



Die Ursache behandeln, nicht  
nur das Symptom.

CGH EARTH  
AYURVEDA

KALARI RASAYANA  
Kollam, Kerala, India.

KALARI KOVILAKOM  
Palakkad, Kerala, India.



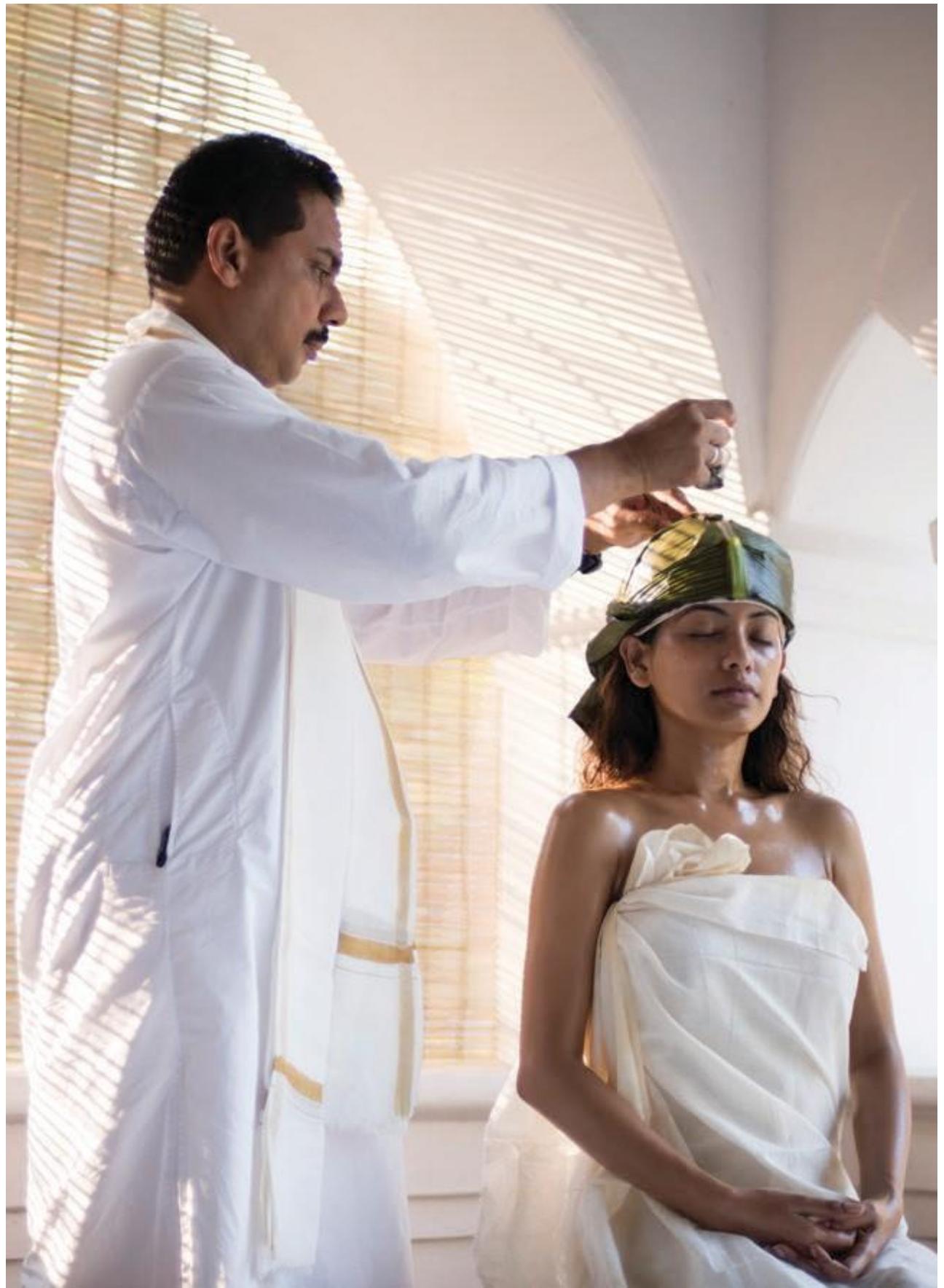
— Geist Körper Seele —

# *Gesundheit in ihrer Gesamtheit*

Ein gesundes Leben bedeutet, in der Harmonie und Verbindung von Geist, Körper und Seele zu leben. Ayurveda, das uralte indische Heil- und Lebenssystem, ist das einzige seiner Art auf der Welt, das die körperlichen, emotionalen und spirituellen Aspekte unseres Wohlbefindens berücksichtigt. Mit einem therapeutischen Ansatz, der die Persönlichkeit, das Verhalten und den Lebensstil des Einzelnen in den Mittelpunkt stellt, ist Ayurveda mehr als nur eine einfache Methode zur Heilung von Krankheiten. Sie entwirft einen kompletten Lebensstil für ein krankheitsfreies Leben.

Die von CGH Earth Ayurveda angebotenen Behandlungen und tiefgreifenden Verjüngungstherapien sind fest mit dem Kern der ayurvedischen Tradition verankert. Diese Therapien werden in den ganzheitlichen Gesundheitseinrichtungen von CGH Earth Ayurveda angeboten – Kalari Kovilakom und Kalari Rasayana in Kerala, Indien. Beide Einrichtungen sind vom NABH (National Accreditation Board for Hospitals and Healthcare Providers) zertifiziert und akkreditiert.

CGH EARTH  
AYURVEDA



Was ist *Ayurveda* (3)

Wie funktioniert Ayurveda (4)

Behandlungen (6)

Behandlungsablauf (14)

Behandlungszentren (26)

CGH Earth Werte (40)

Richt- und Leitlinien (42)



# *Was ist Ayurveda*

*Ayurveda ist eine jahrtausendealte Heilkunst, das Gesundheitssystem der altindischen vedischen Hochkultur und gilt als das älteste Gesundheitssystem der Welt. Das Wort Ayurveda kommt aus dem Sanskrit und bedeutet „Wissenschaft des Lebens“ (ayus = Leben, veda = Wissen). Dieses uralte System für ein Leben in Gesundheit und Vitalität ist eine Verschmelzung verschiedener Wissensströme, die jedem Menschen, der sich darauf einlässt, ein Leben ohne Krankheiten ermöglichen soll. Das Wissen des Ayurveda ist mehr als 5.000 Jahre alt. Es basiert auf alten indischen Texten – den Veden – von denen der "Ayur-Veda" der Zweig ist, der die Essenz des richtigen Lebens und Heilens offenbart. Ihre Weisheit entstand aus der intensiven Beobachtung und dem Verständnis des Körpers, aus meditativen Einsichten und inneren Überlegungen – ohne die Hilfe moderner Hilfsmittel oder Geräte.*

