

EVEREST AYURVEDA®

MEDICINA AYURVEDICĂ TRADIȚIONALĂ

Armonie si Sanatate din Himalaya

Amestecuri originale certificate din plante
Ayurvedice pentru sanatate
mentala si aptitudini fizice

Refacerea echilibrului vital



Supliment alimentar

Principiile Ayurveda

Originea Medicinii Ayurvedice

— Ayurveda înseamnă „știința vieții”, și reprezintă cel mai vechi și complex sistem medical, în legătura cu principiile de sănătoase de viață. Originea învățăturilor sale datează din vechile scripturi indiene (Vedas). Acele scripturi au luat viața datorită gândirii și experienței Inteleptilor iluminați (Rishi). Rishis - primele scrieri semnificative despre Ayurveda (Charaka Samhita) au apărut în jurul primului mileniu î.Hr. Cea de a doua scriere științifică (Sushruta Samhita), a apărut un secol mai târziu și se ocupă cu chirurgia Ayurveda. Cel de a treilea și cel mai important document Ayurveda (Astanga Hridaya) apare în al 7-lea an D.H. și este o compilatie amanuntita a două scrieri anterioare. Între secolul al 5-lea î.Hr. și secolul al 5-lea D.H. principiile ayurvedice au fost răspândite în toate colțurile cunoscute ale lumii - China, Tibet, Persia, Arabia, Egipt, Grecia și Roma - unde s-au amestecat cu tradițiile locale și obiceiurile culturale. Acest lucru a servit ca un teren comun pentru diferite învățături și sisteme de medicină naturală nouă. Prin urmare, ayurveda este considerată ca fiind „mama tuturor sistemelor medicale.”



Principiile de bază și cele trei Guna

— Sufletul sau Atman este o parte conștientă și o manifestare directă a celui mai înalt principiu spiritual - Brahman - în corpul fizic. Adevăratul scop al corpului este de a-și manifesta realitatea și lumina interioară a sufletului. În cazul în care organismul este sănătos și puternic, atunci omul este capabil să perceapă înțelepciune și o mai bună orientare interioară. Sufletul este însăși esența vieții și sursa reală a capacității noastre de vindecare. Vine timpul în viața fiecărui om când ne dăm seama că nu suntem doar ceea ce credem noi, ce vedem sau simțim prin simțurile noastre, dar că suntem Sufletul, care este Locuitorul interior al corpului și observatorul conștient al experiențelor vieții. De îndată ce sufletul părăsește trupul, existența fizică se dezintegrează și se întoarce la cele cinci elemente ale naturii.

Baza Ayurveda provine din sistemul filosofic Samkhya, care a fost fondat de marele Sage Kapila. Vechii înțelepți indieni au văzut două principii fundamentale care se manifestă prin viață: puterea masculină a spiritului care reprezintă conștiința clară a sufletului (Purusha) și puterea feminină a naturii - forța creatoare a materiei (Prakriti). Comuniunea dintre aceste două principii au dat naștere la ființe cu conștiință individuală, minte și personalitate. Principiul feminin este format din trei Gunas (atribute cosmice) Sattva, rajas și Tamas, care reprezintă energiile subtile de legătura dintre puterea spiritului sau a conștiinței la forma exterioară a vieții.

Cele Cinci Elemente și Cele Trei Doshe

— Cele trei calități cosmice (Gunas) au dat naștere celor cinci elemente ale naturii - eter, aer, foc, apă și pământ - care sunt combinate în mod individual, în corpul uman și se manifestă sub forma a trei principii biologice de baza (Dosha) - Vata, Pitta și Kapha (în conceptul tibetan: vânt, bilă și flegma). Fiecare ființă umană se naște cu o proporție dosha unică, care ia parte la formarea caracteristicilor noastre mentale și fizice. Pe parcursul vieții, această proporție dosha deviază de la starea sa inițială (Vikrti) din diverse motive și ulterior, ea are impact asupra stării noastre de sănătate fizică și mentală. Conștiința psihică, gânduri, sentimente, emoții, produse alimentare, stilul de viață și de mediu, toate acestea influențează echilibrul sau dezechilibrul dintre dosha. Aceste trei principii primare de viață nu poate fi percepute separat și independent. Funcțiile lor sunt legate și se completează reciproc. Recunoașterea corectă a acestora ne permite să vedem în mod semnificativ semnele lor în cadrul constituțiilor mixte - cele mai frecvente tipuri de corp.



