

Ayurveda-Lehrbuch

Kompendium des Ayurveda-Klassikers
Caraka-Saṁhitā

समग्रं 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

©Copyright by Srikanta Sena, Bebra 2002

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	36
Einleitung	41
I Die vedische Kultur	55
1 Die vedischen Schriften	58
2 Drei Instanzen des Wissens	66

3	Das vedische Gesellschaftssystem	70
4	Vedische Kosmologie	85
5	Der Nabel der Welt	93
6	Die Mutter aller Lebewesen	108
7	Bußen und Entsagung	118
II	Sūtrasthānam	124
8	Āyurveda in einer Nußschale	126
8.1	Wie Āyurveda zu den Menschen kam	126
8.2	Fundamentale Prinzipien des Āyurveda	129
8.3	Drogen für pañcakarma	143
9	Puder, Pasten und Extrakte	149
10	Gesundheitsvorsorge	164

10.1	Tägliche Routine zur Erhaltung der Gesundheit	165
10.2	Diät und Verhalten entsprechend der Jahreszeiten	175
10.3	Unterdrückung körperlicher und geistiger Dränge	181
10.4	Körperübungen	186
10.5	Sinne, Geist und Intelligenz	188
10.6	sadvṛtta – rechtes Verhalten	197
11	Therapeutik – Grundlagen	217
11.1	Der kleine Vierer – Arzt, Patient, Helfer, Therapie	218
11.2	Der große Vierer – vier Kategorien von Krankheiten	222
11.3	Über drei Bestrebungen	226
11.4	Über drei Ursachen von Krankheiten etc.	236
11.5	Funktionen und Effekte von Vāyu, Agni und Soma	244
12	Reinigung und Entgiftung	249
12.1	snehana – Ölung	250
12.2	svedana – Schwitzkur	264
12.3	vamana – Emesis	270
12.4	virecana – Purgation	277

13	Störungen im System	281
13.1	Kopf- und Herzkrankheiten	282
13.2	Merkmale gestörter doṣa-s	287
13.3	Merkmale verminderter dhātu-s	295
13.4	Krankheiten der dhātu-s	298
13.5	Störungen der srota-s	304
13.6	Beulen und Abszesse	315
13.7	Schwellungen	320
13.8	Allgemeine Störungen – Krankheitsbilder	326
13.9	Spezifische Störungen	330
14	Diätetik	337
14.1	Über Fettleibigkeit und Magerkeit	338
14.2	Über den Schlaf	343
14.3	Sechs therapeutische Maßnahmen	348
14.4	Krankheiten und Therapien bei Über- und Unterernährung	354
14.5	Über reines und unreines Blut	358
14.6	Prominente Nahrungsmittel, Drogen, Therapien etc.	365
14.7	Attribute, Energien und Aktionen von Substanzen	381
14.8	Eigenschaften einiger Nahrungsmittel und Getränke	399

14.9	Antagonistischer Gebrauch von Nahrungsmitteln	429
14.10	Die Methode der Ernährung	435
14.11	Quantität der Nahrung und āma	442
15	Schlußbetrachtung	447
15.1	Der Förderer und der Zerstörer der Lebenskraft	448
15.2	Merkmale des echten Arztes	449
15.3	Der Schutz des Herzens	452
15.4	Wer gilt als ein Kenner des Āyurveda?	453
15.5	Die Definition von Leben	456
15.6	Die Definition von glücklichem Leben	457
15.7	Die Definition von segensreichem Leben	457
15.8	Die 8 Zweige des Āyurveda	459
15.9	Ziel des Āyurveda	461
15.10	Wer Āyurveda studieren sollte	463
15.11	Die 10 Themenbereiche des Agniveśa-tantra	464

III Nidānasthānam	465
16 Fünf Faktoren der Diagnose	468
17 jvara nidāna	472
17.1 Ursachen und Entwicklung von vāta jvara	473
17.2 Symptome bei vāta jvara	474
17.3 Pathogenese und Symptome bei pitta jvara	476
17.4 Ursachen und Symptome von śleṣma jvara	478
17.5 sannipāta und dvi-doṣaja jvara	479
17.6 Ursachen und Merkmale von agantu	480
17.7 Prodrome von jvara	481
17.8 Ursprung und Effekt von jvara	482
17.9 Therapie bei jvara	483
18 raktapitta nidāna	485
18.1 Ursachen und Pathogenese	486
18.2 Prodrome von raktapitta	487
18.3 Komplikationen bei raktapitta	488
18.4 Passagen der Krankheit und Prognose	489

