183
23.7 Therapie 185

24 Madātyaya cikitsitam **189**
24.1 Vor- und Nachteile von Wein 189
24.2 Stadien der Berauschung und Defekte von Wein 189
24.3 Vorzüge von Wein 191
24.4 Ätiologie, Merkmale und Therapie von madātyaya 192

25 Dvivraṇīya cikitsitam **197**
25.1 Ursachen und Symptome der 2 Arten von Wunden 197
25.2 Weitere Klassifizierung der 2 Arten von Wunden 197
25.3 Heilbarkeit 198
25.4 Sechsunddreißig therapeutische Maßnahmen 199

26 Trimarmāya cikitsitam **203**
26.1 Udāvarta 203
26.2 Mūtrakṛcchra 204
26.3 Aśmarī 206
26.4 Hṛdroga 207
26.5 Nāsāroga 209
26.6 Śiroroga 211

26.7 Mukharoga 212
26.8 Arocaka 214
26.9 Karṇaroga 215
26.10 Netraroga 216
26.11 Kahlköpfigkeit 217
26.12 Svarabheda 218
26.13 Schlussbemerkung 218

27 Ūrustambha cikitsitam 219
27.1 Ursachen und Symptome 219
27.2 Therapie 220

28 Vātavyādhi cikitsitam 223
28.1 Die fünf Arten vāyu 223
28.2 Ursachen und Symptome 224
28.3 Therapie 228

29 Vātaśoṇīta cikitsitam 239
29.1 Ursachen 239
29.2 Prodrome 239
29.3 Symptome 239
29.4 Prognose 240
29.5 Therapie 241

30 Yonivyāpat cikitsitam 245
30.1 Ursachen und Symptome der 20 Arten yonivyāpat 245
30.2 Therapie 247

31 Acht Samendefekte und Impotenz 251
31.1 Ursachen und Symptome von Samendefekten 251
31.2 Therapie bei Samendefekten 251
31.3 Ursachen und Symptome von Impotenz 252
31.4 Therapie bei Impotenz 253

32 Brustmilchdefekte 255
32.1 Ursachen, Symptome und Effekte 255
32.2 Therapie 255

33 Schlussbetrachtung 257

Kalpasthānam 261

1 Grundlagen 265
1.1 Zwei Arten von Elimination 265
1.2 Richtlinien für die Verabreichung von Drogen 265

2 Emesis **267**
2.1 Madana-Präparate 267
2.2 Jīmūta-Präparate 269
2.3 Ikṣvāku-Präparate 269
2.4 Dhāmārgava-Präparate 270
2.5 Vatsaka-Präparate 271
2.6 Kṛtavedhana-Präparate 271

3 Purgation **273**
3.1 Śyāmā-Trivṛt-Präparate 273
3.2 Āragvadha-Präparate 275
3.3 Tilvaka-Präparate 276
3.4 Sudhā-Präparate 276
3.5 Saptalā- und Śaṅkhinī-Präparate 277
3.6 Dantī- und Dravantī-Präparate 278
3.7 Schlussbetrachtung 279

Siddhisthānam **283**

1 Allgemeine Richtlinien **287**
1.1 Snehana und svedana 287
1.2 Vamana und virecana 287
1.3 Āsthāpana und anuvāsana 288

2 Eignung/Nichteigung von Patienten für pañcakarma **293**
2.1 Vamana 293
2.2 Virecana 294
2.3 Āsthāpana 295
2.4 Anuvāsana 296
2.5 Śirovirecana 297

3 Prinzipien erfolgreicher Anwendung von basti **299**

4 Anuvāsana-Rezepte und Komplikationen **303**
4.1 Rezepte 303
4.2 Komplikationen 304

5 Umgang mit dem Enema-Instrument **307**

6 Komplikationen von vamana und virecana **309**

7 Umgang mit Komplikationen von basti **315**

8 Enema-Rezepte für diverse Störungen **319**

9 Behandlung von Störungen der drei Vitalorgane **321**

9.1 Allgemeines 321
9.2 Maßnahmen bei Beeinträchtigung des Herzens 322
9.3 Störungen von Harn und Blase 323
9.4 Kopfkrankheiten 325

10 Erfolgreiche Anwendung von basti 329
10.1 Rezepte 329

11 Postenematische Zustände 331
11.1 Symptome postenematischer Zustände 331
11.2 Behandlung postenematischer Zustände 332
11.3 Maßnahmen bei Komplikationen 335

Anhang 337

Nachwort 339

Quellenverzeichnis 343

Pflanzenverzeichnis 345

Personen und Personengruppen 355

Glossar der Sanskritwörter 359
Therapeutische Begriffe allgemein 359
Begriffe, die therapeutische Aktionen betreffen 367
Physiologische und psychologische Begriffe 372
Pathologische Begriffe 379
Begriffe der Philosophie, Logik und Kultur 393

Drogen, Medikamente und diätetische Zubereitungen 405

Stichwortverzeichnis 415

Tabellenverzeichnis

3.1 Symptome von jvara lokalisiert in dhātus (*Cikitsāsthānam* 3.5.7) 29
3.2 Symptome von zwölf sannipātaja-jvara-Arten (*Cikitsāsthānam* 3.5.8) 30
7.1 Dominanz der doṣas in kuṣṭhas (*Cikitsāsthānam* 7.3.3) 67
28.1 Sitz und Funktion der 5 Arten vāyu (*Cikitsāsthānam* 28.1) 223
28.2 Lokationen und Symptome des angeregten vāyu (*Cikitsāsthānam* 28.2) 224
28.3 Bedeckungen/Behinderungen vātas und Symptome (*Cikitsāsthānam* 28.2) 227
28.4 Therapie bei lokalisiertem vāta (*Cikitsāsthānam* 28.3.2) 230

Cikitsāsthānam

Therapeutik

In *Cikitsāsthānam* beschreibt Punarvasu Ātreya in 30 Kapiteln Ursachen, Symptome und Therapie der wichtigsten und häufigsten Krankheiten.

