

## Von Immobilien zu Ayurveda: Wie man ein neues Leben findet

Annett Gerlach war 25 Jahre lang als Immobilienmaklerin tätig, bevor eine Reise nach Indien alles veränderte. Ayurveda habe in ihr geschlummert, sagt sie.

VON NADJA LASEK

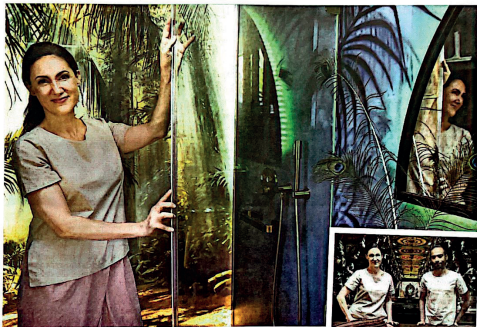
**L**age, Lage, Lage. Um dieses Qualitätsmerkmal ging es in Annett Gerlachs früherem Leben. Um Quadratmeterzahl, Quadratmeterpreis, Verträge und Honorare. Da war sie noch Immobilienmaklerin, 25 Jahre lang, mit Leidenschaft.

An einem sonnigen Mittamtag steht die Tür zu ihrem heutigen Leben weit offen. Frische Luft zieht hindurch und die 52-Jährige kommt auf nackten Söhlen aus dem Haus. Sie trägt eine weiße Baumwollhose und eine Art Kasack. Einatmen waren Blumen und Kostüme ihre berufliche Bekleidung. An diese Zeit denkt sie gern zurück, doch die jetztige ist ihr lieber.

„Ich bin ein bodenständiger Mensch“, sagt Annett Gerlach von sich. Eher einer, der den Zahlen traut, statt Gefallen an Esoterischem zu finden. „Aber je älter man wird, desto mehr hinterfragt man sich selbst und das, was einen umgibt. Vor allem dann, wenn man nicht weitergeht.“

Der Alltag mit Familie veränderte auch für sie so einiges: „Ich habe plötzlich begonnen, darüber nachzudenken, wie er auch im Job für mich weitergeht. Immobilien wollte ich nicht mehr. Viele Kunden und Kollegen empfand ich als ruppig, das hat mich vielleicht anfangs nicht gestört, nun aber schon.“ Also absolvierte sie unter anderem eine Ausbildung zur Pharmazeutin.

In dieser Findungsphase wurde Annett Gerlach krank. „Es war nur eine Grippe, aber ich hatte hohes Fieber, lag im Bett und habe mich nur sehr schwer wieder erholt.“ Die körperliche Kraftlosigkeit dauerte an: „So sehr, dass ich manchmal nicht wusste, wie ich den Tag als Mutter überstehen soll.“



Wer zu Annett Gerlach in die Praxis kommt, spült zuerst den Staub des Alltags von sich ab – und dann alles Überflüssige ebenfalls. Auf ganz unterschiedlichen Wegen sind sie und Shilbi Clement (li. Foto) ihre Lebensphilosophie im Ayurveda gefunden. Foto: K. Bönig

Annett Gerlach stellt filigrane Teetassen auf den großen mahagonifarbenen Esstisch in ihrer Wohnküche und schenkt in indischen Tee ein. Dafür hat sie eine Gewürzmischung gekocht und mit Milch aufgegossen. Die Farbe des Holzes findet sich in der Behandlungslage wieder, die durch die geöffnete Tür nach nebenan ein bisschen wie

ein Spiegelbild erscheint. Mit der flachen Hand streicht Annett Gerlach über die glatte Fläche. „Seitdem, schon als ich hier dieses Haus eingekauft habe, greife ich diese Optik. Als habe etwas in mir geschlummert“, sagt sie. Was es gewesen sein kann, das fand sie heraus, als sie begann, ein Erlebnis ernst zu nehmen. Bisher wusste sie

damit nichts anfangen. Nun setzte es nachträglich Gedanken in Gang.