Tipuri caracteristice

— Vatei, Pitta și Kapha sunt trei tipuri caracteristice elementare și au șapte sau mai multe combinații diferite (vata-pitta, pitta-vata, vata-kapha, kapha-vata, pitta-kapha, kapha-pitta, vata-pitta-kapha). Dacă avem Pitta natura dominantă, atunci suntem de tip Pitta. Dacă ne putem identifica în mod egal, de exemplu, cu caracteristici vata și pitta, atunci sunt combinația vata-pitta. Cu toate acestea, chiar și cu tipul combinat, o caracteristică este întotdeauna mai dominantă decât cealaltă. Un tip vata-pitta-kapha la fel de echilibrat este foarte unic. De exemplu, dacă cineva cu natura dominantă vata începe să arate semne de boala, aceasta este cea mai mare parte din cauza ca dosha vata a

„Dacă ne înțelegem mai bine pe noi înșine, atunci îi vom putea înțelege mai bine pe ceilalți și lumea din jur.” – proverb Ayurvedic

crescut dramatic. O cantitate excesivă de oricare dintre cele trei dosha, ducă întotdeauna la un dezechilibru mintal și funcționarea necorespunzătoare a unor organe ale corpului. Sarcina noastră, atunci este de a aduce aceste forțe de viață înapoi la starea lor inițială echilibrată. Înțelegerea acestor principii psihosomatice este cheia fundamentală pentru o viață sănătoasă și echilibrată. Dacă devenim mai conștienți de impactul și efectul lor, vom fi capabili să evităm obiceiurile și stereotipurile care pot determina ulterior o varietate de boli.

Medicină Ayurveda

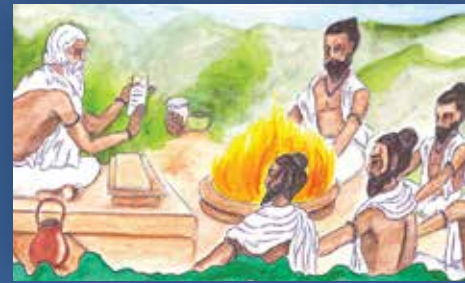
— Ayurveda reprezintă o formă holistică și simplă de abordare a vindecării. Scopul de a se cunoaște și descoperi cauzele profunde și condițiile de sănătate. Ea se străduiește să obțină o perspectivă în însăși miezul unei probleme și sa descopere cauza principală a bolii, indiferent dacă aceasta provine din dieta necorespunzătoare, stilul de viață, sistem ereditar, gândire negativă sau dezechilibru emoțional și energetic. Înțelepciunea patrunzătoare oferă o perspectivă în contextul mai larg al condițiilor, care creează și afectează starea noastră mentală și fizică. Practica ayurveda, folosește, mai presus de toate, căile de atac pentru prevenirea conștiinței și un stil de viață sănătos, pentru că este întotdeauna mai ușor a vindeca o boala în stadii incipiente, decât să permită să se dezvolte, având ca rezultat deteriorarea țesuturilor. Săptezeci la sută din cele mai multe boli provin din alimentația incorectă. Prin urmare, terapia Ayurveda demonstrează cu succes ca mai presus de toate depindem de un regim alimentar adecvat, precum și de dorința noastră de a schimba unele dintre obiceiurile și stereotipurile actuale, pentru că ele inițiază de cele multe ori problemele noastre de sanatate. O atitudine corectă, voință puternică și determinare pentru a aborda problemele noastre de sanatate, aceasta este piatra de temelie a succesului.