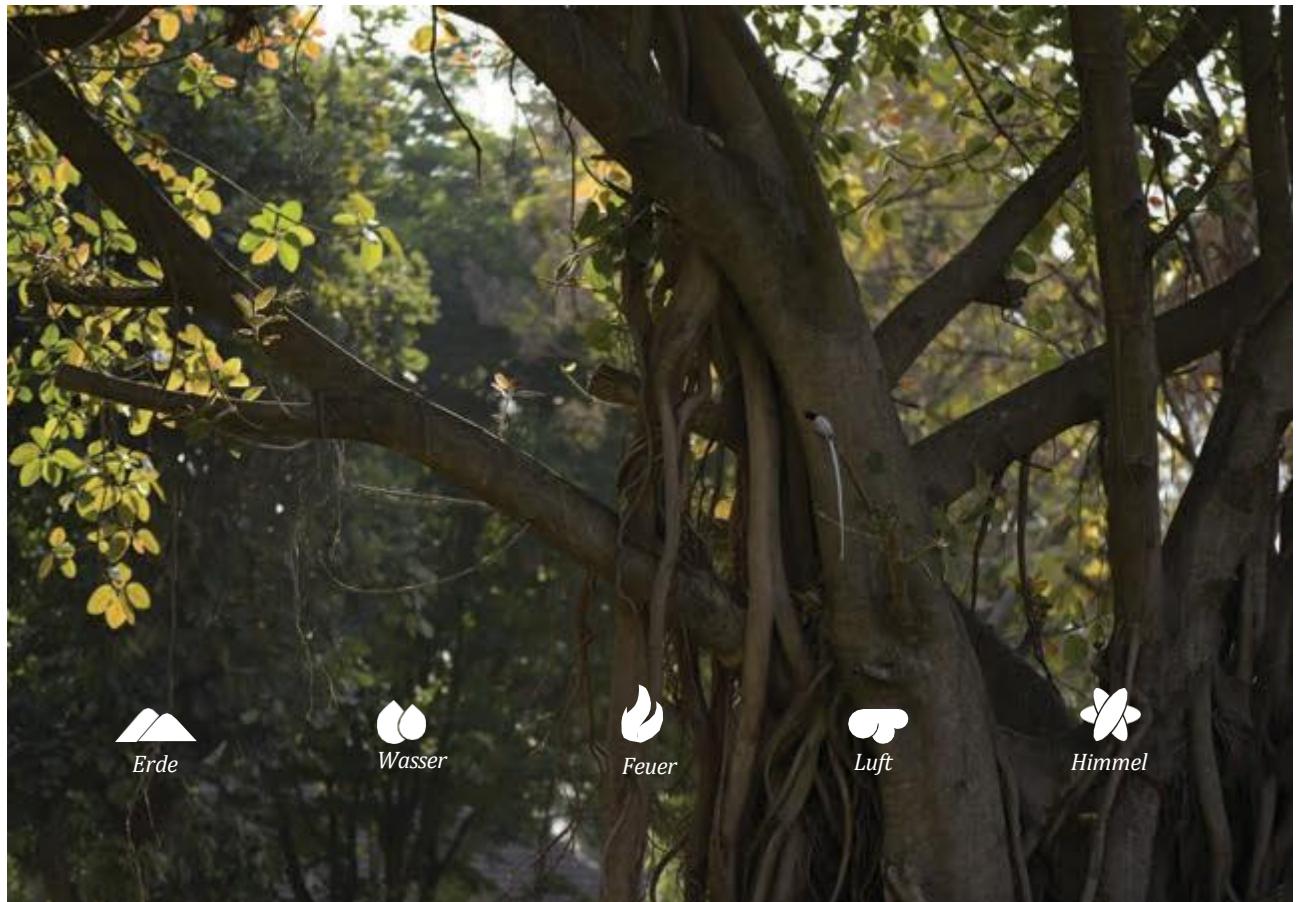
# *Warum Ayurveda funktioniert*

*Die Kraft des Ayurveda liegt in dem Wissen, dass kein Aspekt des Körpers von den anderen getrennt ist. Um die Gesundheit zu erhalten oder wiederherzustellen, muss laut Ayurveda das Gleichgewicht der Doshas im Körper aufrechterhalten werden. Die drei Doshas werden als Vata, Pitta und Kapha bezeichnet und sind eng mit den fünf Elementen (Erde, Wasser, Feuer, Luft und Himmel) verbunden. Jeder Mensch hat eine individuelle Dosha-Kombination, die sich aus seiner genetischen Veranlagung, seiner Umgebung, seiner Ernährung und seinem Lebensstil ergibt. Alles ist ein ständiger Wechselfluss zwischen dem Verstand, den Körperprozessen und dem Geist. In der heutigen Welt führt unsere moderne Lebensweise oft zu einem Zusammenbruch eines Aspekts unseres Selbst, was wiederum den Ausbruch von Krankheiten zur Folge hat. Der Weg des Ayurveda zeigt uns, wie wir leben können, ohne Stress anzusammeln, wie wir unseren Körper ständig auf gesunde Weise regulieren können und wie wir inneren Frieden finden, um unser Leben im Gleichgewicht zu halten. Ayurveda bringt uns dazu, über die täglichen Prozesse des Schlafens, Essens und Atmens nachzudenken und zu verstehen, wie diese miteinander verwoben sind und unsere allgemeine geistige und körperliche Gesundheit beeinflussen.*

# *Wie Ayurveda funktioniert*

*Die Heilphilosophie des Ayurveda beruht auf der Tatsache, dass unser Körper aus den fünf Elementen (Panchamahaboota) der Natur besteht: Erde, Feuer, Luft, Wasser und Himmel (Äther). Diese Elemente und ihre Kombinationen oder Proportionen bestimmen die Konstitution des Körpers. Sie werden dementsprechend in drei "Körpersäfte" oder Körpertypen eingeteilt, die im Ayurveda als Doshas bezeichnet werden. Im ayurvedischen Weg wird wahre Gesundheit erreicht, wenn alle Doshas gleichmäßig ausgeglichen sind. Die Hauptfunktion aller von uns angebotenen Heiltherapien besteht darin, dieses Gleichgewicht für jeden Einzelnen wiederherzustellen. Dies kann durch eine Vielzahl von Techniken erreicht werden, wie Ernährung, Kräuterheilmittel, Yoga und Mediation, um nur einige zu nennen.*

*Die drei Bioenergien oder Doshas sind: Vata (Luft), Pitta (Feuer) und Kapha (Wasser).*



*Erde*



*Wasser*



*Feuer*



*Luft*



*Himmel*

# *Der ayurvedische Ansatz*

*Ayurvedische Behandlungen lassen sich in heilende und bekämpfende Verfahren einteilen, die je nach Körperbau, Zustand oder Krankheit empfohlen werden.*

*Heilend / Samana: Dies dient der Heilung akuter Krankheiten und Leiden und beinhaltet die Verwendung von Verdauungsmitteln oder Heilkräutern, Wärmeerzeugung, Fasten, Regulierung der Flüssigkeitsaufnahme, Atemübungen usw.*

*Bekämpfend / Shodhana: Hierbei handelt es sich um ein Heilsystem zur Heilung chronischer Krankheiten und langfristiger Beschwerden durch die Reinigung des Körpers mittels Behandlungen wie Panchakarma, durch die der Körper von angesammelten Giftstoffen und unverdauten Stoffwechselabfällen befreit wird, die die Meridiane (Körperkanäle) verstopfen.*



# *Behandlungen bei*

— CGH Earth Ayurveda —

CGH Earth Ayurveda bietet für alle Patienten über 14 Jahre die folgenden ayurvedischen Behandlungen an.  
Jede Behandlung wird vom Arzt je nach Zustand des Patienten verschrieben.



