

PRESSEINFORMATION

Pulsdiagnose nach alter Tradition bringt Erkenntnisse für ein modernes Leben

Mit der Pulsdiagnose im Ayurveda Resort Sonnhof eigene Lebensenergien ermitteln – Störungen der heute schnelllebigen Zeit gezielt beseitigen – Zunehmend mehr Vata- und Pitta-Typen durch Stress und Klimaerwärmung

Vata, Pitta, Kapha – so werden in der ayurvedischen Lehre die drei Doshas, die Lebensenergien, benannt. Mittels der Pulsdiagnose kann der genaue Typ eines Menschen ermittelt, Störungen im Körper festgestellt und somit Rückschlüsse auf Krankheiten und Unwohlsein geschlossen werden. Erst wenn die Harmonie der Doshas gegeben ist, erreicht der Mensch nach Ayurveda Gesundheit und Zufriedenheit. Dr. Gaurav Sharma, Ayurveda-Arzt im Ayurveda Resort Sonnhof, der seine Ausbildung in Indien absolvierte und seit Jahren die indische Heilkunst in Deutschland praktiziert, stellt fest: „Wir haben heute zunehmend mehr Vata-Typen, also Menschen, die ständig in Bewegung sind, und Pitta-Typen, die schnell überhitzt reagieren. Die Ursachen hierfür liegen in der gestiegenen Hektik im Alltag, vor allem im Berufsleben. Deswegen kommen zunehmend männliche Manager zu uns, die kurz vor einem Burn Out stehen. Aber auch die Klimaerwärmung führt zu mehr Hitze und damit zu mehr Pitta-Typen.“

Das Ayurveda Resort Sonnhof in Tirol bietet seinen Gästen die Pulsdiagnose als Bestandteil zahlreicher Kuren an. Gemäß dem Konstitutionstyp wird darauf aufbauend ein individuelles Behandlungs- und Ernährungsprogramm zusammengestellt.

Die Pulsdiagnose wird im Ayurveda Resort Sonnhof ausschließlich von Dr. Sharma durchgeführt. Seine jahrelange Erfahrung auf diesem Gebiet macht es ihm zunutze, den Pulsschlag an beiden Handgelenken zu deuten und daraus wertvolle Hinweise auf die energetische Gesamt-Verfassung des Organismus zu gewinnen. Dabei legt er Zeige-, Mittel- und Ringfinger an die Innenseite des Handgelenks und spürt mit unterschiedlicher Druckstärke den Puls. „Die Pulsdiagnose gibt Auskunft über das aktuelle Befinden von Körper, Geist und Emotionen sowie deren Zusammenspiel. Disharmonien – wie Verdauungsstörungen, Entzündungen oder hormonelle Störungen – können so identifiziert und gezielt behandelt werden“, erklärt Dr. Sharma.



Zusätzlich zur Pulsdiagnose stellt Dr. Sharma ausführliche Fragen zur Ernährung und Verdauung, zum Schlafverhalten sowie zum größeren Lebenskontext. Nur so kann eine richtige Einteilung in Vata, Pitta und Kapha sichergestellt werden. Der Vata-Typ charakterisiert einen schlanken Menschen, der ständig in Bewegung ist, schnell etwas vergisst und meist ängstlich reagiert. Der Pitta-Typ hingegen hat eine durchschnittliche Figur, ist entscheidungsfreudig und reagiert schnell überhitzt. Wer als Kapha-Typ eingeordnet wird, hat zumeist einen ruhigen Charakter, bleibt auch in Stress-Situationen ausgeglichen und neigt zum Müßiggang. Der individuelle Konstitutionstyp ergibt sich aus dem Ausprägungsverhältnis dieser drei Doshas. Ziel ist es, diese drei Kräfte auszugleichen und somit mehr Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Zufriedenheit zu erreichen.

Ob Pancha Karma Kur, Ayurveda Detox-Reinigung oder Anti-Aging-Programm – die Pulsdiagnose wird im Ayurveda Resort Sonnhof bereits bei Kuren ab drei Nächten angeboten und kann jederzeit extra dazugebucht werden. Weitere Informationen unter www.tirol-ayurveda.at.

Das Ayurveda Resort Sonnhof in Tiroler Traumlage vor dem Kaisergebirge lässt seine Gäste die Kraft der indischen Heilkunst für Gesundheit, Schönheit und Balance erleben. Gerade in einer von Hektik und Stress geprägten Zeit sieht der Sonnhof in diesem ganzheitlichen System den Weg zu einer neuen Lebensqualität. Für authentische Professionalität sorgen Dr. Sharma und der Chefkoch Balvinder Walia aus dem Mutterland des Ayurveda – und das ganz nah in der Tiroler Berglandschaft. Unter dem Begriff „Europäisches Ayurveda“ integriert das Vier-Sterne- Domizil harmonisch das Jahrtausende alte „Wissen vom Leben“ in die europäische Kultur.

Für weitere Presseinformationen und Bildmaterial:

marketing deluxe
Claudia Reichenberger
Wopfnerstraße 9/2
A-6130 Schwaz
Tel. +43(0)5242 – 61 115
presse@marketing-deluxe.at
<http://www.newsroom-marketing-deluxe.at>