Abordarea Ayurveda

— Ayurveda privește ființa umană ca un complex indivizibil și reciproc de interconectare a corpului a energiei vitale, a minții și a sufletului. Ea nu se concentrează asupra simptomelor, ci mai ales asupra cauzelor dezechilibrelor psihosomatice, care preced fiecare boală. Un simptom este privit doar ca un semnal de avertizare sau că există ceva în neregulă cu corpul și că este nevoie de un nivel mai profund de corecție. Astfel, în conformitate cu principiile stilului de viață sănătos, ayurveda încearcă să restabilească starea naturală a armoniei în corpul uman, care se manifestă ca sănătate fizică și mentală. În urma unui program de schimbare pozitivă, care include o dieta adecvată și utilizarea de plante medicinale regulate, este posibil să se elimine diferite probleme de sănătate și boli de lungă durată, cum ar fi bolile de piele, probleme respiratorii, tulburări digestive, migrene, obezitate, probleme de circulație a sangelui, și probleme ginecologice. Alte boli, cum ar fi bolile coloanei vertebrale, articulare și musculare, insomnie, oboseala și stresul, pot fi înlăturate.

Cauza bolii

— Sănătatea este starea optimă de funcționare armonioasă a corpului. Ea reprezintă echilibrul dintre cele trei principii biologice (Vata, Pitta, Kapha) în funcție de starea inițială (vikrti), a țesuturilor corporale și a funcțiilor lor, organele senzoriale, mintea și conștiința psihică. Fiecare om este înzestrat cu o cantitate de VPK suficientă cu scopul de a distinge între convenabil și incomod sau sănătos și dăunător. Corpul uman ne dă toate răspunsurile necesare sub formă de semnale, din care omul, fie ascultă sau nu. Fiecare emoție este un răspuns biochimic la o anumită problemă care se află mai adânc sub suprafață. Comportamentul și obiceiurile unui om normal sunt determinate de dorințele sale, care sunt prezente în creier. Această creier insistă, de obicei, la împlinirea ei, în ciuda deteriorării fizice a corpului și, ca atare, de multe ori abuzează organismul pentru a realiza dorințele transmise. Prin urmare, cele mai multe boli vin în primul rând mental înainte ca acestea să se manifeste în planul fizic. Ele iau naștere în mintea agitată, dezechilibrată și nedisciplinată, care este plină de idei greșite. Astfel, dorința este însăși esența ignoranței, care conține suferință, boală și durere. Numai după această etapă impulsul primordial poate începe să se manifeste la nivel fizic, prin acumularea unuia dintre principiile Vata-Pitta-Kapha într-un anumit loc în sistemul digestiv, în funcție de centrul său. În consecință, aceasta duce la tulburări de nutriție și de regenerare a șapte țesuturi ale corpului (dhatus), și apoi la denaturarea unora dintre energiile vitale. Un astfel de dezechilibru al corpului și prejudecata duce la apariția diferitelor tipuri de boli.



Puterea plantelor ayurvedic

Farmacologie ayurvedica — Regnul vegetal este legat de sistemul nervos uman prin sentimentele noastre, percepția senzorială și energia vieții. Fiecare iarbă, plantă sau copac, poate trece pe puterea de vindecare nu numai pe puterea extractelor benefice pentru sănătate, dar, de asemenea, sub formă de lumină sau de calitate cosmică a Sattva. Prin procesul de fotosinteză, transformarea energiei luminii are loc, cu ajutorul apei și a dioxidului de carbon, în oxigen și glucoză, care sunt absolut indispensabile pentru existența vieții umane. Plantele conțin energie solară radiantă și prin urmare, acestea pot regenera sistemul nostru nervos, deodată și în același timp să producă creșterea capacității de receptivitate psihică. Prin urmare, adevărații experți în plante ayurvedice sunt oameni dezvoltati la nivel spiritual, care sunt capabili să înțeleagă în mod adecvat plantele, pentru a le putea utiliza, în conformitate cu legea cosmică, într-un mod convenabil. Ierburile și condimentele sunt fundamentul nu numai al medicinei ayurvedice, dar acestea au fost la baza farmacologiei moderne occidentale. Prin puterea cunoștințelor despre beneficiile pentru sănătate și efectele multora dintre aceste plante ayurvedice, companiile farmaceutice au dezvoltat preparate aplicate în medicina contemporană. Pentru a da un exemplu, putem alege Rauwolfia Serpentina, o plantă care a fost folosită de secole pentru a reduce tensiunea arterială. În 1931, Reserpina și Rescinamin au fost extrase din această plantă. În anul 1945, a fost dezvoltat primul medicament alopatic pentru reducerea tensiunii arteriale. Există mai multe exemple similare de acest tip.



