

# EIGENSCHAFTEN DER DOSHAS

	VATA	PITTA	KAPHA
<b>Elemente</b>	Wind und Raum	Feuer und Wasser	Wasser und Erde
<b>Eigenschaften</b>	Leicht, trocken, rau, kalt, beweglich	heiß, feucht, leicht, ölig, scharf, sauer	Schleimig, träge, schwer, kalt, rigide
<b>Körperlich</b>	Unterbauch, Darm	Oberbauch, Magen	Bronchien, Kopf
<b>Geistig/Seelisch</b>	Oft sorgenvoll, aber auch enthusiastisch, schneller Selbstzweifel, leicht zu begeistern	Kraftvoll, selbstbewusst, ohne Zweifel, risikofreudig, konfrontativ	Langsam, bedächtig, ohne Risiko, gerne auf der sicheren Seite
<b>Uhrzeit</b>	14-18 sowie 2-6 Uhr	10-14 sowie 22-2 Uhr	6-10 sowie 18-22 Uhr
<b>Sinnesorgan</b>	Ohr und Haut	Augen	Geschmack/Geruch
<b>Zugehöriges Gewebe</b>	Nervengewebe	Lymphne und Drüsen	Fortpflanzungsgewebe
<b>Prinzip</b>	Bewegung	Umsetzung	Stabilität, Immunkraft
<b>Im Überschuss</b>	Durchschlafstörungen, Sorgen, Zweifel, Verstopfung, Trockenheit	Sodbrennen, Einschlafstörungen, Emotionale Explosion	Lethargie, Verdauungsschwäche, Rückzug
<b>Physiognomie</b>	Unregelmäßigkeiten	regelmäßig	groß
<b>Im Klimakterium</b>	Trockenheit	Hitzewallungen	Gewichtszunahme
<b>Altersabschnitte</b>	Ab ca. 50 Jahre (Wechseljahre)	Ab ca. 18 Jahre - 50 (Höhepunkt mit 35)	0- max. 18 Jahre (Kinderjahre + Krankheiten)