



KALARI KOVILAKOM

Taj Reisen
— AYURVEDA —

Ayurveda-Kur hinter Palastmauern

KALARI KOVILAKOM

„Please Leave Your World Here“ – bitte lassen Sie Ihre Welt hier zurück. Mit diesen Worten auf einem schlichten Holzschild empfängt Sie das Kalari Kovilakom, und selten hat ein Ort dieses Versprechen so wörtlich gemeint. Dahinter öffnet sich der Palast, den sich die Königin von Vengunad im 19. Jahrhundert im Dorf Kollengode erbauen ließ: Säulengänge aus tropischem Holz, Wandmalereien, Fliesenmosaïke – und ringsum das ländliche Kerala, über dem in der Ferne die Westghats aufragen.

Vor rund zwei Jahrzehnten hat die indische CGH-Earth-Gruppe das Königshaus behutsam in ein Ayurveda-Hospital verwandelt – NABH-akkreditiert und in der Auslegung der Lehre kompromisslos. Und so versteht dieses Haus auch Luxus auf seine eigene Weise: Geboten wird nicht Überfluss, sondern das, was am kostbarsten geworden ist – vollkommene Ruhe, ungeteilte Aufmerksamkeit und die Freiheit, wochenlang nichts entscheiden zu müssen. Ein Palast, dessen ganzer Prunk der Heilung dient.

REGION

Kerala (Südindien)

