

Raum und Zeit im menschlichen Körper

Auszug aus dem „Grundlagen des Āyurveda“ von
Rocque Lobo ISBN 3-928772-18-X

Zwei Aspekte der Zeit: Rhythmus und Ereignis

Erst in den letzten Jahren hat man in der modernen Medizin angefangen, die Zeit wieder zu einem Thema zu erklären. Diesmal jedoch geht es, ähnlich wie einst in **Āyurveda**, um die Betrachtung der Zeit des menschlichen Körpers und weniger um die Betrachtung des menschlichen Körpers in verschiedenen Zeitabläufen. Diese Problematik ist nicht zuletzt für die Raumfahrt von Bedeutung geworden. Hier entdeckt man das faszinierende Spiel verschiedener Systeme der Zeit, des Nervensystems, des Blutkreislaufsystems und vor allem des Stoffwechsels und der Verdauung. Es scheinen sich besonders zwei Aspekte des menschlichen Bewusstseins von Zeit herausgestellt zu haben:

–das Rhythmische

–das Ereignis-hafte

Zum rhythmischen Aspekt der menschlichen Zeit zählen kosmische Naturabläufe, wie die Umkreisung der Sonne durch die Erde, die Jahreszeiten und der Mondumlauf, der den Monatszyklus bedingt.

Für die Sozialmedizin ist es heute weniger von Interesse, wie Menschen Verbindungen dieser kosmischen Abläufe mit den Arbeitsabläufen und Festen erstellen, als vielmehr die Auswirkungen solcher Synthesen auf den menschlichen Körper. Kalender und Uhren sind solche Synthesen. Sie üben einen Zwang aus, den manche Menschen so stark zur eigenen Sache machen, dass ihnen dieser wie ihre eigenen Erfindung erscheint. Bei anderen dagegen scheint die Anpassung an Uhren und Terminkalender nicht so gut zu funktionieren. Sie zählen zu den «chronisch Unpünktlichen» und haben dauernd das Gefühl, unter Druck zu stehen.

Der natürliche, rhythmische Ablauf hat allerdings nicht die Eigenschaften, welche die gesellschaftlichen Synthesen aufweisen: Wenn ich z.B. aufwache, weiß ich ohne Kalender nicht, welcher Tag heute ist, oder gar das heutige Datum. Doch mein Körper weiß genau, ob es Tag oder Nacht ist, ob ich träume, wache oder im Tiefschlaf versunken bin. Er weiß, was es heißt, mich in diesen Zuständen am Leben zu erhalten, auch dann, wenn ich die Orientierung verloren habe. Es scheint, als gäbe es in unserem Körper einen Ursprung seiner höchstpersönlichen Zeit, welcher für ihn sogar Zeit schafft. Diesen schöpferischen Ursprung rhythmischer Abläufe im Inneren nannten die antiken indischen Philosophen „**Ātman**“ oder das Selbst, weil es durch sich selbst und nicht durch etwas anderes erklärt wird.

Hier tritt der zweite Aspekt der Zeit in Erscheinung: die «Außen-Zeit»: Das Ereignishafte ist einmalig! Es wiederholt sich nicht in regelmäßigen Abständen wie das Rhythmische. Dadurch bekommt die Zeit für unser Bewusstsein eine Richtung. Erst dadurch gibt es Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Allerdings immer in Bezug auf den Betrachter. Ein Teil dessen, was für mich heute Zukunft ist, wird für den Menschen des Jahres 2000 Vergangenheit sein, ebenso wie auch in meiner Vergangenheit ein Teil der «Zukunft» meiner Eltern liegt.

