

Detoxikace a omlazení organismu podle ájurvédské medicíny

pod vedením MUDr. Davida Freje

Ájurvédská medicína je nejstarší, účinný celostní medicínský systém, uznaný Světovou zdravotnickou organizací. Unikátní **detoxikace a omlazení celého organismu založená na principech ájurvédské medicíny odstraňuje toxiny, regeneruje a omlazuje celý organismus a navozuje rovnováhu.**

Vhodné

1. **U zdravých lidí** *tedy: prevence je vždy lepší než léčení*
 - a) abyste zůstali zdraví!
 - b) pro navození rovnováhy, k odstranění toxinů
2. **Pro regeneraci a omlazení organismu**
3. **Jako léčba pro zvýšení potence a plodnosti**
4. **Při různých chronických onemocněních a jejich léčbě** (chronická horečka, záněty kloubů, revmatismus, dna, bolesti zad, hemeroidy, nemoci srdce, anorexie, gynekologické poruchy, cukrovka, nemoci jater, kožní vyrážky, ekzémy a lupenka, chronické průjmy, krční, nosní, ušní a oční onemocnění, otoky, únava, vyčerpání, nadváha, časté nachlazení, astma, nervová onemocnění, sexuální poruchy, bolesti hlavy a migréna, nadýmání, zažívací obtíže, močové a žlučnickové kameny, deprese, nespavost....).

Pančakarma je prospěšná skoro u všech chronických nemocí.

• **Výsledky detoxikace Pančakarmy**

Po Pančakarmě **dochází k**

- vyloučení nashromážděných toxinů
- snížení vysokého krevního tlaku
- nastolení rovnováhy
- posílení imunity
- omlazení organismu
- zlepšenému trávení
- snížení nadváhy
- úpravě menstruačního cyklu
- zvýšenému sebevědomí a pročištění mysli
- hlubšímu a klidnějšímu spánku
- odstranění únavy
- odstranění bolestí a napětí v těle
- zmenšení bolestí v zádech
- odstranění městnání v lymfatickém oběhu
- zlepšení zraku.

Pročištění je spojeno s omlazením celého organismu až o 5 let! Úspěšnost dobře provedené Pančakarmy bude možno pociťovat v různých oblastech a mnoho měsíců poté.

Detoxikace a omlazení organismu podle ájurvédské medicíny

- **Procedury**

Před samotnou detoxikací jedinec doma podstoupí dle instrukcí jednoduchou **přípravnou fázi**:

- aplikaci léčivých olejů v podobě jemných masáží
- aplikace tepla (čaje, sauna, bylinné koupele),

Po této přípravné části následuje **samotná detoxikace**.

Ájurvédská detoxikace a regenerace zahrnuje některé následující procedury podle individuálního doporučení:

- pravidelné konzultace s ájurvédským lékařem
- individuální stravu
- léčebná ošetření, bylinné koupele
- tradiční ájurvédské masáže s použitím speciálních olejů
- aromaterapii a relaxaci léčivou hudbou
- účinnou proceduru širodharu, při níž teplý speciální bylinný olej teče jemným pramínkem na čelo, čímž očisťuje mysl i tělo a uvolňuje nervový systém.
- basti je procedura, při níž se do tlustého střeva aplikují léčivé oleje a odvary. Tato procedura je velmi vhodná pro detoxikaci tlustého střeva
- nasja je jednoduchý postup, při němž se odstraní toxiny nashromážděné v oblasti hlavy, zejména v dutinách, krku, v očích a okolo nich, v uších, atd.
- netrabasti, při této proceduře se provádí koupel očí. Koupelí očí se odstraní suchost očí a jejich svědění, slzení nebo pálení., očím se uleví a dodá se jim svěžest a lesk.
- srdeční basti je velice zvláštní aplikace oleje na oblast srdce pro osoby trpící poruchami srdce a krevního oběhu. Posiluje srdce, dává mu novou sílu a energii.

Ájurvédské pobyty zahrnují dále hlubokou relaxaci pro hluboké zažití blahodárných účinků z ošetření:

- podávání omlazujících prostředků (není v ceně)
- ájurvédské přírodní kosmetické přípravky (není v ceně, na přání)
- přednášky o zdraví
- celkový klid a odpočinek
- cvičení tibetských mnichů dle starých lámaistických technik

Po pročištění následuje velmi důležitá **omlazovací a regenerační kúra** užíváním regeneračních přípravků na posílení imunity.

Začínáme večer v 18,30 hodin a končíme snídaní. Účastníci se mohou ubytovávat od 16 hodin na pokojích po 1-2 osobách. Doporučujeme teplé oblečení, přezůvky, sportovní úbor a karimatku nebo deku na ranní cvičení.

Informace: předběžně na mobilu 604960838 nebo 272765131,
e-mail:info@ayurveda.cz, www.ayurveda.cz

Přihlášeným zašleme nebo osobně u nás sdělíme podrobné instrukce.