

“In de zomer gaan we voor yoga het maisveld van buurman in...”
Ayurveda op het Twentse platteland

Onderneemster Sylvia Lotte uit Hengevelde

HENGEVELDE - Rondom het erf scharrelt Henrik de haan met zijn enig overgebleven geliefde, Betsie. De andere hennen uit zijn harem zijn verdwenen. Sylvia Lotte van Ayurveda Twente in Hengevelde vermoedt dat hun verdwijning iets te maken heeft met de vossen en de bunzings die wonen in de bossen en in de velden rondom de boerderij. Sylvia Lotte zélf, van kuuroord Ayurveda Twente, heeft vooral oog voor het mooie van de natuur om haar heen. “Kijk,” zegt ze, “zie je de takken in die boom? Ze hebben de vorm van een hart...”

Er zijn meer gelukssymbolen te vinden rondom de tot kuuroord verbouwde boerderij aan de Goorsestraat in Hengevelde. Het roestige hoefijzer achter het huis en even verderop de lotusbloem in de kleine vijver. De schoonheidsproducten waar Sylvia Lotte van Ayurveda Twente mee werkt zijn van Lakshmi. ‘Lakshmi’ is in de Indiase overlevering de Hindoeïstische godin van onder meer licht, rijkdom en geluk.

Sylvia Lotte van Ayurveda Twente staat dicht bij de natuur. “Ayurveda Twente weerspiegelt waar wij voor staan: genieten van Ayurveda behandelingen terwijl je opgaat in het Twentse landschap...”

‘Kind van het woud’

Op de herenboerderij in Hengevelde zijn Sylvia's dromen uitgekomen. In september 2010 vierde Ayurveda Twente - kuuroord, massage-instituut en schoonheidssalon - het tienjarig bestaan. “Sylvia betekent ‘kind van het woud’. Als kind wilde ik altijd al graag op een boerderij wonen,” vertelt de spiritueel ingestelde onderneemster, die 51 jaar geleden in Rotterdam voor het eerst het levenslicht zag. Sylvia is docent welzijn, schoonheidsspecialist en gediplomeerd Ayurveda-master. Sinds 1980 is zij werkzaam in de reguliere en alternatieve gezondheidszorg. Bij Ayurveda Twente organiseert ze meerdaagse wellness-arrangementen, reinigingskuren en verzorgt ze - ondermeer - workshops, zoals

‘shirodhara trainingen’ om de gevoeligheid van het ‘derde oog’ voor helderziendheid en heldervoelendheid te vergroten.

Interesse

“Bij Ayurveda Twente werken we uitsluitend met een persoonlijke aanpak. Alle behandelingen zijn individueel afgestemd op de persoonlijke constitutie van mensen, zowel geestelijk als lichamelijk. Klanten willen geen nummer zijn,



mensen willen gekend worden in wie ze zijn. Jij hebt zonnebloemogen,” zegt Sylvia tegen mij.

Het is één van haar sterke eigenschappen die haar tevens kenmerken als ondernemer: de persoonlijke interesse in mensen. Maar ook de Twentse gastvrijheid die ze zich eigen heeft gemaakt en de verkoop van behandelingen en producten die op het individu zijn afgestemd, hebben bijgedragen aan het slagen van haar onderneming.

Sylvia Lotte heeft inmiddels 3 medewerkers in dienst, waarvan twee als oproepkracht.

Zzp'ers en stagiaires versterken het team. Ayurveda Twente is leerbedrijf voor ROC Twente en voor de Hogeschool Ayurveda Geneeskunde in Nijmegen van Robert Swami Persaud.

De Oosters geïnspireerde behandelingen op het nuchtere Twentse platteland zorgen voor klanten uit het hele land. “Als mensen hier een kuur hebben gevolgd kunnen ze thuis via de webshop de producten van Lakshmi kopen en er zelf mee verder gaan. De aanpak is heel eenvoudig maar werkt. Klanten komen terug en vertellen aan andere mensen wat ze hier gevonden hebben. Betere reclame is er niet.”

Lakshmi producten

De producten van Lakshmi passen bij haar levensbeschouwing. “Betere ken ik niet. De producten van Lakshmi zijn 100% natuurlijk, dierproefvrij en bevatten geen alcohol die de huid uitdroogt. Ze zijn huidverbeterend en afgestemd op de verschillende ayurvedische typen. Ik werk al 10 jaren met Lakshmi. Ik ben er zeer tevreden over en de klanten ook.”

Persoonlijke aandacht en kleinschaligheid typeren Ayurveda Twente. Wekelijks komen er ongeveer 10 cliënten over de vloer voor een meerdaags arrangement. Er zijn verschillende arrangementen mogelijk, met onder meer

“Je kunt beter een eik planten dan een vluchtig bosje. Een eik kan namelijk wel tegen een stootje.”