Der menschliche Körper ist der Träger dieser beiden Aspekte der menschlichen Zeit. Er ist

geheimnisvoller und von einer weiteren Horizontbreite und Tiefe als das bewusste Ich des Menschen. Es gehört daher eine gute Portion Naivität dazu, wenn man diesen Körper im Rausch der technischen Errungenschaften ignoriert und so für sich selber den Absturz in das ökologische Ungleichgewicht vorbereitet. Die Endstation ist die psychosomatische Erklärung. Es ist aber nicht gesagt, dass uns unser Körper nicht vorher warnen würde. **Āyurveda ist eine Schulung der Wahrnehmung solcher Warnungen.**

Zwei Aspekte der Zeit

Im Körper des Menschen finden zwei Aspekte der Zeit ihren Niederschlag.

Rhythmische, immer wiederkehrende Abläufe

- Tag und Nacht
- Jahreszeiten,
- Feste, Geburtstage usw.,

Einmalige Ereignisse

- Naturkatastrophen,
- Unfälle,
- Glückliche Zufälle

Die Verbindung zwischen den rhythmischen und den ereignishaften Aspekten der menschlichen Zeit geschieht im schmerzregistrierenden und schmerzstillenden System des menschlichen Körpers.

Auswirkungen der Abläufe in Natur und Gesellschaft auf den Menschen

Es ist sinnvoll, den Körper des Menschen als eine Waage zu sehen, in der gesellschaftliche und Natur-Abläufe im Gleichgewicht gehalten werden. Durch die technische Entwicklung haben die Menschen dermaßen Macht über die Natur erhalten, dass es zu einem starken Ungleichgewicht gekommen ist. Wir sind heute in der Lage, die Nacht in Tag zu verwandeln und damit die Naturabläufe zur «Bedeutungslosigkeit» für den menschlichen Körper zu reduzieren. Unser System der Nachrichten-Übermittlung erzeugt elektromagnetische Felder, die ihrerseits die Empfindlichkeit des Körpers als Waage verstellen. Wenn von innerer Desynchronisierung die Rede ist, dann ist damit die Störung der Empfindlichkeit dieser Waage zwischen Gesellschaft und Natur gemeint.

Natur und Gesellschaft

In Āyurveda wird die **Prakṛti** eines Menschen als der Schnittpunkt zweier Prozesse gesehen:

-**Naturabläufe** – Bewegungen _____
der Gestirne (A) \

Körper (C):

Beide beeinflussen im **Körper des Menschen** die Rhythmen, die als endogen bezeichnet werden

-**gesellschaftliche Abläufe** (B) _____ /
(Arbeitsprozesse, Feste, Regeln für den Verkehr bei Tag und Nacht usw.)

Die endogenen Rhythmen (C) können von Mensch zu Mensch stärker oder weniger stark beeinflusst werden durch die Erscheinungsform der jeweiligen **Prakti**.

Der Treffpunkt dieser beiden Abläufe liegt im Hypothalamus im Zwischenhirn. Hier stellt der Körper zwei Uhren auf, um den rhythmischen Aspekt seiner Zeit zu regeln. Die eine Uhr überwacht den Tag-/Nacht-Rhythmus der Schwankungen in der Körpertemperatur, die andere Uhr überwacht den Schlaf-/Wach-Rhythmus unserer Körperaktivität und unserer Erholung. Naturabläufe haben einen stärkeren Einfluss auf den Temperatur-Rhythmus, gesellschaftliche Abläufe auf die Aktivität-Erholungsperiodik.

Wechselwirkung von Ablauf und Rhythmus

Natur-Abläufe haben einen stärkeren Zugriff zu den Temperatur-Rhythmen des Menschen.

Auf die Schlaf-/Wach-Rhythmen üben sie einen geringeren Einfluss aus.

Bei gesellschaftlichen Prozessen ist das Gegenteil der Fall.

