

**ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR  
AYURVEDISCHE MEDIZIN  
(MAHARISHI AYUR-VEDA)**

**A-1010 WIEN, BIBERSTRASSE 22/MEZZ.  
TEL: 01/513 43 52 (WOCHENTAGS 11.00 - 16.00 UHR), FAX: 01/513 96 60  
E-MAIL: LOTHAR.KRENNER@AON.AT**

**Van Swieten-Kongress 1998, AKH Wien  
Information über Ayurveda**

**Vorwort**

Durch die Wiederbelebung des Ayur-Veda im Rahmen von Maharishis Vedischem Gesundheitssystem ergeben sich in Kombination mit der Schulmedizin neue Perspektiven für eine nebenwirkungsfreie Behandlung von chronischen Krankheiten, psychosomatischen Störungen und Stressfolgeerkrankungen.

**Seminarthemen:**

- Der Körper als Ausdruck des Veda (Dr. Tony Naders bahnbrechende Entdeckung der Übereinstimmung "Vedischer Urklänge" mit der Struktur des Nervensystems);
- Nebenwirkungen der modernen Medizin;
- Ergänzung der modernen Medizin in 5 bisher vernachlässigten Bereichen:
  - 1.) Die Intelligenz des Körpers (Bewusstseinsentwicklung/Yoga/Transzendente Meditation)
  - 2.) Gesundheitliche Einflüsse aus dem Kosmos (Vedische Astrologie Maharishi Jyotish)
  - 3.) Gesundes Bauen und Wohnen - Architektur u. Baubiologie (Maharishi Sthapatya-Veda)
  - 4.) Wechselwirkung zwischen individueller und kollektiver Gesundheit (1%-Effekt)
  - 5.) Pulsdiagnose, Ernährung, Entschlackungskuren, biologische Rhythmen, Konstitutionstypen, Musiktherapie, Phytotherapeutika als Radikalfänger, etc.

Zu den jeweiligen Themen: wissenschaftliche Publikationen und Erfahrungen in der Praxis.

**DER VEDA ALS BAUPLAN**

# DES MENSCHLICHEN KÖRPERS

## Maharishis Vedisches Gesundheitssystem - einschließlich Maharishi Ayur-Veda

### Referat I: Theoretische Grundlagen

#### Einleitung

Der Ayurveda kommt aus Indien und gilt als eines der ältesten Heilverfahren („Ayu“ = Leben bzw. Lebensspanne, „Veda“ = Wissen). Er wurde von Maharishi Mahesh Yogi in Zusammenarbeit mit führenden indischen Ayurveda-Ärzten, westlichen Medizinerinnen und Naturwissenschaftlern in der modernen Form des Maharishi Ayur-Veda wiederbelebt. Ayur-Veda ist eine von 40 Disziplinen in Maharishis Vedischem Gesundheitsansatz.

Die Wiederherstellung des inneren Gleichgewichtes erfolgt - sanft, natürlich und ohne Nebenwirkungen - als Ergänzung der modernen Medizin in fünf bisher vernachlässigten Bereichen:

- 1.) Die innere Intelligenz des Körpers  
(Bewusstseinsentwicklung/Yoga/Transzendente Meditation)
- 2.) Gesundheitliche Einflüsse aus dem Kosmos (Vedische Astrologie)
- 3.) Orientierung der Städte, Häuser und Wohnräume - Baubiologie (Vedische Architektur)
- 4.) Wechselwirkung zwischen individueller und kollektiver Gesundheit (1% Effekt)
- 5.) Pulsdiagnose, Ernährung, Entschlackungskuren (Pancha-Karma), biologische Rhythmen, Konstitutionstypen, Musiktherapie, Phytotherapeutika als Radikalfänger, etc.

Der Schwerpunkt der Anwendung liegt in der Vorsorgemedizin, Psychosomatik, bei Stressfolgeerkrankungen und bei chronischen Erkrankungen.