MINDESTAUFENTHALT

14 Nächte

NÄCHSTER FLUGHAFEN

Kochi (COK), ca. 2,5 Stunden Fahrt

HOTELKATEGORIE

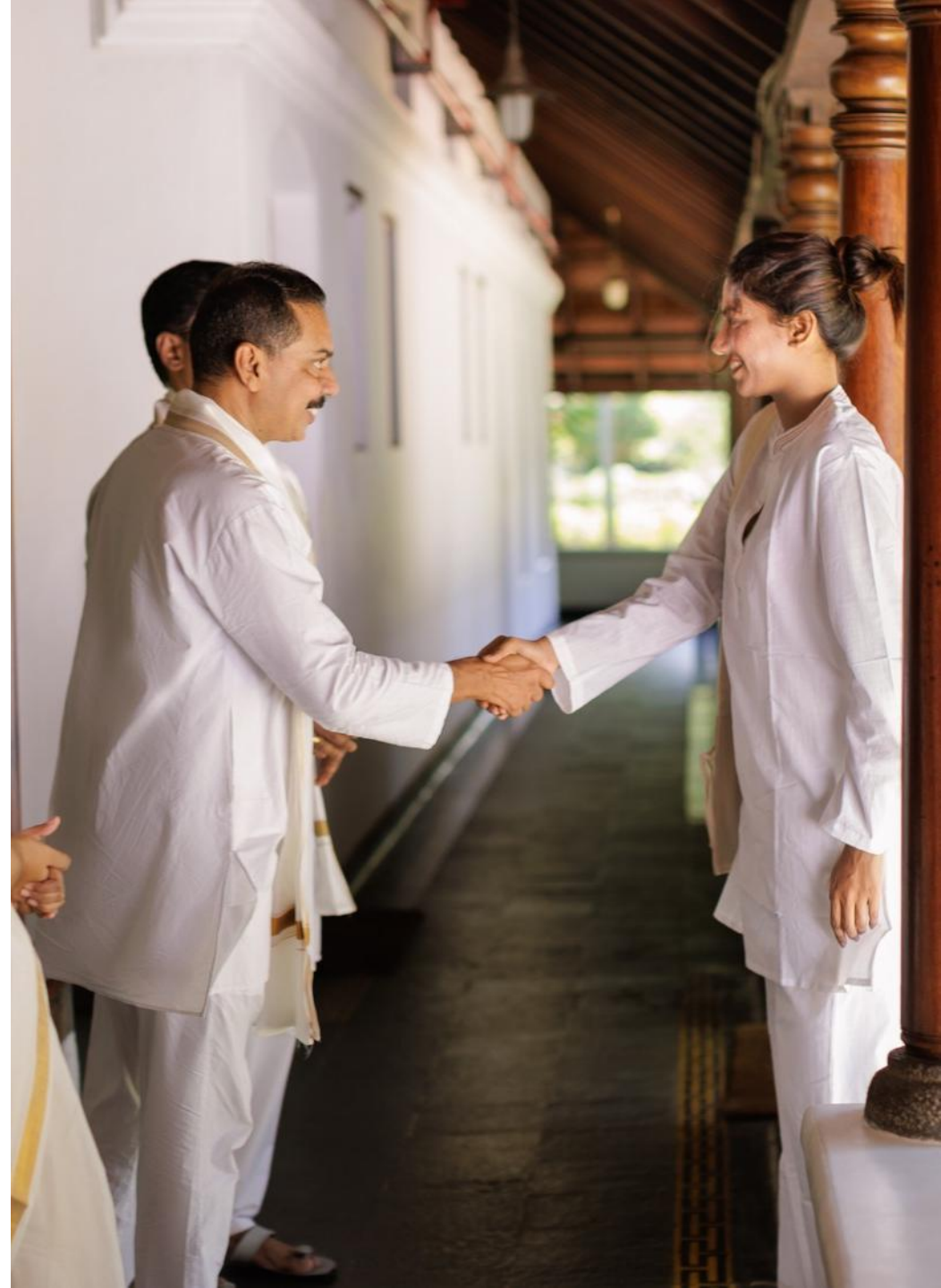
Luxus • Intensive Heilkur

RESORT

Ein Palast mit klarer Ordnung

Das Leben im Kalari Kovilakom folgt einer Ordnung, wie man sie sonst nur aus Ashrams kennt – und genau darin liegt seine Kraft. Ihre eigene Kleidung bleibt im Schrank: Bei der Ankunft erhalten Sie drei Sets bequemer Baumwoll-Kurtas, die täglich frisch gewaschen werden. Gegangen wird barfuß oder in lederfreien Schuhen. Fernseher und Zeitungen gibt es nicht, elektronische Geräte bleiben im Zimmer, und Alkohol, Koffein und Nikotin haben hier keinen Platz. Was streng klingt, entpuppt sich schnell als Geschenk: Es gibt schlicht nichts mehr, das ablenkt.

Der Rahmen dafür könnte schöner nicht sein. Zwei Gebäudeflügel, verbunden durch einen eleganten Säulengang, umschließen Höfe und Gärten, in denen antike Schnitzereien und Malereien von der glanzvollen Zeit der Vengunad-Könige berichten. Meditative Spazierwege führen durch den Kräutergarten, eine Bibliothek voller Literatur zu Ayurveda, Yoga und indischer Philosophie steht offen, und ein traditionell angelegter Badeplatz gehört ebenfalls zum Gelände.





UNTERKÜNFTE

Keine Suite gleicht der anderen

19 Suiten verteilen sich auf das historische Palastgebäude und den ehemaligen Gästetrakt – jede mit eigenem Zuschnitt und eigener Geschichte: Hier ein Fliesenboden im Stil der Dreißigerjahre, dort ein Himmelbett aus dunklem Holz oder eine traditionelle Schaukel, wie sie einst zum keralischen Wohnen gehörte. Vier Kategorien stehen zur Wahl: die beiden kompakten Kalari Suiten, die Kovilakom Suiten als Standard des Hauses, die herrschaftlichen Vengunad Suiten im Palastbau – und die Royal Library Suite, die es nur ein einziges Mal gibt.

Beim Komfort macht der Palast keine nostalgischen Kompromisse: Die Bäder sind modern, jede Suite ist klimatisiert und zusätzlich mit Ventilator ausgestattet. WLAN gibt es im Zimmer, Föhn und Bademantel liegen bereit. Nur auf den Fernseher verzichtet das Haus mit Absicht – die Abende gehören der Bibliothek und dem Kulturprogramm.



