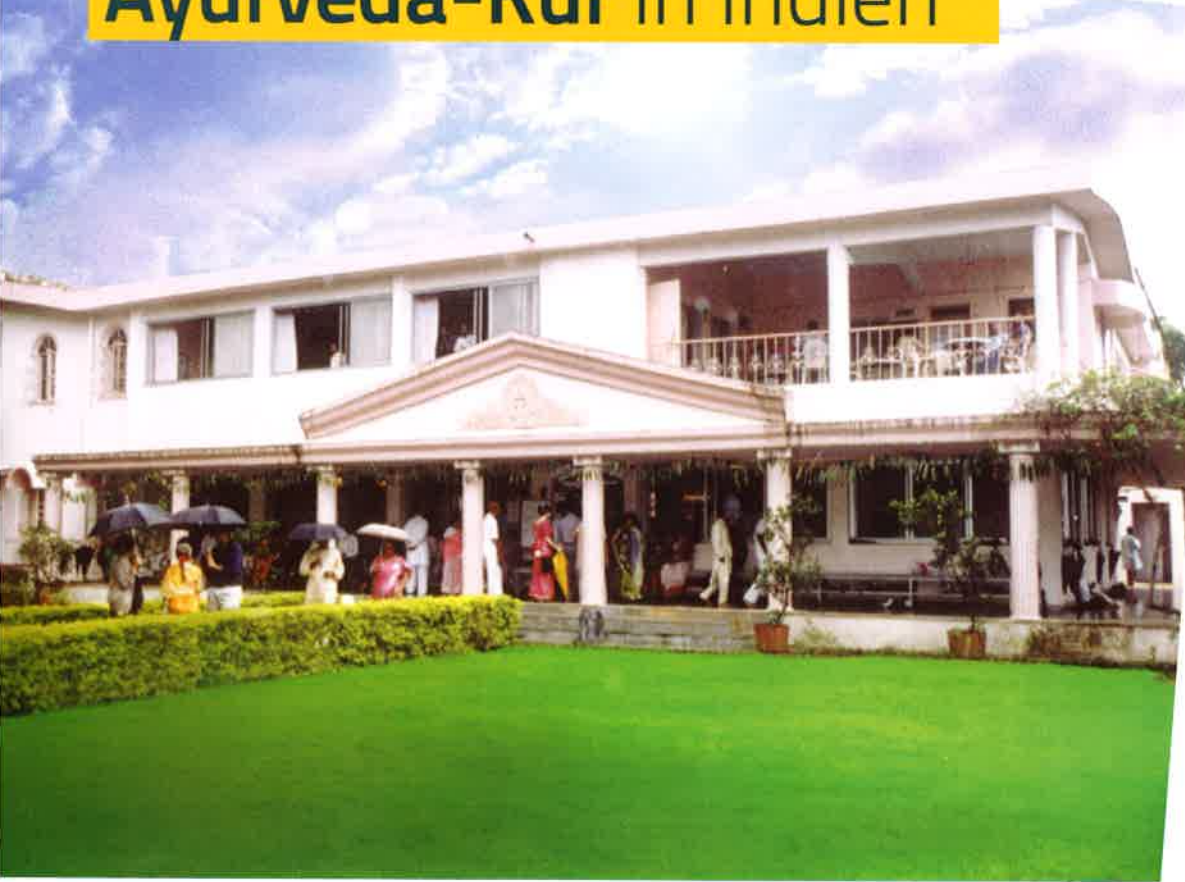


Eine Reise zur traditionellen Ayurveda-Kur in Indien



DAS REISELAND INDIEN WIRD AUTOMATISCH MIT "AYURVEDA" VERBUNDEN. WAS VERBIRGT SICH HINTER DIESEM BEGRIFF, DER IN KEINER REISELITERATUR FEHLEN DARF - ODER IST ER GAR DER GRUND FÜR EINE INDIEN-REISE?

Unter Ayurveda versteht man die klassische indische Naturheilkunde, welche als das älteste, ganzheitliche Medizinsystem der Welt angesehen und seit 1979 auch von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlen wird.

Besonders die Kuren des Ayurveda beeindruckten die Indien-Reisenden seit Jahrzehnten, denn sie beobachteten beeindruckende Heilerfolge insbesondere bei chronischen Erkrankungen. Aber auch als einfache Reinigungs- oder Verjüngungskur wird die Ayurveda-Kur, auch Panchakarma Kur genannt, geschätzt.

DAS BEWEGUNGSPRINZIP VATA

Ayurveda unterscheidet drei Funktionsprinzipien, nämlich Kapha, Pitta und Vata. Die drei Bioenergien wirken in jeder Zelle. Deren optimales Zusammenspiel verdeutlicht sich in einer persönlichen, inneren Harmonie, Gesundheit und Zufriedenheit.

Das Prinzip Vata regelt unter anderem alle Bewegungsabläufe im Körper sowie die nervlichen Prozesse. Ist das Vata außer Balance, gilt der Organismus als zu "trocken" und "kalt" und es ergeben sich Störungen des Bewegungsapparates sowie alle Arten von Schmerzen und Nervensymptomen. Vata hat seinen Sitz im Darm - Ayurveda geht davon aus, dass sich die meisten Krankheiten von hier aus entwickeln.

WAS IST DAS BESONDERE EINER AYURVEDA-/ PANCHAKARMA KUR?