#### Die Notwendigkeit für eine neue Theorie der Medizin:

Da die Schulmedizin nur ein hochspezialisiertes Teilwissen besitzt, führt dies trotz unbestreitbarer Erfolge zu Problemen:

Die negativen Nebenwirkungen sind enorm und werden meistens unterschätzt;

- Schätzungen zufolge sterben in den USA jährlich 180.000 Menschen an iatrogen bedingten Ursachen (Journal of the American Medical Association; 1994: 272:1851-1857)!
- Unbefriedigende Therapierfolge bei chronischen Krankheiten und abnehmende Compliance der Patienten.
- Es gibt kein wirklich gutes, effizientes System in der Vorsorgemedizin.

Ein vollständiges Wissen um alle Naturgesetze, die unsere Physiologie steuern, ist daher dringend notwendig. Solange nicht alle Faktoren, die für die Gesundheit entscheidend sind, berücksichtigt werden, kann ein Gesundheitssystem nicht erfolgreich sein. Maharishis Vedisches Gesundheitssystem bietet auf der Basis des vollständigen Wissens um die innere Intelligenz des Körpers - den Veda - ein effektiveres, ganzheitlicheres und mehr vorsorgeorientiertes Gesundheitssystem, das die Stärken der Schulmedizin nützt und unterstützt - jedoch deren Nebenwirkungen und Begrenzungen vermeidet.

### **Vedische Urklänge - die Baupläne des menschlichen Körpers**

Auf Grund der von dem Vedischen Gelehrten Maharishi Mahesh Yogi zusammen mit Physikern und Hirnforschern gemachten Entdeckung muss die menschliche Physiologie in Zusammenhang mit den Veden in einem völlig neuen Licht gesehen werden. Es handelt sich bei den Veden nicht um alte mythologische Schriften des frühen Indien, sondern um eine umfassende Darstellung aller Naturgesetze in Form von Klangfrequenzen. Seit Urzeiten werden diese vedischen Klänge in Indien von den Vedischen Experten (Pandits) rezitiert und von Generation zu Generation weitergegeben.

Laut dem Neurophysiologen und Hirnforscher Tony Nader besteht eine enge Beziehung zwischen der Funktion und der Struktur des menschlichen Nervensystems und den vedischen Urklängen (in Form der 40 Disziplinen des Veda und der Vedischen Literatur). Dr. Nader, der seine Ausbildung am Massachusetts Institute of Technology und der Harvard Medical School erhielt, machte die verblüffende Entdeckung, dass z.B. die 5 Untergliederungen des Thalamus mit den 16 Thalamuskernen und deren neuroanatomische und physiologische Verknüpfung exakt den 5 Kapiteln und den 16 Grundkategorien der vedischen Literatur des NYAYA entspricht. Auch die Funktionsweise des Thalamus deckt sich mit der Aktivität, die in NYAYA beschrieben wird.

Auch am Beispiel von YOGA kann dies dargestellt werden: YOGA steht für die vereinigende Qualität des Bewusstseins und die Fähigkeit unterschiedliche Werte (Millionen von Sinneseindrücken, Gedankenimpulsen usw.) zu einem sinnvollen Ganzen zu integrieren. In der Physiologie geschieht dies u.a. über die vereinigende Wirkung der Assoziationsfasern der Großhirnrinde. Die 4 Kapitel der klassischen Yoga Literatur (Patanjali Yoga Sutras) mit der entsprechenden Sutrenanzahl (51,55,55,34) können den 4 Lappen der Großhirnrinde und der Gesamtzahl der 195 Assoziationsfasern zugeordnet werden. DHANUR-VED kann dem Immunsystem zugeordnet werden, die Literatur der UPANISHADEN dem Hinterstrangsystem des Rückenmarks usw..

In dieser Weise drücken sich alle 40 Aspekte der Vedischen Literatur in entsprechenden Bereichen der Physiologie aus.

