

Greystones-Villa: Ein Ort der Heilung und Spiritualität

15 Jahre authentischer Ayurveda in der Greystones-Villa auf Sri Lanka.

Die Greystones-Villa in Sri Lanka hat Grund zu feiern! In diesem Jahr kann sie sich glücklich schätzen, ihr stolzes 15-jähriges Jubiläum zu feiern. Denn bereits lange bevor Ayurveda hier im Westen zu einer Trendbewegung wurde, verwirklichte sich mit der Gründung im Jahre 1992 für den Heilpraktiker Norbert W. Fischer ein langersehnter Traum.

Immer wieder hatte er sich gewünscht, einen Ort der Heilung und der Spiritualität zu schaffen, an dem Menschen Impulse zur Wiederherstellung ihrer Gesundheit und zur Transformation erhalten, die ihnen nicht nur auf der körperlichen Ebene Heilung geben können, sondern auch auf geistiger und seelischer Ebene. Angetrieben von diesem Wunsch suchte sich Norbert W. Fischer ein Fleckchen Erde, das ihm dazu geeignet schien. 1992 wurde er schließlich fündig, wobei der Platz nicht an der Küste Sri Lankas liegt, an der mittlerweile die meisten Kurhotels angesiedelt sind. Sein Schicksal brachte ihn hingegen in das südöstliche Bergland der Insel, wo die Greystones-Villa, ein im englischen Kolonialstil erbautes Herrenhaus, auf 1.400 m Höhe in einer landschaftlich reizvollen Umgebung und einem überwiegend warmtrockenen Heilklima auf ihn wartete. Wie sich im Laufe der Jahre zeigte, wirkt das Klima des Hochlandes „tri-doshic“, d.h. es wirkt ausgleichend auf alle drei Doshas Vata, Pitta und Kapha.

Nachdem Norbert Fischer die stilvolle Villa mit ihren in dunklem Holz ausgestatteten Räumen fand, gelang es ihm, sie als das erste Ayurveda-Kurzentrum in Sri Lanka zu etablieren, das von der Regierung zur Durchführung von ayurvedischen Panachkarma-Kuren für Europäer anerkannt wurde. Seitdem haben mehrere Tausend Gäste aus ganz Europa der Greystones-Villa ihr Vertrauen geschenkt und die heilsame Wirkung der ayurvedischen Panchakarma-Therapie an sich erfahren. Einige der Gäste haben sich aus purer Neugier zu einer Kur entschlossen und haben sich hier nach allen Regeln der Kunst verwöhnen lassen. Andere Gäste wiederum kamen wegen ernsthafter gesundheitlicher Probleme nach Greystones, und fanden hier, wonach sie oftmals in Europa bei klassischen, schulmedizinischen Behandlungen vergeblich suchten: tiefe Heilung sowohl auf der körperlichen, als auch auf der seelischen Ebene.

Norbert W. Fischer ging es in all den Jahren ganz besonders darum, den Menschen durch ursprüngliche, authentische Panchakarma-Kuren eine Methode mit an die Hand zu geben, die erfahrungsgemäß eine Vielzahl von Leiden heilen kann. Um diesen Anspruch von „reinem“ Ayurveda erfüllen zu können, stellte Fischer ein Ayurveda-Team zusammen, das aus kompetenten Ärzten besteht, die einen landesweiten Ruf als Kapazitäten genießen. Dr. Chandra Karunadasa gilt als Panchakarma-Spezialistin, Dr. Kumari Bandara ist die medizinische Leiterin des ayurvedischen Bezirkskrankenhauses in Diyatalawa und Dr. Leelaratne Weerasinghe verfügt über ein tiefes Wissen über ayurvedische Heilkräuter. Aber auch die liebenswürdigen ceylonesischen Angestellten sowie die deutschsprachigen Kurbegleiter sorgen dafür, dass man sich während des ganzen Kuraufenthaltes geborgen fühlt und sich um nichts anderes kümmern muss als um das eigene Wohlbefinden. Um den Gästen auch eine individuelle Betreuung in einer möglichst großen fürsorglichen Atmosphäre garantieren zu können, bestehen die Kurgruppen aus maximal 16

Teilnehmern.

