

# Der Göttin zu Ehren

**Authentisches linkshändiges Tantra in Goa:**  
Zu Gast beim Tantra-Meister Shanmukha Anantha Natha

INTERVIEW ■ ANGELA MAHR & SASCHA SAHAJ  
ILLUSTRATION ■ SIMONA KOCH

**W**enn ich die Augen schließe, meine ich, ich bin im Zoo. Heilige Kühe, grunzende Schweine, jaulende Affen und mit den Affen streitende Hunde lärmen gegensätzlich und lautstark durch die Mittagshitze. Dazu gesellt sich, aus einem halben Kilometer Entfernung, das Meeresrauschen. Der Ausgleich der Gegensätze. Auch das ist Tantra.

Ich bin tatsächlich in diesen Dschungel hier gereist, in das kleine Dorf Agonda in Goa, Südindien, um mehr über die Ursprünge des indischen Tantra zu erfahren – aus erster Hand. Ich bin auf der Suche nach den Spuren des authentischen linkshändigen Pfades, der shivaitischen Tradition.

#### Unterwegs zur indischen Tradition

Einige große Yogaschulen habe ich nach Wochen hinter mir gelassen, mit bis zu einhundert Teilnehmern pro Gruppe. Manchmal wurde rigide Disziplin eingefordert („Don't you want to join the afternoon lesson as well...?“), meistens Askese gepredigt, aber

nicht unbedingt eingehalten, von den „foreigners“ noch weniger als von manchem indischen Yogi.

Man weiß hier inzwischen um die westliche Neugier und Sehnsucht nach der indischen Yogatradition, und man verdient manchmal nicht schlecht daran. Mit geheimen Einsideleien und persönlicher Unterweisung hat all das freilich wenig zu tun. Für mich hat es zunächst einmal ein nicht gekanntes Durchhaltevermögen trotz achtzigprozentiger Luftfeuchtigkeit mit sich gebracht, Hitzeresistenz und die Gewöhnung an die bisweilen abenteuerliche indische Großküche. Im großen Kreis sitzt man auf dem Ashramboden, während die indische Cateringchefin mit einem riesigen Blecheimer voll Linsenbrei reihum jedem eine Schöpfkelle davon auf den Blechteller packt.

Der Shri-Kali-Ashram war dann ein Geheimtip. Der dortige Meister Acharya Bhagavan Shanmukha Anantha Natha hat kein Telefon und versammelt nur eine kleine Gruppe Schüler um sich. Empfangen werde ich in der Gemeinschaftsküche eines schlichten Hauses, das als „vorläufiger Ashram“ dient, zunächst von Shanmukhas amerikanischem Meisterschüler Whitney Wheelock. Ich treffe auf eine buntgemischte Truppe Traveller zwischen fünfundzwanzig und fünfzig Jahren, unterhalte mich mit einer Australierin, einer Brasilianerin aus Hongkong und einem Tunesier mit spanischer Abstammung und Wohnsitz





in den USA. Einige Traveller essen, andere surfen mit W-LAN, um Kontakt mit der Welt zu halten. Shanmukha Anantha Natha entstammt einer traditionell tantrischen Familie, seine Großeltern praktizierten die Riten des rechtshändigen Pfads. Als junger Mann machte er sich auf, um eine Yogini zu finden, die ihn auch die linkshändige Praxis lehren sollte. Selbst für einen Inder gestaltete sich das äußerst schwierig. „Als ich jung war, habe ich

»Stimmt es, dass sich im Orgasmus die Erfahrung des All-Einen widerspiegelt?« fragen wir Shanmukha. Er lacht. „Das ist nicht Tantra, das ist New Age!« Die tantrische Erfahrung ist offenbar komplexer.«

nach dem Tantra gesucht. Ich bin durch ganz Indien gereist, um Tantriker zu suchen, die mich unterrichten könnten. Es gibt bis heute einige tantrische Tempel, und ich war an all diesen Orten. Ich habe die Priester dort getroffen und die Dörfer darum herum besucht. Heute weiß ich, wie viel sie wissen, und auch, wie viel sie nicht wissen. Einige wenige tantrische Meister gibt es aber bis heute.«