Der Quantenphysiker Hagelin konnte außerdem zeigen, dass die einzelnen Buchstaben, Worte und Verse der Vedischen Literatur in Übereinstimmung mit den neuesten Theorien der Quantenphysik eine strenge mathematische Ordnung aufweisen. Die vereinheitlichten Feldtheorien der Quantenphysik, die ein einziges abstraktes perfekt symmetrisches Feld als Grundlage des materiellen Universums postulieren (Lagrangian der Superstring- und N=1 Supergravity Theorie), können auf Grund der großen Parallelen mit dem Konzept des Veda in Übereinstimmung gebracht werden: Der Veda als das Feld ewiger selbstbezogener Dynamik reinen Bewusstseins an der Basis der Schöpfung. Gemäß Quantenphysik und Chaostheorie ist „Alles mit Allem“ verbunden und perfekt aufeinander abgestimmt; wir leben in einem UNI-VERSUM. Es gibt nicht zwei Welten - eine Welt des Geistes und eine eigene Welt der Materie. Die gemeinsame Grundlage von beiden ist Intelligenz, reines Bewusstsein und die Modifikationen des Bewusstseins in Form der Vedischen Urklänge.

### **Der Sitz der Intelligenz des Körpers**

In diesem Zusammenhang muss noch einmal betont werden, dass die Bedeutung der Vedischen Literatur sekundär ist - primär geht es um den strukturellen Aufbau und vor allem um den Klangaspekt. Maharishi Mahesh Yogis zeitloser Kommentar („Apaurushea Bhashya“) des RK-Veda (Rik-Veda) zeigt darüber hinaus, dass die eigentliche „Bedeutung“ in den verborgenen Zwischenräumen - in den stillen Lücken (gaps) - den Pausen zwischen den Klängen liegt. Hier befindet sich die organisierende Intelligenz, die Schaltzentrale aller Naturgesetze des Körpers und der gesamten Natur.

Die Vedischen Urklänge stellen sozusagen den abstrakten Bauplan für den Körper dar. Sie sind noch grundlegender als die DNS. Unser Körper ist somit nichts anderes als der sichtbare Ausdruck dieser inneren Intelligenzmuster - des Veda = verdichtetes Bewusstsein. Diese körpereigene Intelligenz kann direkt im Grundzustand des eigenen Bewusstseins an der Quelle unserer Gedanken durch Transzendente Meditation erfahren und belebt werden.

### **Heilung durch Wissen**

Auf der Grundlage dieser durch die moderne Physik und Neurophysiologie gestützten sensationellen Entdeckung zeichnet sich eine neue Theorie für die gesamte Medizin ab, deren praktische Auswirkungen noch gar nicht abzuschätzen sind. Die innere Intelligenz des Körpers - der Veda als Grundlage aller Naturgesetze - wird gezielt für die Heilung benützt.

Es ist ein Konzept, das primär auf Wissen (= VEDA) aufbaut. Wissen besitzt heilende Kraft. Ohne Wissen - ohne Bewusstseinsentwicklung - gibt es keine Heilung, bzw. Befreiung von Krankheit und Leiden. Bei einer Krankheit handelt es

sich letztlich um einen Wissensverlust, einen „Gedächtnisverlust“. Die einzelnen Teile des Körpers haben sozusagen ihre Beziehung zur Quelle, zur Ganzheit verloren. Die unterbrochene Kommunikation, die Verbindung zwischen der inneren Intelligenz und ihrem materiellen Ausdruck, dem Körper, muss wieder hergestellt werden.

### **Der „innere Arzt“**

Der „innere Arzt“ erhält dadurch die Gelegenheit sich selbst zu heilen. Die alte Erfahrungsweisheit „Medicus curat, Natura sanat“ steht damit auf einer wissenschaftlichen Grundlage. Erstmals ist es gelungen, diese „heilende Natur“ in Form der universellen Klangstrukturen des Veda näher zu untersuchen und auch gezielt zu aktivieren.

Maharishis Vedischer Ansatz für Gesundheit nutzt dieses vollständige Wissen vom Naturgesetz, das in den 40 Qualitäten des Veda und der vedischen Literatur - den 40 Vedischen Disziplinen - zur Verfügung steht, wobei der Ayurveda nur einen Teil davon darstellt. Dadurch eröffnen sich, wie die Praxis zeigt, auch neue Behandlungsmöglichkeiten für Patienten mit chronischen Erkrankungen.