AYURVEDA

Der Vaidya entscheidet

Ihre Kur beginnt, lange bevor Sie den Palast betreten: Schon vor der Anreise füllen Sie einen ausführlichen medizinischen Fragebogen aus. Wenn Sie dann zur großen Eingangsuntersuchung Platz nehmen, kennt Ihr Vaidya Ihre Geschichte bereits. Aus beidem entsteht Ihr Programm mit dem täglichen Behandlungsplan. Das ist keine Formsache, sondern der Kern des Hauses: Behandelt wird, was Sie brauchen.

Zwölf traditionelle Behandlungsräume stehen bereit, täglich erhalten Sie zwei bis drei Stunden Anwendungen, und die Medikamente und Öle dafür entstehen aus den Kräutern des eigenen Gartens. Rechnerisch kümmern sich um jeden Gast zwei Mitarbeitende – eine Betreuungsdichte, die ihresgleichen sucht. Und die Fürsorge endet nicht am Abreisetag: Je nach Kurdauer sind ein bis zwei Follow-up-Konsultationen nach der Heimkehr inbegriffen, damit die Wirkung den Weg in Ihren Alltag findet.



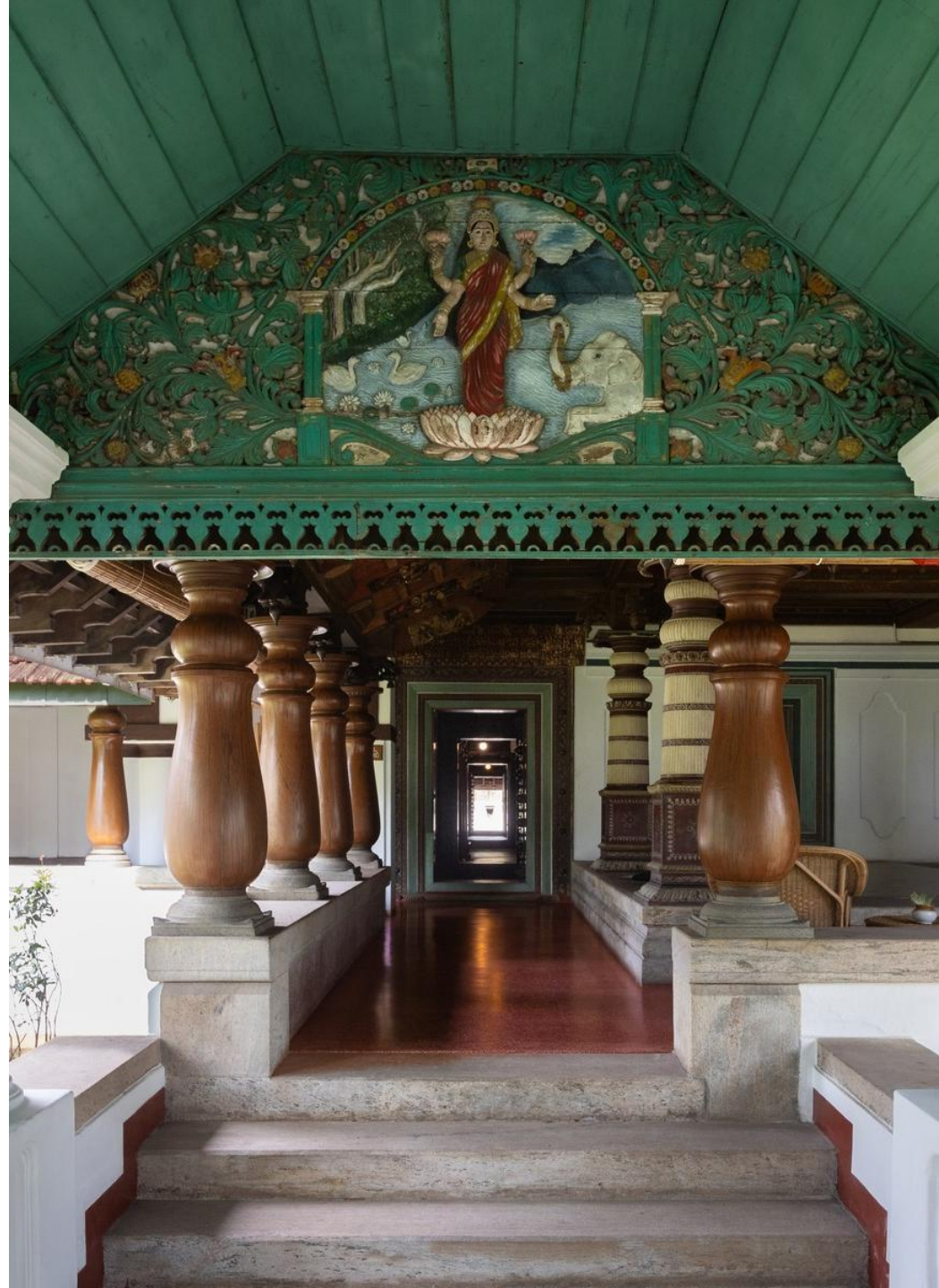


KURPROGRAMME

Fünf Kuren nach alter Schrift

Fünf Kurprogramme führt das Kalari Kovilakom, jedes ab 14 Tagen – und jedes trägt noch seinen Sanskrit-Namen, denn behandelt wird nach den klassischen Schriften Charaka Samhita und Sushruta Samhita. Manashanthi Chikitsa, wörtlich „Seelenfrieden“, wendet sich gegen Stress, Schlafstörungen, Konzentrationsmangel und Erschöpfung. Shodhana Chikitsa leitet angesammelte Giftstoffe aus und bringt die Doshas ins Gleichgewicht, während Panchakarma Chikitsa die vollständige Entgiftung in allen Phasen vollzieht. Zu jeder Kur gehört verpflichtend die klassische Vorbereitung: mehrere Tage medizinisches Ghee in steigender Dosierung, ehe ein Abführtag die gelösten Giftstoffe ausleitet.