Ayurveda recunoaște proprietățile plantelor conform celor șase gusturi (rasa) faptul că prin intermediul limbii noastre, se afectează în mod direct sistemul nervos și echilibrul psihosomatic al celor trei dosha. Ierburile sunt împartite în cele care au un efect încălzire sau calmant asupra procesului de digestie în stomac (VIRYA), care este conectat cu metabolismul celor șapte țesuturi ale corpului (dhatus). Gusturile încălzitoare (picant, acru și sărat) intensifică focul elementului Pitta și calmează gusturile (amar, astringent și dulce) și le reduce în mod natural. Proprietățile de gustare ale plantelor sunt de asemenea clasificate în funcție de efectul asupra etapei finale de asimilare în intestinul gros (vipaka). Cu excepția gusturilor de bază, fiecare plantă conține, de asemenea, o putere terapeutică specială (Prabhava), care include o formă de funcționare farmacologică, psihică și mentală pe niveluri mai profunde ale conștiinței umane.



Colecția de plante medicinale și procesul de prelucrare artisanal —

Cunoașterea perfectă a ierburilor și mirodeniilor și tehnica de colectare a acestora, face parte din viața de zi cu zi a multora dintre locuitorii din zonele montane de la poalele munților Himalaya. Astfel, prepararea de ceaiuri de plante ayurvedice și-a păstrat caracterul său tradițional, de-a lungul timpului, când oamenii mergeau să colecteze plante medicinale rare, care cresc pe pârâurile din Himalaya. Acest lucru a dus la pregătirea băuturilor răcoritoare și regenerante, care contribuie la un sistem imunitar mai puternic și sănătos. Chiar și astăzi, mulți oameni merg în călătorii lungi spre zonele îndepărtate ale masivelor montane, pentru a colecta ierburi sălbatice rare și a le transporta în jos la vale, de multe ori doar cu ajutorul iacilor și caprelor de munte. Pentru producția de ceaiuri din Himalayene, sunt folosite mai mult de 60 de plante aromatice, care sunt colectate din zone înalte din Himalaya. Plantele sunt curățate la prima mână și apoi sunt prelucrate diferitelor părți ale plantelor, cum ar fi: rădăcina, tulpina, scoarța de copac, frunze, flori, semințe și fructe. Acestea sunt în continuare macinate și divizate în părți mici, pentru a obține calitatea și perfuzarea eficientă a amestecurilor pe bază de plante. În acest stadiu, plantele aromatice sunt cântărite și amestecate în conformitate cu rețete Ayurveda originale.



„Numai tăcerea inimii poate vindeca boala minții.” — Sri Chinmoy

Beneficiile sanatoase ale plantelor ayurvedic —

În multe secole, plante medicinale din Himalaya au fost folosite pentru a optimiza funcțiile mentale și corporale. Ele sunt piatra de temelie a medicinei tradiționale ayurveda, care le utilizează în diverse combinații. Fiecare plantă are efecte multiple, depinde de rata de amestecare a plantelor, pentru a crește sau reduce rezultatele specifice ale acestora. Ceaiurile ayurvedice din Himalaya sunt o combinație unică a acestor plante aromatice dovedind în timp calitățile lor benefice pentru organism. Optimizează rezistența fizică și mentală, întăresc țesuturile corpului, armonizează sistemul cardiovascular și limfatic, calmează sistemul nervos și tractul respirator, sprijină digestia și metabolismul. Detoxifică și corpul și stimulează activitatea creierului și a sistemului imunitar. Efectele specifice ale acestora, atunci când sunt utilizate în mod regulat este efect pozitiv asupra integrității corporale și a stării de sănătate mintală.