Natur-Abläufe A	----- starker Einfluss ----->	Körperrhythmen C Temperatur-
Natur-Abläufe A	----- schwacher Einfluss ----->	Schlaf-/Wach Rhythmus
gesellschaftliche Abläufe B	-----starker Einfluss ----->	Schlaf-/Wach-Rhythmus
gesellschaftlichen Abläufe B	-----schwacher Einfluss----->	Körperrhythmen C – Temperatur-

Vergegenwärtigen wir uns, dass zwei Aspekte menschlicher Zeit im Körper repräsentiert sind, so verstehen wir auch, dass Vergänglichkeit vom rhythmischen Ablauf her nicht verständlich ist. Ebenso wenig das Immer-Wiederkehren vom Aspekt der Einmaligkeit her. Doch aus der Vermittlung zwischen beiden Aspekten entsteht menschliche Zeit und menschliche Sprache mit Beschreibungen von Situationen in der Vergangenheit, Gegenwart und in der Zukunft.

Vom Körper her ist der rhythmische Aspekt dem Hypothalamus zuzuteilen, das Einmalige und der Zufall den Empfangszellen der Sinnesorgane und die Vermittlungsfunktion dem schmerzregistrierenden und schmerzstillenden System, vornehmlich in den älteren Gehirnteilen. Als Vermittler spielen hier die *Formatio Reticularis*, die Hippocampus-Region und die Mandelkerne im Gehirn eine sehr wichtige Rolle. Zum Ausdruck kommt diese Vermittlung in Form von Veränderungen des gewohnten rhythmischen Ablaufs. Heute werden solche Veränderungen als Reflexe bezeichnet. In **Āyurveda** werden sie als **Vega** oder **Beschleunigung** bezeichnet. Der normale Gang heißt **Gati**.

Gati und Vega

Der verschiebbare Horizont **Āyus** macht sich im normalen Gang der verschiedenen Organe (Gehreflex, Pulsschlag, Schlaf-Wach-Rhythmus, Ess- und Ausscheidungsgewohnheiten, Aktivitäts- und Erholungsabläufe) bemerkbar. Dies nennt man die **Geschwindigkeit oder Gati des Lebens**. Ihre **Beschleunigung** durch situationsbedingte Veränderungen nennt man **Vega**

Vega äußert sich als Reflex

Die Reflexe des Körpers zeigen an, wie das lebende Subjekt versucht, sich im neuen verschobenen Horizont zu orientieren.

Die Horizonte ermöglichen laut Āyurveda Elementar-Erfahrungen von:

–Raum

–Luft

–Feuer

–Wasser

–Erde

In diesen Erfahrungen leuchten sie auf, werden sie erfahrbar.

Das Ineinandergreifen der Kernrhythmen Temperatur- und Schlaf-/Wach-Rhythmus

In Einklang mit der ayurvedischen Terminologie ist es wichtig, die beiden Uhren als zwei *Feuer des Leibes* zu sehen:

–Die Temperatur-Regulation als *Mond-Feuer* des Körpers

Dies hat eine stärkere weibliche Komponente, da die Zyklen der Temperatur stärker mit dem Umlauf des Mondes um die Erde (24,8 Stunden-Tag) und dem Monatszyklus des Wachens und des Abnehmens, vom Vollmond bis zu Neumond, gekoppelt sind.

–Der Schlaf-Wach-Rhythmus als *Sonnen-Feuer* des Körpers

Hier spielen die Jahreszeiten eine wesentliche Rolle. Die Länge des Tageslichts variiert im Sommer und im Winter, je weiter weg man vom Äquator wohnt. Demnach ist im Sommer das *Sonnen-Feuer* im Körper stärker als das *Mond-Feuer*, und im Winter verhält es sich durch die stärkere männliche Komponente umgekehrt.

Wenn gesellschaftliche Prozesse einen stärkeren Einfluss auf den Schlaf-/Wach-Rhythmus haben, so bedeutet das, dass sie in der Lage sind, die Schwankungen der Licht-Dunkel-Verhältnisse im Jahr zugunsten des Sommers zu verschieben. Die Konsequenz daraus ist die Verkürzung der Erholungszeiten und das Zurückdrängen der Dominanz des Mond-Feuers in diesen Phasen. Die Körper-Waage wird dadurch gestört. Doch in welche Richtung sie ausschlagen wird, kann man nicht von vornherein sagen.