1

Vollständige Entgiftung

*Panchakma  
Chikitsa*

2

Stressmanagement

*Manasanty  
Chikitsa*

3

Gewichtsmanagement

*Sthoulyana  
Chikitsa*

4

Gesundes Altern –  
Reinigung & Verjüngung

*Rasayana  
Chikitsa*

5

*Spezifische  
Erkrankungen  
& Beschwerden*

(1)

— Vollständige Entgiftung —

## *Panchakarma Chikitsa*

(Behandlungsdauer - 21 bis 28 Tage)

*Panchakarma ist eine alte ayurvedische Fünf-Punkte-Behandlung zur Heilung, Reinigung und Zellrevitalisierung. Panchakarma – was so viel wie "Fünf Handlungen" bedeutet – konzentriert sich im Wesentlichen auf die Reinigung des Körpers. Die fünf Aktionen des Panchakarma sind Vamana (ausgelöstes Erbrechen), Virechana (Reinigung), Kashaya Vasti und Sneha Vasti (zwei Arten von medizinischen Einläufen), Nasya (nasale Medikamente) und Rakta Moksha (Aderlass).*

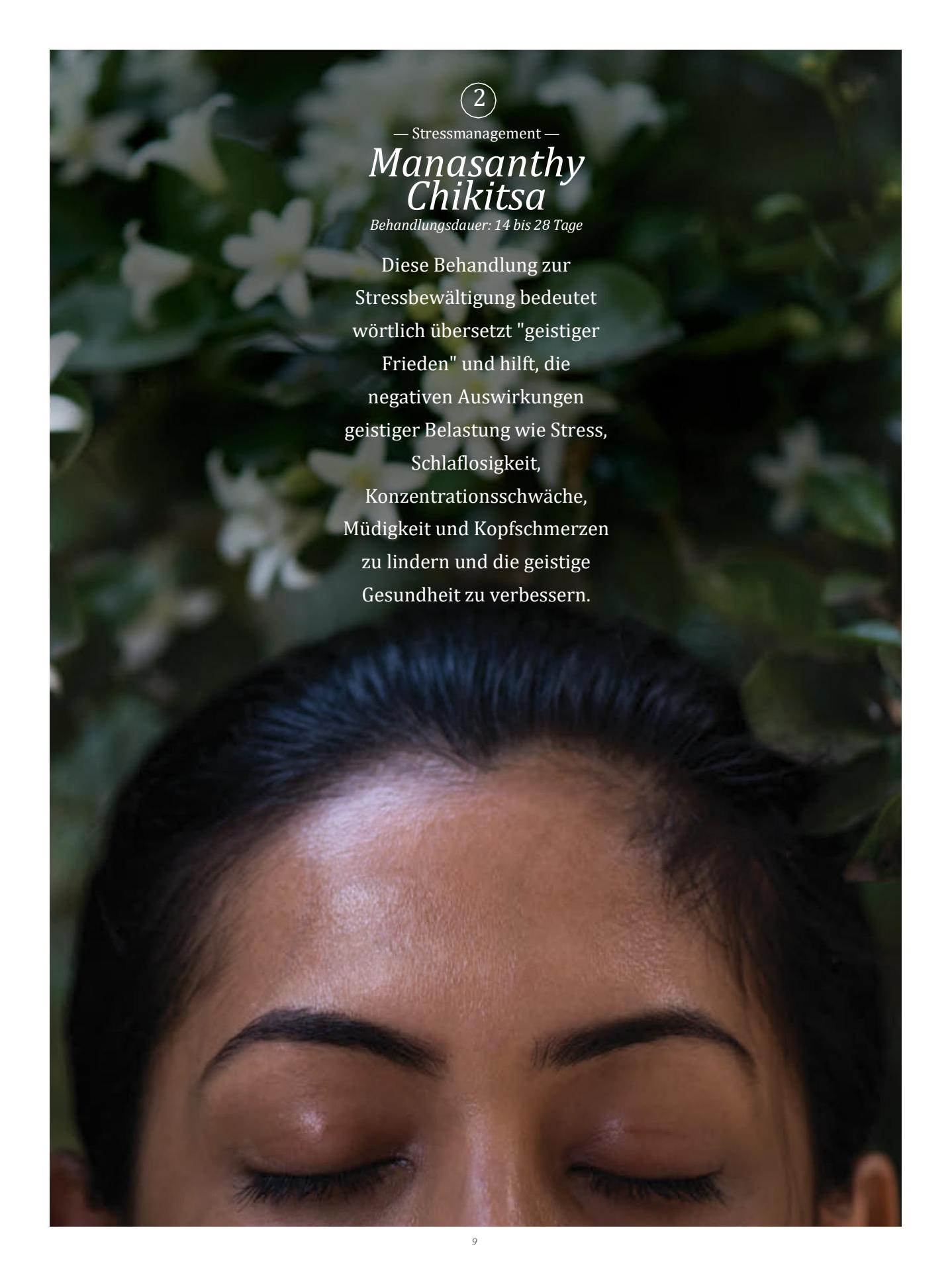
— Körperreinigung —

## *Shodhana Chikitsa*

(Behandlungsdauer: 14 bis 21 Tage)

*Shodhana Chikitsa ist eine Körperreinigungsbehandlung, die auf den Grundlagen des Panchakarma basiert. Ihr geht ein Purvakarma voraus, eine Phase, in der der Körper auf die Entgiftung vorbereitet wird, gefolgt von einigen Panchakarma-Prozeduren. Für eine vollständige Panchakarma-Entgiftungskur ist eine Mindestdauer von 21 Tagen erforderlich.*



A close-up photograph of a person's forehead and eyes, with their eyes closed. The background is filled with soft-focus white flowers and green leaves, creating a serene and natural atmosphere.

(2)

— Stressmanagement —

## *Manasanthy Chikitsa*

*Behandlungsdauer: 14 bis 28 Tage*

Diese Behandlung zur Stressbewältigung bedeutet wörtlich übersetzt "geistiger Frieden" und hilft, die negativen Auswirkungen geistiger Belastung wie Stress, Schlaflosigkeit, Konzentrationsschwäche, Müdigkeit und Kopfschmerzen zu lindern und die geistige Gesundheit zu verbessern.



3

— Gewichtsmanagement —  
*Sthoulyaghna  
Chikitsa*

*Behandlungsdauer: 14 bis 28 Tage*

Diese ayurvedische Behandlung zur Gewichtskontrolle wirkt, indem sie den Stoffwechsel anregt, überschüssiges Fettgewebe abbaut und die Vitalität des Körpers erhöht.