Preparare și Utilizare —

Plantele medicinale din Himalaya sunt fierți în mod tradițional între 3 până la 5 minute, în cazul în care acestea servesc ca un remediu care îmbunătățește funcțiile mentale și corporale. Un astfel de decoct are un efect mai puternic, un gust mai blând și influențează în mod benefic digestia noastră și permite asimilarea corectă precum și promovarea sanatoasă a extractelor din ierburile himalayene. Ceaiurile se beau ca făcând parte a regimului zilnic de consum al lichidelor pentru toată perioada tulburărilor de sănătate. Dacă efectuați o terapie pe bază de plante, ceaiul poate fi utilizat pentru o perioadă de 1 până la 3 luni, în conformitate cu doza zilnică indicată pe eticheta respectivă. Permiteți o pauză de o săptămână după terminarea fiecărei cutii de ceai.

Se recomandă utilizarea simultană a maximum două tipuri de ceaiuri. Pentru reducerea simptomelor afecțiunilor comune, mai multe dintre ceaiuri pot fi comutate în perioade zilnice sau săptămânale. Astfel, ceaiul se bea separat cu un interval de o oră. Atunci când beți ca remediu preventiv, stimulator sau de susținere, infuzia de plante medicinale este suficientă cu o perioadă nelimitată de utilizare. Pentru o afecțiune mai puternică, ceaiul este folosit înainte de masă. Gustul specific al fiecărui ceai face parte din efectul său terapeutic și corespunde proprietăților ayurvedice de sănătate ale a șase gusturi. Astfel, niciun fel de îndulcitor nu este recomandat.

Doctor Ayurveda —

Amestecurile de plante, au fost preparate sub control strict de către medicul nepalez ayurveda Dr. Ka Dev Jha, care a studiat la Universitatea de Stat de Medicina Ayurvedică în Patna și la Facultatea de Medicina de la Universitatea din Benaras. Pe parcursul anilor șaiszeci, el a fost în serviciul Ministerului nepalez al Sănătății, iar în anii 1971-1997, el a lucrat la spitalul facultății din cele mai vechi Universitate Ayurveda, Nara Devi, în Nepal. În prezent cooperează și oferă consultanță mai multor companii medicale Ayurveda.



Înțelepciunea ayurvedică tradițională și cunoașterea secretelor vieții au fost transmise din generație în generație de către profesori inițiați. Acest lucru a fost realizat ca o formă de serviciu pentru toți cei care sunt în căutarea realizării interioare a integrității indivizibile, între existența fizică și spirituală a unei ființe umane. Bazându-se pe o astfel de înțelegere, viața devine mai bogată și mai semnificativă. Dacă ne înțelegem mai bine, atunci vom înțelege, de asemenea, mai multe despre alți oameni și despre lumea din jurul nostru. Și așa descoperim simplitatea, frumusețea și un flux interior de viață, ceea ce va aduce mai multă bucurie, armonie și protecție în activitățile noastre de zi cu zi.

Everest Ayurveda s.r.o. —

Everest Ayurveda s.r.o. este o companie cehoslovacă-nepaleză care răspândește mesajul medicinei ayurveda, un stil de viață sănătos, utilizarea plantelor aromatice din Himalaya și misterele interioare ale ființelor umane, în conformitate cu tradiția indiană. Compania a fost înființată în anul 2004, în Republica Cehia și în Slovacia, în cooperare cu medicul nepalez ayurveda, Dr. Ka Dev Jha. Produsele tradiționale ayurvedice din Nepal și India reprezintă principalele subiecte de import, export și activități en-gros. Everest Ayurveda este plasat în Republica Cehă, cu sediul central în Praga, având birouri și sucursale în Slovacia, Bratislava, iar producția de suplimente pe bază de plante în Nepal, cu reședința în Kathmandu.