#### Gut versteckt

Die wenigen linkshändigen Tantriker verstecken sich gut, zumal nach jahrhundertelanger Kolonialzeit die viktorianische Prüderie auf die Inder abgefärbt hat. Shanmukha fand seine Meisterin schließlich doch, sie lebte in Südost-Indien, und sie war es, die ihn auch in der sexuell-tantrischen Praxis initiierte. „Das linkshändige Tantra ist in Indien kaum noch zu finden. Dreihundert Jahre Kolonisierung haben es in Indien beinahe ausgelöscht. Es gibt nur Versuche, die linkshändige Tradition wieder aufleben zu lassen.“ Einige Schulen, die das linkshändige Tantra als Unterricht anbieten, seien jedoch Reaktionen auf unsere Zeit und auf die Kirche. Sie entstammten nicht der authentisch-linkshändigen Tradition. Andererseits gäbe es auch Meister, die den linkshändigen Pfad unterrichten könnten, ihre Herkunft aber im Verborgenen halten. Sie schämten sich, sich linkshändig zu nennen. Niemand lerne in Indien Tantra, um zu sagen, er sei ein Tantriker. Shanmukha

selbst hält es anders: „Ich sage, ich bin ein linkshändiger Tantriker, denn ich bin auf diesem Pfad initiiert worden.“

#### Die Essenz erfahren

Wer Shanmukha heute im Shri-Kali-Ashram aufsucht, beginnt mit einem fünfwöchigen Yogakurs. Dieser soll die Grundlagen tantrischer Selbst- und Körperbewusstheit vermitteln. Traditionsgemäß ging man früher von einem jahrzehntelangen Stufenweg aus, berichtet Shanmukha. Heute ließe sich vieles verdichten und komprimierter vermitteln. Insgesamt legt Shanmukha keinen allzu großen Wert auf traditionell-rituelle Details. Besser sei es, aus verschiedenen Ritualen die Essenz zu entnehmen. „Tantra ist überall. Wir sehen nur nicht, dass es überall ist“, erklärt Shanmukha. Es schließe viele Lücken, all die fehlenden Verbindungen zwischen Psychologie und Soziologie, Chemie, Physik oder Biologie. „Wir betrachten heute die Welt in Einzelteilen. In früheren Zeiten wurde sie als eine Lebenskultur, eine Wissenschaft betrachtet. Das fehlt heute, und das können wir zurückbringen.“

Tantra ist in erster Linie ein Erfahrungsweg. Man muss die Prozesse selbst erfahren, um zu Einsichten zu gelangen. Diese Einsichten können dann im traditionellen Sinn mit dem Meister besprochen werden. Deshalb bietet Shanmukha täglich eine kleine Gesprächsrunde im Grünen an. Dabei fällt ihm immer wieder auf, mit wie vielen psychologischen Fragen seine westlichen Schüler beschäftigt sind. Eine gesunde psychologische Ausgangssituation betrachtet er als Grundlage für den tantrischen Weg – nicht als Ziel.

Im Westen werde Tantra oft als Psychologie betrachtet, verbunden mit tantrischer oder heilender Sexualität. Selbst C.G. Jung's Theorie von Anima und Animus basiere auf den alten Tantras. „Tantriker sehen das aber nicht als letztendliche Antwort“, so Shanmukha. „Die alten Schulen befassen sich mit Metaphysik. Sie fragen weiter. Sie stellen Fragen wie: Was bin ich? Wer bin ich? Was ist all das?“ Neuankömmlingen gegenüber ist Shanmukha meistens erst einmal mit dem Ausräumen von einigen Irrtümern beschäftigt – oder von recht abenteuerlichen Annahmen, was Tantra eigentlich sei. Manche Projektionen führt er zurück auf die sexuelle Revolution der 60er Jahre. Tatsächlich hat Tantra im Westen noch immer viel mit Entgrenzung und dem Überbordwerfen alter Moralvorstellungen und Glaubensmuster zu tun. Manch selbst ernannte tantrische Ritualgruppe gleicht daher ein wenig einem privaten Swingerclub. Viele Blockaden im Körper sind durch die unbewusste Verurteilung

der eigenen Triebe entstanden, und deren enthemmte Auflösung mag heilsam sein. Die eigene sexuelle Lust wieder als unschuldig und ganz natürlich zu erfahren, ist mit Sicherheit eine wichtige Grundlage, um überhaupt Tantra zu praktizieren. Eine unschuldige und frei gelebte Sexualität ist deshalb aber auch noch nicht gleichzusetzen mit tantrischer Ekstase.