### **Bestätigung in der Praxis und durch wissenschaftliche Untersuchungen**

Dieses neue Konzept über die Grundlagen einer Geist-Körper Medizin konnte in den letzten Jahren durch medizinische Forschungen eindrucksvoll bestätigt werden. Insbesondere liegen über 500 neurophysiologische, immunologische, psychologische und soziologische Studien über die Technik der Transzendentalen Meditation, pflanzliche Nahrungsergänzungen (Rasayanas), „Entschlackungs-Kuren“ (Maharishi Pancha-Karma) und die Auswirkungen der Musiktherapie vor. Die Arbeiten wurden in anerkannten Fachzeitschriften veröffentlicht.

Alle Therapien können problemlos mit schulmedizinischen Maßnahmen kombiniert werden.

## **DER VEDA ALS BAUPLAN DES MENSCHLICHEN KÖRPERS**

### **Maharishis Vedisches Gesundheitssystem - einschließlich Maharishi Ayur-Veda**

#### **Referat II: „Glück ist Medizin“ Anwendungen in der Praxis**

Sowohl der modernen Schulmedizin als auch dem Ayur-Veda, wie er gegenwärtig in Indien praktiziert wird, fehlt - wenn auch auf unterschiedliche Weise - ein wirklich ganzheitliches Verständnis der Funktionsweise der „inneren, steuernden Intelligenz“ des Körpers.

Durch die Wiederbelebung des Ayurveda im Rahmen von Maharishis Vedischem Gesundheitssystem ergeben sich in Kombination mit der Schulmedizin neue Perspektiven für eine ganzheitliche Diagnose und Therapie. Insgesamt gibt es 40 verschiedene Disziplinen in Maharishis Vedischer Wissenschaft. Das Seminar behandelt schwerpunktmäßig 5 große Bereiche, die normalerweise von der Medizin vernachlässigt werden, jedoch auf subtile und nachhaltige Weise unsere Gesundheit beeinflussen:

## **I.) Bewusstsein - Die „innere Intelligenz“ des Körpers**

Die Basis der menschlichen Physiologie ist ein abstrakter Bereich von Intelligenz, reines Bewusstsein. Ununterbrochen laufen Milliarden von komplexen Stoffwechselfvorgängen ab, die intelligent aufeinander abgestimmt sind. Daher ist eine Bewusstseinstechnologie der direkteste Weg um die Physiologie positiv zu beeinflussen und das Entstehen von Krankheiten zu verhindern. Da jedoch bisher keine einfache, standardisierte und objektivierbare Bewusstseinstechnologie zur Verfügung stand, wurde dieser wichtige Aspekt in der Medizin mehr oder weniger ausgeklammert.

Maharishis Technik der Transzendentalen Meditation, eine uralte geistige Yoga Technik, ist wahrscheinlich die am besten untersuchte Methode zur Bewusstseinsentfaltung und Entspannung. Sie erfüllt alle Kriterien, die an eine effektive Methode der Prävention gestellt werden können - einfach, standardisiert und durch Langzeitstudien objektivierbar. Sie kann in wenigen Tagen praktisch von jedem erlernt werden und wird 2x täglich bequem sitzend für ca. 20 min. praktiziert. (Voraussetzung ist das korrekte Erlernen durch einen autorisierten Meditationslehrer.)

Laut Prof. Selye, dem Begründer der modernen Stressforschung, sind die physiologischen Veränderungen während der Praxis der Transzendentalen Meditation negativen Stressreaktionen genau entgegengesetzt. Auf Grund der Art der physiologischen Veränderungen (Kohärenzmuster im EEG, Respiration, resp. Quotient, Muskeltonus, etc.) spricht man auch von einem „Vierten Hauptbewusstseinszustand“ (neben Wachen, Träumen und Tiefschlaf), in dem der Körper mit einem Minimum an Energieaufwand arbeitet und sich dabei optimal regeneriert.