Doshe Ayurveda Ceaiuri

Amestecul tradițional de ierburi Himalaya demonstrat de secole, are efecte benefice asupra stării generale de sănătate și mentale a fiecărui individ în funcție de caracteristicile sale constituționale și combinația individuală a celor trei energii biologice (dosha) Vata, Pitta și Kapha.

VATA TEA – Sanatate mentala

Relaxarea corpului & mintii

- ✓ *Withania somnifera* aduce echilibrul mental
- ✓ Ajută la eliberarea tensiunii și rigidității
- ✓ Ea promovează relaxarea mentală și somnul odihnitor
- ✓ Acesta reduce sentimentele de nervozitate, anxietate și frica
- ✓ *Valeriana officinalis* calmează mintea agitată
- ✓ Ea susține relaxarea generală a sistemului nervos
- ✓ *Zingiber officinale* promovează energia și vitalitatea organismului
- ✓ Intărește sistemul cardiovascular
- ✓ *Elettaria cardamomum* este benefic pentru digestie și activitatea gastrică
- ✓ *Glycyrrhiza glabra* afectează în mod favorabil funcționarea optimă a tractului intestinal

Vata sprijină activitatea fizică și mentală, circulația sângelui, sistemul limfatic și nervos și a tractului respirator. Aduce un sentiment de ușurare și de relaxare. Amestecul tradițional de plante aromatice din Himalaya dovedite de secole, are efecte benefice asupra stării generale de sănătate și condiționare mentală a persoanelor cu următoarele caracteristici predominante:

- ✓ Slab, suplu
- ✓ Sensibil la frig
- ✓ Piele uscată și circulația sanguină insuficientă la nivelul membrelor
- ✓ Activ, energic, plin de resurse, impulsiv și plin de viață
- ✓ Vorbeste rapid gesticulând cu mâinile
- ✓ Persoanele creative și sensibile, cu intuiție bună
- ✓ Tendința de indecizie, nervozitate, anxietate și stres
- ✓ Care afișează semne de indecizie și de memorie slabă
- ✓ Capabil de munca grea
- ✓ Expus la tensiune și insomnie atunci când este suprasolicitat fizic și psihic

Tipurile Vata ar trebui să evite stresul psihic, munca până noaptea târziu, expunerea la frig și îngheț, alimentele crude și băuturile reci, alcoolul și fumatul. Este bine să limiteze munca la calculator, statul excesiv la televizor și munca excesivă și solicitantă. Indicate pentru restabilirea echilibrului: soarele, mediu cald, pace, odihna suficientă, hrana caldă, nutritivă, ușor picant și gras, relaxare regulată și aromoterapie.

Ingrediente: *withania somnifera*, *valeriana officinalis*, *zingiber officinale*, *elettaria cardamomum*, *glycyrrhiza glabra*, *cinnamomum zeylanicum*, *terminalia chebula*, *myristica fragrans*, *ocimum sanctum*, *cymbopogon citratus*, *piper nigrum*

PITTA TEA – Anti-stress

Calm & echilibru

- ✓ *Mentha arvensis* reglează senzația de căldură interioară a corpului
- ✓ *Foeniculum vulgare* îmbunătățește digestia și excreția
- ✓ *Coriandrum sativum* afectează în mod pozitiv activitatea gastro-intestinală
- ✓ *Tinospora cordifolia* îmbunătățește funcționarea optimă a ficatului și a sistemului imunitar
- ✓ *Santalum album* promovează purificarea sângelui
- ✓ Ea afectează în mod favorabil calitatea tenului și a pielii
- ✓ Ea îmbunătățește echilibrul emoțional și armonizează sistemul nervos
- ✓ *Asparagus racemosus* calmează furia, iritarea și stresul
- ✓ *Centella asiatica* ajută la menținerea unui sistem nervos echilibrat



