

Аюрведа Велнес

Путешествие к здоровой
ЖИЗНИ





ОСНОВЫ АЮРВЕДЫ

Для тела, ума и души
Древняя практика Аюрведы выходит
за рамки только лечения
болезней. Это образ жизни, который
был усовершенствован силами и
опытом мудрецов, жившим тысячи
лет назад. Аюрведический образ
жизни дает возможность очистить
ум, тело и душу,
чтобы полностью реализовать свой
потенциал.



ЕДИНСТВО СО ВСЕЛЕННОЙ

Аюрведа считает, что все во вселенной, включая людей, состоит из пяти элементов: воздуха, воды, огня, земли и эфира. Вместе эти элементы известны как Panchamahabhutas. Каждый из этих элементов связан с различными функциями организма и особенностями личности. В органическом теле эти пять элементов находятся как три доши (тридоша) - вата, питта и капха. Каждая из дош представляет собой различную комбинацию пяти элементов. Дисбаланс трех дош может привести как к физическим, так и к психическим заболеваниям.

АЮРВЕДИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ

Основные процедуры лечения в аюрведе

В Аюрведе существуют целевые методы лечения различных заболеваний. Эти программы лечения назначаются в зависимости от заболевания и анатомии пациента. Некоторые из этих методов лечения объединены и доступны в виде пакетов лечения. Гости могут заказать процедуры, предлагаемые ниже, однако, они будут утверждены только после консультации с врачом.



Омолаживающая терапия (РасаянаЧикилса)

Это лечение включает в себя: массаж тела с руками и ступнями, выполняется двумя массажистами с лечебными маслами и кремами, травяные лекарственные средства внутреннего применения и лечебной паровой баней. Эта терапия призванная омолодить разум, тело и душу, тонизировать кожу, укрепить все системы, а также для достижения идеального здоровья и долголетия.

Продолжительность: от 90 минут до 2 часов в день в течение 7-14 дней.



Очищение тела (ShodhanaChikilsa)

Процесс очищения всего тела для достижения правильного баланса Ватхи, Питхи и Капхи на основе лечения Панчкармы и Светхакармы. Пакет включает в себя массаж тела, Снехапанам, Насьям, Вирачанам (слабительное лекарственное средство), Снехавастхи, Дхара, Пижичил, Нджаваракижи, Карнапуранам, Тарпанам, Сировастхи, паровую баню и травяные лекарства внутреннего применения.

Продолжительность: 15 дней

АЮРВЕДИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ



Программа для похудения

Программа похудения на Соматирах включает массаж с использованием лекарственных порошков, и травяных масел. Также соблюдение диеты, предписанной во время лечения, является одной из важнейших частей программы. Другие лечебные процедуры включают в себя медикаментозные паровые бани с употреблением травяных соков, чаев, и т.д.

Продолжительность: пакеты на 21 и 28 ночей доступны для этой программы.



Программа управления стрессом

Современный день подвергает тело и разум большому количеству стресса и напряжения. Программа управления стрессом в Somatheeram сочетает в себе йогу, медитацию и аюрведическую терапию, для достижения расслабленного состояния души. Программа включает в себя омолаживающий массаж, омолаживающие терапии, Дхара, Ньюваркизжт, Тхалам, травяную паровую баню, прием лекарственных трав и т.д.

Продолжительность: 14 дней

АЮРВЕДИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ



Программа по уходу за красотой

Когда тело здоровое и функционирует в лучшем виде, жизненная сила излучается и делает вас привлекательным человеком. Лечение красоты в Somatheeram не ограничивается только внешним видом, но включает также в себя йогу, медитацию и омолаживающие процедуры. Массаж является важной частью пакета косметических средств, так как они увеличивают циркуляцию жизненно важных жидкостей и придают коже красивый блеск. В программу включено: травяные маски для лица, массажи с травяными маслами, специальными маслами, фруктовыми и растительными соками, маски для тела и головы, паровая баня, травяные ванны, употребление травяных соков. Эта процедура улучшает цвет лица, тонус кожи и мышц.

Продолжительность:



Антивозрастная программа

Различные клетки и ткани тела постоянно меняются с возрастом, поэтому необходимо омолодить его системы для лучшей гармонии тела, разума и души. Аюрведа назначает лечение для устранения износа тела в результате процесса старения. Посредством надлежащего очищения можно увеличить жизненную энергию, называемую «оджас», которая улучшает силу и жизненную силу за счет приема расаяны. Этот процесс обеспечивает длительный срок жизни, молодость, хорошее здоровье, прекрасный цвет кожи лица, тучность, интеллект, силу. Процедура включает в себя массаж тела со специальными маслами и растительными соками, Ньяваратхепу, Кареасекам с лечебными маслами, отварами или молоком, Снехапанам, Виречан, Кшеравасти, Шехавасти, Тхалапоттичхил, Сиродхара, массаж головы со специальными растительными соками, Тхалам, Срубхатх, травяными ваннами, паровыми банями и употреблением Rasayana сочень специальной диетой.

АЮРВЕДИЧЕСКИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ РЕТРИТЫ В ИНДИИ

Мы предлагаем проживание с пакетами аюрведы в Ayurveda Retreats для подлинных и высоких стандартов аюрведических процедур для долгосрочного и эффективного оздоровления.

LUXURY

- SIX SENSES - VANA
- ANANDA IN THE HIMALAYAS
- FAZLANI NATURE'S NEST

CONTEMPORARY STYLE

- UDAY SAMUDYA BEACH RESORT
- CARNAUSTIE AYURVEDA AND WELLNESS RESORT
- TRAVANCORE VILLAGE RESORT
- ISOLA DI COCO
- POOVAR ISLAND RESORT

TRADITIONAL KERALA

- AMAL TAMARA
- NIRAMAYA RETREATS
- UDAY BACKWATERS
- KAIRALI AYURVEDA VILLAGE
- PRAKIRTI SHAKTI - CGH
- KARALI KOVILAKOM
- KALARI RASAYANA
- KAYROLORAM - UDS
- AYURSOMA
- SOMATHEERAM AYURVEDIC HEALTH RESORT
- SHATAM JEEVA

THANK YOU!

