

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 58 (2001)
Heft: 4: Kuren mit Moor und vielem mehr

Vorwort: Editorial

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 23.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Liebe Leserinnen, liebe Leser

Eine meiner Freundinnen, die in einer deutschen Grossstadt lebt, bekam von wohlmeinenden Freunden einen Gutschein für einen «Ayurveda-Tag» geschenkt. Die nicht gerade mickrige Gabe (fast 400 DM) entpuppte sich dann allerdings als sehr zwiespältige Freude. Als sie den Gutschein einlöste, wurde sie zunächst belehrt, dass der «Tag» höchstens zwei bis drei Stunden dauere, dann bekam sie eine Ganzkörpermassage mit warmem Sesamöl und anschliessend den Stirnguss: aus einer Schale tropfte eine halbe Stunde lang in einem zarten Strahl Öl auf die Stirn. Nach knapp zwei Stunden stand meine Freundin wieder auf der Strasse. Einerseits fühlte sie sich wirklich entspannt, andererseits war sie enttäuscht. Denn in diesem Institut verlor man nicht nur keine Zeit, sondern auch kaum ein Wort. Niemand fragte sie etwas, niemand erklärte ihr etwas, keine Tipps und keine Hinweise, wie sie sich nach der Behandlung verhalten sollte.

Was weder die Schenkenden noch die Beschenkte wussten: Der Begriff Ayurveda ist nicht geschützt, und in westlichen Ländern kann sich jeder Laie schon nach dem Besuch eines Wochenkurses Ayurveda-Therapeuten nennen. Ein vierwöchiges Studium an einem College in den USA berechtigt sogar zum Tragen des Titels «Doktor des Ayurveda». In Indien dagegen muss ein Arzt nach vier bis fünf Jahren praktischer und theoretischer Ausbildung ein Universitätsexamen ablegen und danach noch ein Jahr in einem Ayurveda-Spital arbeiten.

Ayurveda ist in Mode. Keine Beauty-Farm, die etwas auf sich hält, kommt ohne aus. Kein Wellness-Hotel, das nicht ein Ayurveda-Weekend anbietet. Und Kosmetikinstitute offerieren unter dem Titel Ayurveda Produkte wie Kajalstifte, Rouge und Haarfärbungen. Doch mit einem bisschen Sesamöl und Sandelholzduft ist es nicht getan. Ayurveda ist nichts für eine schnelle Wochenendtherapie. Eine Ayurveda-Kur braucht Zeit. Wichtige Säulen des ganzheitlichen Medizinsystems aus Indien sind die (Umstellung der) Ernährung, Atmung, Durchblutung und Entschlackung. Was nicht an zwei Tagen zu schaffen ist.

Hüten Sie sich vor solchen Eilverfahren. Denn auch bei uns gibt es viele qualifizierte Ayurveda-Therapeuten, die ambulant und stationär seriöse Kuren anbieten.

Herzlichst Ihre

Ingrid Zehnder