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi

„Lasa sa fie alimentele medicamentul tau si medicina fie hrana ta.“

— proverb Ayurvedic

Pitta favorizează digestia, metabolismul și ficatul, reglează temperatura corpului, regenerează pielea și stimulează activitatea creierului. Acesta aduce un sentiment de calm și echilibru. Amestecul tradițional de plante aromatice din Himalaya dovedite de secole, are efecte benefice asupra stării generale de sănătate și a sănătății mentale și fizice a persoanelor cu următoarele caracteristici predominante:

- ✓ Talie medie
- ✓ Aversiune la temperaturile ridicate și la lumina directă a soarelui
- ✓ Transpirație abundentă
- ✓ Ten gras, roșu la fata, chiar ten pistruia
- ✓ Rațional, pragmatic și competitiv
- ✓ O bună judecată, gândire pătrunzătoare și o voință puternică
- ✓ Tipul de lider cărora le plac discuțiile și să atragă atenția
- ✓ Tendința de a fi coleric, iritabil și nerăbdător
- ✓ Vorbitori buni și organizatori responsabili
- ✓ Se enervează repede și poate critica pe alții într-un mod neplăcut

Tipurile Pitta ar trebui să folosească uleiuri și creme pentru protecția pielii, să evite lumina directă a soarelui și temperaturi ridicate, fumat, droguri și alcool. Ei au nevoie să limiteze mesele grele, grase, sărate și picante, să evite supraalimentarea și să mănânce mici porțiuni de mai multe ori pe zi. Indicate pentru restabilirea echilibrului: produse alimentare și băuturi reci, activitate de relaxare alternativă, cu aportul de lichide suficient.

Ingrediente: *mentha arvensis*, *foeniculum vulgare*, *coriandrum sativum*, *tinospora cordifolia*, *santalum album*, *asparagus racemosus*, *centella asiatica*, *emblica officinalis*, *pterocarpus marsupium*, *cuminum cyminum*, *glycyrrhiza glabra*, *cymbopogon citratus*

KAPHA TEA – Stare bună

Stimulant & vitalitate

- ✓ *Zingiber officinale* ajută la întinerirea și stimularea organismului
- ✓ *Centella asiatica* înlătură oboseala și somnolența
- ✓ Acesta optimizează forța mentală în timpul depresiei și debilitatea generală
- ✓ *Cinnamomum zeylanicum* are un efect pozitiv asupra prospețimii fizice și induce o formă bună
- ✓ *Syzygium aromaticum* sprijină funcționarea sistemului cardiovascular
- ✓ *Terminalia bellirica* are un efect pozitiv asupra nivelului normal de colesterolului
- ✓ *Ocimum sanctum* influențează în mod benefic tractul respirator
- ✓ *Piper nigrum* ajută la eliberarea căilor aeriene superioare, a sinusurilor

Kapha sprijină rezistența și imunitatea organismului, îmbunătățește vitalitatea organismului, articulațiilor și starea fizică generală. Ea aduce stimulare și băuturi răcoritoare. Amestecul tradițional de plante aromatice din Himalaya dovedite de secole, are efecte benefice asupra stării generale de sănătate și condiționare mentală a persoanelor cu următoarele caracteristici predominante:

- ✓ Mai degrabă puternic construit
- ✓ Creșterea în greutate cu ușurință
- ✓ Aversiunea de vremea ploioasă și umedă
- ✓ Pielea este netedă și groasă
- ✓ Prietenos, calm și liniștit
- ✓ Memorie bună, cu o tendință de a fi persistente în acțiuni
- ✓ De încredere, rabdator, statornic și tolerant
- ✓ O aversiune față de schimbarea obiceiurilor și o preferință pentru a rămâne într-un singur loc
- ✓ Atent și mai lent în acțiuni
- ✓ Bună la cooperare

Tipuri de Kapha ar trebui să evite mesele grele, uleioase, iahnie și grase și să se concentreze asupra dietei picante, amare și astringente. Este recomandabil să se reducă de somn inutil, supraalimentarea și consumul de lactate. Indicate pentru restabilirea echilibrului: lumină și hrană caldă, munca fizică regulată și exercițiile fizice, schimbările frecvente și activitățile zilnice variate.