Wat is Ayurveda?

Ayurveda is een eeuwenoude kruidengeneeskunde uit India en betekent letterlijk levenswetenschap, ‘inzicht van het leven.’ Vanuit het standpunt van de Ayurveda worden mens en natuur doordrongen door drie holistische en universele basisprincipes, de dosha's, die Vata, Pitta en Kapha worden genoemd. Sylvia Lotte: “De basisprincipes Vata, Pitta en Kapha zijn in ieder mens werkzaam. Zij sturen alle lichamelijke, mentale en psychische functies.”

Ayurveda gaat uit van de vijf elementen ether, lucht, vuur, water en aarde. Deze vijf elementen vormen de drie ‘dosha's’ die in ieder mens aanwezig zijn. In soms duizenden jaren oude aantekeningen is beschreven welke elementen, eigenschappen, smaken, geuren, vormen, kleuren en stemmingen door welk dosha worden voortgebracht. Vata bijvoorbeeld staat voor de elementen ruimte en lucht. Pitta voor vuur, Kapha voor water en aarde. Vata houdt onder meer verband met activiteit en creativiteit, Pitta met intelligentie en Kapha met stabiliteit en structuur.





gebruiken voor yoga, een cirkel van 6 bij 6 meter. Het is heerlijk om in zo'n beschutte cirkel te mediteren... Onder je voel je de aarde, rondom je zie alleen het hoge mais en boven je de lucht. Natuurlijk keek hij aanvankelijk wat vreemd op van mijn verzoek. Hij zei dat hij het thuis eerst met de vrouw, zijn echtgenote dus, moest overleggen. Dat betekent op z'n Twents 'vergeet het maar...' Maar een paar dagen later kwam hij op z'n fiets langs en zei hij dat het toch goed was."

Samenwerken

Sylvia Lotte werkt bewust samen met andere ondernemers in de omgeving. "We kopen biologische producten van de boeren en zij sturen vrienden en bekenden naar ons door. Ook in het dorp zelf hebben we fijne contacten. Een huisarts komt hier eens per jaar met een groep mensen voor een retraite."

In samenwerking met 'paardenfluisteraar' Erik Eshuis organiseert Sylvia Lotte onder meer vijfdaagse arrangementen om kennis te maken met de lichaamstaal van paarden en anders aan te kijken tegen communicatie. 'Paardenmassage heeft een heilzame en kalmerende werking voor de geest en brengt ook fysiek tot ontspanning,' lees ik in een brochure van de twee. Sylvia: "Samen dingen ondernemen is toch veel leuker dan alleen?"

Emotionele periode

Toch heeft ze het lang allemaal 'zelf' moeten doen en lachte het geluk haar niet altijd toe. "In de jaren tachtig zat ik met twee kleine

kinderen in de bijstand. Ik begon met het geven van massages met biologische olie van de Aldi en oefenmatjes van Scapino. Ik organiseerde en gaf vegetarische kookcursussen in opdracht van de stichting Lekker Dier. Feitelijk knoopte ik de eindjes aan elkaar voor mijn twee kinderen en mezelf. Maar ik ben altijd dicht bij mezelf gebleven en ben, ook als ondernemer, langzaam maar zeker gegroeid."

'De liefde' bracht haar in 1979 naar Twente. Sylvia verhuisde naar Hengelo (O) en opende een ayurvedische praktijk aan huis. Haar man, Jack, overleed echter in 2002. "Dat was een hele zware en emotionele periode. Ik stond er plotseling weer alleen voor."



ayurvedische massages, kruidenbaden door de voeten, darmreinigingen, schoonheidsbehandelingen, persoonlijke life-style coaching, uitgebalanceerde voeding en meditatie.

Respect

De omgeving brengt gasten tot rust en er is gelegenheid voor yogaoefeningen: op de vroegere hooizolder of in de buitenlucht. "In de zomer gaan we voor yoga het maisveld van buurman in. Toen ik hier vijf jaar geleden kwam wonen wist ik dat het belangrijk was om de lokale bevolking met respect te behandelen en met hen samen te werken. Ik heb pas twee jaar geleden aan de buurman durven vragen of ik een klein stukje van zijn maisveld mocht

Zelf starten met Ayurdevische producten van Lakshmi?

