

THE SENSES AWARD 2013 GOES TO ...  
**Ayurveda Parkschlösschen**  
 „SENSES BEST Ayurvedic Resort Outside India 2013“

# Die Elefanten der Selbstheilung

von Thomas Fetzeltis

Fernweh nach Pondicherry, das traumhafte Indien wie im Bilderbuch? Da waren Sie noch nicht im Traben-Trarbach! Romanik an der Mosel. Ein Ort wie auf einem Gemälde, der gesamte Stadtkern unter Denkmalschutz, mehr Jugendstil gibt es nirgendwo. Türme, Erker, Dächer, Giebel, ein architektonisches Juwel neben dem anderen. Die Belle Époque hat sich hier mit einem unwiderstehlichen Zauber verknüpft. So auch im Ayurveda Parkschlösschen, das vor 20 Jahren seine Pforten öffnete und Europas einziges reines Ayurveda-Resort ist. Eintreten genügt und schon atmet man anders. Leicht, beschwingt, erhaben. Das magische Ambiente wirkt wie eine Heilpackung, die Phantasie ist beflügelt, so wurden Fürsten und Könige verwöhnt, nun ist man selbst einer!

Der Schwerpunkt des Ayurveda Parkschlösschens liegt bei der sanften ayurvedischen Entgiftungskur (Panchakarma).

Nach dem Grundsatz „Alles ist Ayurveda“ ziehen sich diese Leitprinzipien durch sämtliche Angebote des Hauses: Yoga, Bewegung, Spa, Kochworkshops und Vorträge. Zur Abrundung gibt es Programme zur Stressreduktion, für Gelenks- und Rückenbeschwerden, Gewichtsreduktion oder schlicht nur eine ayurvedische Auszeit. In der Ruhe liegt die Kraft, man muss es nur schaffen, zur Ruhe zu kommen. Da wird einem fachkundig geholfen, denn die langjährigen Mitarbeiter sind nicht nur erfahren in Ayurveda, sie leben ihn auch.

Bei der Rekonstruktion, ohne den originalen Jugendstil zu entfremden, hat man an alles gedacht. Auch an die Störfaktoren. Alle ausgeschaltet! Die Stromleitungen sind doppelt ummantelt, die Wasserräder mit Marmor abgeschirmt. Das Wasser im ganzen Haus stammt von der nahen Thermalquelle. Mit dieser akribischen Sorgfalt wird man quasi in den



AYURVEDA  
 PARKSCHLÖSSCHEN  
 Traben-Trarbach, Deutschland  
[www.parkschloesschen.de](http://www.parkschloesschen.de)  
[www.ayurveda-traben-trarbach.de](http://www.ayurveda-traben-trarbach.de)  
[parkschloesschenblog.de](http://parkschloesschenblog.de)

Urzustand und somit in den Einklang mit der Natur versetzt. Gut dreitausend Jahre zurück, auf diese Zeit datieren die Ursprünge der Ayurveda, einer sanften Heilkunst, die Selbstheilungsprozesse des Organismus möglich macht. Heute ist der Ayurveda ein weltweit anerkanntes und angewandtes Gesundheitssystem, welches dem Wunsch nach ganzheitlichen Heilansätzen und Präventionsmaßnahmen als Ergänzung zur Schulmedizin entgegenkommt.

Das Spektrum für die Anwendung erfasst praktisch alle Problemereiche. Schlaflosigkeit, Allergie, Stoffwechselprobleme, Hautkrankheiten, Bluthochdruck, Herzleiden, Asthma,

Rheuma sowie psychosomatische Störungen. Eine wichtige Rolle, um die autogene Heilung auszulösen; bekommt auch das harmonische Ambiente. Farben, Klang, Düfte und Aromen sorgen für den mentalen Ölwechsel. Und plötzlich funktioniert der Biorhythmus wie „geschmiert“, der Motor brummt, was man gleich vor Ort spürt: Man läuft und läuft und läuft. Die lieblichen Landschaften rund um Traben-Trarbach sorgen dabei für einen „seelischen Tapetenwechsel“. Dadurch fühlte sich die SENSES Jury auch für eine Auszeichnung inspiriert - „BEST AYURVEDIC RESORT OUTSIDE INDIA“. Und wo bleiben die Elefanten? Die stecken nach so einer Parkschlösschen-Kur in einem selbst!