4

—Gesundes Altern —Reinigung und Verjüngung—

## *Rasayana Chikitsa*

*Behandlungsdauer: 21 bis 28 Tage*

*Rasayana Chikitsa ist eine ganzheitliche Behandlung zur Reinigung, Verjüngung und Regeneration aller Zellen und Gewebe, für geistiges Wohlbefinden und zur Stärkung des Immunsystems.*

(5)

# *Spezifische Erkrankungen & Beschwerden*

*Behandlungsdauer: 14 bis 28 Tage*

Diabetes-Management - *Prameha Chikitsa*

Magen-Darm-Erkrankungen - *Annavaha  
Srothodushty*

Lebererkrankungen - *Kamila und Yakruth  
Vikara*

Atemwegserkrankungen - *Swasanavaha Srotho Dushty  
Chikitsa*

Urologische Erkrankungen - *Mootravaha Srotho  
Dushty*

Neurologische Erkrankungen - *Vata Vyadhi*

Muskuläre Erkrankungen des Skeletts und der Gelenke - *Sandigata Vata Roga& Vata Raktha*

Gynäkologische Erkrankungen - *Sthreeroga*

Fruchtbarkeitsstörung - *Vandyata Chikitsa*

Behandlung altersbedingter Erkrankungen

Altersbedingte Hautkrankheiten - *Twak  
Rogas*

Unterstützende Behandlung während oder nach einer Krebstherapie, um den Körper von Giftstoffen und Stoffwechselabfällen zu befreien – *Palana*

Steigerung der Fruchtbarkeit - *Vajeekarana Chikitsa*





# *Heilung bei*

## **— CGH Earth Ayurveda —**

Die ayurvedischen Therapien, die die Grundlage des Heilungsprozesses bei CGH Earth Ayurveda bilden, vereinen viele wichtige Aspekte.

### *Der ‘Vaidya’*

Ein ayurvedischer Arzt wird Vaidya genannt. Die Vaidyas, die bei CGH Earth Ayurveda behandeln, sind eng mit der Heilungsphilosophie und den multidimensionalen Prozessen des Ayurveda und auch mit den Grundwerten der Gruppe verbunden.

“ Bei CGH Earth Ayurveda praktizieren wir den traditionellen ayurvedischen Ansatz, der einen ganzheitlichen Ansatz für körperliches und geistiges Wohlbefinden beinhaltet. Das gesamte Team ist darauf geschult, sensibel mit der Umwelt, der individuellen Pflege und dem Ethos von CGH Earth umzugehen. Jeder Patient wird behutsam durch jeden Moment seiner Behandlung geführt und unterstützt und dazu ermutigt, sich danach diszipliniert an die vorgeschriebene Lebensweise zu halten. Dies gewährleistet einen dauerhaften Zustand der Gesundheit”

- *Vaidya bei CGH Earth Ayurveda*

### *Therapeut*

Die hochqualifizierten Therapeuten, die die therapeutischen Massagen als Teil jeder Behandlung durchführen, spielen eine wichtige Rolle. Sie sind darauf geschult, die negativen Energien des Patienten zu neutralisieren. Dies gelingt ihnen durch das Wissen und die Praxis von Kalaripayattu, einer alten Kampfkunstform aus Kerala, die dazu dient, dem Körper heilende Energie und Flexibilität zurückzugeben. Die Therapeuten, die die ganzheitlichen Heilpraktiken bei CGH Earth Ayurveda durchführen, nutzen Kalaripayattu, um ihr eigenes energetisches Potenzial zu steigern, damit sie ihre Patienten mit positiver Energie aufladen können.



# *Behandlungsablauf*

*Die ayurvedische Behandlung erkennt an, dass wahre Heilung nur durch einen vollkommen ganzheitlichen Ansatz erreicht werden kann. Jede Behandlung, die nur den physischen Aspekt einer Krankheit behandelt, ist ein unvollständiger Ansatz. Ayurveda arbeitet daher daran, Körper, Geist und Seele eines Menschen wieder in einen harmonischen Zustand zu bringen - durch eine genaue Diagnose, eine individuelle Behandlung, die richtige Nahrung und Ernährung, Yoga, Meditation und Satsang – die alle wesentliche Bestandteile des Heilungsprozesses sind.*

# *Diagnose*

Im Einklang mit der ayurvedischen Tradition beginnen alle bei CGH Earth Ayurveda angebotenen Behandlungen mit drei Arten von Diagnoseverfahren. Diese sind:

1. *Darshana* - Beobachten - 2. *Sparshana* - Ertasten und 3. *Prasna* - Befragung. Der Vaidya bestimmt zunächst Ihren Körpertyp oder Ihr Dosha durch eine detaillierte und umfassende Untersuchung des Körpers mit Hilfe der oben genannten Methoden. Auf diese Weise versteht er die Ursache des spezifischen Leidens und verschreibt dann die erforderliche Heiltherapie.



## *Heilmittel*

In der ayurvedischen Rührküche von CGH Earth werden nach traditionellen *ayurvedischen* Prinzipien Arzneimittel für die äußere und innere Anwendung mit Sorgfalt aus biologischen und heimischen Kräutern aus unserem Kräutergarten zubereitet. Diese werden von Gärtnern frisch gepflückt und mit Liebe und Aufmerksamkeit gepflegt, was ihre Wirksamkeit erhöht. In den intensiven und langwierigen Vorbereitungsprozessen kommen durchdachte wissenschaftliche Prinzipien des *Ayurveda* und ausgewählte Zutaten zum Einsatz.

Für den Heilungsprozess ist es äußerst wichtig, dass diese gemäß den Anweisungen des Arztes eingenommen werden. Bestimmte Arzneimittel werden auch von anderen etablierten *ayurvedischen* Quellen wie Kottakkal Arya Vaidya Sala, CNS Ayurveda und Thaikkattu Moose Medicines bezogen.



# *Therapien*

Jeder Behandlungsplan umfasst die Prozesse des Poorvakarma, Panchakarma und Paschatkarma, um die Freisetzung und Ausscheidung von Toxinen, die Heilung des Gewebes und der Zellen zu fördern und die inneren Prozesse zu beruhigen und neu zu starten.

## *Poorvakarma*

Ohne eine anfängliche Reinigungsphase kann die gewünschte Heilwirkung von Panchakarma nicht erreicht werden. Die Panchakarma-Behandlung beginnt mit Poorvakarma-Therapien (Vorbehandlungen), die angesammelte Giftstoffe herauslösen, die Doshas befrieden, die Meridiane (Körperkanäle) für die Aufnahme der Heilmittel öffnen und die Ausscheidungskanäle schmieren. Dies geschieht durch Snehanam (es gibt mehrere Therapien, bei denen der Körper innerlich und äußerlich geölt/geschmiert wird) und Swedanam (therapeutisches Schwitzen zur Freisetzung von Giftstoffen).