Sthoulyaghna Chikitsa regt zur Gewichtsreduktion den Stoffwechsel an, und Rasayana Chikitsa verbindet Reinigung mit regenerierenden Anwendungen für gesundes Altern und starke Abwehrkräfte. Darüber hinaus behandelt das Hospital ein bemerkenswert breites Spektrum konkreter Indikationen – von Diabetes über Gelenk-, Haut- und Atemwegserkrankungen bis zur Nachsorge nach einer Krebserkrankung. Welcher Weg der Ihre wird, ergibt das erste Gespräch mit Ihrem Vaidya.



YOGA & MEDITATION

Yoga nach Maß

Der Tag im Palast beginnt früh und still: mit Yoga im Pavillon, noch bevor die erste Behandlung ruft. Damit die Praxis zu Ihnen passt, führt die Yoga-Leitung zu Beginn eine eigene Eingangskonsultation durch und erstellt daraus Ihren persönlichen Übungsplan – Vorkenntnisse sind willkommen, aber keine Voraussetzung, denn die Lehrer holen jeden dort ab, wo er steht.

Zweimal täglich rahmen Yoga und Meditation die Behandlungen ein, ergänzt um Atemtechniken und die tiefenentspannende Praxis des Yoga Nidra am Nachmittag. Vieles davon ist als Wegzehrung gedacht: Übungen, die Sie mit nach Hause nehmen, damit die gewonnene Ruhe dort weiterträgt, wo der Alltag wieder lauter wird.





KULINARIK

Mahlzeiten in aller Stille

Die Mahlzeiten im Kalari Kovilakom gehören zur Therapie. Ein Buffet gibt es nicht: Was auf Ihren Teller kommt, legt der Vaidya nach Konstitution und Kurphase fest. Gekocht wird rein vegetarisch mit Kräutern aus dem eigenen Garten und Bio-Gemüse kleiner Erzeuger der Umgebung. Serviert wird als "Thali", kunstvoll arrangierte Gemüsegerichte mit Reis, auf der offenen Veranda mit Blick in den Park.