Die Santulan Kur, eine neu gestaltete Panchakarma Kur, ist ein außerordentlich wirksames, ganzheitliches Gesundheitsprogramm zur Verjüngung, Reinigung und Behandlung von Krankheiten. Die Teilnehmer erhalten eine schmackhafte, vegetarische Diät und unterziehen sich verschiedenen ayurvedischen Anwendungen wie z.B. Ölmassagen und Dampfbad, Einnahme von ayurvedischem Kräuterghee und einer Ausleitung zur Reinigung des Magen-Darm-Traktes.

WOZU EINE KUR IM URLAUB?

Ayurveda geht davon aus, dass sich

auch bei recht gesunder Lebensweise im Körper Schlackenstoffe ablagern, ähnlich wie sich in einer gut gepflegten Wohnung dennoch immer wieder Schmutzspeck bilden, die dann z.B. im Rahmen eines Frühjahrsputzes beseitigt werden. Diese Schlackenstoffe lagern sich im Körpergewebe ab und können besonders im Bereich der Blutgefäße und in den Gelenken, aber auch in der Haut, zu erheblichen Problemen führen. Im Laufe der Jahre kann dies die Grundlage für so manche chronische Erkrankungen bilden.

Hier kann eine Ayurveda-Kur Abhilfe schaffen, indem diese Schlacken- und Giftstoffe mit Hilfe des Kräuterghees gelöst und aus dem Körper ausgeleitet werden.





HEILEN MIT BUTTER

Dazu ist es nötig, dass der Kurteilnehmer eine bestimmte Menge Kräuterghee/Butterschmalz trinkt. "Ja, aber...!" - mag man nun vielleicht einwenden - "Wir haben doch oft genug gehört, dass Butter den Cholesterinspiegel erhöht und daher zu vermeiden ist!"

Nun ist es wichtig, zu wissen, dass in Indien viele chronische Erkrankungen, z. B. des rheumatischen Formenkreises, aber auch schwerstkranke Herzpatienten mit dieser Methode behandelt werden. Selbst Menschen mit hochgradiger Koronarsklerose, denen von der Schulmedizin dringendst eine Bypass-Operation empfohlen wurde, wird genauso Butterschmalz verabreicht, wie völlig Gesunden; und bereits nach vier Wochen ist an eine

Operation nicht mehr zu denken - das Herz wird wieder genügend versorgt. Hier sei also erwähnt, dass durch diese Ayurveda-Kur bei tausenden von Kurteilnehmern nachgewiesen worden ist, dass die These von der Schädlichkeit der Butter so nicht stimmt und besonders dann nicht, wenn das Butterschmalz medizinisch aufbereitet wird.

Hierzulande gibt es viele Arten von Kuren, die ebenso den Anspruch erheben, entschlackend bzw. reinigend zu wirken. Das ist auch richtig, allerdings bezieht sich dies weitgehend nur auf wasserlösliche Gift- und Schlackenstoffe, während mit der hier vorgestellten Kur die besonders problematischen fettlöslichen Stoffe erreicht werden. Dies macht das Besondere der Kur aus.

Autor: Reinhard Ravidas Korn, Leiter des Kurzentrums in Deutschland

AYURVEDA GESUNDHEITZENTRUM

Atmasantulana Village

Im Jahre 1982 gründete Shri Balaji També das Atmasantulana Village in Karla, Maharashtra. Auf der Basis einer vedischen Lebensgemeinschaft verhilft er hier den Besuchern und Kurteilnehmern ihre Balance für Körper, Geist und Seele zu finden (Atma = Seele, Santulan = Balance). Dabei geht es nicht in erster Linie darum, Krankheiten zu behandeln, sondern Gesundheit zu fördern und die gesamte Lebensqualität langfristig zu optimieren.

Im Atmasantulana Village entstand durch Shri Balaji També auch das erste Ayurvedazentrum für seine Santulan-Panchakarma, welche er seit den 70er Jahren praktiziert. Bei der Kur ist es ihm besonders wichtig, das Anwenden ayurvedischer Prinzipien in den Alltag zu vermitteln. Seine Gesundheitsstrategie bezieht Yoga, Atemübungen, heilende Musik und Meditation mit ein.

Das Atmasantulana Village genießt für seine medizinischen Erfolge internationale Anerkennung. Es gilt jährlich für tausende Menschen aus Nah und Fern als das ideale Reiseziel für die wirklich ganzheitliche, persönliche Erholung.

SANTULAN PANCHAKARMA KUR IN INDIEN, ERFOLGREICH SEIT ÜBER 35 JAHREN

Atmasantulana Village
Near M.T.D.C. Holiday Resort
Karla 410 405, INDIA
Kontakt über Ayu Kontakte
c/o Santulan Ayurveda München:
www.ayu.de, Tel.: 089 981.086 28

SANTULAN PANCHAKARMA KUR IN DEUTSCHLAND, ERFOLGREICH SEIT 20 JAHREN

Santulan AUM Kurzentrum für
Ayurveda und Naturheilverfahren

Römerstraße 1-3
74629 Pfedelbach-Gleichen
(Nähe Heilbronn)

www.ayurvedakuren.de
Telefon 07949-590



Nachhaltig leben – im Einklang mit der Natur

- ★ ayurvedische Pulsdiagnose und Typberatung
- ★ Ernährung & Naturkosmetik
- ★ Vorträge und Produktschulungen auch für Ärzte und Heilpraktiker
- ★ Aroma- und Musiktherapie
- ★ Massagen

Wir beraten Sie gerne! Besuchen Sie uns auf: www.santulan.com