Cikitsa (das, was Störungen beseitigt), *vyādhihara* (Zerstörer von Krankheiten), *pathya* (heilsam für die Körperkanäle), *sādhana* (Instrument der Ausführung), *auṣadha* (das, was aus Pflanzen zubereitet ist), *prāyaścitta* (Sühne, Buße), *praśamana* (Besänftigung), *prakṛtisthāpana* (das, was der Genesung dient), *hita* (heilsam) – dies sind Synonyme für *bheṣaja* (Therapie).

Bheṣaja wird zweifach unterteilt in: (1) das, was Stärke und Immunität im Gesunden fördert und (2) das, was Störungen beseitigt.

Abheṣaja (Nicht-Therapie – der krankhafte Zustand) ist ebenfalls von zweifacher Art: (1) *bādhana* (akut) und (2) *sānubādhana* (chronisch).

Therapie, die Stärke und Immunität fördert, ist hauptsächlich in *vṛṣya* (aphrodisiakische Therapie) und *rasāyana* (stärkende Therapie) enthalten, während die Therapie der zweiten Gruppe hauptsächlich für die Beseitigung von Krankheiten angewandt wird. Beide Therapie-Arten erfüllen beide Funktionen (Förderung von Stärke und Immunität und Beseitigung von Krankheiten), werden jedoch spezifisch angewandt.

1 Rasāyana

Kapitel I der *Cikitsā*-Sektion behandelt die Therapie zur Verjüngung und zur Förderung der Vitalität. Es ist in vier Abschnitte unterteilt. Der erste definiert die Rasāyana-Therapie und beschreibt Zubereitungen auf der Basis von *harītakī* und *Āmalakī*, zwei der wichtigsten Heilpflanzen des *Āyurveda*. Der zweite Abschnitt beginnt mit der Nennung von Ursachen der Morbidität, behandelt *rasāyana* in Bezug auf *āmalaka-ghṛta, āmalakāvaleha, āmalaka-cūrna, vidaṅgāvaleha, balā* und *nāgabalā* und beschreibt zehn Arten der Anwendung von *bhallātaka*. Der dritte Abschnitt beschreibt Intellekt fördernde Rasāyana-Drogen und sechzehn Rasāyana-Präparate auf der Basis von Eisen, *triphalā, śilājatu*, handgepflückten Āmalakī-Früchten und frischen Pippalī-Früchten. Im letzten Abschnitt werden himmlische oder heilige Pflanzen (wie z.B. Soma), die an ganz besonderen Stellen im Himalaya wachsen, und von Indra auf der Basis dieser Pflanzen überlieferte Rezepte, beschrieben. Außerdem beschreibt der Autor das *rasāyana* des Verhaltens, nennt die Pflichten des Patienten und des Arztes und preist die Aśvins, die beiden Ärzte der *devas*.

1.1 Definition und Früchte der Rasāyana-Therapie

Durch *rasāyana* erlangt man Langlebigkeit, hervorragendes Gedächtnis und Intelligenz, Freiheit von Störungen, Jugendlichkeit, exzellente Ausstrahlung und Stimme, optimale Stärke des Körpers und der Sinne, Erfolg, Achtung und Brillanz. *Rasāyana* bedeutet der Weg oder die Methode, wie man exzellenten *rasa* etc. (*dhātus*) erhält.

Am Schluss des ersten Abschnitts über Rasāyana-Therapie heißt es, dass jemand, der *rasāyana* richtig anwendet, nicht nur ein langes Leben etc. erlangt, sondern auch den Status der himmlischen Weisen (*devarṣis*) und letztendlich Befreiung (aus dem Kreislauf von Geburt und Tod).

1.2 Vorbereitung und Ausführung der Rasāyana-Therapie

Es gibt zwei Rasāyana-Methoden – *kutīprāveśika* (indoor) und *vātātapika* (im Freien ausgeführt). *Kutīprāveśika* wird denjenigen empfohlen, die frei sind von Krankheiten, die befähigt, weise, selbstbeherrscht und wohlhabend sind und sich Zeit nehmen können. Alle anderen können die zweite Methode befolgen. Die erste Methode ist besser, aber schwieriger durchzuführen. Wenn während *rasāyana*

Komplikationen auftreten sollten, wird die Therapie abgebrochen. Für *kutīpraveśika* sollte eine Hütte an einem glückverheißenden Platz an einem Ort, wo Heilige, *brāhmaṇas*, Ärzte (*vaidyas*) und andere ehrbare Personen leben, errichtet werden. Die Wände der Hütte sollten dick sein; sie sollte drei Zimmer und einen kleinen Eingang enthalten, der nach Osten ausgerichtet ist. Unerwünschte Sinnesobjekte wie laute Geräusche sollten nicht in die Hütte eindringen können. Sie sollte komfortabel eingerichtet und mit dem notwendigen Equipment ausgestattet sein und von *vaidyas* und *brāhmaṇas* besucht werden.

An einem glückverheißenden Tag, wenn die Sonne auf ihrem nördlichen Kurs wandert, sollte die Person, welche sich der Rasāyana-Therapie unterziehen will, mit geschorenem Haupt mit Vertrauen und festem Entschluss und tiefem Mitgefühl für alle Lebewesen im Herzen die Hütte betreten, nachdem sie *devas* (Agni, Sūrya etc.) und *brāhmaṇas* verehrt hat. Die Person wird zuerst durch evakuative Maßnahmen gereinigt (nach *snehana* und *svedana*). Dies geschieht, indem der Arzt ihr ein Präparat aus den Pulvern von *harītakī, āmalaka, guḍa, vacā, viḍaṅga, haridrā, pippalī, śuṇṭhī* und Steinsalz zusammen mit heißem Wasser zu trinken gibt. Wenn der angesammelte Kot eliminiert ist, sollte der Patient für drei, fünf oder sieben Tage Gerstebrei mit etwas *ghṛta* zu essen bekommen. Danach sollte der Arzt damit beginnen, angemessene, geeignete Rasāyana-Drogen unter Berücksichtigung des Alters, der Konstitution des Patienten und der Eignung zu verabreichen.

