



Fotos: Somatheeram Ayurvedic Health Resort

Authentisch: Die 60 Therapeuten des Somatheeram Ayurvedic Health Resort haben eine jahrelange Ausbildung hinter sich.

Ein Gefühl wie frisch geschlüpft

Regeneration für Körper und Geist: Ayurveda-Kur in Kerala

Fast möchte man wohligh gurren. Mit festem Griff und dennoch sanft streichen die zwei Inderinnen über den eingeeölte Rücken, über Arme und Beine, Nacken und Fußsohlen des Kurgastes. Wo ihre Hände sind, kann er mitunter gar nicht mehr sagen. Bereits zuvor hat ihn ein ayurvedisches Ölbad, genannt Pizhichil, in Schwebestand versetzt: Während er in einer Art Holzwanne lag, haben die Therapeutinnen synchron eine Stunde lang ununterbrochen warmes Kräuteröl über seinen Körper rinne lassen. Zu hören ist nur das Donnern der Brandung vom nahen Indischen Ozean.

Das Somatheeram Ayurvedic Health Resort liegt hoch über einem (fast) menschenleeren Sandstrand. 60 Stufen sind es hinunter ans Meer, wo die Fischer bei Sonnenaufgang wie eh und je ihre Boote an Land ziehen und den Fang aufteilen. Auch die Anlage selbst überzeugt durch ihre Authentizität. Die landestypischen Rundbungalows und Wohnhäuser füge sich harmonisch in den weitläufigen tropischen Garten ein. Ungestörte Tag-

träume in der Hängematte sind garantiert. Nur wenn die Gärtnerinnen die vielen Pflanzen und Kräuter wässern, dringen ab und zu ein paar leise Worte auf Malayalam ans Ohr, das die Menschen hier in Kerala, der Heimat des Ayurveda, sprechen.

Vor mehr als 20 Jahren war das Somatheeram eines der ersten indischen Resorts, das die 5.000 Jahre alte Heilkunst westlichen Urlaubern zugänglich machte. Seitdem kann Eigentümer Polly Mathew, der selbst lange in Deutschland gelebt hat, regelmäßig die Auszeichnung „Bestes Ayurveda-Resort in Kerala“ entgegennehmen, 2010 bereits zum zehnten Mal. Denn auch medizinisch setzt die Anlage Maßstäbe: Der ärztliche Leiter Dr. C. A. Raman war viele Jahre Gesundheitsminister für traditionelle indische Medizin in Kerala. Aus 30 verschiedenen Anwendungen stellt er mit seinem Ärzteteam für jeden Gast einen individuellen Behandlungs- und Speiseplan zusammen, je nachdem ob dieser entschlacken, abnehmen oder gar Rheuma kurieren will. Weitere Informationen unter: www.somatheeram.org.