Die Panchakarma-Kuren der Villa, die im Regelfall drei Wochen dauern, beruhen auf den vier Säulen ayurvedische Behandlungen, ayurvedische Medizin, ayurvedische Ernährung sowie Yoga und Meditation. Wie die meisten Patienten bereits nach kurzer Zeit am eigenen Körper und Geist feststellen können, ergänzen sich diese vier Elemente ausgezeichnet durch ihr synergetisches Zusammenwirken. Um einen erfolgreichen Kurverlauf zu ermöglichen, erstellen die Ayurveda-Ärzte in der Eingangskonsultation gemeinsam die Diagnose und den Therapieplan für die Behandlungen, die aus Teil- und Ganzkörpermassagen mit medizinischen Heilkräuterölen, Öl- und Kräutergüssen sowie Entgiftungsbädern und anderen Anwendungen bestehen. Zusätzlich erhält jeder Gast eine individuelle Verschreibung von Medizin, die auf die persönlichen Bedürfnisse zugesprochen ist. Hierbei handelt es sich um Rezepturen aus Kräutern, die eigens für die Gäste frisch abgekocht werden, sowie um Tinkturen, Elixiere, Pulver und Pasten, die in der eigenen Ayurveda-Apotheke zusammengestellt werden. Der Gast kann zuschauen, wie die Kräuter im hauseigenen Garten gepflückt werden und in der eigenen Ayurveda-Küche frisch zubereitet werden. Aber auch die vegetarische Ernährung des Hauses entspricht den besonderen Anforderungen einer Panchakarma-Kur und unterstützt den Reinigungs- und Entgiftungsprozess. Dabei verwöhnen die Köche die Gäste mit ausgewählten, stets frischen Zutaten, die ebenfalls aus dem eigenen Garten stammen oder vom Markt geholt werden, und bereiten liebevoll schmackhafte und abwechslungsreiche Menüs für die Gäste vor.

Als Ergänzung zur Panchakarma-Kur wird ein tägliches Yoga- und Meditationsprogramm angeboten, das den Gästen z.B. hilft, ein verlorenes Körper- und Atembewusstsein wiederherzustellen. Erfahrene deutschsprachige Yogalehrer unterstützen die Gäste dabei, dieses Bewusstsein wieder zu entdecken. Viele der Gäste erfahren hier bei der professionellen Anleitung von Herbert Wolter (siehe Yoga aktuell Ausgabe Juni/Juli 2007) und anderen Yogalehrern, die bereits über die langjährige Erfahrung profunder Yogapraxis verfügen, wie tiefgreifend und positiv sich Yoga in Kombination mit einer Ayurvedakur auswirken kann. Viele der Gäste kommen hier zum ersten Mal mit Yoga und Spiritualität in Kontakt und erfahren durch die behutsame und liebevolle Anleitung der Yogalehrer sowohl auf der körperlichen als auch auf der geistigen und seelischen Ebene oft einen grundlegenden Impuls. Dieser positive Erstkontakt hat schon bei dem einen oder anderen Teilnehmer dazu geführt, nach der Rückkehr nach Hause regelmäßig Yoga zu praktizieren. Neben den Yogalehrern kommen die Teilnehmer aber auch mit anderen spirituellen Lehrern in Kontakt. Die Mönche und Hindu-Priester der in unmittelbarer Nähe zum Kurzentrum gelegenen Tempel besuchen regelmäßig die »Greystones-Villa«, um mit ihren Ritualen und Gesängen bei den Gästen einen Prozess der Transformation auf verschiedenen Ebenen anzuregen. Die Mönche begleiten die Kurbesucher mehr oder weniger die ganze Zeit, weil man durch die morgendlichen Gesänge der Mönche geweckt wird, wenn sie mit ihrer per Lautsprecher übertragenen Morgenmeditation den neuen Tag begrüßen.

Neben Vorträgen über Ayurveda und Yoga arrangiert das Haus verschiedene Ausflüge zu den Highlights des Umlandes, zum Beispiel zu einer Bio-Tee-Plantage oder zu einem beeindruckenden Wasserfall in wunderschöner Landschaft. Aber nicht alle der Gäste nehmen diese zusätzlichen Angebote in Anspruch, sondern manch einer bleibt im Garten der Villa, um sich nicht von allzu viel äußeren Reizen ablenken zu lassen. Denn alles in allem ist der Reinigungsprozess, der durch eine solche Kur in Gang gesetzt wird, mitunter doch sehr intensiv (und in letzter Konsequenz sehr reinigend), was dazu führt, dass der

eine oder andere Gast die Zeit in der Greystones-Villa als eine Möglichkeit sieht, diese kostbaren Tage in der Villa als einen Weg der vollständigen inneren Einkehr zu nutzen.

Dass die in der Greystones-Villa angebotenen Panchakarma-Kuren einen hohen Qualitätsstandard aufweisen und Menschen darin unterstützen, einen Reinigungs- und Transformationsprozess auf unterschiedlichsten Ebenen zu erfahren, erkennt man an den vielen Gästen, die immer wieder hierher zurückkommen, um sich in die Hände des Ayurveda-Teams zu begeben. So feiert in diesem Jahr nicht nur die Villa selbst ein Jubiläum, sondern auch ein Schweizer Arzt, der nun bereits seine 10. Ayurvedakur hier machte. Somit hat auch Norbert W. Fischer selbst einen Grund zu feiern, denn die Erfüllung seines Traums, Menschen einen Ort der Heilung anzubieten, ist ihm gelungen. Ein Beweis mehr dafür, dass man seine Träume niemals aufgeben sollte. Auch wenn sie noch so unrealistisch erscheinen.