In Āyurveda teilt man die gesellschaftlichen Prozesse zu den Begriffen **Sattva, Rajas** und **Tamas**, die natürlichen zu den Begriffen **Raum, Luft, Feuer, Wasser, Erde**.

Auf der Tabelle-4.1 sieht man die Waage in der Mitte zwischen dem Sonnen-Feuer links und dem Mond-Feuer rechts. Da es sich um zwei Feuer handelt, die sich jeweils durch vier weitere <Elemente> am Leben erhalten, gibt es vier Hauptkombinationen von Störungen und eine Reihe von sekundären Kombinationen, die sich darauf zurückführen lassen:

- zuviel Sonnen-Antrieb mit zu starker Mond-Bremse
- zuviel Sonnen-Antrieb mit zu schwacher Mond-Bremse
- zuviel Mond-Antrieb mit zu starker Sonnen-Bremse
- zuviel Mond-Antrieb mit zu schwacher Sonnen-Bremse

Da wir dem Mond die weibliche Komponente und der Sonne die männliche zugeordnet haben, können wir uns vorstellen, dass sich solche Kombinationen auch in der zwischenmenschlichen Begegnung und damit auch in den Emotionen niederschlagen könnten. Das ist in Einklang mit ayurvedischen Gedankengut vom echten Stamm.

Sonnen-Antrieb	Sozialer Sog	Mond-Bremse
Raum (Akāśa)	Sattva <-----> Tamas	Erde. (Prthvi)
Luft (Vayu)	Rajas <-----> Sattva/Tamas	Wasser (Jala)
Feuer (Agni)	Rajas/Sattva <---> Sattva/Rajas	Feuer (Agni)
Wasser (Jala)	Sattva/Tamas <----> Rajas	Luft (Vayu)
Erde. (Prthvi)	Tamas <-----> Sattva	Raum (Akasa)
Mond-Antrieb		Sonnen-Bremse

Emotionen als Ergebnis der Verbindung von Rhythmus und Ereignis

Im Zusammenhang mit dem gesellschaftlichen Einfluss auf die innerkörperlichen Aspekte der Zeit müssen wir auch zwei Aspekte der *Wir-Funktion in der Kommunikation* zwischen den Menschen unterscheiden:

- Die phasischen Veränderungen des sozialen Sogs in den Annäherungs- und Ablehnungs-Abschnitten des Zusammenlebens.
Solche Veränderungen sind nicht nur in der Politik oder in der Wirtschaft zu beobachten.
- Das Gedächtnis, in welchem die Erinnerungen an einmalig erlebte Situationen miteinander verknüpft werden.

Die Emotionen von Menschen sind das Ergebnis der Vermittlung zwischen diesen beiden Wir-Funktionen in der Person des Einzelnen. Die individuelle Art des Menschen im Umgang mit diesen beiden zwischenmenschlichen Funktionen der Kommunikation ermöglicht ihm die Bewältigung vor allem der Krisen-Situationen seines Lebens. Darin äußert sich die **Prakrti** des Menschen.

Schon die Geburt ist eine solche Krisensituation, gekennzeichnet durch die Loslösung des Kindes von der Mutter und der Entwicklung selbständiger Kernrhythmen für Temperatur und Aktivität. Die Einschulung, die Pubertät, die Eheschließung, die Freigabe der eigenen erwachsenen Kinder, die Pensionierung und schließlich der Tod des Lebenspartners sind weitere Krisenpunkte, an welchen die Art der Bewältigung des Lebens der einzelnen Menschen zum Vorschein kommt.

Emotionen

Emotionen sind das Ergebnis der Koppelung rhythmischer Abläufe mit den einmaligen Aspekten des zeitlichen Geschehens. Sie sind dadurch in einer doppelten *Wir-Funktion* eingebettet:

–in der *Wir-Funktion* gesellschaftlicher Abläufe, die das Leben aller Mitglieder der Gesellschaft regulieren.

–In der *Wir-Funktion* der Sprache und der sonstigen Symbole, in welchen das Einmalige, das Ereignishafte Ausdruck findet.