01



03



## **Panchakarma**

Die Hauptphase der Heiltherapie umfasst fünf wesentliche Behandlungen, die dem Menschen bei der Genesung von akuten und chronischen Krankheiten helfen und die Körperzellen ins Gleichgewicht bringen und verjüngen. Die fünf Hauptbehandlungen sind intensiv und kraftvoll und fördern die Heilung durch die Freisetzung von Giftstoffen auf tiefer Ebene und die Wiederherstellung der Zellvitalität. Die Kombination und Häufigkeit der verordneten Panchakarma-Therapien hängen ganz von den Bedürfnissen des Einzelnen ab.

*Panchakarma-Therapien* umfassen im Allgemeinen: *Virechana* – therapeutisch induziertes Abführen; *Nasyam* – Nasenreinigung mit medizinischem Öl; *Vamana* – therapeutisch induziertes Erbrechen; *Kashayavasthi* – medizinischer Einlauf; *Snehabasthi* – medizinischer Einlauf mit Öl

01. *Innere Ölung* – Trinken von medizinischem Ghee
02. *Uzhichil* – Therapeutische Ölanwendung auf dem Körper
03. *Steam* – Therapeutisches Schwitzen zur Entgiftung
04. *Nasyam* – Nasenspülung mit medizinischem Öl

04



## ***Paschatkarma or Samana***

Dies ist die letzte Phase der Panchakarma-Behandlung, in der gemäßigte Therapien, spezielle Diätpläne, Yoga und ähnliche Therapien eingesetzt werden, um die Doshas, Energien und Körperprozesse des Einzelnen wiederherzustellen und zu stabilisieren. Diese Therapien unterstützen, erhalten und verstärken die durch *Poorvakarma* und *Panchakarma* erzielten Erfolge.

Die Therapien von Paschatkarma sind vielfältig und umfassen:



1. *Thalam* – Ein Kräutersud, der auf den Scheitel aufgetragen wird und zur Entspannung von Nerven und Geist beiträgt. 2. *Njavarakizhi* – Massage mit medizinischem Reisschleim, der in Beuteln verpackt wird, nach einer medizinischen Ölmassage, um das Gewebe zu nähren, zu beruhigen und den Stress im Körper zu reduzieren. 3. *Thalapothichal* – Auftragen von medizinischer Paste auf den Kopf. Hilft, den Geist und die Nerven zu beruhigen und bringt erholsamen Schlaf.



## *Ernährung*

Die richtige Ernährung und Lebensweise sind die Kernaspekte des ayurvedischen Heilungsprozesses und tragen wesentlich zum Erfolg der Behandlung bei. Bei CGH Earth Ayurveda werden die grundlegenden ayurvedischen Ernährungsprinzipien streng befolgt, wobei der Vaidya (Arzt) für jeden Einzelnen eine spezielle therapeutische Diät verschreibt. Der Küchenchef hält sich genau an die Anweisungen des Vaidya für die Ernährung jedes Einzelnen und bereitet die Mahlzeiten mit frisch geerntetem Bio-Gemüse aus unseren eigenen Gemüsegärten zu, die von einem auf das Heilethos abgestimmten Personal mit Sorgfalt gepflegt werden, sowie aus anderen lokalen Bio-Quellen.



# *Yoga*

*Yoga ist eine alte indische körperliche, geistige und spirituelle Praxis, die auf mehr als 5.000 Jahren. Das Wort bedeutet "integrieren", "kombinieren" oder "vereinen" und lehrt Wege zur Verschmelzung von Körper, Sinnen, Lebenskraft, Geist und Bewusstsein. Yoga wird zur Ergänzung der Heilungsprozesse aller Behandlungen bei CGH Earth Ayurveda eingesetzt. Hier wird der Hatha-Yoga-Stil angewandt, der sich hauptsächlich auf das Üben von Körperhaltungen (Asanas) konzentriert und einen Schwerpunkt auf Meditation und Pranayama (Atmungstechniken) legt. Diese Art von Yoga ist sanft und für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.*



## Meditation

Die Weisheit des *Ayurveda* weiß, dass die innere Heilung der Ursprung der Genesung und guter Gesundheit ist. Meditation ist ein zentraler Bestandteil der Behandlung bei CGH Earth Ayurveda, um den Heilungsprozess zu unterstützen und zu fördern und um Ruhe und Konzentration in den Geist des Einzelnen zu bringen. Meditationstechniken werden eingesetzt, um sowohl den Geist als auch den Körper zu entspannen und zu beruhigen, da beide eng aufeinander abgestimmt sind. Eine der wirksamen Meditationstechniken ist die Kerzenlichtmeditation, bei der eine Gruppe um eine brennende Kerze herum sitzt, sich so lange wie möglich auf die Flamme konzentriert und gemeinsam betet. Dies trägt zu mehr Klarheit, Frieden und positiver Energie bei.