1.3 Ursachen der Morbidität des Körpers

Alle Morbiditäten entstehen durch falsche Diät und falsches Verhalten, als da sind die übermäßige Einnahme von saurer, salziger, scharfer, alkalischer Nahrung; Fleisch; Sesam; Sesampaste; Reismehlzubereitungen; gekeimte oder frische Getreidekörner und Leguminosen; antagonistische Nahrung; ungeeignete, raue und die *srotas* blockierende Substanzen; schwere, verrottete und abgestandene Nahrung; unregelmäßige Diät oder die Einnahme von Nahrung bevor die letzte Mahlzeit verdaut ist; Tagesschlaf; übermäßiger Wein-(Alkohol-)genuss; häufiger Geschlechtsverkehr; übermäßige Anstrengung und sportliche Betätigung; Furcht, Gier, Kummer, Verwirrung und Erschöpfung. Aufgrund dieser Faktoren wird das Blut unrein, Muskeln und Gelenke lockern sich, Fett sammelt sich an und verflüssigt sich, *majjā* und *śukra* entwickeln sich nicht richtig und *ojas* schwindet dahin. So verringert sich die Lebensspanne eines Individuums. Es leidet unter Unwohlsein, Depression, Müdigkeit, Schwindel, Mangel an Enthusiasmus, Dyspnoe, Schwäche des Körpers, des Gedächtnisses, des Intellekts und der Ausstrahlung, wird von Krankheit heimgesucht und stirbt vorzeitig. Deshalb sollte man – all diese Defekte in Betracht ziehend – unheilsame Diät und ungesundes Verhalten vermeiden. Und nur dann ist man fit für die Anwendung der *rasāyana*-Therapie.

1.4 Voraussetzung für den Erfolg der Rasāyana-Therapie

Die Früchte der Rasāyana-Therapie können nicht erlangt werden von einer Person, die sich nicht zuvor dem Prozess der Eliminierung seiner physischen und mentalen Unreinheiten unterzogen hat. Die Drogen, welche Verjüngung und Langlebigkeit schenken, sind nur wirkungsvoll in selbstbeherrschten Personen, die ihren Geist und ihren Körper gereinigt haben. *Rasāyana* sollte nicht angewandt werden bei kranken, lasterhaften und uninteressierten Personen. *Caraka-Saṁhitā* nennt außerdem noch die Nichtzweimalgeborenen[1] als Personen, die für die Rasāyana-Therapie nicht in Frage kommen.

1.5 Die Eigenschaften von Harītakī und Āmalaka

Harītakī besitzt alle *rasas* außer *lavaṇa-rasa*, ist leicht, heiß, karminativ, digestiv, tonisch, Erhalter der Jugendlichkeit, lebensfördernd und gibt den Sinnen Kraft. Es beseitigt *kuṣṭha, gulma, udāvarta*, Phthisis, Anämie, Hämorrhoiden, Grahaṇī-Störungen, chronische Fieberzustände, Herzkrankheiten, Diarrhoe, Kopfkrankheiten, Anorexie, Husten, *prameha*, Milzvergrößerung, Heiserkeit, Ödeme, Gelbsucht, Erbrechen, Störungen des Gedächtnisses und des Intellekts und andere Krankheiten in kurzer Zeit. Diejenigen, die unter Indigestion leiden, die zuviel raue Nahrung zu sich nehmen, die abgemagert sind durch übermäßigen Geschlechtsverkehr, Weingenuss und die Einnahme giftiger Substanzen, und diejenigen, die unter Hunger, Durst und Hitze leiden, sollten *harītakī* nicht für lange Zeit gebrauchen.

Āmalakī besitzt die gleichen Eigenschaften wie *harītakī*, ist jedoch *śīta* in *vīrya* (während *āmalakī uṣṇa* in *vīrya* ist).

Aufgrund all dieser Attribute von *harītakī* und *āmalakī* sollte man die Früchte der beiden Pflanzen als Nektar (*amṛta*) betrachten. Das Himalaya-Gebirge ist der beste Standort für Heilpflanzen. Deshalb sollte man die Früchte von Bäumen nehmen, die dort wachsen. Sie sollten reif, unverletzt und nicht faul sein und in Sonne, Wind, Wasser und Schatten entsprechend der Jahreszeiten herangereift sein.

Es folgt nun die Beschreibung des Gebrauchs dieser Pflanzen zusammen mit anderen Heilpflanzen.

1.6 Rezepte

Brāhma rasāyana – 1000 frische Harītakī-Früchte und 3000 Āmalakī-Früchte werden zusammen mit 2 kg *pañcamūla* (400 g je Gruppe) in der zehnfachen

[1] Personen, die keine spirituelle Einweihung erhalten haben. In der vedischen Kultur waren dies im Allgemeinen alle *śudras* und einige *vaidyas*. Siehe: **Die vedische Kultur**, Kap. 3: „Das vedische Gesellschaftssystem“

Menge Wasser gekocht. Wenn das Wasser auf ein Zehntel herabgekocht ist, wird es gefiltert. Die Harītakī- und Āmalakī-Früchte werden herausgenommen, entkernt, zerstampft und zusammen mit je 160 g Pulver von *mandūkaparnī, pippalī, śankhapuṣpī, plava, musta, viḍaṅga, candana, aguru, madhūka, haridrā, vacā, nāgakeśara, elā* und *tvak*, 44 kg Kandiszucker, ca. 5 kg *tila* (Sesamöl) und ca. 7,7 kg *ghṛta* mit dem Absud vermischt. Diese Mischung wird dann in einem Kupfertopf auf mildem Feuer gekocht bis sie dick wird. Dann lässt man sie abkühlen und fügt zuletzt ca. 3,8 kg Honig hinzu. Diese Zubereitung, die man *brāhma rasāyana* nennt, wird in einem Gefäß, das mit *ghṛta* eingefettet ist, aufbewahrt und in angemessener Dosis und Zeit dem Patienten verabreicht. Wenn die Droge verdaut ist, sollte der Patient Ṣaṣṭika-Reis mit Milch zu sich nehmen.

Es heißt, dass in alter Zeit die Weisen, die *Vaikhānasa* und *Bālakhilya* genannt werden und viele andere durch das *brāhma rasāyana* frei wurden von Alter und Gebrechlichkeit, Erschöpfung, Krankheit und Schwäche und unmessbare Lebensspanne und Jugendlichkeit erlangten und mit gestärkter Konzentrationskraft, Intelligenz und physischer Kraft mit Hingabe *tapasya* praktizieren konnten.