Die Fähigkeit des einzelnen, Situationen emotional zu verarbeiten, zeigt den Grad seiner reibungslosen Kommunikation mit seinen Mitmenschen in diesen beiden *Wir-Funktionen* an.

Die Sinneserfahrung als Bremsen und Antrieb des Menschen

In der Kommunikation des Menschen mit seiner Umwelt spielen seine Sinne eine wichtige Funktion:

Die **Emotionen** des Menschen sind eingebettet in seine Urerfahrungen mit der Umwelt. Auf diese Urbeziehungen seines Körpers zu **Feuer, Wasser, Erde, Luft und Raum** in den verschiedenen Qualitäten der Empfindungen greift er schließlich in **verunsichernden Situationen** zurück.

Krankheit entsteht durch

–ein Zuviel des Antriebs

–ein Zuviel der Bremswirkung

Die Präzisierung des Felds und des **Dosas**, in welchem die Krankheit ihren Ursprung hat, wird anhand der Symptomatik, die sich im Körper zeigt, vorgenommen. Zu beachten ist, dass in jedem *Dosa*, ob als Antrieb oder als Bremse, **Sattva** vorhanden ist. Dort, wo soziale Zeitgeber den **Tamas-** und **Rajas-** Zustand erzeugen, ergeben sie im jeweiligen Feld die entsprechenden Störungen. Der **Rajas-**Zustand ist gekennzeichnet durch eine Wallung des Blutes, der **Tamas-**Zustand durch Verlust an Lebenslust.

Die folgenden Tabellen zeigen, wie gesellschaftliche Prozesse sich der Sinne bedienen können, um das latente Ungleichgewicht im Körper zu erzeugen, bzw. zu verstärken.

Tabellen: siehe Seite 127-132 „Grundlagen des Ayurveda“/R.Lobo - 2001

Wie erkennt man eine getarnte Pittaja-Prakrti

Bei der Beschreibung eines Menschen aus ayurvedischer Sicht muss man von der sozialen Umständen ausgehen, in welchen er im Mutterleib schon gezeugt wurde und sich dann schon vor seiner Geburt befand. Wir werden hier den Fall des **Probanden B** zur Erläuterung darstellen. Ende der 50er, Anfang der 60er Jahre des 20. Jahrhunderts war es nicht üblich, gleich an die Abtreibung zu denken, wenn ein Kind in einer „nicht vorgesehenen sozialen Struktur“ sich plötzlich „einnistend seine Geburt angekündigt hatte“. Es geschah in einem evangelischen Pfarrhaus eines respektablen Domprobsts, dass der Sohn des Pfarrers mit der Tochter der Wirtschafterin ein Verhältnis hatte. Wer war der Antrieb zur Entstehung dieser Schwangerschaft? Wir können nur vermuten, dass es der Vater war, denn die leibliche Mutter, die Tochter der Wirtschafterin, willigte offensichtlich problemlos in die Freigabe zur Adoption des Kindes sofort nach der Geburt ein und hatte bis zum 40. Lebensjahr ihres Sohnes keine Anstrengungen unternommen, ihn ein einziges Mal bei seinen Adoptiveltern aufzusuchen. Dieser Adoptivsohn ist Proband B.

Die Sonnenantriebe dürften beim Kind seitens des Vaters stärker als die Mondantriebe gewesen sein. Es wären demnach unter den Agneya-Eigenschaften, diejenigen herauszusuchen, denen keine Bremse von der Saumya-Seite gesetzt wurden. Das Kind wurde „an die Luft“ gesetzt, und es war ein deutlicher Abstieg im sozialen Rang vom Prestige des Großvaters als Domprobst zum Mittelmaß der Adoptiveltern, die nur aus der Spalte der Fürsorge kamen (damals war Soziale Arbeit kein Hochschulstudium).