## **II.) Pulsdiagnose**

a.) Die hier verwendete Pulsdiagnose ist einzigartig (wesentlich komplexer und effektiver als die gewöhnlich in Indien praktizierte). Sie ermöglicht das frühzeitige Erkennen von praeklinischen Störungen - in Form eines Ungleichgewichtes der 3 physiologischen Regulationskräfte (Vata-Pitta-Kapha). Die unspezifische und ganzheitliche Art der Maharishi Ayur-Veda Pulsdiagnose ist eine ideale Ergänzung zur spezifischen Organdiagnose der Schulmedizin.

Außerdem kann durch die Feststellung der psychosomatischen Grundkonstitution die verwendete Therapie individuell abgestimmt werden. Patienten können auch trainiert werden bei sich selbst den Puls zu fühlen, um so rechtzeitig Vorsorgemaßnahmen ergreifen zu können.

b.) Unter anderem kommen folgende therapeutische Maßnahmen zum Einsatz:

Diät - abgestimmt auf Konstitution, Jahreszeit und Lebensalter

Gewürze, Nahrungsergänzungen (pflanzlichen und mineralischen Ursprungs)

Berücksichtigung von tages- und jahreszeitlichen Rhythmen

„Entschlackungskuren“ mit Ganzkörpermassagen und diversen Kräuteröl-anwendungen

Vedische Körperübungen (Yoga-Asanas)

Transzendente Meditation

Vedische Urklänge, Musik- und Aromatherapie, usw..

c.) Kurzer Überblick über Ätiologie, Pathogenese und Diagnose im Maharishi Ayur-Veda:

Die Beziehung zwischen moderner Physik (Einheitliche Feldtheorien), der Lehre von den 5 Elementen (Panchamahabhutas ) und den 3 Regulationskräften (Tridoshas).

### **III.) Optimale Orientierung der Städte, Häuser und Wohnungen - Maharishi Sthapatya-Veda (Vedische Architektur)**

Die Ausrichtung der Eingänge, die Anordnung der Zimmer, die Position des Hauses auf dem Grundstück, die Proportionen der Wände, Türen und Fenster, usw. bis hin zur Verwendung von natürlichen, ungiftigen Baumaterialien und erneuerbaren Energien - alle unterschiedlichen Komponenten haben einen Einfluss auf unsere Gesundheit. So sind z.B. Südeingänge ungünstig für die Bewohner - der Haupteingang eines Gebäudes oder einer Siedlung sollte idealerweise nach Osten gerichtet sein.

Neuere Untersuchungen zeigen, dass die Himmelsrichtung und die Drehung des Kopfes tatsächlich einen Einfluss auf die neuronale Aktivität haben. Bestimmte Gehirnzellen verhalten sich wie eine Art von „Kompass“ („Head direction cells“ im Thalamus und „Place cells“ im Hippocampus). Das heißt, wenn man nach Osten blickt arbeitet die Gehirnphysiologie anders als wenn man nach Westen oder Süden

schauf. Dieser natürliche Sinn für Orientierung wird jedoch in falsch ausgerichteten Wohnungen und Häusern gestört und ist laut der Vedischen Architektur die Ursache, nicht nur für gesundheitliche, sondern auch familiäre und berufliche Probleme.

Im Maharishi Sthapatya-Veda - der alten Wissenschaft der Vedischen Architektur und Baubiologie - wurde das Wissen wiederbelebt, um Wohnungen und Städte im Einklang mit dem Naturgesetz so zu bauen, dass sie einen gesundheitsfördernden Einfluss auf unser Leben haben.

#### **IV.) Kosmische Entsprechungen („Gegenspieler“) der menschlichen Physiologie - Maharishi Jyotish (Vedische Astrologie)**

Körperliche Strukturen, einschließlich der DNS, spiegeln die Struktur des Universums wieder. Jeder Teil des Körpers besitzt sozusagen einen „kosmischen Gegenspieler“ in Form der Sonne (Thalamus), des Mondes (Hypothalamus), der Planeten und der Fixsterne (Hirnstamm und Basalganglien). Diese „kosmischen Gegenspieler“ üben einen direkten Einfluss auf unsere Gesundheit aus - Tag für Tag, das ganze Leben. Niemand kann sich diesem Einfluss entziehen. Programme wie Maharishi Jyotish und Maharishi Yagya können diese Beziehung zwischen Individuum und Kosmos mathematisch analysieren und notfalls negative Einflüsse neutralisieren und positive verstärken.