Ein zweites *brāhma rasāyana* wird folgendermaßen zubereitet: 1000 Āmalakī-Früchte werden über kochender Milch gedämpft. Danach werden sie entkernt, im Schatten getrocknet und anschließend zermahlen. Dieses Pulver wird mit dem Saft von frischen Āmalakī-Früchten imprägniert und mit dem Pulver von *śālaparnī, punarnavā, jīvantī, nāgabalā, brahmasuvarcalā, mandūkaparnī, śatāvarī, pippalī, śankhapuṣpī, vacā, viḍaṅga, kapikacchū, gudūcī, candana, aguru, madhuka*, Blüten von *madhūka, utpala, kamala, jātī, taruṇī* und *yūthikā* in einem Achtel der Menge des Āmalakī-Pulvers vermischt. Diese Mischung wird mit dem Saft von 40 kg *nāgabalā* imprägniert und im Schatten getrocknet. Dann wird die doppelte Menge *ghṛta* oder *ghṛta* und Honig hinzugefügt. Daraus werden kleine Bälle geformt, die dann in einem mit *ghṛta* eingefetteten Gefäß unter der Erde in einem Aschehaufen einen halben Monat lang aufbewahrt werden, nachdem *brāhmaṇas* schützende Riten nach dem *Atharva Veda* durchgeführt haben. Wenn die vierzehn Tage vorüber sind, werden die Bälle mit Gold-, Silber-, Kupfer-, Eisen- und Korallen-*bhasma* im Verhältnis 1:8 vermischt.

Dieses *brāhma rasāyana* sollte jeden Morgen in der Dosis von 5 g genommen werden. Nach und nach sollte die Dosis entsprechend der Verdauungskraft des Patienten erhöht werden. Wenn die Droge verdaut ist, sollte der Patient Ṣaṣṭika-Reis mit Milch und *ghṛta* zu sich nehmen.

Jemand, der dieses *rasāyana* gebraucht, wird frei von Krankheiten, erlangt große Stärke und Intelligenz, ein langes Leben und die Psyche der *ṛṣis* (*ārṣa*).

Cyavanaprāśa – Das nächste *rasāyana* ist wohl das bekannteste.[2] Durch die

[2]Heute werden Präparate, die diesen Namen tragen, von vielen Anbietern ayurvedischer Produkte in ihrem Sortiment geführt, doch entsprechen die angebotenen Produkte dieses Namens selten dem Orginalrezept. Das macht sie aber nicht unbedingt weniger nützlich oder gar nutzlos.

3 Jvara cikitsitam

Fieber gehört zu den acht Krankheiten, die bereits in *Nidānasthāna* in Bezug auf Diagnose besprochen worden sind. In diesem Kapitel erhalten wir nun weiteres Wissen über die Manifestation von *jvara*, seine Ursachen, seine Arten etc. und vor allem über seine Behandlung (*cikitsā*).

3.1 Quelle und Natur von jvara

Quellen des Fiebers sind die gestörten *doṣas* von Körper (*vāta, pitta, kapha*) und Geist (*rajas, tamas*). Fieber entsteht nicht in Personen, deren *doṣas* nicht gestört sind.

Jvara steht von Natur aus in Beziehung zu Yama (Herr des Todes) und ist bekannt als *kṣaya* (auszehrend), *tamas* (das Bewusstsein trübend), *pāpmā* (sündhaft) und *mṛtyu* (Tod verursachend), da es eine Person, die unter ihren eigenen sündhaften Taten leidet, zum Tode führen kann.

3.2 Erstmaliges Erscheinen von jvara

Als im *tretā-yuga* die große Gottheit Śiva von Prajāpati Dakṣa beleidigt wurde, erschuf er im Zorn einen schrecklichen Dämon mit drei Köpfen, neun Augen, kurzen Beinen und dickem Bauch, der das Feuer seines Zorns personifizierte. Nachdem der Dämon die ganze Opferarena zerstört, viele der Anwesenden getötet und den Rest in die Flucht geschlagen hatte, litten die Halbgötter und alle anderen Lebewesen unter der Hitze des Feuerdämons. Die *devas* priesen zusammen mit den *saptārṣis*[1] den allmächtigen Śiva bis sein Zorn verraucht war. Dann trat der Dämon mit gefalteten Händen vor Maheśvara und bat ihn, ihm eine Aufgabe zuzuteilen. Śiva sprach: „Du wirst Fieber sein in der Welt während Geburt und Tod der Lebewesen und auch in Zuständen der Ungesundheit.“

3.3 Effekte und Prodrome von jvara

Die Effekte von *jvara* sind Pyrexie, Anorexie, Körperschmerzen, Durst und Unwohlsein in der Herzgegend.

[1] sieben himmlische *ṛṣis*

Prodromalsymptome von *jvara* sind Gähnen, Schweregefühl, Erschöpfung, Mattigkeit, Verlangen und Abneigung nach bzw. gegen Feuer, Sonne, Wasser und Luft im Wechsel, Indigestion, Verlust an Stärke und Ausstrahlung, abnormer Geschmack im Mund und leichte Veränderung des Verhaltens.

3.4 Sitz und spezifischer Charakter von jvara

Der Sitz des Fiebers ist der ganze Körper und der Geist. Der spezifische Charakter von *jvara* ist übermäßige Hitze in Körper und Geist.

3.5 Klassifikation von jvara

Fieber lässt sich aus verschiedenen Perspektiven klassifizieren – (1) zweifach in somatisch – psychisch, (2) *saumya* – *āgneya*, (3) internal – external, (4) natürlich – unnatürlich, (5) heilbar – unheilbar; (6) fünffach entsprechend Stärke und Schwäche der *doṣas* zu bestimmten Zeiten in *santatā* (remittent), *satatā* (zweimal täglich aufsteigend), *anyeduṣka* (quotian), *tṛtīyaka* (tertian) und *caturthaka* (quartan); (7) siebenfach entsprechend der Lokalisation in den *dhātus* und (8) achtfach entsprechend Ätiologie.