„Auf einer Reise im Jahr vor meiner Krankheit war ich in Indien und musste unbedingt eine der Palmblattbibliotheken besuchen“, erzählt sie. Das sind Sammlungen von Manuskripten aus vermeintlich längst verlassenen Zeiten, die exemplarische Lebensstile beinhalten. Der Tradition nach dürfen nur pedale Palmblätter die Texte auf den Palmblättern lesen und interpretieren. Menschen auf ähnliche Pilgeren zu diesen Orten, um Erhellung ihrer Vergangenheit zu erlangen und Rat für die Zukunft zu erhalten.

„Der Palmblätterer hat mir gesagt, dass ich mich mit Ayurveda befassen soll – dass ich das machen muss, ob ich will oder nicht.“ Zunkunft war Annett Gerlach diesen Wegweiser nicht gefolgt. Sie wusste kaum, was Ayurveda überhaupt ist. Doch die Frage, wohin sie im Leben steuern sollte, war immer dringender und die Entbarung an das Erlebnis in Indien plötzlich wieder wahr geworden.

Der Tee schmeckt nach Anis und Zimt. Er erinnert an Weichhaken, wirkt wohligh warm und beruhigt. Ruhe zu finden, zu

entspannen, sich sicher und ganz bei sich zu fühlen, das sind heute für Annett Gerlach Qualitätsmerkmale ihrer Arbeit, die auch mit Lage zu tun haben. Oder besser gesagt mit Lagerung ihrer Klientinnen und Klienten, die für ayurvedische Behandlungen in ihre Laubgärtner Praxis kommen. Denn sie hat den Fingerring der Palmblätter ernst genommen und begonnen, sich mit der traditionellen indischen Heilkunst zu beschäftigen. Im Fingerringbereich hängen zahlreiche Urkunden gerahmt an der Wand. An einer statisch anerkannten Schule für Heilberufe hat sie studiert, sich weitergebildet und als Therapeutin selbstständig gemacht.

Auf diesem Weg traf sie Shilbi Clement. „Ich stamme aus Kerala im Südwesten Indiens. Meine Stadt gilt als Hauptstadt des Ayurveda“, sagt er. Die mehr als 1.500 Jahre alte Heilkunst gilt in Indien als Wissenschaft und wird an Hochschulen gelehrt. Wer Ayurveda studiert hat, praktiziert als sogenannter Ayurveda-Arzt und gibt sein Wissen an Jüngere weiter. „Ich bin in der Familie eines Freundes von mir ausgebildet worden und nun ayurvedischer Heiler“, erklärt Shilbi.

Die Liebe brachte ihn vor sieben Jahren nach Dresden, seine heutige Frau hatte er zwei Jahre zuvor in Indien kennengelernt. Er lernte Deutsch, gründete Familie und behandelte Menschen, die nicht nur mit dem Wunsch nach Wellness zu ihm kommen. Seine Klienten haben Parkinson, Schlaganfälle erlitten, leiden an Krebs oder Multipler Sklerose. Solche Krankheiten heilen zu können, das behauptet Shilbi nicht. „Aber wir können die Ursachen dafür finden und versuchen, dem Leiden seine Grundzüge zu entziehen.“ Ernährung spielt eine enorm wichtige Rolle.

„Ayurved – das bedeutet Wissen vom Leben“, erklärt der 39-Jährige. Beschied über das Leben zu wissen heißt, die gestaute Lebensweisheit zu kennen. Ayurveda beansprucht das für sich. „Unsere Therapie beginnt mit der Suche nach den Gründen für das Problem und die Krankheit.“ Es folgt die Reinigung und die Behandlung.

„Wer zu Annett Gerlach kommt, erhält einen Kinomso und Zeit in Beidmännern. Erst dann beginnt die zerebrnische Behandlung. Das kann eine Ganzkörpermassage sein: eine Rücken-, Nacken-, Gesichts- und Kopfmassage mit darauffolgendem Stirnölzug oder eine Fußsohlenmassage sein. Verschiedenste Massagen und auch die Schwitzbox gehören dazu. Letztere basiert auf dem Prinzip Sauna, doch der Kopf bleibt dabei kühl.“

Eine gute Empfehlung für das Leben allgemein sei das, sind sich Annett Gerlach und Shilbi einig. Sie empfehlen auf extrem unterschiedlichen Wegen gefunden, was sie gern weitergeben – als Philosophie, Erkenntnis, Reise zu sich selbst, Prophylaxe oder auch einfach nur als kleine Auszeit.