

„Im unteren Rücken links gibt es ein Problem.“

Stimmt, das Iliosakralgelenk ist meine größte körperliche Herausforderung, seit vielen Jahren schon. Zeitweise kann ich kaum aufstehen oder schmerzfrei aufrecht gehen und stehen. Ich komme nicht dazu zuzustimmen, denn er fährt schon fort: „Der Cholesterinspiegel ist etwas erhöht, nichts Besorgniserregendes, aber daran werden wir arbeiten. Und Sie haben den Ansatz von Hämorrhoiden, das sollten Sie beobachten.“ Wie bitte? Obwohl – es hat sich in der letzten Zeit tatsächlich etwas beim Toilettengang verändert. Sagen wir mal, die Durchgängigkeit ist nicht mehr so wie früher. Das werde ich daheim checken lassen! Wenn das stimmt – wie kann Dr. Rayapasha davon wissen? Er geht inzwischen weiter seine schriftlichen Anmerkungen durch.

„Die Blockade in Ihrer linken Schulter sollten wir lösen.“ Ich fasse es kaum. Seit einer viel zu hoch angesetzten Tetanusimpfung vor Jahren habe ich anhaltende Probleme in der Beweglichkeit dieser Schulter. Dann kommt er auf mein rechtes Ohr zu sprechen.

„Sie hören auf dem rechten Ohr nicht mehr so gut wie links, aber das ist altersbedingt.“ Was soll ich sagen ... Volltreffer. Schon geht es weiter.

„Ihre innere Unruhe und die gelegentlichen Panikattacken können wir gut behandeln. Und wir werden dafür sorgen, dass Sie etwas abnehmen.“ Ich verdaue noch seine Punktlandung, was die Panikattacken angeht, bevor ich ihm dankbar für die Aussage zu meinem Gewicht bin. Sie bestärkt mich in der Vermutung, dass ich einige Kilogramm zu viel auf den Rippen vielmehr auf dem Bauch habe.

„Woher wissen Sie das alles?“, frage ich recht fassungslos.

„Das ist Ayurveda“, antwortet er schlicht.

Falls ich es vor der Untersuchung getan habe, zweifle ich nun keine Sekunde mehr an seiner Kompetenz. Er hat mich doch nur angeschaut und den Puls gemessen! Bis auf Augen und Nägel wurde ich nicht körperlich untersucht, wie ich es von Arztbesuchen gewohnt bin. Das glaubt mir doch keiner, schießt es mir durch den Kopf. Dass mich auch die beginnenden Wechseljahre seit einem halben Jahr nerven, spreche ich gar nicht mehr an. Im besten Fall erledigen sich die Schweißausbrüche und nächtlichen unruhigen Zappelien von selbst. Genauso wie meine Antriebslosigkeit.

Dr. Rayapasha wechselt einige Worte mit einer jungen Frau, die sich mir als Josephine vorstellt. Sie ist seine Assistentin. Mit meiner „Akte“ unterm Arm geht sie mir voraus in den Garten. Ein Tisch mit vier Korbsesseln steht etwas abseits unter einem duftenden Blütenstrauch. Wir nehmen Platz und Josephine fragt mich, ob ich schon einmal Ayurveda gemacht hätte. Ich verneine. Im folgenden Erklärungsgespräch – es ist mehr ein interessanter Vortrag – zeigt sie mir die Grundsätze der Lehre auf und erklärt das Prinzip der Doshas. Zu welchem Schluss der Vaidya gekommen ist, sei besonders wichtig, denn seine Einschätzung bilde die Grundlage für meine Therapien, Anwendungen und die Zusammensetzung der Mahlzeiten und Medizingaben, die ich in den kommenden 14 Tagen zu mir nehmen werde. Mein Vata sei stark erhöht, das Pitta ebenso, entnimmt sie den Schreibern. Und das Kapha sei unausgeglichen, erklärt mir Josephine. Für mich sind das alles sehr abstrakte Begriffe, die ich mit den physikalisch-wissenschaftlichen Vorgangsbeschreibungen, wie ich sie aus dem Bereich der Medizin gewohnt bin, kaum in Einklang bringen kann. In den kommen-

den Tagen will ich mich damit beschäftigen, mir etwas Wissen über die ayurvedischen Mechanismen und die rätselhaften Zusammenhänge anzueignen.

