



Ayurveda-Schule im Rosenschloss
Wolfgang Neutzler, Heilpraktiker
Schlachteggstr. 3
89423 Gundelfingen an der Donau
info@schule-fuer-ayurveda.de
http://www.schule-fuer-ayurveda.de
Telefon: 0049 (0)9073 – 4480761
Mobil: 0157 - 51271025

Presseveröffentlichung August 2014

7 Fragen zum Geheimnis „Ayurveda als Lehre von einem glücklichen Leben“.

Ayurveda ist die Lehre von einem langen, glücklichen und gesunden Leben. Eigenschaften, die in der heutigen schnelllebigen Welt oft untergegangen sind. Ayurveda kann uns den Weg dorthin wieder weisen.

Was bedeutet Ayurveda?

„Ayus“ bedeutet das Leben und „Veda“ die Wissenschaft oder das wahre Wissen. Gemeint ist eine Erfahrungs-Wissenschaft, die ganz andere Werte vermittelt, wie wir es mit dem Begriff Wissenschaftlichkeit verbinden.

Frei übersetzt ist es die Lehre von einem **gesunden, glücklichen und langem Leben.**

Können diese „alten“ Erfahrungen auch heute helfen?

Die Erfahrungen von vielen Tausend Jahren sind als Essenz in dieser indischen Weisheitslehre „Ayurveda“ beinhaltet. Doch Ayurveda ist ein dynamisches System, es ist ein Medizinsystem, in dem der Mensch im Mittelpunkt steht. Durch die universellen Grundprinzipien kann Ayurveda an jedem Ort und zu jeder Zeit wirkungsvoll praktiziert werden.

Das Ayurveda-Medizin-System ist nicht statisch, es gibt auch den heutigen Therapeuten die Möglichkeit, die eigenen Erfahrungen mit einzubringen. ...Und es gibt jedem Menschen die Grundlagen, sich selbst besser kennen zu lernen und für sich und die eigene Gesundheit zu sorgen.

Was ist das Besondere an der ayurvedischen Lehre?

Im Mittelpunkt steht der Mensch – Ayurveda sagt: jeder Mensch ist einmalig. Auch wenn es „nur“ 3 Doshas (gemeint sind die 3 Bioenergien: Vata, Pitta und Kapha) gibt, und grundsätzlich nur 7 bzw. 10 Kombinationsmöglichkeiten davon, wird die ayurvedische Konstitutionslehre als einer der komplexesten angesehen. Für den Behandler ist es wichtig, die Einmaligkeit des Menschen zu erkennen, damit er ihn unterstützen kann, wieder in sein Gleichgewicht zu kommen. Dieses „Kennenlernen“ der Individualität steht natürlich jedem Menschen offen, dem die eigene Gesundheit wichtig ist.

Ist Ayurveda nur für kranke Menschen gedacht?

Ayurveda umschließt alle Aspekte des Lebens, die Ernährung, die Gesundheitsvorsorge, den Lebensstil, die Entspannung und Regeneration u.v.m. Aus diesen Worten ist schon erkennbar, dass Ayurveda insbesondere dazu dienen kann, gesund und fit zu bleiben und das bis ins hohe Alter.

Ayurveda kann aber auch bei bereits manifestierten Krankheiten dazu beitragen, wieder ins eigene Gleichgewicht zu kommen – was sich immer durch mehr Wohlfühl ausdrückt. Als Medizin-System ist Ayurveda insbesondere bei chronischen und degenerativen Krankheitsbildern wirkungsvoll.

Weitere Domänen des Ayurveda sind Stress und Burnout, Stoffwechselkrankheiten und „unerfüllter“ Kinderwunsch.

Warum ist es wichtig, Ayurveda am eigenen Körper zu erfahren?

Auch wenn es viele Ayurveda-Bücher gibt, Ayurveda ist eine Erfahrungswissenschaft und kann letztlich nur erfahren werden.