#### **V.) Wechselwirkung zwischen individueller und kollektiver Gesundheit (1% Effekt)**

Das Konzept der kollektiven Gesundheit fehlt in der Schulmedizin vollständig. Die Begriffe Krankheit und Gesundheit gelten jedoch nicht nur für den einzelnen Menschen, sondern auch für eine Stadt oder ein Land als Ganzes. Viele individuelle Gesundheitsprobleme entstehen durch eine kollektive Atmosphäre von Stress, Angst, Unordnung und Disharmonie. Über 40 gut dokumentierte Studien zeigen, dass die Gruppenpraxis der Transzendentalen Meditation bzw. das Yogische Fliegen effektive Möglichkeiten sind, um negativen Stress im kollektiven Bewusstsein zu neutralisieren. Das verbesserte soziale Klima schlägt sich nachweisbar in einer Abnahme der Unfallraten, Spitalweisungen, der Kriminalitätsrate und anderer sozialer Parameter nieder. So wie Geist und Körper eins sind, sind wir auch untrennbar mit unserem sozialem Umfeld verbunden.

#### **Zusammenfassung:**

Alle Therapien der Maharishi Vedischen Gesundheitsprogramme können mit schulmedizinischen Maßnahmen (oder anderen komplementären Methoden) problemlos kombiniert werden.



Bei hartnäckigen chronischen Erkrankungen besteht außerdem auch die Möglichkeit einer Zusammenarbeit mit den Ärzten des Internationalen Konsultationsservice der Maharishi Ayur-Veda University in Holland und in Indien.

## **Zusammenfassung von Untersuchungsergebnissen über Maharishis Vedischen Gesundheitsansatz (insgesamt über 500 Studien):**

### **A.) Die Kraft der Stille - Maharishis Transzendente Meditation**

Zu jedem im folgenden erwähnten Untersuchungsergebnis liegen nicht nur eine, sondern oft zahlreiche verschiedene Studien vor, auch in Form von Meta-Analysen: Zunahme der EEG-Kohärenz (intra- und interhemisphärische Kohärenz während und nach der Meditation; synchronisierte frontale EEG-Theta-Aktivität hoher Amplitude; Gleichzeitigkeit von Theta und Delta mit Alpha und Beta-EEG-Aktivität; Ausbreitung von Alpha Aktivität nach frontal; kürzere Latenzzeit und ganzheitlichere Reaktionen auf evozierte Potentiale; größere laterale Asymmetrien während rechts- und linkshemisphärischer Aufgaben; usw.); erhöhte Reaktionsgeschwindigkeit und verbesserte Geist-Körperkoordination; verbesserte sportliche Leistungen; Zunahme der Gehirndurchblutung; Stabilitätszunahme des autonomen Nervensystems; verbesserte links- und rechtshemisphärische Leistungen; verbesserte Wahrnehmungs- und Gedächtnisleistungen; zunehmende Kreativität (Flüssigkeit, Flexibilität und Originalität); Verbesserung der kognitiven Leistungen bei älteren Menschen; Abnahme von Angst (laut Meta-Analyse über 20% effektiver als andere Methoden); Abbau von Aggressionen; verminderte Depressionsneigung; positivere Selbsteinschätzung; Zunahme der Feldunabhängigkeit; verbesserte akademische Leistungen bei Studenten; Verminderung der Herzbelastung, der Atemfrequenz, des Blutlaktatgehaltes und der Hautwiderstandsreaktionen (Meta-Analyse); Senkung des Plasma-Cortisol-Spiegels; verbesserte Glucosetoleranz; Senkung des Cholesterinspiegels; verringerter Glucosestoffwechsel in Erythrozyten; im Vergleich zu Kontrollpersonen verbesserte Reparaturmechanismen der DNS nach Bestrahlung (in vitro); altersabhängig signifikant höhere DHEAS Spiegel; 15% Reduktion von Lipid-Peroxid-Spiegel bei älteren Menschen; Steigerung des Serotonin Stoffwechsels (5-HIAA Konzentration im Harn); Abnahme von Bluthochdruck (auch im Vergleich zu anderen Entspannungsmethoden); verbesserte Belastungstoleranz und verzögerte ST-Senkung bei Angina-Pectoris-Patienten; Abnahme von Schlaflosigkeit (Ein- und Durchschlafstörungen, Schlafqualität); Verbesserungen bei Asthma (Atemwegswiderstand, Einsatz von Antiasthmatica); weniger Komplikationen während Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett; spontane Veränderung im Gesundheitsverhalten: Senkung des Zigaretten- und Alkoholkonsums; Abnahme von Drogen- und Medikamentenmissbrauch; Verlangsamung des Alterungsvorganges (Blutdruck, Hörschwelle, Nahpunkt, Lungenkapazität; DHEAS Spiegel; Lipid-Peroxid-Spiegel; kognitive Leistungen; Stressverarbeitung; Mortalität).