18.5	Ursachen der Unheilbarkeit von Krankheiten	491
18.6	Symptome der Unheilbarkeit von raktapitta	492
19	gulma nidāna	493
19.1	Ätiologische Faktoren bei vātagulma	494
19.2	Pathogenese und Symptome von vātagulma	495
19.3	Ätiologische Faktoren und Symptome von pittagulma	496
19.4	Ätiologische Faktoren und Symptome von śleṣmagulma	498
19.5	nicayagulma	500
19.6	raktagulma	501
19.7	Prodrome	502
19.8	Therapie	503
20	prameha nidāna	504
20.1	Interaktion von 3 Faktoren bei der Entstehung von Krankheiten	505
20.2	Pathogene Faktoren von kaphaja prameha	506
20.3	Pathogenese von kaphaja prameha	507
20.4	Symptome und Arten von kaphaja prameha	508
20.5	Ätiologische Faktoren und Arten von pittaja prameha	509
20.6	Ätiologie und Pathogenese von vātaja prameha	510

20.7	Spezifische Merkmale der 20 Arten von prameha	512
20.8	Prodrome und Komplikationen von prameha	515
20.9	Schlußbemerkung	516
21	kuṣṭha nidāna	517
21.1	Ätiologie aller Arten von kuṣṭha-s	519
21.2	Prodrome von kuṣṭha	520
21.3	Symptome und Merkmale der sieben kuṣṭha-Arten	521
21.4	Prognose	523
21.5	Komplikationen	524
21.6	Schlußbemerkung	525
22	śoṣa nidāna	526
22.1	Vier Kategorien ätiologischer Faktoren und Pathogenese	527
22.2	Prodrome von rājayakṣma	533
22.3	Elf Symptome von rājayakṣmā und Prognose	534
22.4	Fazit	535
23	unmāda nidāna	537
23.1	Ätiologische Faktoren und Pathogenese von doṣaja unmāda	538

23.2	Allgemeine Symptome und Persionen	539
23.3	Prodromalsymptome	540
23.4	Spezifische Symptome	541
23.5	Therapeutische Maßnahmen für die drei heilbaren unmāda-Arten .	543
23.6	Ursachen für die exogene Art von unmāda	544
23.7	Prodromalsymptome der exogenen Art	545
23.8	Vermittler, Aktionen und Symptome	546
23.9	Umstände, Zeit und Ort der Attacke	548
23.10	Dreifache Absicht der Mittler, Prognose und Therapie	549
23.11	Schlußbemerkung	551
24	apasmāra nidāna	553
24.1	ätiologische Faktoren	554
24.2	Definition von apasmāra	555
24.3	Prodromalsymptome	556
24.4	Charakteristische Merkmale	557
24.5	Therapie	559
24.6	Ursprung der acht in Nidānasthānam besprochenen Krankheiten .	560
25	Schlußbetrachtung	562

25.1	Krankheiten als verursachende Faktoren anderer Störungen	563
25.2	Aktionen verursachender Faktoren	565
25.3	Beziehung zwischen Symptomen und Krankheiten	566
25.4	Effekte und Prinzipien von Therapien	567
IV	Vimānasthānam	569
26	Spezifische Merkmale von rasa, doṣa etc.	572
26.1	Attribute und Effekte von Öl, ghr̥ta und Honig	575
26.2	Attribute und Effekte von Pippalī, Salz und Alkali	576
26.3	sātmya	578
27	Bestimmung spezifischer Krankheitsmerkmale	579
27.1	Zwei Arten von doṣa-s	581
27.2	Primäre und sekundäre Krankheiten	583
28	agni und Körperkonstitutionen	585
28.1	Vier Arten des Verdauungsfeuers	586
28.2	doṣa-s und Konstitutionstypen	588