- Wie sollten die 6 Geschmacksrichtungen anders wahrgenommen werden können? - z.B. wenn die Nahrungsmittel verkostet werden, bzw. daraus ayurvedische Mahlzeiten hergestellt werden.
- Wie sollte man als stressbepogter Mensch sagen können, ob eine Ayurveda-Massage gut tut, wenn man es nicht an sich selbst erfahren?
- Wie sollte die Ruhe und Gelassenheit, die durch Meditation, Yoga, Atem-Übungen entstehen anders wahrgenommen werden als in seiner eigenen Wahrnehmung.

Stress und Burnout – Zeichen der Zeit oder Chance für ein erfüllteres Leben?

Immer häufiger klagen Menschen über Stress und Burnout. Unumgänglich in unserer Welt?

Ayurveda gibt ein klares Nein dazu – jeder kann lernen, ein erfülltes Leben zu führen, frei von Stress und Burnout. Aus einer ganzheitlichen Sicht sind dies lediglich Zeichen dafür, dass derjenige, der solche Zeichen und Symptome entwickelt, nicht in Harmonie mit sich Selbst ist – wir vernachlässigen uns und Stress und Burnout sind die Auswirkungen dieser Vernachlässigung.

Doch kann jeder sich für sich entscheiden, wieder in seine Harmonie kommen zu wollen. Das ist der erste Schritt zur Gesundung – Ayurveda kann ein wichtiger Begleiter sein, da hier das „Geheimnis Leben“ aus einer tieferen Sicht betrachtet wird.

Wie können Interessierte mehr über Ayurveda erfahren?

Ebook 11 Ayurveda-Geheimnisse enthüllt

Das Ebook 11 Ayurveda-Geheimnisse enthüllt gibt einen schnellen und tieferen Einblick über die ayurvedische Lehre von einem erfüllten und gesunden Leben. Dieses gibt es als Kindle-Ebook.

Dort kann auch eine Leseprobe eingesehen werden.

goo.gl/0mXHgE

Grundlagen des Ayurveda

Wer tiefer in die ayurvedische Lehre einsteigen will, für den gibt es in der Ayurvedaschule im Rosenschloss eine grundlegende Einführung in die ayurvedische Lehre.

Regelmäßig wird die Ausbildung „Grundlagen des Ayurveda“ durchgeführt. Dieses eignet sich hervorragend für alle Interessierte, die Ayurveda tiefer kennen lernen wollen. Es ist gleichzeitig die Grundlage für alle Ausbildungen der Ayurvedaschule Gundelfingen. Bei weiterführenden Ausbildungen kann dieses sogar als kostenloser Bonus in Anspruch genommen werden.

Weitere Informationen: <http://www.schule-fuer-ayurveda.de/>

Kochkurs Ayurveda

In der Ayurvedaschule im Rosenschloss werden regelmäßig n Kochkurse durchgeführt. Gezeigt wird dabei, wie schnell und köstlich die Ayurvedaküche ist.

Weitere Informationen: <http://www.schule-fuer-ayurveda.de/>

Resümee

Ayurveda ist ein Erfahrungswissen, welches jeder Mensch in sich selbst entdecken kann.

Unser Denken und fühlen, so sagt Ayurveda, bringt uns zum Handeln.

Unser Handeln aber bringt uns dazu krank zu sein oder gesund, je nachdem, welche Handlungsentscheidung wir getroffen haben.

Jeder kann sich entscheiden, mehr für seine Gesundheit zu tun, die Ayurvedaschule im Rosenschloss bietet vielfältige Möglichkeiten, die „Geheimnisse des Ayurveda“ für sich selbst aufzudecken.

Pressekontakt:

Ayurveda-Rosenschloss-Pressagentur

Herr Werner Appel

Schlachteggstr. 3

89423 Gundelfingen an der Donau

<http://www.ayurveda-rosenschloss.de>

mail@ayurveda-rosenschloss.de