Wilt u zelf starten met Ayurdevische producten van Lakshmi? Dat kan! Vraag nu de informatie aan of maak een afspraak. Voor productinformatie en opleidingen neem contact op met

Kees Knijnenburg
Lakshmi Import vof
 Middelweg 93, 2241 AP Wassenaar.
 Telefoon: 070 - 51 79 588
 E-mail: info@lakshmi.nl

Kijk voor meer informatie www.lakshmi.nl



Gelukkige wending

Er kwam een gelukkige wending in haar lot toen ze van Hengelo (O) naar Hengevelde op het platteland kon verhuizen. De boerderij waar ze nu woont is haar vijf jaar geleden 'in de schoot geworpen' door de eigenaren van Landgoed Weldam, de graaf en gravin Zu Solms-Sonnenwalde. "Een vriendin attendeerde mij erop dat zij een nieuwe bestemming zochten voor de boerderij. Er was veel belangstelling voor deze boerderij, maar ik heb de stoute schoenen aangetrokken en ben met de eigenaren gaan praten. Ik kon de boerderij in huurpacht krijgen. Ik ben een gelukkig mens dat eigenaren voor mij en mijn visie hebben gekozen. Soms denk ik: mijn leven is nu net een sprookje... Ik woon op een prachtige boerderij, aan de rand van een dennenbos en kan doen wat ik het liefste doe, mensen behandelen met ayurveda. De dennengeur heeft mij geholpen bij het opruimen van oud verdriet waaronder het verlies van mijn man. Van hieruit kan ik nu heel veel andere mensen helpen. Wat ik geleerd heb en

wat ik aan andere ondernemers zouden willen meegeven is dat je beter een eik kunt planten dan een vluchtig bosje. Een eik kan namelijk wel tegen een stootje."

Tekst en beeld: Rosaline Ratering



Ayurveda Twente

Goorsestraat 49
7496 AC Hengevelde
Telefoon: 0547 – 333 100
E-mail: info@ayurveda Twente
Website: www.ayurvedatwente.nl

Lakshmi: 100% biologisch, 100% werkzaam

Lakshmi biedt natuurlijke verzorgingsproducten in harmonie met de natuur. De producten zijn 100% biologisch en gecertificeerd door ICEA. Het gebruik van cosmetica met synthetische en minerale toevoegingen is één van de belangrijkste oorzaken van huidveroudering en gezondheidsproblemen. Om deze reden biedt Lakshmi uitsluitend natuurlijke producten gemaakt van veilige, betrouwbare en effectieve plantaardige bestanddelen.

Doeltreffend

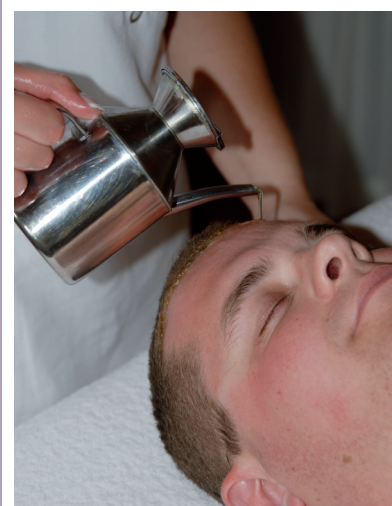
De producten van Lakshmi zijn ontwikkeld met inzichten uit de Ayurveda. Deze eeuwenoude natuurgeneeskunde vindt haar oorsprong in India en wordt inmiddels met succes toegepast binnen de westerse cultuur.

De doeltreffendheid van de producten ontstaat uit de synergie van planten, essentiële oliën en plantaardige oliën. De kleur van onze producten wordt verkregen door de natuurlijke componenten: kurkuma, henna, chlorofyl en aloë vera. De geur is afkomstig van natuurlijke etherische oliën die de doeltreffendheid van het product versterken.

Vreugde

Lakshmi producten worden 'met vreugde' gemaakt omdat zij geïnspireerd zijn door de eeuwenoude ayurvedische natuurgeneeskunde; de bestanddelen niet op dieren getest zijn en ook geen dierlijke stoffen bevatten; zij dezelfde Ph-waarde hebben als de huid en de vocht inbrengende factor voortkomt uit het gebruik van 100% natuurlijke stoffen zoals aloë vera sap, slijm van mallow en althea.

Lakshmi-producten worden op natuurlijke wijze geconserveerd: door het gebruik van grapefruit zaadextract, glycine soja, vitaminen A, E, C en etherische oliën. Grapefruitzaadextract verdund in gecertificeerde plantaardige glycerine is een natuurlijk bewaarmiddel, zonder negatieve bijwerkingen en (heel) gunstig voor de huid.



Binnen de Ayurveda gebruikt men kruiden-olien die de 'dosha', de persoonlijke constitutie, balanceren. Het fysieke lijf wordt weldadig en rijkelijk met diverse kruidenoliën behandeld, hoofd en haren vormen hierin een belangrijk onderdeel. De massage stimuleert de afscheiding van het hormoon serotonine. Dit hormoon geeft rust en laat de vele gedachten wegvloeien.