28.3	Therapien für den vātala-Typ	589
28.4	Therapien für den pittala-Typ	590
28.5	Therapien für den śleṣmala-Typ	591
29	Bestimmung spezifischer Merkmale von Patienten	592
30	Vier Gruppen von Parasiten	595
30.1	malaja-Parasiten	596
30.2	śonitaja-Parasiten	597
30.3	śleṣmaja-Parasiten	598
30.4	purīṣaja-Parasiten	599
30.5	Therapie in Kürze	600
30.6	Vorbereitende Behandlung	601
30.7	āsthāpana-Therapie	602
30.8	Emesis, Purgation und anuvāsana	603
30.9	Beseitigung des Ursprungs von Parasiten	604
31	Epidemien	606
31.1	Ursachen von Epidemien und Merkmale der Ursachen	608
31.2	Prävention	610

31.3 Ursachen der Abnormalität der vier Faktoren Luft, etc.	611
32 Die vier yuga-s	616
33 Normale Lebensspanne und vorzeitiger Tod	624
34 pramāṇa-s – drei Quellen des Wissens	631
34.1 Examination des Kranken durch die drei pramāṇa-s	633
35 Das Ayurveda-Studium	637
35.1 Die Beziehung zwischen Lehrer und Schüler	638
35.2 Eigenschaften des Schülers	639
35.3 Eigenschaften eines Āyurveda-Lehrers	640
35.4 Das Verhalten des Schülers	641
35.5 Die Initiation des Schülers	642
35.6 Die ersten Unterweisungen	644
35.7 saṃbhāṣā – Wettstreit des Wissens	647
35.8 sandhāyasambhāṣā	648
35.9 vighṛhasambhāṣā	649
35.10 Drei Arten von Gegnern	650

35.11 Zwei Arten von Zuhörern	651
35.12 Der Verlauf von saṃbhāṣā	652
35.13 Termini, die den Verlauf von saṃbhāṣā bestimmen	654
35.14 Der Wettstreit zwischen Kolahala und Yamunācārya	664
36 Zehn Faktoren der Bestimmung einer Therapie	668
36.1 kāraṇa	670
36.2 karaṇa	671
36.3 kāryayoni	673
36.4 kārya	674
36.5 kāryaphala	675
36.6 anubandha	676
36.7 deśa	677
36.8 kāla (Jahreszeiten und Stadium der Krankheit)	696
36.9 pravṛtti (Initiation der Therapie)	698
36.10 upāya (Exzellenz von Arzt etc. und korrekte Therapie)	699
36.11 Objekt der Examination	699
37 Drogen für pañcakarma	701

V	Śārīrasthānam	707
38	puruṣa und die 24 Elemente	711
39	Die Ursachen des Leids	742
39.1	Fünf Faktoren, die Leid erzeugen	745
39.2	Der vierfache Gebrauch der Sinne als Ursache von Glück und Leid	751
39.3	Die besondere Bedeutung des Tastsinns	753
39.4	kāma als Ursache und Wirkung von Glück und Leid	754
39.5	Dreifache Unterteilung der Leiden	757
39.6	Das Maß von Glück und Leid	758
39.7	Schlußbemerkung	760
40	mokṣa – das Ende aller Leiden	762
40.1	Individuum und Universum	763
40.2	pravṛtti und nivṛtti	767
41	Über die Entwicklung des Embryos	794
41.1	Allgemeines über die Entwicklung des Embryos	795
41.2	Faktoren der Erzeugung und des Wachstums	803

41.3	Entwicklungsstadien des Fötus	807
41.4	Neun Fragen über den Embryo	815
42	Verschiedene Arten der Psyche	821
42.1	sattvika-Arten der Psyche	823
42.2	rājasika-Arten der Psyche	826
42.3	tāmasika-Arten der Psyche	830
43	Detailliertes Wissen über den Körper	831
43.1	Erhaltung des Gleichgewichts der dhātu-s	833
43.2	Attribute der dhātu-s und Effekt der guṇa-s auf die dhātu-s	835
43.3	Vermehrung von dhātu-s und doṣa-s	837
43.4	Faktoren des Wachstums des Körpers	839
43.5	Faktoren, die die Zunahme von Stärke fördern	840
43.6	Die Transformation der Nahrung im Körper	841
43.7	Zwei Kategorien von Körperkomponenten	842
43.8	Schlußbemerkung	843
44	Aufzählung der Körperteile	844