Gegessen wird ohne Worte. Die Stille bei Tisch gehört zur Achtsamkeit – wer sie einmal erlebt hat, weiß, wie viel intensiver Geschmack und Sättigung zu spüren sind, wenn niemand spricht. Wer die Küche verstehen lernen will, schaut dem Küchenchef beim Kochkurs über die Schulter; zum Abschied erhalten Sie Ernährungsempfehlungen für zu Hause.



FÜR WEN GEEIGNET

Eine Kur für Entschlossene

Das Kalari Kovilakom ist die richtige Adresse, wenn die Kur ein ernstes Anliegen hat: bei Erschöpfung bis zum Burnout, hartnäckigen Schlafstörungen, chronischen Beschwerden oder dem Wunsch nach einer wirklich tiefgreifenden Reinigung. Gesagt werden muss ebenso deutlich: Wer zwischendurch an den Strand, ins Restaurant oder auf Besichtigungstour möchte, ist in einem unserer Häuser am Meer besser aufgehoben. Das Gelände wird während der Kur nicht verlassen, und genau davon lebt ihre Wirkung.

Das Mindestalter liegt bei 15 Jahren, und weniger als zwei Wochen bucht man hier gar nicht erst – eine gründliche Reinigung braucht mindestens diese Spanne. Alleinreisende wie Paare finden denselben geschützten Rahmen vor; entscheidend ist allein die Bereitschaft, sich den Regeln des Hauses anzuvertrauen.





LAGE & ANREISE

Am Fuß der Westghats

Das Kalari Kovilakom liegt in Kollengode im Distrikt Palakkad, tief im ländlichen Hinterland Keralas – einer Gegend, aus der seit Generationen die großen Ayurveda-Gelehrten des Landes stammen. Zwei Flughäfen kommen für die Anreise infrage: Coimbatore in rund zwei Stunden Fahrt, erreichbar per Inlandsflug, oder das internationale Cochin in etwa zweieinhalb Stunden; beide Transfers sind im Kurpreis enthalten.

Beachten Sie bei der Planung: Der Kurtag beginnt früh. Treffen Sie spätestens um 9:30 Uhr morgens im Palast ein, dann finden Aufnahme, Eingangsuntersuchung und die erste Behandlung noch am Ankunftstag Platz. Wenn Sie später anreisen, beginnt die Aufnahme in der Regel erst am nächsten Morgen. Und weil die Abende am Fuß der Berge kühl werden können: Ein leichter Schal und warme Socken gehören ins Gepäck.



UMGEBUNG & FREIZEIT

Die Welt wartet draußen

Ausflüge stehen im Kalari Kovilakom nicht auf dem Programm, denn die Kur soll wirken dürfen, ungestört von Hitze, Verkehr und fremdem Essen. Langweilig wird es trotzdem nie, denn das Haus pflegt ein Erbe: Die Könige von Vengunad waren große Förderer von Musik und Tanz, und so füllen bis heute klassische Darbietungen, Vorträge und Kochdemonstrationen die Abende im Palast.

Das eindrucksvollste Ritual gehört den Therapeuten selbst: Jeden Morgen üben sie Kalaripayattu, Keralas jahrhundertealte Kampfkunst, der der Palast seinen Namen und seinen Bauplatz verdankt – errichtet wurde er einst auf einem Kalari-Übungsfeld. Zuschauen ist ausdrücklich erwünscht, und wer mag, nimmt eine eigene Lehrstunde beim Meister.





NACHHALTIGKEIT

Drei Teiche für den Regen

Drei traditionell angelegte Teiche gehören zum Palastgelände und erfüllen heute einen modernen Zweck: In der Regenzeit sammeln sie das Wasser, das aufbereitet und im Haus weiterverwendet wird. Eine Biogasanlage verwertet die organischen Abfälle. Gebaut, renoviert und gewirtschaftet wird nach der Philosophie der familiengeführten CGH-Earth-Gruppe, die ökologische und soziale Verantwortung seit jeher zum Maßstab ihrer Häuser macht.

