

Diehl E. / Kiel E. Klassische Ayurveda Massage

Leseprobe

[Klassische Ayurveda Massage](#)

von [Diehl E. / Kiel E.](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b7013>

Das Kopieren der Leseprobe ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH

Blumenplatz 2

D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Fax +49 7626 9749 709

Email info@narayana-verlag.de

<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.



Geleitwort

von Hans Heinrich Rhyner

Unser Wachmann in Bombay war ein kräftiger Ringer aus Uttar Pradesh. Sein Dorf lag eine Zweitagereise per Eisenbahn entfernt im nördlichen Teil Indiens. Die Fahrt zu seiner ^^»/ Familie konnte er sich nur einmal im Jahr leisten. Mit einem Strahlen in den Augen erzählte er mir über das Dorfleben, während seine riesigen Hände mich massierten. Trotz seiner überaus kräftigen Statur kam er dabei kräftig ins Schwitzen. Es war ein Ritual, das ich an ruhigen Nachmittagen so oft wie nur irgend möglich genoss. Dann ließ ich nach ihm rufen und gab ihm einen Zehn-Rupien-Schem. Er ging zur Apotheke und holte sich eine Flasche rot leuchtendes Massageöl, das einen kräftigen herb-süßen Geruch besaß. An den Namen kann ich mich nicht mehr genau erinnern. Aber er war m Urdu, der alten arabisch-persischen Sprache der mogulischen Eroberer Nord- und Zentralindiens. Die Rezeptur stammte aus der Unani-Medizin, die aus einer Verschmelzung der arabischen und ayurvedischen stammt.

Da der Wachmann mich mit aller Kraft behandelte, konnte ich deutlich spüren, wie meine Muskulatur dadurch aufgebaut wurde. Im feuchtheißen Klima von Bombay, wo man möglichst alles unternimmt, um nicht ins Schwitzen zu geraten, war dies die vorzüglichste Möglichkeit, um sportliche Aktivitäten zu ersetzen. Der Wachmann erzählte mir von dem Haus im Dorf, wo sich die jungen Männer täglich trafen, um nach eingehender Massage im Ringkampf ihre Kräfte zu messen. Die nährenden Öle und kräftigenden Massagen bauten nicht nur das Muskelgewebe auf, sondern boten ausgezeichneten Schutz gegen Verletzungen. Inspiriert durch seine Erzählungen begann ich mit ein paar Freunden an kühlen Abenden zu ringen. Tatsächlich holte sich niemand von uns je eine Verletzung und dies, obwohl wir auf hartem Untergrund trainierten. So lernte ich die Wirkung kräftiger Ölmas-sagen schon in den Siebzigerjahren zu schätzen.

Ein paar Jahre später erzählte mir mein Freund George Kurien, ein junger Arzt und Unternehmer, dessen Familie ursprünglich aus Kerala stammte, von einem Masseur, der regelmäßig seinen Vater behandle. Ich bat ihn, mir diesen Mann zu vermitteln. Eine Woche später kam er zu mir nach Hause.

.Geleitwort.

Er hieß Panikar und stammte aus einer Kerala-Familie, die seit Generationen als ayurvedische Ärzte und Therapeuten ihren Lebensunterhalt bestritten. Um es vorwegzunehmen: Die Behandlung war schlichtweg umwerfend. Zum Glück lag ich auf einer Schilfmatte auf dem Steinfußboden meines Schlafzimmers. Ich war so entspannt, quasi in Trance, und wusste nicht, wie mir geschehen war. Ich buchte den Mann für die nächsten Wochen so oft es ging. Allmählich nahm ich seine Behandlung wahr, merkte mir die Technik und das Procedere, machte mir sogar Notizen, denn auf meine Frage, wo man diese Art der Massage lernen könne, meinte Panikar, sein Wissen und Können stamme von seinen Vorvätern und es gäbe keine Institution, die es vermittele. Meine Nachforschungen ergaben dasselbe. Wie dann Panikar mir eines schönen Tages eröffnete, dass er nach Dubai auswandern werde, stand mein Entschluss unumstößlich fest: Ich wollte die Ayurveda-Massage erlernen.

Bombay war zwar der Schmelztiegel verschiedenster regionaler Kulturen, die Ursprünge und wirklichen Meister verblieben aber immer irgendwo in weit entfernten Gebieten. Mit meinem späteren Umzug nach Bangalore kam ich dem Ganzen schon viel näher. Irgendwie hatte die ausgeteilte Technik der Massagekunst im tiefsten Süden Indiens überlebt. Wahrscheinlich, weil sie dort wie nirgendwo sonst in das System von Pancakarma integriert war. Das bedeutet, dass Massagen nicht nur für Fitness oder zum Wohlfühlen ausgeführt wurden, sondern zu medizinischen Zwecken. Zum Beispiel zur Behandlung von Bluthochdruck, Rheuma, nach einem Schlaganfall oder bei Krampfadern. Je näher ich dem Kreis kam, desto mehr erweiterte sich dieser. Es hieß, wenn ich Massage und andere physikalische Spezialbehandlungen Südindiens erlernen wolle, müsste ich Ayurveda studieren, und wenn ich Ayurveda studieren wolle, müsste ich auch Philosophie und Sanskrit studieren. Letzteren beiden hatte ich in den Jahren zuvor Genüge getan. Also machte ich mich ans Studium der Ayurveda. Meine Familiensituation erlaubte es mir damals nicht, dass ich zur Universität ging. So entschied ich mich für eine traditionelle Ausbildung bei verschiedenen anerkannten Lehrmeistern. Das Wunderbare an diesen Lehrern war, dass sie die Behandlungen selbst ausführten und die Präparate auch selbst herstellten. Als Lohn forderten sie ein, dass ich dieses Wissen in meine ursprüngliche Heimat tragen sollte. Ich brauchte lange, um mich mit dieser Aufforderung anzufreunden, denn eigentlich gefiel es mir in Indien und ich hatte nicht die Absicht, für längere Zeit nach Europa zurückzukehren.