45	Zeugung, Schwangerschaft und Geburt	849
45.1	Zeugung	850
45.2	Schwangerschaft	856
45.3	Geburt	870
VI	Indriyasthānam	887
46	Faktoren zur Bestimmung der verbleibenden Lebensspanne	889
47	Veränderungen in Hautfarbe und Stimme	892
48	Der Geruch des Todes	894
49	Durch Berührung zu erkennende Todeszeichen	896
50	Veränderungen in der Wahrnehmung	898
51	Veränderungen in chāyā und prabhā	901

52	Prodrome, die den Tod ankündigen	904
53	Krankheitssymptome, die den Tod ankündigen	908
54	Andere Symptome eines dem Tode Geweihten	911
55	Träume, die den Tod ankündigen	914
56	Zeichen des plötzlich eintretenden Todes	918
57	Äußere Zeichen	921
58	Allgemeine Veränderungen vor dem Tod	927
VII	Cikitsāsthānam	930
59	rasāyana	933
59.1	Definition und Früchte der rasāyana-Therapie	935
59.2	Vorbereitung und Ausführung der rasāyana-Therapie	936
59.3	Ursachen der Morbidität des Körpers	938

59.4	Voraussetzungen für den Erfolg der rasāyana-Therapie	940
59.5	Die Eigenschaften von harītakī und āmalaka.	941
59.6	Rezepte	943
59.7	Lob der Aśvins und der vaidya-s	964
59.8	Der Reichtum der vaidya-s	966
60	vājīkaraṇa	967
60.1	Der Nutzen der vājīkaraṇa-Therapie	968
60.2	Vier Gruppen von Männern in bezug auf Virilität	969
60.3	Die Frau als bestes Aphrodisiakum für den Mann	970
60.4	Rezepte	971
60.5	Quellen sexueller Stimulation	977
60.6	Verhalten vor und nach dem Koitus	978
60.7	Ursachen der Verminderung von śukra	979
60.8	Acht Faktoren der Ejakulation	980
61	jvara cikitsitam	981
61.1	Quelle und Natur von jvara	982
61.2	Erstmaliges Erscheinen von jvara	983
61.3	Effekte und Prodrome von jvara	984

61.4	Sitz und spezifischer Charakter von jvara	985
61.5	Klassifikation von jvara	986
61.6	Pathogenese und Symptome von jvara in Kürze	1000
61.7	Symptome von jvara in bezug auf āma	1001
61.8	Prinzipien der Therapie und diätetische Maßnahmen	1002
61.9	Rezepte und therapeutische Maßnahmen	1007
61.10	Merkmale der Remission von jvara	1026
61.11	Merkmale der Genesung von jvara	1027
61.12	Verhalten während der Konvaleszenz	1028
61.13	Maßnahmen bei punarāvartaka jvara	1029
61.14	Schlußbemerkung	1031
62	raktapitta cikitsitam	1032
62.1	Pathogenese von raktapitta	1033
62.2	Drei Arten von raktapitta	1034
62.3	Heilbarkeit und Passagen von raktapitta	1035
62.4	Maßnahmen zur Beseitigung von raktapitta	1037
62.5	Diät bei raktapitta	1039
62.6	Purgation und Emesis bei raktapitta	1041
62.7	Rezepte für raktapitta	1043

63	gulma cikitsitam	1045
63.1	Pathogenese von gulma	1046
63.2	Ursachen und Symptome der fünf gulma-Arten	1047
63.3	Therapie	1049
64	prameha cikitsitam	1060
64.1	Ursachen und Arten von prameha	1061
64.2	Prodrome	1063
64.3	Therapie	1064
64.4	Heilbarkeit	1068
65	kuṣṭha cikitsitam	1069
65.1	Ursachen	1070
65.2	Prodrome	1071
65.3	Beschreibung und allgemeine Symptome	1072
65.4	Symptome der doṣa-s in kuṣṭha	1075
65.5	Therapie	1076
65.6	Kilāsa (Leukoderma)	1083
66	rājayakṣma cikitsitam	1084