3.5.1 Somatisches und psychosomatisches Fieber

Fieber ist von Natur aus psychosomatisch, doch entsteht somatisches Fieber zuerst im Körper, während sich psychisches Fieber zuerst im Geist manifestiert. Mentale Verwirrung, Beeinträchtigung der Sinne, Ruhelosigkeit und Unwohlsein sind die Symptome psychischer Hitze (Beeinträchtigung). Somatisches Fieber verursacht ebenfalls Abnormalitäten in den Sinnen.

3.5.2 Āgneya- und saumya-jvara

Āgneya-jvara (Fieber dominant in *vāta* und *pitta*) verursacht Verlangen nach kalten Dingen, während *saumya-jvara* (in *vāta* und *kapha* dominantes Fieber) Verlangen nach heißen Dingen und *sannipāta-jvara* Verlangen nach beiden – heißen und kalten Dingen – erzeugt.

Vāyu ist ein Synergist, der in Kombination beide Aktionen – Erzeugung von Hitze und Kälte – bewirkt. In Verbindung mit *agni* (*pitta*) erzeugt er Hitze und in Verbindung mit *kapha* Kälte.

3.5.3 Internales und externales Fieber

Vermehrte innere Hitze, Durst, Delirium, Schwindel, Schmerzen in Gelenken und Knochen, mangelhafte Schweißabsonderung, vermehrte Atmung, Behinderung der

Elimination von *doṣas* und Stuhl – dies sind die Symptome internalen Fiebers. Exzessive äußere Hitze, wenig Durst etc. und leichte Heilbarkeit sind die Symptome externalen Fiebers.

3.5.4 Prākṛta- und vaikṛta-jvara

Natürliches Fieber, das im Frühling und im Herbst entsteht, ist leicht heilbar. *Pitta*, das selbst heiß ist, wird durch Hitze weiter angeregt und auf diese Weise im Herbst beeinträchtigt. In ähnlicher Weise wird *kapha*, das sich in der kalten Jahreszeit angesammelt hat, im Frühling angeregt. In der Regenzeit sammelt sich *pitta* an, da Wasser und Pflanzen in dieser Zeit *amlavipāka* sind und wird durch intensive Hitze im Herbst angeregt, was zur Manifestation von Fieber führt. *Kapha* ist hier als untergeordneter Faktor im Spiel. In einem solchen Zustand ist fasten nützlich aufgrund von *visargā-prakṛti*, der abgebenden Natur der Jahreszeit. In ähnlicher Weise sammelt sich *kapha* in *hemanta* (früher Winter) an aufgrund von *madhura rasa* in Wasser und Pflanzen und wird angeregt im Frühling durch die Hitze der Sonne. Daher leidet eine Person aufgrund von *kapha* im Frühling, in der Mitte der *ādāna*-Periode (empfangenden), unter Fieber. Hier sind *pitta* und *vāta* als untergeordnete Faktoren vorhanden.

Jvara wird als *prākṛta* (natürlich) bezeichnet auf der Basis von *kāla-prakṛti* (Natur der Zeit). Fieber, das in anderen Zeiten entsteht, als denen, die verantwortlich sind für die Erregung der betreffenden *doṣas*, wird als *vaikṛta* (unnatürlich) bezeichnet. *Vaikṛta jvara* ist schwierig zu heilen; aber auch ein *vātika*-Fieber der *prākṛta*-Art ist oft schwierig.

3.5.5 Heilbarkeit und Unheilbarkeit von jvara

Jvara ist heilbar, wenn es frei ist von Komplikationen und wenn der Patient viel Stärke und wenig Morbidität besitzt. *Jvara* ist fatal, wenn es durch mehrere potente ätiologische Faktoren verursacht worden ist, viele Symptome hat und die Sinne schnell zerstört. Akutes Fieber, das mit Delirium, Schwindel und Dyspnoe einhergeht, tötet eine Person in sieben, zehn oder zwölf Tagen. Tiefsitzendes, lang andauerndes und schweres Fieber und Fieber, das eine Scheitellinie verursacht – besonders in abgemagerten und geschwollenen Personen – ist unheilbar.

3.5.6 Fünffache Klassifikation

(1) Santata jvara – Wenn schwere (angeregte und stagnierte) *doṣas* sich durch die *rasa-srotas* im ganzen Körper verbreiten und *srotas* blockieren, entsteht *santata jvara*. Dieses schwer ertragbare und schnell verlaufende Fieber tötet eine Person

in sieben, zehn oder zwölf Tagen.[2] *Santata jvara* entsteht, wenn *doṣas, dūṣyas* (beeinträchtigte *dhātus*) und Konstitution des Patienten homolog sind und kein entgegenwirkender Faktor vorhanden ist. Bei diesem Fieber beeinträchtigen *vāta* etc. auch Urin und Kot zusammen mit den *dhātus*. Das Fieber verschwindet oder wird fatal nach einer Woche etc. Wenn die zwölf Komponenten (7 *dhātus*, 3 *doṣas*, Kot und Urin) nicht völlig gereinigt werden, setzt sich *santata jvara* in ihnen fest und bleibt selbst nach dem Abklingen nach dem zwölften Tag verborgen vorhanden für eine lange Zeit, ohne auf irgendeine Behandlung anzusprechen. Ein Arzt sollte dies bei der Behandlung von *santata jvara* beachten und am Anfang hauptsächlich desaturative Maßnahmen verordnen.

(2) Satata jvara – *Doṣa* in *rakta-dhātu* lokalisiert und mit geringem entgegenwirkendem Faktor verursacht oft *satata-jvara*, das zu bestimmten Zeiten zweimal in 24 Stunden ansteigt.

(3) Anyeduṣka jvara – Dieses Fieber wird verursacht durch *doṣas*, die, unterstützt durch einen der Faktoren wie Zeit, Konstitution und *dūṣya*, die *medosrotas* blockieren. Hier steigt das Fieber einmal in 24 Stunden.