#### Weisheit und Methode, Struktur und Sein

Der rechtshändige und der linkshändige Pfad haben, so Shanmukha, verschiedene Auffassungen von Metaphysik. Das Wort Metaphysik bedeute zugleich den Weg des Erwachens. „Das rechtshändige Tantra lehrt uns, ein monogames Eheleben zu führen, seine Mitmenschen zu ehren und Befreiung zu erlangen. Im linkshändigen Tantra wird die Essenz des Weiblichen als Metaphysik betrachtet. Es ist wichtig, die Göttin zu ehren. Der linkshändige Tantriker sieht in der Frau eine Göttin. Durch die Verehrung der Göttin erreicht er Moksha, die Befreiung.“ Tantra lehrt, das Leben ganzheitlich zu betrachten, deshalb integriert es die Sexualität. Es ist gut möglich, dass die Betonung des Weiblichen in der shivaitischen Tradition einen Verweis auf die tantrische Gegenbewegung zum bis heute noch existierenden Patriarchat darstellt. Andererseits weist vieles darauf hin, dass die alten Bräuche der Tantriker dem mutmaßlichen Matriar-

»Nach altem Brauch wird den Meistern viel Respekt und Achtung entgegengebracht. Sie selbst aber verstehen es, ihren Schülern letztlich auf Augenhöhe zu begegnen.«

chat vor einigen Jahrtausenden entstammen. Shanmukha schließt sich keiner dieser beiden Theorien an und überlässt das Verständnis für dieses Prinzip dem Wachstum und empirischen Verständnis seiner Schüler. Möglicherweise lässt sich die aktive Verehrung des Weiblichen mit Hilfe des tibetischen Prinzips von Weisheit und Methode erklären: Das männliche Prinzip der „Methode“ könnte auch mit dem Kreieren eines Weges zur Freude umschrieben werden, was eine Form aufeinanderfolgender Handlungen impliziert und dem Prinzip des Tuns zugeordnet werden kann. Das weibliche Prinzip der „Weisheit“ könnte auch mit „vorhandene

Inspiration“ oder „vorhandene Möglichkeit“ umschrieben werden und ist damit weniger der Struktur als dem Prinzip des Seins zuzuordnen. Im tibetischen Tantra ist ohne die Vereinigung von Weisheit und Methode keine Erleuchtung möglich. Dies betrifft vordergründig die Vereinigung der Prinzipien in jedem Menschen selbst, denn Mann und Frau tragen immer beides in sich. Dennoch überwiegt in ihrer Sexualität gewöhnlich eines von beiden. Somit ließe sich der shivaitische Tantriker von der Göttin inspirieren, verehrt sie, weckt ihre Sinnlichkeit und erfährt daraufhin auch ihre Verehrung seines göttlichen Prinzips. Interessant daran ist, wie sehr dieser Ansatz die heute verbreitete Vorstellung von leidenschaftlicher Sexualität infrage stellt, in der beide Geschlechter versuchen, sich von Anfang an männlich-aktiv zu verhalten, was vielen Frauen gemäß ihrer inneren Natur aber eigentlich schwerfällt.