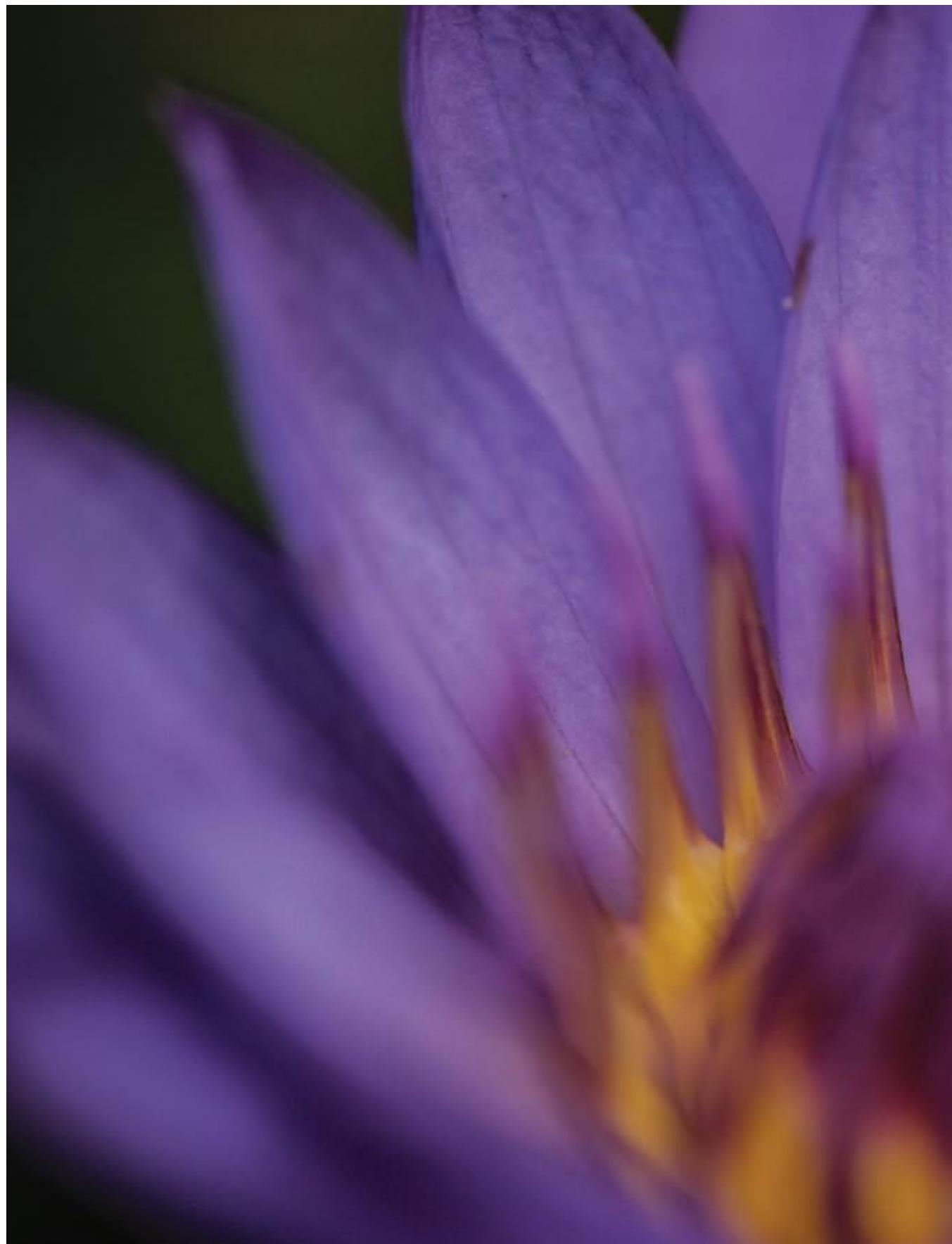


## *Satsang*

*Satsang, was mit 'wahre Gesellschaft' (sat-true, sang-company) übersetzt werden kann, ist seit jeher eines der grundlegenden Elemente des indischen Denkens/der spirituellen Praxis.*

*Es bezeichnet eine Gruppe von Menschen, die kollektiv spirituelle Lektionen in Form von Vorträgen, Gesprächen usw. aufnehmen. Satsangs sind daher ein wichtiger Aspekt der CGH Earth Ayurveda-Behandlungen, da sie den Genesungsprozess durch die Verstärkung der positiven Energie unterstützen. Die Patienten werden ermutigt, an einem vielfältigen kulturellen und spirituellen Angebot teilzunehmen, das aus Vorträgen, klassischer Musik und Tanzaufführungen, Mantrasingen, Meditation bei Kerzenschein, Kalaripayattu-Vorführungen und Gesprächen mit den Ärzten im Laufe der Behandlung besteht.*





CGH EARTH  
AYURVEDA

# *Behandlungszentren*







# KALARI RASAYANA

— Kalari Rasayana —

# *Heilung an einem ruhigen See*

*Kalari Rasayana ist eine harmonische Mischung aus natürlicher Schönheit und einer stillen Rückbesinnung auf eine ruhigere Lebensweise. In dieser friedlichen Umgebung wird der ayurvedische Heilungsprozess vollendet, der zur Genesung von Körper, Geist und Seele beitragen soll. Das NABH-akkreditierte Krankenhaus liegt im Herzen des Dorfes Paravoor im südlichen Kerala, eingebettet in die grüne Natur, umgeben von Wasserläufen, Kokosnusshainen, Reisfeldern, Bauernhöfen und Fischgründen.*

## *Das Leben in Kalari Rasayana*

*Das Leben im Kalari Rasayana ist ein Ort, an dem Gesundheit als vitaler Ausdruck des Zusammenspiels innerer und äußerer Energien anerkannt wird. Unter der Anleitung des Vaidya und des Therapeuten begibt sich jeder Einzelne auf eine Reise zur Wiedererlangung seiner Gesundheit durch ayurvedische Behandlungsverfahren, die das gesamte Wesen revitalisieren. Die traditionellen ayurvedischen Therapien heilen den Körper, während Geist und Seele durch Yoga, Meditation, Spaziergänge am Seeufer und Satsangs in einer Umgebung, in der die Natur in ihrer schönsten Form erlebt werden kann, zur Ruhe gebracht werden.*



