



Informationen zu Ayurveda-Kuren im Somatheeram

Quelle: Somatheeram

Grundlagen

„Ein Mensch wird gesund genannt, wenn dessen Physiognomie im Gleichgewicht ist, dessen Verdauung und Stoffwechsel gut arbeiten, dessen Gewebe- und Ausscheidungsfunktion normal funktionieren und dessen Seele, Geist und Sinne sich im Zustand dauerhaften, inneren Glücks befinden.“

Sushruta, ayurvedischer Arzt, 1000 v.Chr.



Ayurveda ist eine Lebensphilosophie, die sich mit der Wahrung eines gesunden Lebensstils beschäftigt. Sie entstand vor etwa 5000 Jahren in Indien und stellt das älteste überlieferte Medizinsystem der Welt dar. Die ersten schriftlichen Überlieferungen reichen bis zu 3.000 Jahre zurück.

Seinen sprachwissenschaftlichen Ursprung hat Ayurveda im Sanskrit:

„Ayus“ bedeutet Leben, beziehungsweise Zeitspanne des Lebens. „Veda“ meint das Wissen oder auch die Wissenschaft.

Die Wortzusammenstellung „Ayurveda“ bedeutet also nicht nur „Wissen vom Leben“. Sie will auch aussagen, dass man sein Leben in physischer und psychischer Hinsicht in bestmöglicher Verfassung verbringen soll. Die ayurvedische Philosophie hat ein langes und

vor allem gesundes Leben im Sinne eines ausgeglichenen Lebensstils im Blick – basierend auf den drei Säulen Körper, Geist und Seele.

Dabei steht nicht nur die Behandlung von Krankheiten, sondern auch die Vorbeugung durch Entschlackungs- und Vitalisierungsbehandlungen im Vordergrund.

Der Mensch wird als Einheit von Körper, Seele und Geist gesehen – und entsprechend muss jeder Behandlungsplan auf die individuellen Bedürfnisse des Patienten eingehen.

Am Beginn jeder Kur steht deshalb eine Eingangsuntersuchung durch die behandelnden Ärzte, zu der neben der Erfassung der Krankheitsgeschichte und der aktuellen Lebensgewohnheiten auch die Pulsdiagnose und eine körperliche Untersuchung gehören. Eine besonders wichtige Rolle spielt dabei die Feststellung des Dosha-Typs nach dem ayurvedischen TriDosha-Konzept.

Doshas existieren in jeweils unterschiedlich starker Ausprägung von Geburt an in jedem Menschen. Sie sollten sich stets in Harmonie zueinander befinden – auch wenn sich ihr Verhältnis untereinander im Laufe des Lebens verschieben kann.

Die richtige Balance der Doshas ist Voraussetzung für körperliche und geistige Gesundheit.

Ein ungesunder und unausgeglichener Lebensstil oder Änderungen der Lebensumstände verschieben das natürliche Gleichgewicht. Diese Störung der Balance wird in der ayurvedischen Lehre als Grund für Krankheiten gesehen.

Ziel jeder Panchakarma-Behandlung ist die Wiederherstellung des Gleichgewichts. Elementare Bestandteile jeder Kur sind dabei Ölmassagen, verschiedene Kräuter- und Reinigungsbehandlungen sowie Yoga und Meditation. Der genaue Behandlungsplan muss individuell erarbeitet werden. Dies gilt auch für den ayurvedischen Ernährungsplan: Denn je nach Dosha-Konstitution beeinflusst das gleiche Gewürz oder die gleiche Zutat die Balance der Doshas unterschiedlich.

Anwendungsgebiete

Ayurveda teilt Beschwerden nicht in die uns bekannten Kategorien ein, sondern beschäftigt sich mit jedem Element individuell. Was in der westlichen Schulmedizin als Krankheit behandelt wird, gilt in der ayurvedischen Lehre als Symptom und als Folge eines Ungleichgewichts der Doshas.

Nach Rücksprache mit verschiedenen Ärzten haben wir uns dennoch entschlossen, einige Anwendungsgebiete aufzulisten und einige Beschwerden zu nennen, die in der Vergangenheit schon häufig durch ayurvedische Behandlungen gelindert wurden. Selbstverständlich variieren die Behandlungsarten dabei je nach Dosha-Typ.

Im Folgenden finden Sie einige Stichpunkte zu bekannten Beschwerden aufgelistet. Dabei ist zu betonen, dass die übergeordneten Begrifflichkeiten in dieser Form nicht in der ayurvedischen Lehre existieren.

Wir sind Ihnen gegenüber verpflichtet zu erwähnen, dass wir keine verbindliche Garantie oder Versprechen zu Heilungserfolgen geben können. Dies ist für uns eine Frage der Redlichkeit und der Glaubwürdigkeit. Beides möchten wir nicht in Zweifel ziehen lassen.

Was wir Ihnen allerdings garantieren können: Unser Ayurveda-Team wird mit größtem Einsatz und all seiner Erfahrung sein Bestes tun, Sie bestmöglich medizinisch zu versorgen.

- **Körperpflege & Kosmetik**
- **Herz- und Kreislauf**
- **Augen**
- **Gynäkologie**
- **Verdauungssystem**
- **Mental-psychische Störungen**
- **Neurologische Störungen**
- **Stoffwechsel**
- **Muskel / Knochen**
- **Atemwege**
- **Haut**
- **Urologie**