#### Sexualität als Weg der Befreiung

Die meisten heutigen Weltreligionen ignorieren Sexualität oder unterdrücken sie. Viele Schüler suchen im Tantra deshalb Techniken, so Shanmukha, um eine gefühlte sexuelle Unzulänglichkeit auszugleichen. „Authentisches Tantra betrachtet Sexualität als heilig, als Weg der Befreiung. Deshalb nehmen Tantriker ihre Sexualität und ihre Beziehungen ernst. Sexualität ist nicht einfach ein physischer Akt, sondern die Basis ihrer spirituellen Wissenschaft. Es gibt viele sexuelle Techniken, aber wenn du wirklich liebst, ist keine von ihnen mehr wichtig.“ Die große Nachfrage im Westen nach sexuellem Wissen spiegelt sich auch im wachsenden Absatz der zahlreichen erotischen Ratgeber unter dem Begriff Tantra. Die meisten dieser Bücher beziehen sich immerhin auf das yogische Körperbild Indiens und berücksichtigen energetische Prozesse. Ein Missverständnis besteht allerdings um deren Erweckung und Intensivierung: Im Kontext sexueller Praxis, in der sie im Westen von Anfang an stehen, kann eine Form von Leistungsdruck entstehen, der das Einheitsgefühl mit der Partnerin eher schmälert als vertieft. Das shivaitische Tantra lehrt an erster Stelle, das wahre Selbst, die göttliche Natur in sich zu erkennen, und damit vollkommen unabhängig zu werden von jeder Art äußerer Bestätigung. Doch gerade Partnerschaft und Erotik sind in unserer westlichen Kultur vielleicht sogar die größte Projektionsfläche für unser verwundbares Selbstwertgefühl. Von

manchen westlichen Lesern mögen tantrische „Techniken“ eher als Know-how denn als Selbstfindungsweg zur Steigerung der eigenen Sensitivität verstanden werden. Alle „tantrischen“ Ratgeber, Seminare oder Kurse versagen an dem Punkt, an dem sie zu detailliert und zu wenig ganzheitlich aufgebaut sind. Tantrische Liebe kann in erster Linie aus einem völlig neuen Selbstverständnis heraus erwachsen, welches fundierter Vorbereitung bedarf.

#### Loslassen

Nicht ohne Grund blieben in den tantrischen Traditionen Indiens die sexuellen Praktiken den höchsten Stufen vorbehalten. Im Shri-Kali-Ashram praktiziert man zunächst einmal 5 Wochen intensiven Yoga, um erhöhte Körperbewusstheit zu erlangen, und besucht „Lectures“ zur tantrischen Lebensführung. Wer zu zweit kommt und Fragen zur tantrischen Sexualität stellt, bekommt auch umsetzbare Hinweise.

„Stimmt es, dass sich im Orgasmus die Erfahrung des All-Einen widerspiegelt?“ fragen wir Shanmukha. Er lacht. „Das ist nicht Tantra, das ist New Age!“ Die tantrische Erfahrung ist offenbar komplexer. Die linkshändigen Tantriker heben gemeinsam ihre sexuelle Energie an bis hin zum höchsten, klaren Bewusstsein. Durch diese spirituelle Praxis befreien sie sich aus ihren menschlichen Begrenzungen, ob psychologischer, soziologischer oder sonstiger Art, sowie aus den Zyklen von Leben und Tod.

Wir sind dagegen noch beim Yoga. Täglich werden hier Asanas angeleitet, meistens von Meisterschüler Whitney, der seit vier Jahren in Asien lebt. Eine Grundidee des Tantra-Yoga ist, die Energiezentren im Körper anzuregen und somit eine Harmonisierung von Prana oder Chi, der Lebenskraft, zu erzielen. Asanas sind auch hier zentraler Bestandteil, weil sie die intensivere, tantrische Körperwahrnehmung ermöglichen und damit zu einem neuen Bewusstsein vom Selbst verhelfen. Die einzelnen Asanas werden jeweils lange gehalten, manchmal bis zu zwei Minuten, begleitet von tiefer und intensiver Atmung. Diese Kombination kann ein leicht trancear-



Transformierende Kurse  
nach Sri Sri Ravi Shankar

# Yoga Atem Meditation

Mit Sudarshan Kriya,  
einer tief greifenden Atemtechnik



Wahrhaftig zu leben  
und nicht nur zu existieren –  
das ist  
»Die Kunst des Lebens«



07804 / 97 390 • info@artofliving.de

www.artofliving.de

tiges Gefühl erzeugen, einen meditativen Zustand. Dehnung spielt dabei eine große Rolle: Sie ermöglicht Entspannung, und dies bedeutet Loslassen. Darum geht es im Tantra: Es gilt, loszulassen, was einen noch an alten Vorstellungen und Urteilen begrenzt, loszulassen, was man für das Ich gehalten hat. Dies geschieht analog zur körperlichen Übung. Dabei erfährt man den Körper als Quelle von Freude, Zuverlässigkeit und Kraft.