Derselbe Gedanke prägt das Verhältnis zur Nachbarschaft: Die Heilkräuter für Medizin und Töpfe wachsen im eigenen Garten, das Gemüse liefern kleine Bio-Erzeuger der Umgebung, und in kostenlosen Sprechstunden behandeln die Ärzte des Hauses auch die Menschen der umliegenden Dörfer. Vieles davon geschieht im Verborgenen, und genau so ist es gedacht: Der Gast soll heilen, der Ort soll tragen.

Zimmerkategorien



Kalari Suite

Die beiden Kalari Suiten liegen in der oberen Etage des ehemaligen Palastflügels und sind nur über Treppen erreichbar – wer gut zu Fuß ist, wohnt hier am ruhigsten. Als kompakteste Kategorie teilen sich die zwei Suiten einen Wohnbereich; wer zu viert reist und beide bucht, bewohnt damit praktisch eine private Etage.

Klimaanlage und Ventilator, WLAN im Zimmer, Föhn und Bademantel gehören dazu – hier wie in jeder Kategorie des Palastes.



Kovilakom Suite

Die elf Kovilakom Suiten bilden die Standardkategorie des Hauses und verteilen sich auf Erdgeschoss und erste Etage des ehemaligen Gästetrakts, in dem einst die Besucher aus Europa logierten. Jede ist anders geschnitten und eingerichtet: Fliesenböden im Stil der Dreißigerjahre, nostalgische Badarmaturen und antike Möbel mit feinen Schnitzereien geben jeder Suite ihr eigenes Gesicht.

Die Ausstattung entspricht dem vollen Standard des Palastes, vom klimatisierten Schlafraum bis zum Bademantel.

Vengunad Suite

Die fünf Vengunad Suiten liegen im historischen Palastgebäude selbst und tragen den Namen des Königreichs, dem dieser Palast einst gehörte. Antike Himmelbetten, traditionelle Schaukeln und großzügige Grundrisse machen sie zur herrschaftlichsten Art, im Kalari Kovilakom zu wohnen – jede Suite mit eigener Geschichte und eigenem Charakter.

Klimaanlage mit Ventilator, WLAN im Zimmer, Föhn und Bademantel sind selbstverständlich auch hier an Bord.



Royal Library Suite

Die Royal Library Suite ist das jüngste Schmuckstück des Palastes und ein Unikat mit eigener Geschichte: Einst diente der Raum der königlichen Familie von Vengunad als Versammlungssaal, später als Bibliothek für die Kurgäste des Hauses. Heute erreichen Sie die Suite über einen privaten Eingang mit eigener Treppe. Hohe Fenster füllen das Foyer mit Licht, ein Daybed lädt zu stillen Stunden, und vom eigenen Balkon blicken Sie in die alten Baumkronen des Palastgartens.

Mit separatem Wohn- und Essbereich, einem Schlafgemach mit zwei Queensize-Betten und zwei Bädern ist sie die großzügigste Wohnform des Kalari Kovilakom. Gegessen wird normalerweise gemeinsam mit den anderen Gästen; verlangt Ihre Behandlungsphase jedoch besondere Ruhe, werden die Mahlzeiten im privaten Essbereich serviert. Klimaanlage, Ventilator, WLAN, Föhn und Bademantel gehören wie überall im Haus dazu.



Ihre Reise zu sich selbst beginnt hier

Alle Kurpakete, weitere Informationen und die aktuellen Preise für das Kalari Kovilakom finden Sie jederzeit auf unserer Internetseite – und wir beraten Sie gerne auch persönlich.

www.taj-reisen.de/kalari-kovilakom

Tel: +49 (40) 63311879 | E-Mail: info@taj-reisen.de

Taj Reisen
— A Y U R V E D A —