66.1	Ursachen und Symptome	1085
66.2	Prodrome	1088
66.3	Symptome im Detail	1089
66.4	Therapie	1093
66.5	Schlußwort	1099
67	unmāda cikitsitam	1100
67.1	Ursachen	1101
67.2	Symptome und Arten	1102
67.3	Orte, Zeiten und Umstände der Attacke durch deva-s etc.	1107
67.4	Therapie	1109
67.5	Schlußwort	1115
68	apasmāra cikitsitam	1116
68.1	Ursachen und Arten	1117
68.2	Therapie	1119
68.3	mahāgada	1122
69	kṣata-kṣīṇa cikitsitam	1124
69.1	Ursachen und Symptome	1125

69.2	Therapie	1127
70	śvayathu cikitsitam	1130
70.1	Ursachen und Arten	1131
70.2	Symptome und Heilbarkeit	1133
70.3	Therapie	1135
70.4	Verschiedene Arten von Schwellungen und ihre Behandlung	1141
71	udara cikitsitam	1146
71.1	Ursachen	1147
71.2	Arten und Symptome	1148
71.3	Prognose	1154
71.4	Therapie	1156
72	arśa cikitsitam	1168
72.1	Arten, Ursachen und Merkmale von Hämorrhoiden	1169
72.2	Prognose	1175
72.3	Therapie	1176
72.4	Schlußbemerkung	1187

73	grahaṇidoṣa cikitsitam	1189
73.1	Ursachen und Symptome der Morbidität von agni	1194
73.2	Therapie	1198
73.3	Schlußbemerkung	1209
74	pāṇduroga cikitsitam	1211
74.1	Ursachen und Symptome	1212
74.2	Therapie	1216
75	hikkā śvāsa cikitsitam	1221
75.1	Ursachen	1222
75.2	Prodrome und Symptome	1224
75.3	Therapie	1230
75.4	Schlußbemerkung	1237
76	kāsa cikitsitam	1238
76.1	Ursachen und Symptome	1239
76.2	Therapie	1243
77	atisāra cikitsitam	1254

77.1	Ursprung	1255
77.2	Ursachen und Symptome	1256
77.3	Therapie	1260
78	chardi cikitsitam	1269
78.1	Ursachen und Symptome	1270
78.2	Therapie	1273
79	visarpa cikitsitam	1277
79.1	Ursachen und Symptome	1278
79.2	Therapie	1285
80	tr̥ṣṇā cikitsitam	1293
80.1	Ursachen und Symptome	1294
80.2	Therapie	1297
81	viṣa cikitsitam	1301
81.1	Ursprung von Gift	1302
81.2	allgemeine Symptome	1304
81.3	Stadien der Vergiftung	1305

81.4	10 Eigenschaften von Gift	1307
81.5	24 Sofortmaßnahmen	1310
81.6	spezifischer Effekt	1319
81.7	Therapie	1324
82	madātyaya cikitsitam	1330
82.1	Vor- und Nachteile von Wein	1331
82.2	Stadien der Berauschung und Defekte von Wein	1332
82.3	Vorzüge von Wein	1336
82.4	Ätiologie, Merkmale und Therapie von madātyaya	1339
83	dvivraṇīya cikitsitam	1348
83.1	Ursachen und Symptome der 2 Arten von Wunden	1349
83.2	Weitere Klassifizierung der 2 Arten von Wunden	1351
83.3	Heilbarkeit	1354
83.4	36 therapeutische Maßnahmen	1355
84	trimarmāya cikitsitam	1363
84.1	udāvarta	1364
84.2	mūtrakṛcchra	1367

84.3	aśmarī	1370
84.4	hṛdroga	1374
84.5	nāsāroga	1378
84.6	śiroroga	1383
84.7	mukharoga	1385
84.8	arocaka	1389
84.9	karṇaroga	1392
84.10	netraroga	1394
84.11	Kahlköpfigkeit	1397
84.12	svarabheda	1399
84.13	Schlußbemerkung	1400
85	ūrustambha cikitsitam	1401
85.1	Ursachen und Symptome	1402
85.2	Therapie	1405
86	vātavyādhi cikitsitam	1408
86.1	die 5 Arten vāyu	1409
86.2	Ursachen und Symptome	1412
86.3	Therapie	1422