Whitney hatte vor seiner Zeit in Indien als Anwaltssohn eine vielversprechende bürgerliche Karriere begonnen und konnte sich alles leisten, was er sich wünschte. „Ich hatte ein perfektes amerikanisches Leben. Ich hatte alles, wovon jeder sagt, ich sollte es haben. Aber im Grunde war es nicht interessant, es war langweilig.“ Der größte Schritt auf seinem tantrischen Weg war für ihn, unabhängig von jeder äußeren Anerkennung zu werden. Bewusst hatte Shanmukha sogar vermieden, in der Anfangszeit seine Fortschritte beim Yoga oder seine Arbeit zu loben. Wo früher Job und Beziehungen von seiner Umgebung bewertet wurden, fühlt Whitney sich heute unabhängig. „Tantra bedeutet auch, einen Menschen als einen Menschen zu sehen. All die äußeren Dinge machen nicht mehr oder weniger aus ihm. Du ehrst den anderen als das, was er ist. Du siehst wirklich den Menschen dort. Das ist schön. Es ist beständig. Jeder von uns ist wie ein wundervolles Kind, das entdecken will, das Leben leben will.“

Durch die intensive Atmung beim Yoga stellt sich mit der Zeit eine starke Wachheit ein, die einen die ganze Umgebung viel intensiver wahrnehmen lässt. Durch den entstandenen inneren Frieden kommen alle Eindrücke quasi ungefiltert, intensiv und echt bei unseren Sinnen an. Man ist sensibilisiert, braucht viel weniger Sinnesreize und kann eine Kartoffel auch ohne Salz und Sauce genießen. Ein sensibilisierter Zustand, der auch Grundlage für die tantrische Erfahrung ist.

## Der Acharya

Whitneys Verhältnis zu Shanmukha basiert auf einer Freundschaft, die gemäß der Tradition mit der Zeit gewachsen ist. „Acharya bedeutet Lehrer. Traditionsgemäß entwickelt man eine Freundschaft mit seinem Meister. Man entwickelt Vertrauen. Man lernt all das, wovon Tantra im Grunde handelt. Man lernt, dem Leben zu vertrauen, und vor allem, sich

selbst zu vertrauen.“ Shivaitische Meister vermitteln ihren Schülern, all das, was sie im Meister zu erkennen glauben, auch in sich selbst zu finden. Nach altem Brauch wird den Meistern viel Respekt und Achtung entgegengebracht. Sie selbst aber verstehen es, ihren Schülern letztlich auf Augenhöhe zu begegnen. Nur so können Freiheit, Unabhängigkeit und der tantrische Weg vermittelt werden. Nur so können Schüler durch den Kontakt wirklich wachsen. „Ich entschied selbst, ihn Bhagavan zu nennen“, erzählt Whitney, „nachdem ich seine Kultur besser verstand, sein Wissen und seinen Hintergrund. Es ist ein Zeichen von Respekt. Es ist nicht so, dass er das verlangt.“ Die Freundschaft, die sie beide verbinde, sei dabei von Ehrlichkeit und Direktheit geprägt. „Es ist einfach, immer nett zu sein. Es ist viel schwieriger, einem Menschen wirklich zu helfen, mit seinem Leben weiterzukommen.“

## Spiel mit den Energien

Im Tantra-Yoga wird das Energiesystem durch die Arbeit mit den drei Bandhas (wörtlich Siegel, Verschluss) von Kehle, Zwerchfell und Beckenboden, stimuliert. Die sieben Energiezentren entlang unserer Wirbelsäule, in Sanskrit „Chakren“, finden im physischen Körper als Drüsen ihre Entsprechung, von Adrenalin- bis Zirbeldrüse. Während einer der hier gelehrteten Übungen atmet man in der Hocke kräftig aus, zieht das Kinn zur Brust, hält die Luft an und richtet sich aus der Hocke wieder auf. Das erzeugt einen Unterdruck. Das entstandene Vakuum massiert und stimuliert die inneren Organe, Drüsen und die Chakren. Diese Technik verhilft zu verfeinerter Wahrnehmung und besserer Kontrolle der Körperfunktionen, was auch die Sexualität und die Orgasmuskontrolle betrifft. Man kann so mit seiner Energie spielen und sie beherrschen lernen. Dadurch wird es möglich, sie zu transformieren und im Körper zu verteilen. Beim Anhalten der Luft geht es zudem um die Ausdehnung der Lungenkapazität. Je größer unsere Lungenkapazität, desto mehr Sauerstoff führen wir uns zu. Dieser Sauerstoff macht die Muskeldehnung effektiver. Letztlich kann auf diesem Weg die Kundalini erweckt werden, die mehr oder weniger eingeschränkte Lebenskraft, über die jeder von uns verfügt. Es kann sich ein Zustand einstellen, der eine sub-