Die Eigenschaften der Luft, in welche jemand ohne den natürlichen Schutz ausgesetzt wird, sind vor allem Kälte (*Sita*) und Trockenheit (*khara*). Es fehlt dem Kind die Stabilität der natürlichen Beziehung zu seinen natürlichen Eltern (*sthira*) und das Kittende dieser natürlichen Beziehung war für spannende Situationen in der „Pflege-Familie“ nicht gegeben. Im Alter, in welchem Jungen meistens mit ihren Vätern die Auseinandersetzung suchen, um ihre Grenzen zu erfahren, etwa mit 10 Jahren, teilte sein Adoptivvater Proband B mit, dass dieser nicht sein leiblicher Sohn wäre. Sein leiblicher Sohn würde ihn – so sein Adoptivvater – instinktiv verstehen. Er wüsste nicht woher dieses Kind diese „unmögliche Streitsucht“ hatte.

Bald darauf ließen sich die Adoptiv-Eltern von Proband-B auch scheiden. Er wuchs auf bei der alleinerziehenden „Mutter“. Proband B studierte Sozialpädagogik und ist nach Abschluss seines Studiums in der Jugendarbeit tätig geworden. Er ist glücklich verheiratet und Vater von 2 Kindern. Mit 40 Jahren erst ahnte er im Zusammenhang mit den Fahrversuchen unseres Instituts, zu welchen er sich freiwillig gemeldet hatte, dass bei ihm die Probleme seines Verhaltens als Raucher, seines leicht erhöhten Blutdrucks und seiner Tendenz zum Übergewicht irgendwie mit seiner Unsicherheit über seinen wahren Platz in der Gesellschaft mit ihrer sozialen Hierarchie zusammenhängen müssten. Er machte sich auf die Suche nach seinen wahren Eltern. In der Konfrontation mit der Verlogenheit, die ihm bei dieser Suche begegnete, erfuhr er, was es heißt als „Ausgestoßener“ und im sozialen Rang ohne seine eigene Schuld „Abgerutschter“ ständig in der inneren Unsicherheit und im Stress bezüglich seines wahren Platzes im sozialen Leben alle seine innere Kraft zu mobilisieren, um zu bestehen.

Vor diesem Hintergrund sind die Bewegungen seiner Blutdruckwerte in VX d.h. Vor der Autofahrt beachtenswert. Im Kopfstand steigt der diastolische Wert während der systolische fällt. Auch die Herzfrequenz steigt. Diese Effekte sind nur zu erklären vor dem Hintergrund des Nikotinkonsums von Proband B und seinen Rauchgewohnheiten (1 Packung bzw. bis zu 15 Zigaretten pro Tag). Nikotin trägt zur Aktivierung der Chemorezeptoren der Glomerula Carotica und Aortica bei. Diese leiten reflexartig unter normalen Umständen d.h.im Stehen oder Liegen eine Vasokonstriktion, Tachykardie und einen erhöhten Blutdruck ein. Im Schulterstand oder Kopfstand jedoch kommt es zu Konkurrenzeffekten durch die Synergie der Barorezeptoren in diesen Gegenden und der durch Nikotin eingeleiteten Skelettmuskelentspannung. Daher ist nicht vorhersehbar, was der Gesamteffekt auf den Blutdruck und die Herzfrequenz in einer Umkehrhaltung sein kann.

Bei den Autofahrten jedoch entsteht ein leichter Entzugseffekt durch das, dass während der Fahrten das Rauchen verboten war. Das deutliche Absinken des Niveaus des Blutdrucks und der Herzfrequenz nach der Autofahrt A4 deutet darauf hin, dass Nikotin höchstwahrscheinlich die Ursache für den erhöhten Blutdruck bei Proband B sein dürfte.

Nikotin erzeugt eine erhöhte Dopamin-Konzentration im Nucleus-accumbens-Belohnungszentrum im Gehirn. Diese hohen Dopamin-Werte begleitet ein euphorischer Zustand des Erlebens, obwohl dieser Zustand nicht allein von der Konzentration von Dopamin in dieser Region, sondern von Dopamin in Begleitung von Opiaten abhängig ist.