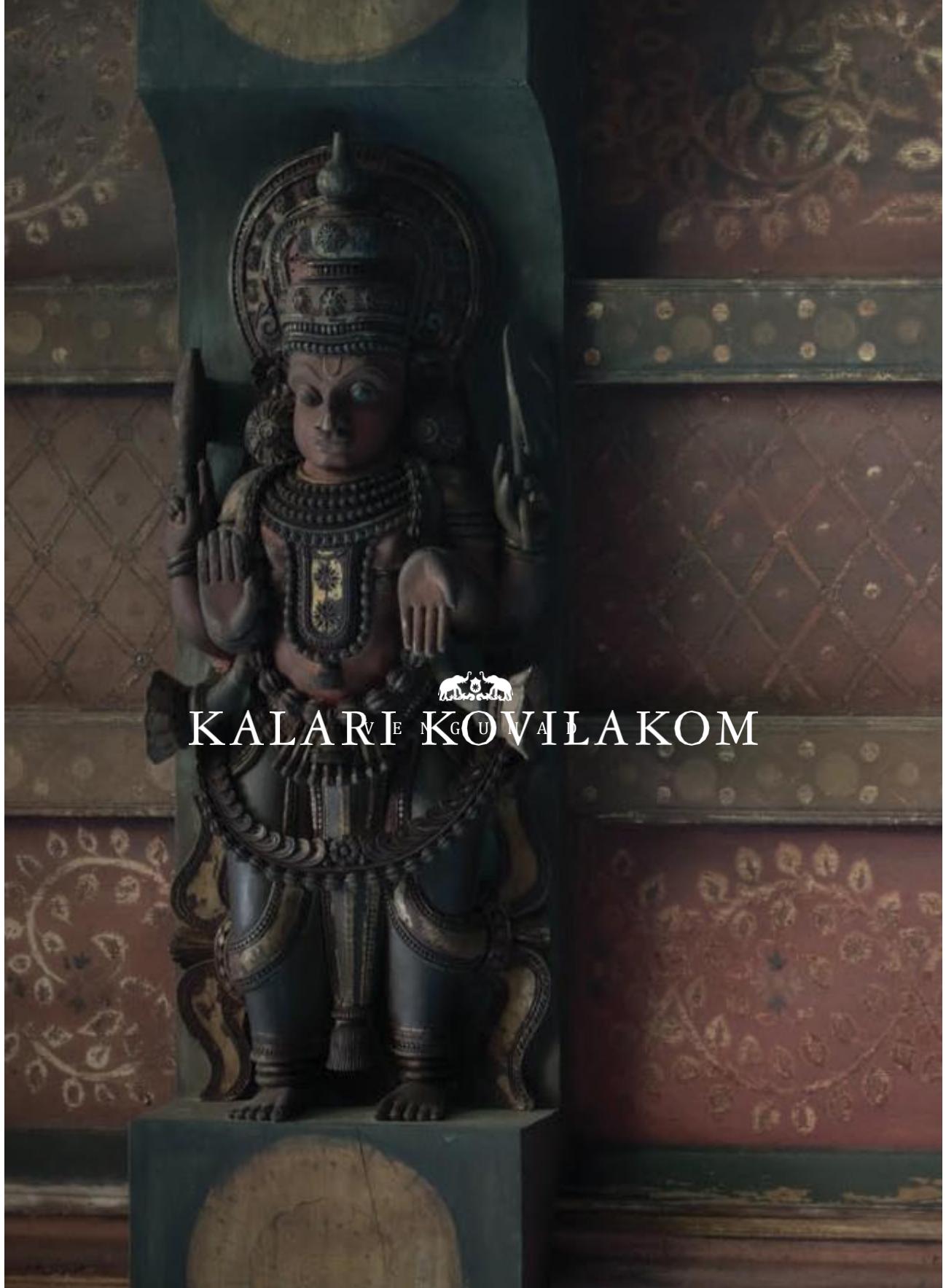




## *Die Umgebung*

Kalari Rasayana erstreckt sich über 8 Hektar Kokosnusshaine und bietet 22 modern ausgestattete Zimmer sowie ein Diagnose- und Behandlungszentrum mit 11 Therapieräumen. Die friedvolle Umgebung ergänzt den Heilungsprozess mit einer wohltuenden, einladenden Umgebung und einer unaufdringlichen, ruhigen Einhaltung der Disziplin.





KALARI<sup>V</sup>E NGU<sup>N</sup>A<sup>D</sup>  
KOVILAKOM

— Kalari Kovilakom —

# *Ein Palast für Ayurveda*

*Achtsamkeit, Bewusstheit, eine therapeutische Einbeziehung der Sinne und eine innere Verbindung von Körper, Geist und Seele. Diese und weitere Aspekte des ayurvedischen Heilungsprozesses erhält man im Kalari Kovilakom - einem Zentrum, das vom NABH (National Accreditation Board for Hospitals & Healthcare Providers) zertifiziert und akkreditiert ist. Kalari Kovilakom liegt in der Nähe von Kollangode im Distrikt Palghat in Nord-Kerala, Indien, und wird auf einer Seite vom majestätischen Gebirge der Westghats begrenzt. Es handelt sich um einen prächtigen, 200 Jahre alten Palast, der ursprünglich den Vengunad-Häuptlingen gehörte, die direkte Nachkommen von Prinz Dharmavarman waren. Die CGH Earth Group erkannt und vereinte die diesem Ort innewohnenden traditionellen Heilkräfte mit ihrem Fachwissen in der Heiltherapie, so dass der Geist der Tradition in Kalari Kovilakom auch in der heutigen Zeit in seiner ganzen Pracht lebendig ist.*



## *Das Leben in Kalari Kovilakom*

*Die Eindrücke, die Kalari Kovilakom auf Patienten hat, üben während der Behandlung eine positive und tief verwurzelte Wirkung auf den Patienten aus. Sie sind umgeben von der Ursprünglichkeit und dem reichen kulturellen und ayurvedischen Erbe dieses alten Palastes. In dieser alten und friedlichen Umgebung kann jeder Einzelne die heilenden Energien, die ihn umgeben, in sich aufnehmen. Die Yogahallen, die Bibliothek und die alten Pavillons stehen wie Wächter in einer ruhigen Umgebung, in der es vor innerem Leben nur so pulsiert und die stille Selbstbesinnung und Gelassenheit fördert. Die uralten Teiche und das üppige Blattwerk der jahrhundertealten Natur leiten auf einzigartige Weise eine allumfassende Heilung ein.*





## Die Umgebung

Auf 7,5 Hektar tropischer Landschaft mit zwei uralten Teichen verteilen sich die 19 Suiten von Kalari Kovilakom. Die Kovilakom-Suiten und Vengunad-Suiten spiegeln das reiche kulturelle Erbe und die Architektur der Zeit wider, in der der Palast errichtet wurde. Ausgestattet mit den besten modernen Annehmlichkeiten und Dienstleistungen, tragen die Zimmer mit ihrer künstlerischen Schönheit und natürlichen Ruhe zur Steigerung der Heilerfahrung bei. Sie bieten einen wohltuenden Raum zur Heilung des Geistes.







— CGH EARTH —

*Ein von  
Werten  
bestimmtes  
Erlebnis.*

Die CGH Earth-Gruppe ist der Überzeugung, dass ein umweltbewusstes Handeln, die Einbeziehung und Förderung der lokalen Gemeinschaft und die Übernahme des lokalen ethischen Bewusstseins die einzigen Wege sind, um ein globales Kollektiv wiederzubeleben, zu erhalten und zu fördern. Alle traditionellen Ayurveda-Behandlungen, die von CGH Earth Ayurveda angeboten werden, werden von den Grundwerten bestimmt, die im Mittelpunkt aller Bemühungen der Gruppe in den Bereichen Gastfreundschaft und Gesundheit stehen.

Die einheimische Bevölkerung, die in der Umgebung jeder Einrichtung lebt, ist Teil der sich entwickelnden Geschichte - nicht nur als Angestellte, sondern auch als Schlüsselfiguren, die die praktische und traditionelle Weisheit des Landes weitergeben und sich an den Überlieferungen der bestehenden und sich entwickelnden lokalen Kultur beteiligen.

Diese Werte spiegeln den *Geist des Ayurveda* und der ganzheitlichen Heilung wider, und diese wohlüberlegte Verflechtung hat dafür gesorgt, dass die Traditionen und das Wissen der lokalen Gemeinschaften und die uralte Weisheit als wichtige Säulen in die Arbeit von CGH Earth Ayurveda einfließen und diese bereichern.

Die CGH Earth-Gruppe verfügt über mehr als fünf Jahrzehnte Pioniererfahrung im verantwortungsvollen Tourismus in Indien. CGH Earth Ayurveda ist heute Indiens führende Ayurveda-Gesundheitseinrichtung, in der großer Wert daraufgelegt wird, Luxus mit einer qualitativ hochwertigen Heilumgebung und Therapien zu verbinden, um eine tiefgreifende Heilerfahrung in ihrer Gesamtheit zu ermöglichen.

# Allgemeine Regeln

- Die Benutzung von Mobiltelefonen, Laptops und anderen Kommunikationsgeräten sollte im Essbereich vermieden werden. Sie können diese in Ihrem Zimmer oder in der Empfangshalle benutzen, ohne andere zu stören.
- Gespräche sollten, falls erforderlich, leise geführt werden, um die Ruhe der anderen nicht zu stören.
- Bitte tragen Sie nur die zur Verfügung gestellte Kleidung und das Schuhwerk. Dies dient der Wahrung der Einheitlichkeit und des Gefühls der Zusammengehörigkeit.
- Halten Sie sich bitte an die von Ihrem Arzt verordnete Diät.
- Das Verlassen des Geländes während des Aufenthaltes ist zu vermeiden, es sei denn, es liegt ein Notfall vor.
- Halten Sie sich bitte an Ihre Yoga-Zeiten.
- Sonnenbäder oder zu starke Sonneneinwirkung sind zu vermeiden.
- Sobald Sie Ihr Zimmer betreten haben, legen Sie bitte alle Ihre Wertsachen, einschließlich Ihrer Kreditkarten, Pässe usw., in den digitalen Safe und notieren Sie sich die Zahlenkombination.

