

Bethsaida Hermitage in Indien – Ayurveda mit Wohlfühleffekt

Von Ute Marx

Von 23.8. – 07.09.2024 machte ich eine außergewöhnliche Erfahrung mit dem Reiseveranstalter „Neu Wege“: Ayurveda!

Als Reisebüroinhaberin war ich schon viel unterwegs in der Welt, aber dieses Erlebnis war etwas ganz Besonderes. Nach der Ankunft am Flughafen von Trivandrum und einer halben Stunde Transfer kam ich in einer anderen Welt an. Das Bethsaida Hermitage ist ein Ort, um den Alltag zu vergessen, eine wunderschöne, direkt am Sandstrand gelegene Hotelanlage, in der die persönliche Betreuung aller Gäste im Vordergrund steht.



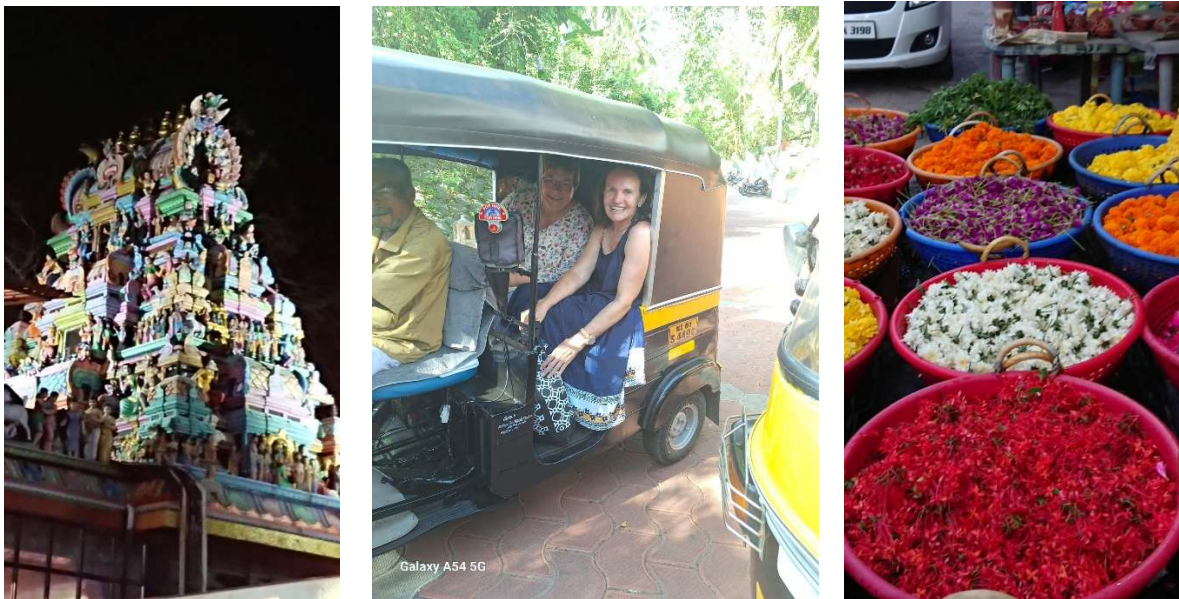
Im Hotel werden verschiedene ayurvedische Heilverfahren von einer erfahrenen Ärztin und deren Team angeboten. Da Ayurveda ein komplexes Zusammenspiel aus gesunder Ernährung, therapeutischem Wissen, Körper und individueller Psyche ist, wird der Behandlungsplan auf jeden Gast einzeln abgestimmt.

In der kompletten Hotelanlage herrschen Ruhe und Harmonie, die wichtigsten Faktoren zum Gelingen einer ayurvedischen Kur.



Unterstützt wird die Kur auch durch die besondere Küche im Bethsaida Hermitage. Ausschließlich Lebensmittel von regionalen Bauern und Fischern werden hier verarbeitet, im Vordergrund stehen vegetarische Gerichte mit viel Gemüse und frischen Kräutern.

Die Ausflüge zu den Tempelanlagen von Kanyakumari und zu den Märkten und Blumenplantagen ganz in der Nähe des Hotels kann ich wärmstens empfehlen!



Fazit: An das „Nichtstun“ und die Zeitlosigkeit musst man sich anfangs gewöhnen. Die entspannte, liebevolle Atmosphäre in der Hotelanlage haben es mir aber leicht gemacht, mich relativ schnell auf das Erlebnis Ayurveda einzulassen und ich kann jeden nur ermutigen, es selbst einmal auszuprobieren – dem Stress des Alltags zu entfliehen und einmal in seinen eigenen Körper hineinzuhören.