thema → der göttin zu ehren

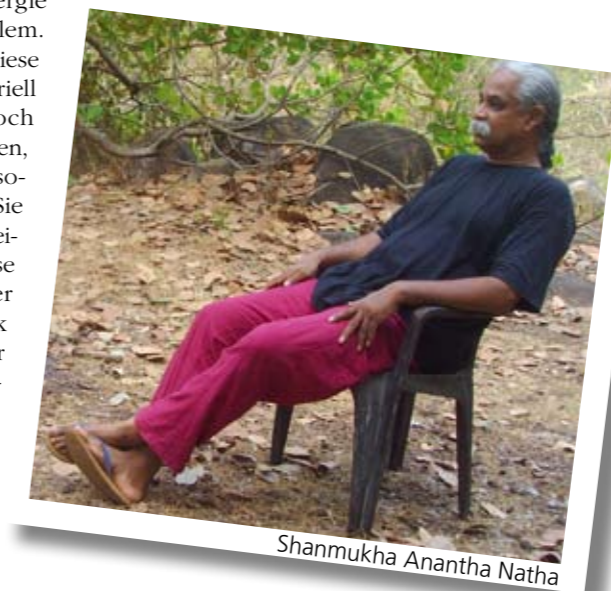
tile anhaltende Ekstase mit sich bringt. All dies ist Voraussetzung und Vorbereitung für sexuell-tantrische Rituale, es macht einen empfindsam und sensitiv und ermöglicht gemeinsame meditative Zustände. Tantrische Sexualität beginnt mit dem bewussten, intensiven Erleben und Auskosten aller Stadien zwischen leichter Erregung und Orgasmusnähe. Diese Erfahrung macht das eigene Empfinden eher offen und weit.

»Eine gesunde psychologische Ausgangssituation betrachtet er als Grundlage für den tantrischen Weg – nicht als Ziel.«

Aus physikalischer Sicht, erklärt Shanmukha, ist Materie Energie, und umgekehrt. Mit den Augen nehmen wir unseren physischen Körper wahr, aber in Wahrheit ist die ganze Welt pulsierende Energie. „Energie ist die Basis von allem. Für die Tantriker ist diese Energie weder materiell noch kinetisch, noch potenziell. Sie glauben, diese Energie ist absolutes Bewusstsein. Sie gehen einen Schritt weiter und erklären diese Energie. Das ist der Punkt, wo die Physik aufhört.“ Der Körper ist pulsierende Energie. Wenn es so ist, folgern die Tantriker,

ist es letztlich die Seele, die diese pulsierende Energie ausmacht. Was als Körper in Erscheinung tritt, ist für den Tantriker folglich zugleich auch Seele. Der Körper ist ein Aspekt der Seele. Damit ist der Körper für den Tantriker sehr wertvoll und wird als Tempel geehrt, weil er ausdrückt, was die Seele will. Alle tantrische Praxis, inklusive der Asanas, dient dem Tantriker dazu, seine begrenzte Auffassung der Welt hinter sich zu lassen und ein Leben im absoluten Bewusstsein des Grenzenlosen zu führen.

Shanmukha zufolge hatten sowohl die alten Tantraschulen als auch das Christentum uns ursprünglich gelehrt, unsere Sexualität zu würdigen. „Wir haben eine sehr positive Auffassung von Sexualität. Die moderne städtische Kultur scheitert daran, die Sexualität anzuerkennen. Sogar das Wort ist eigentlich falsch. Man sollte sie Beziehung nennen. Wir betrachten sie als Ausdruck des Lebens und der Liebe. Mit dieser klaren Haltung verschwinden Sexismus, Chauvinismus und alle Begrenzungen von selbst, und wir erkennen uns gegenseitig an.“ ■



Shanmukha Anantha Natha

## Infos



Angela Mahr ist Journalistin, Filmmacherin und Ethnologin mit dem Schwerpunkt Asien. Derzeit erforscht sie die tantrischen Strömungen verschiedener Kulturen. Sie untersucht deren Auffassung vom Menschsein und deren Wege, die Liebe zu vertiefen bis hin zu einer spirituellen Erfahrung jenseits der Ich-Grenzen. In diesem Kontext bietet sie auch Coaching zu allen Liebes- und Beziehungsfragen an.