87	vātaśoṇīta cikitsitam	1441
87.1	Ursachen	1442
87.2	Prodrome	1444
87.3	Symptome	1445
87.4	Prognose	1447
87.5	Therapie	1448
88	yonivyāpat cikitsitam	1455
88.1	Ursachen und Symptome der 20 Arten yonivyāpat	1456
88.2	Therapie	1460
89	Acht Samendefekte und Impotenz	1466
89.1	Ursachen und Symptome von Samendefekten	1467
89.2	Therapie bei Samendefekten	1469
89.3	Ursachen und Symptome von Impotenz	1470
89.4	Therapie bei Impotenz	1474
90	Brustmilchdefekte	1476
90.1	Ursachen, Symptome und Effekte	1477
90.2	Therapie	1479

91	Schlußbetrachtung	1482
----	-------------------	------

VIII	Kalpasthānam	1489
-------------	---------------------	------

92	Grundlagen	1491
92.1	Zwei Arten von Evakuation	1492
92.2	Richtlinien für die Verabreichung von Drogen	1493
93	Emesis	1496
93.1	Madana-Präparationen	1497
93.2	Jīmūta-Präparationen	1501
93.3	Ikṣvāku-Präparationen	1503
93.4	Dhāmārgava-Präparationen	1505
93.5	Vatsaka-Präparationen	1507
93.6	Kṛtavedhana-Präparationen	1508
94	Purgation	1509
94.1	Śyāmā-Trivṛt-Präparationen	1510
94.2	Āragvadha-Präparationen	1515

94.3	Tilvaka-Präparationen	1517
94.4	Sudhā-Präparationen	1519
94.5	Saptalā- und Śaṅkhinī-Präparationen	1521
94.6	Dantī- und Dravantī-Präparationen	1523
94.7	Schlußbetrachtung	1526

IX Siddhisthānam 1533

95	Allgemeine Richtlinien	1535
95.1	snehana und svedana	1536
95.2	vamana und virecana	1537
95.3	āsthāpana und anuvāsana	1540
96	Eignung/Nichteignung von Patienten für pañcakarma	1547
96.1	vamana	1548
96.2	virecana	1551
96.3	āsthāpana	1553
96.4	anuvāsana	1556
96.5	śirovirecana	1558

97	Prinzipien erfolgreicher Anwendung von basti	1561
98	anuvāsana-Rezepte und Komplikationen	1569
98.1	Rezepte	1570
98.2	Komplikationen	1572
99	Umgang mit dem Enema-Instrument	1576
100	Komplikationen von vamana und virecana	1579
101	Umgang mit Komplikationen von basti	1591
102	Enema-Rezepte für diverse Störungen	1599
103	Behandlung von Störungen der drei Vitalorgane	1602
103.1	Allgemeines	1603
103.2	Maßnahmen bei Beeinträchtigung des Herzens	1606
103.3	Störungen von Harn und Blase	1610
103.4	Kopfkrankheiten	1615
104	Erfolgreiche Anwendung von basti	1621

104.1	Rezepte	1624
105	Postenematische Zustände	1627
105.1	Symptome postenematischer Zustände	1629
105.2	Behandlung postenematischer Zustände	1632
105.3	Maßnahmen bei Komplikationen	1639
106	Schlußbemerkung	1640
	Anhang	1641
	Nachwort	1642
	Quellenverzeichnis	1651
	Anleitung zur Aussprache des Sanskrit	1653
	Pflanzenverzeichnis	1659
	Personen und Personengruppen	1678

Glossar der Sanskritwörter (GDS) – Gesamtglossar	1687
GDS – Therapeutische Begriffe allgemein	1793
GDS – Begriffe, die therapeutische Aktionen betreffen	1809
GDS – Physiologische und psychologische Begriffe	1819
GDS – Pathologische Begriffe	1834
GDS – Begriffe der Philosophie, Logik und Kultur	1863
Drogen, Medikamente und diätetische Präparationen	1887
Zitate-Verzeichnis	1907
Index	1912
Index der Sanskritbegriffe	1930