

A wellness jövője 5.

Mint a legtöbb földi dologban, a wellnessben sem elhanyagolható az újítás, a fejlesztés, így a wellness szállodák jelentős része is ezen elvek szerint működik. Interjú sorozatunkban is ezt a témát taglaljuk **Baranyai Györggyel**, a Magyar Szállodaszövetség wellness szekciójának vezetőjével, immáron ötödik alkalommal. Sorozatunkban több új keletű fogalommal ismerkedtünk meg, így például a selfness-szel, majd az építészet ide tartozó fejlesztéseit tárgyaltuk. Most elérkezett az idő, hogy a jövő és a fejlesztés mellett szó essék a múlttól is. S hogy ez hogyan lehetséges? A következőkben erről olvashatnak.

Szöveg: Hansági Dorottya



– A fejlesztés, jövő, újítás szavakat értem a wellness-szel kapcsolatban, de a múlt szót már kevésbé. Hogyan kapcsolható sorozatunkba?

– A kulcsszó az ayurvéda. Ez egy 5000 éves indiai gyógyászati rendszer, amely a védikus civilizációnak egy a mai napig élő és működő hagyatéka. Szó szerinti fordításban az „Élet Tudományá”-t jelenti, s olyannyira elfogadott, hogy egyike a világ három legnagyobb gyógyászati rendszerének. A kínai és a nyugati, vagyis allopatikus orvoslás mellett az ayurvéda, amely elsősorban a betegségmegelőzést, az egészségmegőrzést tartja szem előtt. Egy másik kiemelkedő alapelve a többi orvoslással szemben, hogy ez a fajta gyógymód igen nagy hangsúlyt fektet az egyéni adottságokra és különbségekre. Eszerint az embereket testi és lelki tulajdonságai, érzelmi beállítottságuk, mentalitásuk alapján különböző (test) típusokba sorolja, és ennek megfelelően egyénre szabott kezelési módokat, táplálkozási és életmódbeli tanácsokat dolgoz ki számukra, ezzel is növelve a kezelés hatékonyságát.

– És mindez hogyan kapcsolódhat a wellness filozófiájához?

– Nagyon egyszerű, hiszen már a wellness filozófiájának kialakulásánál is nagyon fontos útmutatásokat adott az ayurvéda. Így a wellness alapjának két meghatározó pillére létezik, melyek közül az egyik az ayurvéda, a másik pedig az, hogy a modern kor filozófiáját és problémáit próbálja a wellness kezelni. Természetesen ez a két megemlíttett dolog nem zárja ki egymást, sőt, éppen hogy összefonódik. Konkrétan: a wellness valahol egy modern felfogása ennek az egészségmegőrzésnek, a test és szellem egységének, és azt is vallja. S ha vallja, így az ő kezelési és módszerei is beiktathatóak a wellness programjai közé, gazdagítja azt.

– Tehát konkrét ayurvéda gyógyászattal is találkozhatunk már wellness szállodákban?

– Jelenleg csak kevés szállodában, s ott sem a teljes gyógyászati palettával. Leginkább három területre tudnám felosztani az ayurvéda alkalmazását hazai szállodáinkban. Az első a rövid távú kezeléseket tartalmazza, melybe az alakformálás, ayurvéda masszázsa, az egészségi szint emelése, illetve különböző alapfokú ayurvéda kezelések tartoznak.



Ezzel már több wellness szállodában találkozhatunk Magyarországon. A második már egy magasabb szint, amelyhez kisebb befektetés szükséges, s itt már ayurvéda szakembereket foglalkoztató szekcióról is beszélhetünk. A vendég számára ez magasabb szintű kezeléseket, hosszabb (akár 10 napos) kezelési ciklusokat is jelent, viszont ehhez már a Magyar Ayurvéda Gyógyászati Alapítvány tanfolyamának elvégzése szükséges. A harmadik terület az ayurvéda alkalmazásában a legátfogóbb, ez nem más, mint a speciális ayurvéda szálló, amely ezáltal nagyobb befektetést is igényel. Ez leginkább az indiai gyógyturizmus kiváltására lesz hivatott, de jelen pillanatban ilyen még nem üzemel hazánkban.

– De akkor az ayurvéda kezelése nem váltják fel a wellness kezeléseit ebben az esetben?

– Természetesen váltásról, cseréről szó sincsen, csupán kiegészítésről. A wellness remekül bevált kezelése mellett az ayurvéda szintén elfogadott gyógyászatát kínálja. Sokban hasonlít az ayurvéda filozófiája a wellness-éhez, így az „amit eszel, azzá leszel” alapon dat is mindkét területen alkalmazandó. Ez annyit jelent, hogy étkezésünk minden tekintetben meghatározza életünket, ez alapján az ayurvéda kezelés egy beszélgetéssel kezdődik, ahol a páciens étrendjét személyre szabottan állítja össze egy étkezési tanácsadó.

– A múltunk esetleg más tekintetben is megjelenhet a wellness-ben?

– Hogyne. Elég csak arra gondolnunk, hogy a népi hagyományok ápolásában milyen szerepe van egy-egy szállodának. A legtöbb szálló, így a wellness szállodák is ugyebár „valamire” épülnek. Értem úgy, hogy specializálódnak, visszanyúlnak az eredeti dolgainkhoz, a mai nyelvezetnek megfelelően. Számos példa azt igazolja, hogy azokon a területeken, ahol saját értékeiket próbálták felerősíteni, és arra építették a kínálatukat, azok mindig biztosabban és kisebb rizikóval tudtak a piacon szerveződni. Legyen ez a speciális élelmiszer, a gyógynövény, a természeti tájegységek vagy akár az éghajlat, ezek mind-mind fontos alapok, amelyek a jövőben kamatoztathatók. Egy távoli példával élve; ilyen Finnországban a jégszálloda, amely az időjárásnak megfelelően volt felépíthető, s az ötlet is remek, a maga nemében egyedülálló. De hogy ne is menjünk a határon túlra, például Sopronban található egy wellness szálloda, amely kifejezetten Sopron friss levegőjére alapozta jövőjét.

Szöveg: Hansági Dorottya. Fotó: Alva Park Resort & Spa, Spain, Le Royal Meridien, Mumbai.

JÖVŐBEN A MÚLT

4