(4) Tṛtīyaka jvara – Wenn der *doṣa* in *asthi* sitzt, verursacht er *tṛtīyaka jvara*, Fieber, das jeden zweiten Tag einmal ansteigt. Es gibt drei Arten von *tṛtīyaka jvara*: 1. verursacht durch *kapha* und *pitta* und von der Sakralregion ausgehend, 2. verursacht durch *vāta* und *kapha* und vom Rücken ausgehend, und 3. vom Kopf ausgehend und durch *vāta* und *pitta* verursacht.

(5) Caturthaka jvara – Bei *caturthaka jvara* sitzt der *doṣa* im *majjā-dhātu* und der Paroxysmus geschieht im Intervall von zwei Tagen. *Caturthaka jvara* ist von zweierlei Art: 1. verursacht durch *kapha* und von den Beinen ausgehend und 2. verursacht durch *vāta* und vom Kopf ausgehend.

Nach anderer Ansicht kann *anyeduṣka* verursacht werden, selbst wenn der *doṣa* in *rakta* lokalisiert ist. Wenn er sich in den *māṁsa-srotas* festsetzt, verursacht er *tṛtīyaka* und wenn er sich in den *medosrotas* lokalisiert, *caturthaka jvara*. Wie ein Samenkorn für eine Weile in der Erde liegt und zu keimen beginnt, wenn die Zeit günstig ist, so verweilen *doṣas* in *dhātus* und werden zu gegebener Zeit erregt. Der *doṣa*, der zu bestimmter Zeit Stärke erlangt aufgrund von Schwäche der entgegenwirkenden Faktoren, erzeugt sowohl *tṛtīyaka* als auch *caturthaka jvara*. Nach dem Paroxysmus bleiben die *doṣas*, nun geschwächt, an ihren Sitzen, um zu ihren günstigen Zeiten wieder zu erstarken und Fieber zu erzeugen. Eine weitere Art von intermittentem Fieber wird **viṣama jvara** genannt. Es wird durch die drei *doṣas*, separat situiert in zwei *dhātus* (*asthi* und *majjā*), verursacht und ist umgekehrtes *caturthaka jvara*. Die fünf Arten intermittenten Fiebers werden oft durch eine Kombination aller drei *doṣas* verursacht, doch wird in der Praxis der dominante *doṣa* als Ursache betrachtet. Fieber steigt zu einem bestimmten Zeitpunkt

[2] Sieben Tage wenn von den angeregten *doṣas vāta* dominant ist, zehn Tage wenn *pitta* dominant ist und zwölf Tage wenn *kapha* dominant ist.

28 Vātavyādhi cikitsitam

28.1 Die fünf Arten vāyu

Vāyu ist Leben, Stärke und Erhalter der Körper der Lebewesen. Er durchdringt die ganze Welt und ist der Meister von allem.

Eine Person, deren *vāyu* im normalen Zustand ist und sich ungehindert im Körper bewegen kann, lebt hundert Jahre[1] ohne Störungen.

Es gibt fünf Arten *vāyu*: *prāṇa, udāna, samāna, vyāna* und *apāna*. Diese fünf erfüllen ihre Funktionen korrekt, wenn sie sich ungehindert an ihren jeweiligen Sitzen bewegen.

vāyu-Art	**Sitz und Funktion**
prāṇa	*Prāṇa vāyu* ist in Kopf, Hals, Brust, Zunge, Mund und Nase lokalisiert. Seine Funktionen sind Speien, Niesen, Rülpsen, Atmung, Verdauung etc.
udāna	*Udāna vāyu* ist in Nabel, Brust und Hals lokalisiert. Seine Funktionen sind Sprache, Bemühung, Energie, Stärke, Ausstrahlung etc.
samāna	*Samāna vāyu* ist in *srotas*, die Schweiß, *doṣas* und Flüssigkeiten transportieren und in der Nähe des Verdauungsfeuers lokalisiert. Er gibt *agni* Stärke.
vyāna	*Vyāna vāyu* durchdringt den ganzen Körper und erfüllt die Funktionen von Bewegung, Ausdehnung, Zusammenziehung, Zwinkern etc.
apāna	*Apāna vāyu* hat seinen Sitz in Blase, Penis, Nabel, Schenkel, Leisten und Anus. Er ist zuständig für Entleerung von Harn und Kot, Ejakulation, Menstruation und Geburt.

Tabelle 28.1: Sitz und Funktion der 5 Arten vāyu

Wenn diese fünf Arten *vāyu* sich im Gleichgewicht befinden und an ihren jeweiligen Sitzen weilen, erfüllen sie ihre Funktionen normal, wodurch der Körper erhalten wird und frei von Störungen ist.

Wenn sie sich in falschen Bahnen bewegen oder nicht im Gleichgewicht sind,

[1] Synonym für optimale Lebensspanne

verursachen sie Störungen im Körper entsprechend ihrer Lokationen und Funktionen und können das Leben in kurzer Zeit fortnehmen.

Es gibt unzählige durch *vāta* verursachte Störungen und 80 Hauptstörungen.[2] Nun soll ihre Ätiologie und Therapie entsprechend der Lokationen *vāyus* behandelt werden.

28.2 Ursachen und Symptome

Durch raue/trockene, kalte, leichte und zuwenig Nahrung; übermäßigen Koitus; Nachtwachen; falsche therapeutische Maßnahmen; übermäßige Eliminierung von Unreinheiten und Blut; exzessive Bewegung wie Springen, anstrengende Körperübungen, lange Fußmärsche; Verminderung von *dhātus*; übermäßige Abmagerung aufgrund von Sorgen, Kummer und Krankheit; unbequeme Betten und Stühle; Zorn; Tagesschlaf; Furcht; Unterdrückung der Körperdränge; *āmadoṣa*; Verletzung (von Vitalstellen); Fasten; Herunterfallen von Pferden, Elefanten, Wagen etc. wird *vāyu* angeregt, füllt die leeren *srotas* und erzeugt verschiedene Störungen im ganzen Körper oder in einzelnen Körperteilen.

Die unmanifestierten Symptome dieser Störungen werden *pūrvarūpa* (Prodromalsymptome) genannt. Wenn sie manifestiert sind, repräsentieren sie die ganze Störung, während das Zurückgehen der Symptome das Verschwinden der Störung (Heilung) bedeutet.