Internet: [www.angela-mahr.de](http://www.angela-mahr.de), [www.liebe-als-weg.de](http://www.liebe-als-weg.de)

Sascha Sahaj erforscht seit vielen Jahren Kommuneprojekte, Ashrams und Yogaresorts als Inspirationsquelle für Werteänderungen in unserem westlichen Lebensstil. Er ist Journalist und Schriftsteller; Immobilienverkaufs- und Projektberater; Asienreisender und Yoga-Suchender; lebte mehrere Jahre als Geschäftsmann im mittleren Osten, verschiedenen Ländern Europas und jetzt wieder in seiner Heimatstadt Berlin.

E-Mail: [sascha.sahaj@yahoo.de](mailto:sascha.sahaj@yahoo.de)

Kooperationspartner & Anerkennung  
ROSENBERG gGmbH  
Ganzheit in Gesundheit und Bildung  
Europäische Akademie für Ayurveda



Yoga  
Yoga Ausbildungen  
Kompaktlehrgang zum Yogaübungsleiter  
Anerkanntes Studium zum Yogalehrer  
Hatha-Yoga, Ayurveda & spirituelle Psychologie

Ayurveda  
Sommerakademie  
Kompaktlehrgänge, Intensivtrainings, Seminare  
Ayurveda studieren und erleben in den Ferien  
Einmaliges Programm - Extra-Broschüre anfordern!

Ausbildungen  
Ayurveda-Massage-Praktiker  
Ayurveda-Therapeut  
Massage, Diagnose, Ernährungs- und Kräutertherapie  
Psychologischen Ayurveda-Berater  
Gesprächstherapie, Coaching, Persönlichkeitsschulung  
Ayurveda Gesundheits- & Ernährungsberater

Ayurveda-Medizin  
Heilpraktiker – Fachrichtung Ayurveda  
Master of Science in Ayurveda-Medizin  
Einzigartiges Hochschulprogramm, deutschsprachig  
Postgraduale Weiterbildung für Ärzte  
akkreditierte Fortbildungen in Berlin, München und Wien

Fortbildungen & Wochenendseminare  
Jetzt informieren!  
12. internationales  
Ayurveda-Symposium  
18. + 19. Sept. 2010 – Fachkongress für Mediziner  
und Therapeuten. Programm jetzt online!

Ayurveda Gesundheits-  
und Kurzentrum

Kuren  
Ayurveda-Kuren

Intensive Regeneration mit ganzheitlich medizinischer  
Ayurveda-Beratung, wohltuenden Massagen,  
individueller Ernährungs- und Kräutertherapie.

Unser Haus bietet persönliche Atmosphäre  
in kleinen Gruppen mit erfahrener  
Ayurveda-Ärzte- und -Therapeutenteam.

Panchakarma – Reinigende Intensivkuren  
SvasthaMed – Medizinische Spezialkuren  
KalarSpezial – Intensivkur im Kerala-Stil  
Rasayana – Gesundheits- und Regenerationskuren  
AyurGourmet® und AyurPrevent® – Exklusive  
Wochenendkuren u.v.m.



Kostenloses Infomaterial unter:  
Europäische Akademie für Ayurveda  
D-63633 Birstein · Forsthausstr. 6 · Tel 0049 (0)6054 91 31-0 · Fax 36  
CH-8032 Zürich · Hofstr. 53 · Tel 0041 (0)44-260 70-70 · Fax 71  
A-3400 Klosterneuburg · Passauergerasse 13 · Tel 0043 (0)1-523 76 56  
Seminarbibliothek & Newsletterabo unter:  
[www.ayurveda-akademie.org](http://www.ayurveda-akademie.org)