Langzeitstudien: Über 50% Abnahme der Inanspruchnahme medizinischer Leistungen mit daraus resultierender finanzieller Entlastung des Gesundheitsbudgets (im Detail: Karzinome - 55%, Erkrankungen des Nervensystems - 87%, Herz-Kreislauf-Erkrankungen - 76% ; Stoffwechselerkrankungen - 48%, usw.)

### **B.) Die Intelligenz der Pflanzen:**

Rasayanas sind komplexe Pflanzenmischungen, die nach alten Rezepten in mehreren, oft Wochen und Monate dauernden, Verarbeitungsschritten hergestellt werden. Eines der am gründlichsten untersuchten Rasayanas ist Maharishi Amrit Kalash:

Deutliche krebsschutzende Wirkung im Tierversuch (Mammakarzinom; Lungenkarzinom; Hauttumoren, Neuroblastom); Senkung der Nebenwirkungen der Chemotherapie (Adriamycin); keine mutagenen oder toxischen Effekte bei 20-facher Dosierung der Humandosis; Verstärkung der Immunantwort (T-Lymphozytenproliferation), andererseits Verhinderung einer exzessiven Immunantwort und überschießende Entzündungsreaktionen durch neutrophile Granulozyten; Verbesserung von Atemwegsallergien; signifikante Reduzierung der Substanz P; effektivere Bindung und Elimination von freien Radikalen (z.B. oxidiertes LDL) als durch bekannte Antioxidantien (Vit C, Vit E, Probuco); Induktion der Superoxiddismutase (SOD) in Lymphozyten um 200%; starke Bindung an Opiatrezeptoren; Ergebnisse subjektiver Bewertungsbögen: mehr Wohlbefinden, Energie und geistige Klarheit und weniger Müdigkeit und Stress; verbesserte visuelle Unterscheidungsfähigkeit; deutlich verlängerte Lebensdauer (Mäuse und Fruchtfliegen); Schutz vor der Erzeugung freier Radikale durch das industrielle Lösungsmittel Toluol; Reduktion wesentlicher Risikofaktoren kardiovaskulärer Erkrankungen (Thrombozytenaggregationsneigung, Gesamtcholesterin- und Lipidperoxidspiegel usw.).

### **Literatur:**

Tony Nader, Menschlicher Körper als Ausdruck des Veda und der Vedischen Literatur, Maharishi Vedic University-Press, NL 6063 NP Vlodrop, Holland (ISBN 90-71750-18-03).

Hari Sharma, Freedom from Disease - How to control Free Radicals, Veda Publishing, Ontario, Canada (ISBN 1-895958-00-8).

Scientific Research on the Transcendental Meditation Program: Collected Papers, Volume 1 -5 , Maharishi Vedic University-Press, Holland.

Diese Bücher, weitere Literatur und Originalarbeiten sind über die Österreichische Gesellschaft für Ayurvedische Medizin erhältlich: 1010 Wien, Biberstrasse 22/Mezz.