Um Punkt elf Uhr liege ich in einem der zu engen Einmalslips auf der Massageliege. Nach einer intensiven Kopfmassage mit nach Erde und Wurzeln riechendem Öl packt mir die Therapeutin warme in Öl getränkte Tücher um die Knöchel.

„This is Pichu“, meint sie. Warme Packungen legt sie mir auch in den Nacken und auf den oberen Rücken. Kaum abgekühlt, werden die > Pichu-Auflagen gegen warme ausgetauscht. Sehr wohltuend! Es folgen Fußmassage, Beinmassage, Rückenmassage. Die Inhalation, die mir schon gestern verordnet wurde, bildet auch heute den Abschluss. Dazu legt Chandana sogleich den Deckel zur Hälfte auf den unter meinem Gesicht dampfenden Topf. Zwei Stunden dauert die gesamte Prozedur. Danach gibt es wieder heißen Kräutertee, den ich auf der Ruhebänk vor der Holzterrasse Schluck für Schluck trinke. Der Schweiß fließt in Strömen.

Es ist Zeit fürs Mittagessen. Ich mache es den anderen nach, die wie ich am Vormittag ihre Anwendungen hatten: Mit Öl in den Haaren, Öl am Körper, aber immerhin in den Sarong gewickelt, steuere ich einen freien Tisch an. Heute möchte ich nicht bei Moni sitzen. Gestern nach dem Essen saßen Ulli, Moni und ich nach dem Essen noch bei einem Kräutertee – was sonst – beisammen, um zu erzählen. Moni kam so richtig in Fahrt. Mindestens neunzig Prozent der Redezeit entfielen auf sie. Ausführlichst und an mancher Stelle etwas zu detailgenau erfuhren Ulli und ich von ihren Leiden. So genau wollten wir

gar nicht wissen, wie es um ihren Stuhlgang bestellt ist und wie sich ihre verschiedenen Körperschleime zusammensetzen ... Zwischen den Beschreibungen und Deutungen ihrer einzelnen Körperreaktionen streute sie immer wieder die Bezüge zu ayurvedischen Grundsätzen ein. Zumindest ich konnte den Erklärungsversuchen kaum folgen. Ulli sitzt auch jetzt wieder bei ihr, sie scheint hart im Nehmen zu sein.

Gerade nehme ich Kurs auf einen Tisch, an dem ein Paar in meinem Alter bei einem Glas warmem Wasser sitzt, als mir einfällt, dass ich ja noch die mittägliche Tinktur im Arztzimmer abholen muss.

Dort fragt man nach meinem Namen und wirft einen Blick in meine Akte. Eine Assistentin im grünen Sari wählt aus dem gigantischen Arzneimittelschrank drei dunkle Flaschen aus. Von diesen Tinkturen gibt sie jeweils einen kleinen Schuss in eines der schon vertrauten Gläschen. Sie reicht es mir und ich trinke die etwas dickflüssige Flüssigkeit in einem Zug. Dieser Geschmack ... bitter, herb, unangenehm. Rasch laufe ich zurück ins Restaurant, dem Ort, wo ich Wasser zum Nachspülen finden kann. Gott sei Dank, der Platz bei dem Paar ist noch frei.

Schnell stellt sich heraus, dass wir auf einer Wellenlänge sind. Wir verstehen uns auf Anhieb prächtig, teilen den gleichen Humor. Auch die beiden kommen aus Deutschland, sie sind in Remscheid zu Hause und haben schon viele Panchakarmakuren gemacht, unter anderem auch in Indien.

„Ihr macht das öfter?“, will ich wissen.

„Ja, wenn wir es hinbekommen, machen wir jedes Jahr eine Panchakarma-Kur“, antwortet Jörg. „Das ist so empfohlen, denn die Reinigungseffekte sollen ein halbes bis ein Jahr nachwirken.“