

# Wellness und Therapie: Wo liegt die Grenze?

Gesundheitspolitik, Berufsverbände und Schulen fokussieren auf die Entwicklung der Komplementär-Therapie. Viele Ayurveda-Praktizierende fragen sich: Bin ich Therapeut/in oder mache ich "nur" Wellness? Sicher ist: Die so genannten Wellness-Behandlungen, denen in unserer Kultur auch die Ayurveda-Massagen zugeordnet werden, gehören zu den wirkungsvollsten Anwendungsmethoden des Ayurveda.

*Von Kerstin Tschinkowitz<sup>1</sup>*



Wo hört Wellness auf und wo beginnt Therapie? Eine wohlbekannte Frage für alle Ayurveda-Praktizierenden, deren Betrachtung mir gerade im Zusammenhang mit meiner Vorstandsarbeit und der Qualitätssicherung für Therapie und Ernährung zur Herzensangelegenheit geworden ist.

Die Konzentration auf die Entwicklung der Komplementär-Therapie in der Gesundheitspolitik, der Verbandsarbeit und in den anbietenden Schulen stellt manche Ayurveda-Praktizierenden vor die Frage: Mache ich „nur“ Wellness? Ich möchte betonen, dass es den Begriff "Wellness" im Ayurveda so nicht gibt. Es ist ein Begriff, der von unserer Gesellschaft geprägt wurde, um den Ayurveda für das westliche Denken in ein erklärbares Raster einzuordnen. Die Grundausbildungen der Ayurveda Massage, die in unserer Kultur als Wellness bezeichnet werden, gehören zu den wirksamsten Anwendungsmethoden des Ayurveda.

## **Bestätigung kommt von den Klienten**

Gerade bei den heutigen Diskussionen um Gesundheitsvorsorge möchte ich die Bedeutsamkeit der sogenannten Wellness-Behandlungen hervorheben. Über die "therapeutische" Wirksamkeit entscheiden die Fachkompetenz und die innere Einstellung des Gebenden. Die Bestätigung für die Arbeit der Praktizierenden kommt von den Klienten selbst.

---

<sup>1</sup> Diplomierte KomplementärTherapeutin OdA KTTC Ayurveda-Therapie, Naturheilpraktikerin Ayurveda, [www.ayurvedabalance.ch](http://www.ayurvedabalance.ch), Vorstandsmitglied VSAMT

Wenn man überlegt, wie lange die Ausbildung des Therapeuten im traditionellen Ayurveda dauert, sollte man sich mit Respekt fragen: "Bin ich Therapeut, wenn ich die Massageausbildung und die Therapeutenausbildung innerhalb von einem bis zwei Jahren nebenberuflich absolviert habe?" Das Studium der Massage und der Therapie sind ein Teil der Ausbildung, das Lernen und Umsetzen vertieft sich mit der Praxis. Dort können Praktizierende ihre (Er-)Kenntnisse achtungsvoll anwenden, ihre Beobachtungsgabe schulen, weiter lernen und die Lehren des Ayurveda vom Kopf ins Herz sinken lassen.

### **Lernen, Erfahrungen sammeln - und offen bleiben**

Früher folgten in vielen Berufszweigen auf die Lehrjahre die Wanderjahre, während denen das Erlernte angewendet wurde. Die jungen Berufsleute sammelten Erfahrungen und lernten weiter dazu. In Anbetracht der Einzigartigkeit jedes Einzelnen ist unsere Tätigkeit für jede/n von uns eine Herausforderung.

Geben Sie dem Therapeuten in Ihnen Zeit zu wachsen, machen Sie Weiterbildungen, vertiefen Sie Ihr Wissen und bleiben Sie im Austausch mit Ihren Kollegen. Ich fragte einst einen alten Lehrer: "Wie lange haben Sie gelernt, um die Pulsdiagnose zu beherrschen? Wie lange benötige ich ungefähr dafür?" Er antwortete mir: "Jeder Mensch, der meine Praxis aufsucht, bringt mir einen neuen Puls, von dem ich lernen darf."

In diesem Sinne möchte ich euch einladen zu Achtsamkeit und Zusammenarbeit zwischen Wellnessbereich, Gesundheitsprävention und Therapie.