

L'Ayurveda, la medicina indiana, scienza della vita che risale a circa 5000 anni fa e si ritiene di essere la più antica conoscenza ispirata al benessere totale.

L'Ayurveda si occupa della vita, nella sua completezza, non solo nella cura delle malattie, ma anche e soprattutto, nel promuovere uno stile e una filosofia di vita che possano garantire salute e longevità, correggendo gli squilibri psicofisici dell'uomo prima che diventino vere e proprie patologie. La consulenza si svolge soprattutto tramite la Nadi Vijnan (lettura del polso) che è una delle più antiche conoscenze per determinare lo stato psicofisico di un individuo; inoltre analizzando le abitudini alimentari, la Prakriti (costituzione individuale), e lo stato attuale dei Tridosha: Vata (il sistema nervoso), Pitta (il sistema di metabolismo) e Kapha (il sistema immunitario) per individuare eventuali squilibri responsabili per i malesseri.

Essa serve anche per determinare l'alimentazione più appropriata, prodotti naturali, erbe medicinali e trattamenti Ayurvedici specifici.

L'Ayurveda propone un'ottima alternativa naturale ai disturbi causati dallo stress, insonnia, scorretti abitudini alimentari, intolleranze ed attacchi di panico.

Secondo l'Ayurveda la salute non è solo assenza di malattia ma è uno stato di continuo appagamento e di benessere, uno stato di felicità fisica, mentale e spirituale. Il concetto di equilibrio espresso dall'Ayurveda comporta non solo il perfetto funzionamento dei vari sistemi ed organi, della psiche e dello spirito, ma anche un rapporto di felice convivenza con tutte le creature, con i familiari, con gli amici, con il lavoro, con il clima e la cultura in cui viviamo, con i propri ideali, con le abitudini e con la verità.

- **Consulenza Ayurvedica su prenotazione con Dr. Vaidya e il dott. Aditya Vardhana Raju Chakrahari presso**

ERBORISTERIA LA MINERVA

tel 066792854

Il dott. Aditya Raju è un Vaidya Ayurvedico, cresciuto in una famiglia della tradizione Ayurvedica.

Ricercatore della tradizione ayurvedica antica, ha ottenuto la qualifica di Ayurvedacharya, Bachelor of Ayurvedic Medicine e Surgery presso l'Università di New Delhi.

Specializzato in "Chirurgia non invasiva secondo l'Ayurveda".

Esperto della Nadi Vigyan, analisi del polso.

Profondo conoscitore delle piante e delle formulazioni ayurvediche dell'Ayurveda Maharishi e delle metodiche ayurvediche tradizionali quali il Panchakarma, insegna in Italia ed in India c/o scuole della Maharishi Vedic University.