Der erregte *vāyu* erzeugt folgende Symptome: Steifheit in Gelenken; Reißen in Knochen und Gelenken; Kontraktionen; Horripilatio; Delirium; Steifheit in Kopf, Händen und Rücken; Humpeln; Verkrüppelung; Buckel; Vertrocknung der Organe; Schlaflosigkeit; Zerstörung von Spermien, Ovum und Fötus; Herzholpern; Verkrümmung von Kopf, Nase, Augen und Nacken; reißende und stechende Schmerzen; Konvulsionen; mentale Verwirrung und Erschöpfung.

Entsprechend Lokation und Ursache, erzeugt *vāyu* Störungen mit besonderer Eigenheit.

Lokation	**Symptome**
Gedärme	Wenn *vāyu* in den Gedärmen angeregt ist, verursacht er Retention von Urin und Stuhl, Herzstörungen, Hämorrhoiden, *gulma, bradhna* und Schmerzen in den Seiten.
der ganze Körper	Wenn *vāta* im ganzen Körper angeregt ist, treten Zittern und Schmerzen in Gliedern und Gelenken auf, als ob sie brechen.

[2] Einige davon wurden in Sūtrasthānam 6.9.4 genannt.

Lokation	**Symptome**
Anus	Wenn *vāyu* im Anus erregt ist, verursacht er Retention von Stuhl, Urin und Wind; Tympanitis; Calculus; Schmerzen und Abmagerung in Schenkeln, Waden, Sakralregion, Füßen und Rücken.
āmāśaya	Wenn *vāyu* in *āmāśaya* lokalisiert ist, treten Schmerzen in Herz, Nabel, Seiten und Bauch; Durst; Rülpsen; Husten; trockener Hals und Mund; Dyspnoe und *visūcikā* auf.
pakvāśaya	Wenn *vāyu* in *pakvāśaya* angeregt ist, verursacht er gurgelndes Geräusch in den Gedärmen; Kolik; Meteorismus; Härte der Gedärme; Schmerzen in der Sakralregion und Schwierigkeiten beim Harnlassen und beim Stuhlgang.
Sinnesorgane	Der erregte *vāyu* in Augen, Ohren etc. verursacht Trübung der Sinne oder Verlust der Wahrnehmung.
Haut	Wenn *vāyu* in *tvak* lokalisiert ist, ist die Haut trocken, taub, dünn und rissig, verbunden mit stechenden Schmerzen, Röte und Schmerzen in den Gelenken.
rakta	Wenn *vāyu* in *rakta* lokalisiert ist, verursacht er große Schmerzen mit Hitze; abnormale Hautfarbe; Magerkeit; Anorexie; Pickel an verschiedenen Körperteilen und Verdauungsschwäche.
māṁsa und *medas*	Wenn *vāyu* in *māṁsa* und *medas* lokalisiert ist, treten Schwere der Organe; starke stechende Schmerzen; Schmerzen als ob man mit Stöcken oder Fäusten geschlagen wird und exzessive Erschöpfung auf.
majjā und *asthi*	Wenn *vāyu* in *majjā* und *asthi* angeregt ist, verursacht er brechende Schmerzen in Knochen und Gelenken; Verlust von Muskulatur und Stärke; Schlaflosigkeit und ständige Schmerzen.
śukra	*Vāyu*, in *śukra* lokalisiert, verursacht frühzeitigen Samenerguß oder Retention von Samen, Früh- oder Spätgeburten und Abnormalitäten (im Fötus).
snāyu	*Vāyu*, lokalisiert in *snāyu* (Sehnen), verursacht Krämpfe, *bahirāyāma* (Opisthotonus), *antarāyāma* (Emprosthotonus), Buckel und andere lokale Störungen.
sirā	Wenn *vāyu* in *sirā* (Blutgefäßen) lokalisiert ist, treten milde Schmerzen; Schwellungen; Zucken, Zusammenziehung oder Ausdehnung der Blutgefäße auf.

Lokation	Symptome
Gelenke	Wenn *vāyu* in Gelenken lokalisiert ist, erscheinen Schwellungen, als ob die Gelenke mit Luft gefüllt seien und die Glieder schmerzen bei Bewegung.

Tabelle 28.2: Lokationen und Symptome des angeregten vāyu

Wenn *vāyu* eine Seite des Körpers ernsthaft affektiert, trocknet er Blut, Hände, Beine und Knie aus und erzeugt Kontraktion in dieser Seite. Dadurch werden Nase, Augenbrauen, Stirn, Augen und Kiefer verzogen; die Zunge krümmt sich; die Stimme wird rau und schwach; die Zähne locker und das Gehör beeinträchtigt; Füße, Hände, Augen, Beine, Schläfen, Augen und Wangen schmerzen. Die Krankheit ist entweder in einer Körperhälfte oder einer Gesichtshälfte lokalisiert und wird im letzten Fall **ardita** (Gesichtsparalyse) genannt.

Wenn ein Anfall von *ardita* vorüber ist, fühlt sich der Patient normal, aber wenn er bestehen bleibt, treten entsprechend unangenehme Symptome auf. Ein Arzt sollte einen solchen Fall nicht behandeln.

Wenn der erregte *vāyu* Kontraktionen in Händen oder Füßen, verbunden mit stechenden Schmerzen, erzeugt, wird dies **ekāṅgaroga** genannt.

Wenn *vāyu* in der Halsschlagader sitzt, verursacht er **manyāstambha**, Steifheit in der Region der Halsschlagader.

Wenn der Nacken sich nach unten biegt, die Region der Halsschlagader extrem steif wird, Zähneknirschen, Salivation, Steifheit des Kopfes, Gähnen und Kieferstarre auftreten, nennt man dies **antarāyāma**.

Der erregte *vāyu* trocknet die externen Blutgefäße im Rücken und der Region der Halsschlagader und verursacht **dhanustambha** (bogengleiche Steifheit). Der Zustand wird auch **bahirāyāma** genannt. Der Körper des Patienten ist wie ein Bogen nach hinten gekrümmt. Weitere Symptome sind Zähneknirschen, Salivation, Gähnen, Verlust der Sprache. Wenn *vāyu* mit Macht diesen Zustand erzeugt, kann er den Menschen töten.

