

Βότανα Αγιουρβέδα

Η Αγιουρβέδα αποτελεί το παραδοσιακό σύστημα υγείας της Ινδίας και στην κυριολεξία σημαίνει **«Η επιστήμη της Ζωής και της Μακροζωίας»**. Μέρος της αγωγής της Αγιουρβέδα για την επίτευξη της βέλτιστης υγείας μας αποτελεί η εφαρμογή του μασάζ, της γιόγκα, συγκεκριμένων συμβουλών τρόπου ζωής και διατροφής καθώς και η χρήση ειδικών βοτάνων.

Σύμφωνα με την Αγιουρβέδα κάθε άνθρωπος είναι μοναδικός. Τα βότανα που χρησιμοποιούνται είναι διαφορετικά για τον καθένα και εφαρμόζονται με ασφάλεια και αποτελεσματικότητα εδώ και αιώνες. Στόχο της θεραπείας αποτελεί η καταπολέμηση της αιτίας του προβλήματος αλλά και η μείωση των συμπτωμάτων. Η Αγιουρβέδα και η Βοτανοθεραπεία εφαρμόζονται από απόλυτα εκπαιδευμένους επαγγελματίες, των οποίων η συμβουλή κρίνεται απαραίτητη για την αντιμετώπιση περίπλοκων και χρόνιων παθήσεων. Είναι, επίσης, σε θέση να διαγνώσουν ασθένειες στις οποίες κάθε άνθρωπος έχει προδιάθεση και να προτείνουν αποτελεσματικές τεχνικές για τη διατήρηση της βέλτιστης υγείας. Η Αγιουρβέδα μας ενθαρρύνει να φανούμε υπεύθυνοι για το καλό της υγείας μας.

« Η υγεία φέρνει ευδαιμονία »

Ένα ρητό της Αγιουρβέδα του 13ου αιώνα