Doch es ist dieser Zustand, der offensichtlich vom Raucher, Proband B, gesucht wird. Bekanntlich sind auch Serotonin- und GABA- vermittelnde Systeme im Spiel, wenn es zu diesen euphorischen Zuständen kommt. Während die Kaphaja-Prakrti von Natur aus einen leichteren Zugang zu diesen euphorischen Zuständen hat (Saumya- oder Mondeigenschaften von Wasser und Erde), fällt der Pittaja-Prakrti, der Zugang zu diesen Zuständen nicht leicht. Um die Gefahr der Austrocknung zu bannen, dient auch der Gebrauch von Nikotin.

Die Eigenart der Pittaja-Prakrti im Falle von Proband B zeigt sich allerdings in der besonderen Fähigkeit seine Herzmuskulatur im Einklang mit den Impulsen des Schrittmachers oder Sinusknotens zu synchronisieren. Dies kommt zum Vorschein beim Wegfall des Einflusses von Nikotin und damit auch beim leichten Absinken des Blutdrucks und der Herzfrequenz nach dem Autofahren mit einem normalen Komfortsitz (A4). Ein sehr drastischer Anstieg der Synchronität ist unter Verwendung des Vitalsitzes bei A5 (die Spannweite der Abweichung in der QT-Strecke vom Erwartungswert errechnet aus der RR-Strecke, RR senkte sich um 25%) registrierbar. Hier wird der Fahrer vom Körper und der Skelettmuskulatur her in seinen Lenkbewegungen und in den von ihm eingeleiteten Längsbeschleunigungen voll synchron von der Massage-Einrichtung der Rückenlehne unterstützt.

Im Vergleich zu Proband B führe ich die Daten zwei weiterer Probanden an, die auch starke Raucher sind. Es sind die Probanden H und E. Wir zeigen die Abweichung der tatsächlich gemessenen QT-Strecke vom Erwartungswert errechnet nach der Hegelin-Holzmann-Formel ($QT=0,39\sqrt{RR}+0,04$ Sek.) in Komma-zahlen eines Bruchs. Wo der Erwartungswert ausgehen von der gemessenen RR-Strecke mit dem gemessenen QT-Wert übereinstimmt, ist die Zahl 1, wo die Zahl kleiner ist als 1, bleibt ihm weniger Erholungszeit zur Verfügung. Unlustgefühle und emotionale Belastung (Stress) scheinen mit Verhältnissen der QT- zur RR-Strecke größer als 1 zusammenzuhängen, Begeisterung, Freude und Tatkraft mit Verhältnissen kleiner als 1.

Tab.4.1a:

Durchschnittliche Blutdruckwerte (Syst/Diast.) von Probanden B,H und E in 3 Versuchsreihen (**VX = vor Autofahrt, A4 = Autofahrt mit Komfortsitz, A5 = Autofahrt mit Vitalsitz**)

Tabelle: Siehe Seite 136 „Grundlagen des Ayurveda“ R-Lobo - 2001

Der Vergleich zwischen den Probanden B und H zeigt, dass B in A5 im Vergleich zu VX und A4 die Spannweite QT/RR deutlich Richtung Begeisterung, Freude und Tatkraft senkt, zu, während H die Spannweite QT/RR auch senkt, aber das Niveau nicht Richtung Begeisterung, Freude und Tatkraft, sondern leicht in Richtung Stress und emotionale Belastung. Die Bewegungen des Blutdrucks bei diesem Mann (Proband H) mit 27 Jahren sind deutlich im Hochdruck-Bereich und nicht konform mit dem normalerweise erwarteten Trend in den 19 Übungen. Der Mittelwert des arteriellen Blutdrucks steigt bei H deutlich von VX bis A4 und dann weiter bis A5.