Vāyu verursacht häufige Konvulsionen im Körper, während er Hände und Füße zusammen mit Blutgefäßen, Bändern und Sehnen austrocknet. Dies wird **ākṣepaka** genannt.

Wenn *vāyu* im Kiefer lokalisiert ist, verursacht er **hanugraha** (Kieferstarre).

Wenn *vāyu* in Händen, Füßen, Kopf, Rücken und Hüften angeregt ist, verursacht er **daṇḍaka**, stockgleiche Steifheit des ganzen Körpers, die unheilbar ist.

Wenn *vāyu* die linke oder rechte Seite des Körpers affektiert und Blutgefäße und Bänder austrocknet, paralysiert er die betroffene Seite und erzeugt Schmerzen und Verlust der Sprache.

Die Merkmale von **gṛdhrasī** (Sciatica) sind ziehende Schmerzen von der Lendenregion über eine Hüfte bis zum Fuß, Steifheit im betroffenen Körperteil und

Glossar der Sanskritwörter

Therapeutische Begriffe allgemein

abhyāsa – regulärer Gebrauch von Substanzen; Gewöhnung; Praxis

accha – transparent; klar

adhikaraṇa – Ort der Wirkung von Drogen

agni – das feurige Element

amla – sauer

añjali – individuelle Maßeinheit – der Raum, der entsteht, wenn man mit seinen beiden Händen eine Schale bildet.

anna – Nahrung

anupāna – 1. Trägersubstanz einer Arznei; 2. Nachgetränk

anurasa – untergeordneter *rasa*; Nachgeschmack

ap – das wässerige Element

aparatva – Nichtexzellenz (von *rasa, vīrya* etc. – *parādi-guṇa*)

aroga – Zustand des Freiseins von Krankheit; Gesundheit

asamavāyi – nicht-inhärent

āgati – Synonym für *samprāpti*

āgneya – dominant in *agni* (*tejas* – Element Feuer)

ādāna – empfangend. (Sommerperiode)

ākāśa – das Element Äther (Raum)

ākāśīya – dominant in *ākāśa* (Element Äther, Raum)

ākṛti – Synonym für *liṅga*

āpta – anerkannte Autorität des vedischen Wissens

āpya – dominant in *ap* (Element Wasser)

ātaṅka – Synonym für *roga*

āyatana – Synonym für *nidāna*

āyuḥ-pramaṇa – Lebensspanne

āyus – Leben; Lebensspanne

bādhana – akut

bhāgaśograha – Teilung (*parādi-guṇa*)

bheṣaja – Therapeutik. Synonyme: *Cikitsa* (das, was Störungen beseitigt), *vyādhihara* (Zerstörer von Krankheiten), *pathya* (heilsam für die Körperkanäle), *sādhana* (Instrument der Ausführung), *auṣadha* (das, was aus Pflanzen zubereitet ist), *prāyaścitta* (Sühne, Buße), *praśamana* (Besänftigung), *prakṛtisthāpana* (das, was der Genesung dient), *hita* (heilsam)

bhiṣak – Arzt

bhūmi – 1. die Erde, 2. das Element Erde

bhūta – 1. Element, 2. Lebewesen

Cikitsāsthānam – Sektion in der *Caraka-Saṁhitā* über die Behandlung von Krankheiten

daivavyapāśriya – spirituelle Therapie

dhātusāmya – Gleichgewicht der *dhātus*

dhātusāra – Essenz der *dhātus*; Zustand der *dhātus*

deśa – 1. Ort; 2. der Körper als Ort der Krankheit

doṣaja – *doṣa*-bedingt

drava – flüssig

dravya – Substanz

gandha – Geruch

grīṣma – früher Sommer (Mitte April bis Mitte Juni)

guru – schwer

guṇa – Eigenschaft. (20 Eigenschaften der *dhātus*: *guru, laghu* etc.)

hemanta – Winter (Mitte Dezember bis Mitte Februar)

hita – heilsam; nützlich; gut; förderlich

jala – das Element Wasser

jāti – Synonym für *samprāpti*

kāla – Zeit; Stadium der Krankheit; Stadium des Alters

kāraṇa – 1. Synonym für *nidāna*; 2. Ursache der Handlung (Arzt)

kārya – Handlung; Effekt

kāryaphala – Frucht, Ergebnis einer Handlung

kāryayoni – Quelle der Handlung

Kalpasthānam – Sektion über die Zubereitung von Drogen für Emesis und Purgation in der *Caraka-Saṁhitā*

karaṇa – Instrument, Werkzeug; Medikamente; Zubereitung; Methode der Zubereitung

karman – Aktion; Handlung; Maßnahme

kartṛ – Handelnder (der Arzt); Synonym für *nidāna*

kaṣāya – herb

kaṭhina – hart

kaṭu – scharf

khara – spröde

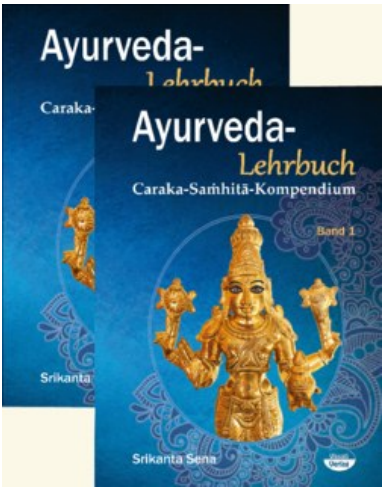
laghu – leicht

lakṣaṇa – charakter. Merkmal; Synonym für *liṅga*

liṅga – Symptom

madhura – süß

mahābhūtas – „große Elemente“ (*pṛthivī, ap* etc.)



Srikanta Sena

Ayurveda-Lehrbuch - 2 Bände

Kompendium des Ayurveda-Klassikers: Caraka-Samhita

919 pages, relié
publication 2005

acheter maintenant

Plus de livres sur homéopathie, les médecines naturelles et un style de vie plus sain www.editions-narayana.fr