- Der Konsum von Alkohol und Zigaretten ist nicht gestattet.
- Aufgrund des ayurvedischen Ernährungskonzepts werden bei uns Kaffee/Tee, Fleisch, Fisch, Eier, Milch, Brot oder Zucker nicht serviert.

# Buchung und Stornierung

- Die Behandlungen werden durch eine Vorauszahlung von 50% bestätigt. Die Restzahlung kann jederzeit vor Ihrer Ankunft im Kalari Rasayana oder Kalari Kovilakom erfolgen.
- Bei einer Stornierung bis 30 Tage im Voraus wird der volle Betrag zurückerstattet. Bei einer Stornierung 21 Tage im Voraus werden 50% erstattet.
- Bitte beachten Sie, dass keine Rückerstattung erfolgt, wenn die Stornierung weniger als 20 Tage vor der Ankunft erfolgt.
- Die Preise beinhalten die Kosten für alle Beratungen,
- Behandlungen, Massagen, Öle, Kräuter, Medikamente, Zimmerkosten, Yoga- und Meditationskurse, Essen, Bekleidung und Abholung und Rücktransport vom nächstgelegenen Flughafen.



# Anreise

Anreise nach Kalari Kovilakom:

*Wir empfehlen Ihnen, zum internationalen Flughafen Coimbatore (CJB) zu fliegen: Fahrtzeit mit dem Auto ca. 2 Stunden nach Kalari Kovilakom oder zum internationalen Flughafen Cochin (COK) – Fahrtzeit mit dem Auto ca. 2 ½ Stunden nach Kalari Kovilakom.*

Anreise nach Kalari Rasayana:

*Wir empfehlen Ihnen, den internationalen Flughafen von Trivandrum (TRV) anzufliegen – Fahrtzeit mit dem Auto ca. 1 1/2 nach Kalari Rasayana.*

CGH EARTH  
AYURVEDA

— Behandlungszentren —



KALARI RASAYANA  
Kollam, Kerala, India.

KALARI KOVILAKOM  
Palakkad, Kerala, India.

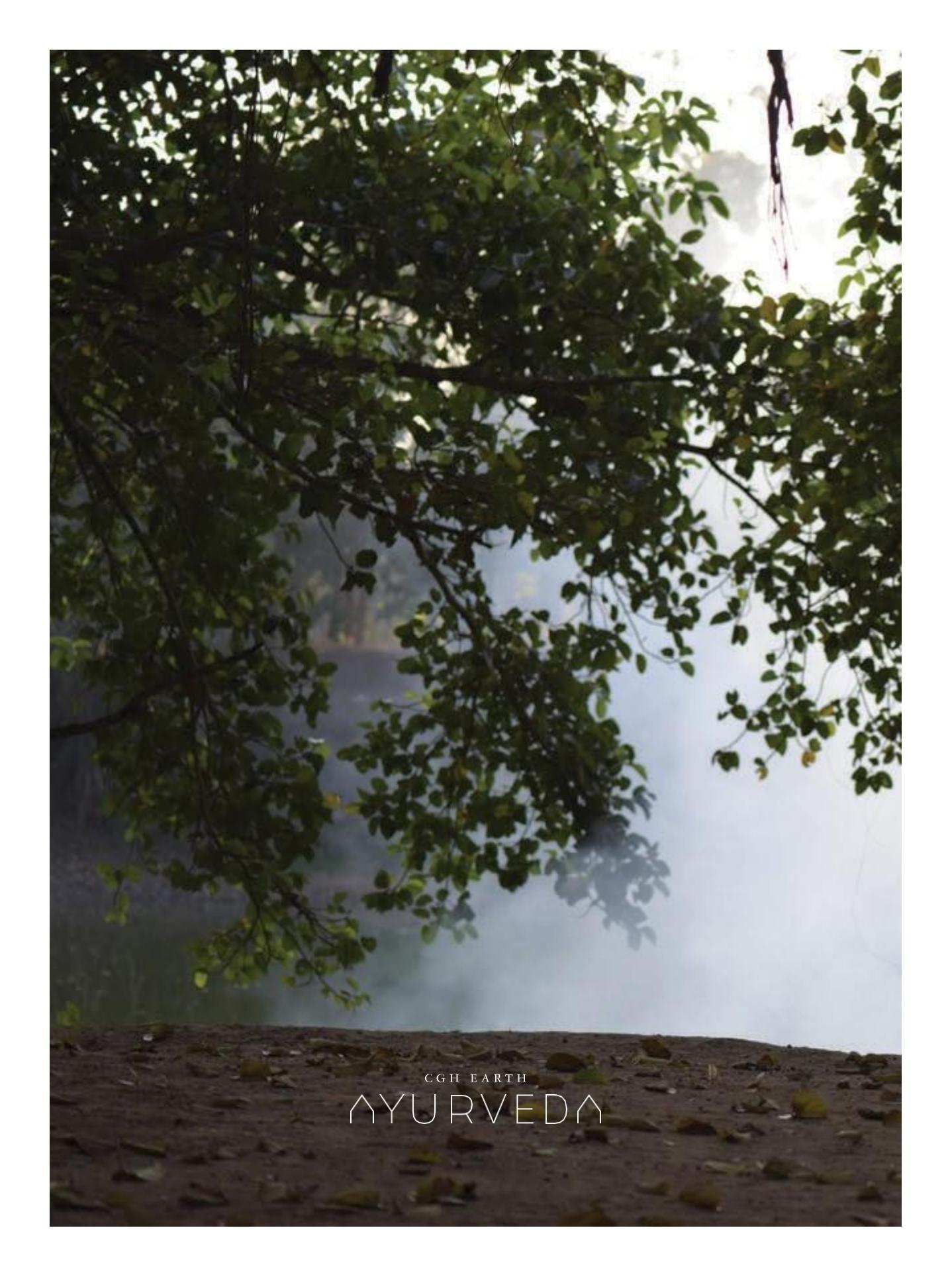


— Kontakt —

M: +91 9446465111 / E: [admissions@cghearthayurveda.com](mailto:admissions@cghearthayurveda.com)

[www.cghearthayurveda.com](http://www.cghearthayurveda.com)

 cghearthayurveda  cghearthayurveda  CGHAyurveda #MeAndCGHEarth

The background of the image is a soft-focus photograph of a misty, hilly landscape. In the immediate foreground, dark, silhouetted branches and leaves of a tree frame the scene from the left and top right. The ground appears to be a mix of dirt and small rocks.

CGH EARTH  
AYURVEDA