Bei Proband E steigt der mittlere arterielle Blutdruck und die Herzfrequenz stetig von VA bis A2. Die Spannweite des QT/RR-Verhältnisses steigt von VA zu A1 und fällt deutlich in A2. Proband E ist auch ein junger Mann von 25 Jahren. Sein Blutdruck steigt nicht in den Hochdruck-Bereich wie beim Probanden H. Doch ist deutlich erkennbar, dass eine sympathische Steuerung des Blutkreislaufs stattfindet nach 3-stündiger Fahrt mit dem Auto in A1. Die zusätzliche Belastung die A2 wegen der desynchronisierenden Wirkung der Massage-Einrichtung im 20-Sekunden-Takt erzeugt wird vom Körper deutlich kompensiert. Hier, d.h.in A2 steigt der Blutdruck. Das bedeutet die drastische Absenkung der Spannweite des QT/RR-Verhältnisses beim Anstieg des Gesamtniveaus der Pittaja-Prakrti. Eine Schärfung der Sensoren bei drohender Gefahr findet statt.

Die Natur der Pittaja-Prakrti wird verglichen mit der eines Tigers. Tiger sind gewohnt auf andere Tiere zu lauern und sie zu jagen. Sie setzen ihre Kraft beim Sprung auf ihre Beute so ein, dass das Beute-Tier (auch ein starker Ochse z.B.) bei vollem Galopp zum Fallen gebracht wird so dass sein Hals dabei bricht. Die präzise Abschätzung von der Geschwindigkeit, mit welcher sein Gegner handeln wird, darin liegt die Stärke der Raubkatzen. Die Ayurvedisten hielten daher Menschen mit der Fähigkeit zu treffsicheren und schnellen Entscheidungen für Pittaja-Prakrtis. Solche braucht man vor allem im Krieg. Die Vata-Störung einer solchen Pittaja-Prakrti besteht in der Darbietung einer solchen Komplexität in jeder Situation, so dass es der Pittaja-Prakrti sehr schwer gemacht wird, sich zu entscheiden.

- A2 – Die Massage-Einrichtung in der Rückenlehne funktioniert im 20-Sekunden-Takt (10 Sek.links/10Sek.rechts) unabhängig von den Lenkbewegungen des Fahrzeugs und der Geschwindigkeit.

- A5 – Der Spezialsitz ermöglichte die Kopplung der Massage durch die Polster in der Rückenlehne (links/rechts abwechselnd) synchron mit den Lenkbewegungen des Fahrzeugs und moduliert (schneller oder langsamer Wechsel) im Einklang mit der Geschwindigkeit.

Proband B – eine Pittaja-Prakrti mit einer Vata-Störung

Im normalen Berufsalltag, in welchem er es mit den Problemen von suchtgefährdeten Jugendlichen in der Jugendarbeit zu tun hatte, machte Herr B einen sehr besonnen Eindruck. Er wirkte ausgleichend im Gespräch und verständnisvoll, so dass man ihn für eine Kaphaja-Prakrti hätte halten können. Doch beim Autofahren auf kurvenreicher -strecke auf der Landstraße zeigte er extrem schnelle Reaktionen beim Überhole, Ausweichen, Gasgeben und -bremsen. Dies allein erzeugte Ängste bei den Beifahrern, die beide Male froh waren, wenn die 3stündige Fahrt zu Ende war. Das Setting des „mobilen Arbeitsplatzes“ bot nämlich Proband B eine seiner Natur entsprechende Aktionsbühne, die er in seiner Alltagssozialarbeit nicht bekommt. Seine latente zum Kampf und zur Jagd bereite Natur, die ihn auch für einen besseren Rang in der Gesellschaft befähigt hätte, wurde auch seinen schlechten Start ins Leben unterdrückt. Das Angebot an Vielfalt und Komplexität, die er einfach akzeptieren muss, ohne einen Weg zu sehen, wie er dies ändern könnte, hält seine für die Jagd geschärften Sinne in Schach. Das Endprodukt einer solchen Vata-Störung ist dann die Suche nach der Linderung in der Esslust, die zur Fettsucht führt, und der Nikotinabhängigkeit, welche kurzzeitig die Unlust vertreibt.