In den späten Achtzigerjahren brachte ich meinen Lehrer Prof. P. S. Rai in die Schweizer Alpen. In einem Seminarhaus auf dem Stoss unterrichtete er eine Gruppe von Interessierten in den Grundlagen von Ayurveda. Ich übersetzte seine Vorträge. Im praktischen Teil demonstrierten wir zusammen die Ayurveda-Massage und übten sie danach mit den Teilnehmern. Das waren wahrscheinlich die ersten ayurvedischen Ölmassagen auf dem europäischen Kontinent. Sie endeten in einem großen Eklat mit dem Hotelbesitzer. Denn die Teilnehmer waren noch mit dem Öl auf ihrem Körper im Hallenbad schwimmen oder auf die mit Spannteppichen ausgelegten Gänge und Zimmer gegangen. Das ganze Hotel wies Ölsuren auf - quasi nach dem Motto: »Ayurveda war hier.« In Zukunft musste ich dafür sorgen, dass das Öl entweder auf dem Körper der Massierten verbleiben oder aber sachgerecht entsorgt würde.

1992 konnten wir im schweizerischen Walzenhausen, das idyllisch über dem Bodensee und Rheindelta in den Ausläufern des Alpsteinmassivs liegt, eine Ayurveda-Klinik eröffnen. Dazu brauchten wir über ein halbes Dutzend gut ausgebildeter Ayurveda-Masseure. Da diese nicht existierten, mussten wir sie ausbilden. Ich brachte einen anderen bedeutenden Lehrer von mir, Prol. Shankara Nair, den Dean der Kerala Universität, mit sowie Unnikrishna, den Seniorchel der physikalischen Therapien am Universitätsspital von Trivandrum. Zusammen entwickelten wir die genauen Abläufe der verschiedenen Massagen sowie anderer physikalischer Behandlungen und schulten unsere Mitarbeiter. Massagen und ihre Wirkungsweise werden in der klassischen medizinischen Literatur zwar beschrieben, über ihre Ausführung, Technik und Regeln werden jedoch keine präzisen Angaben gemacht. In Malayalam, der Sprache im Bundesland Kerala, gibt es einige dürftige Aufzeichnungen wie die »Chikitsa Samgraham«, die 1902 von P. S. Varier verfasst wurde und von der mittlerweile auch eine englische Übersetzung vorliegt. Aber sie eigneten sich nicht für den Unterricht in Europa. Deshalb machte ich mich an die Arbeit und sammelte alle meine Aufzeichnungen und alle Manuskripte meiner Lehrmeister. Daraus entstand einige Jahre später mein Ayurveda-Praxishandbuch.

Nach und nach bekam ich mehr Anfragen von Menschen, die Ayurveda und im Speziellen die Massagen erlernen wollten, und so schuf ich einen Lehrplan für eine entsprechende Ausbildung in Deutschland, der Schweiz, in den USA und später auch in Österreich. Viele namhafte Ayurveda-Professoren aus Indien unterrichteten bei diesen Kursen. Der praktische Teil war jeweils recht aufwändig. Da keine Literatur über die Massagen vorhanden war, demonstrierte ich jedes Mal alle Handgriffe und Techniken sowie den ganzen Ablauf der Massagen, und die Studenten machten sich ihre Notizen, nach denen sie nachher üben sollten. Immer kam die Frage, ob ich nicht genaue Aufzeichnungen des Fortgangs hatte, und jedes Mal musste ich abwinken. Mein Praxisbuch war bereits so umfangreich, dass ich unmöglich ein paar hundert Seiten »nur« der Massage widmen konnte, und so vertröstete ich die Studenten auf später: »Irgendwann wird jemand von Ihnen ein wunderbares Buch über die Massagen schreiben.« Lange mussten wir alle warten, aber nun ist dieses Versprechen Wirklichkeit geworden.

Frau Edith Ch. Kiel, die mich schon seit meinem ersten Buch »richtig yoga« (1984) als kompetente Lektorin begleitet und selbst eine Ausbildung als Ayurveda-Spezialistin absolvierte, sowie die Heilpraktikerin und Ayurveda-Spezialistin Erika Diehl haben jetzt gemeinsam dieses Werk verfasst, das endlich die Lücke schließt und allen, die Ayurveda-Massagen genießen oder erlernen wollen, den Weg bereitet. All diese Mühe, die sie auf sich genommen haben, um dieses reich und anspruchsvoll illustrierte Werk zu präsentieren, ist nur geschehen, weil sie selbst diese Massagen über alles lieben. Genauso, wie ich damals in den salbungsvollen Sog von Ayurveda geraten bin.

Om tat sal

Ayurveda-Loosdorf

Guru Purnima (Sommervollmond, 21. Juli 2005)



Diehl E. / Kiel E.

Klassische Ayurveda Massage

Das grosse Handbuch. Die Techniken
Schritt für Schritt

270 Seiten, kart.
erschienen 2005



bestellen

Mehr Homöopathie Bücher auf www.narayana-verlag.de