



AYURVEDA RETREAT - GOA



## **DIE DEVAAYA- AYURVEDA-PHILOSOPHIE**

Das Devaaya Ayurveda Retreat wurde mit der Absicht aufgebaut, Ayurveda als alternatives medizinisches Behandlungsverfahren zu fördern.

Devaaya bedeutet auf Sanskrit „**Göttliche Heilung**“, und genau hierfür bietet das Retreat das passende Umfeld zur Förderung der körperlichen, geistigen und seelischen Gesundheit durch authentisches, rein authentisches Ayurveda.

**Was ist Ayurveda? Eine Kurzvorstellung:** Ayurveda ist eine sehr alte Lehre vom Leben. „Ayur“ bedeutet Leben, „Veda“ bedeutet Wissenschaft. Die ayurvedische Lehre erklärt, was jeder Einzelne tun und meiden muss, um ein gesundes und erfülltes Leben zu führen. Auch der berühmte Grundsatz „Vorbeugen ist besser als heilen“ spielt hier eine wichtige Rolle.

Ayurveda ist eine über 5.000 Jahre alte Heilkunde. Die gelehrten Rishis haben die – beispielsweise auf Palmblättern oder Tierhäuten festgehaltenen – Schriften von Generation zu Generation weitergereicht.

Das Konzept und die Grundsätze des Ayurveda sind von Generationen von Ärzten erforscht und weiterentwickelt worden, sodass uns heute eine sehr gut definierte und authentische alternative Heilkunst zur Verfügung steht.

Wir von Devaaya wissen, wie wichtig die Natur in unserem Leben ist. Wir haben erkannt, dass manche Leiden die Allopathie vor Herausforderungen stellen, die diese nicht bewältigen kann, und dass der moderne Lebensstil mit einer Fülle besonderer Belastungen verbunden ist. Deshalb haben wir dieses Retreat aufgebaut – um Gleichgesinnte vom Nutzen der Behandlungen profitieren zu lassen, die hier angeboten werden.



AYURVEDA RETREAT - GOA



**Die im Devaaya angebotenen Behandlungen basieren auf den Grundprinzipien des Ayurveda:**

- ❖ Tridosha Siddhant (Typologie von Vata, Pitta und Kapha)
- ❖ Saptadhatu (die sieben Körpergewebearten)
- ❖ Malas (im Körper gebildete Stoffwechsel-Abfallprodukte)
- ❖ Prakriti (körperliche Konstitution)

Hiermit wird nicht nur darauf abgezielt, die körperliche Gesundheit zu verbessern, sondern auch das geistige und seelische Wohlbefinden jedes Individuums. Vor diesem Hintergrund verfolgen wir einen ganzheitlichen Behandlungsansatz, der Geist, Körper und Seele gleichermaßen anspricht.

Neben den regelmäßigen Ayurveda-Behandlungen gibt es bei uns täglich Yoga-, Pranayam- und Meditationssitzungen, um auch die anderen Ebenen des Individuums zu erreichen.

Auch die Ernährung spielt eine zentrale Rolle in unserem Behandlungskonzept – auf der Grundlage der Doshas, also der ewigen Elemente, die sich im menschlichen Körper manifestieren, stellt der Arzt ein Ernährungskonzept zusammen, das strikt und konsequent eingehalten werden muss.

**Um all diese Ziele zu erreichen, haben wir ein Team hochqualifizierter, erfahrener und geprüfter Ärzte, Therapeuten und Yogalehrer von angesehenen Ausbildungsinstituten zusammengestellt.** Die Ärzte arbeiten mit den besten Arzneien aus verschiedenen ayurvedischen Apotheken und Labors, um gezielt die individuellen Probleme und Leiden zu behandeln. Alle unsere Ärzte und Therapeuten gehen vollständig in ihrem Beruf auf und sind die Gewähr dafür, dass jede und jeder einzelne unserer Gäste in größtmöglichem Umfang von seinem Aufenthalt im Devaaya profitiert.

Das Devaaya hat sich dem Ziel herausragender Qualität verschrieben, und das gesamte Retreat ist durchgängig auf dieses Ziel und die damit verbundenen Aufgaben ausgelegt. Kurzgefasst lautet die Philosophie des Devaaya:

**COME TO DEVAAYA – GET BETTER.**