Ingrediente: *zingiber officinale*, *centella asiatica*, *cinnamomum zeylanicum*, *syzygium aromaticum*, *terminalia bellirica*, *ocimum sanctum*, *piper nigrum*, *elettaria cardamomum*, *cuminum cyminum*, *tribulus terrestris*, *myrica rubra*



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi

Ceaiurile Himalaya Ayurvedice

Plantele medicinale din Himalaya au fost folosite de mai multe secole pentru a optimiza funcțiile mentale și fizice ale corpului. Ele reprezintă esența medicinei tradiționale ayurveda, care le utilizează în combinații multiple.

* Tractul digestiv

SHUNTHI – Stomac & Intestine

- ✓ *Terminalia chebula* optimizează funcțiile tractului gastro-intestinal
- ✓ Promovează imunitatea generală a florei intestinale
- ✓ *Terminalia bellirica* influențează pozitiv digestia și peristaltismul intestinal
- ✓ Ea promovează eliminarea regulată
- ✓ *Emblia officinalis* armonizează funcțiile tractului digestiv
- ✓ *Zingiber officinale* acționează ca antioxidant și susține o bună digestie

Categorie: tulburări gastrice, indigestie, gastrită, colici abdominale, colită intestinală, paraziți intestinali, constipație și flatulență

Ingrediente: *terminalia chebula*, *terminalia bellirica*, *emblica officinalis*, *zingiber officinale*, *piper nigrum*, *tinospora cordifolia*, *cymbopogon citratus*, *glycyrrhiza glabra*, *elettaria cardamomum*, *syzygium aromaticum*

GUDUCHI – Digestie & Apetit

- ✓ *Elettaria cardamomum* calmează tractul digestiv
- ✓ *Glycyrrhiza glabra* ajută la menținerea funcționării optime a sistemului digestiv
- ✓ Acesta are un efect pozitiv în cazurile de iritație la nivelul stomacului și restabilește apetitul
- ✓ *Tinospora cordifolia* întărește imunitatea organismului
- ✓ Acesta armonizează metabolismul și revitalizează țesuturile corporale

Categorie: greață, vărsături, aciditatea gastrică, arsuri la stomac, diaree, febră intestinală

Ingrediente: *elettaria cardamomum*, *glycyrrhiza glabra*, *tinospora cordifolia*, *cymbopogon citratus*

TRIPHALA – Curățare & Detoxifiere Colon

- ✓ *Glycyrrhiza glabra* afectează în mod pozitiv funcțiile optime ale tractului intestinal al persoanelor sensibile
- ✓ *Terminalia chebula* promovează purificarea tractului gastro-intestinal
- ✓ *Terminalia bellirica* sprijină digestia și peristaltismul intestinal
- ✓ *Emblia officinalis* armonizează activitatea tractului gastro-intestinal
- ✓ Acesta promovează imunitatea florei intestinale
- ✓ *Curcuma longa* menține o digestie sănătoasă și confortabilă

Categorie: detoxifiere, digestia și tulburările intestinale cronice, boala Crohn, iritație gastrică, hiperaciditate gastrică, ulcere, inflamații ale colonului, infecții, diaree și greață

Ingrediente: *glycyrrhiza glabra*, *terminalia chebula*, *terminalia bellirica*, *emblica officinalis*, *curcuma longa*, *cymbopogon citratus*, *withania somnifera*, *tinospora cordifolia*

KALAMEGHA – Ficat & Vezica Biliara

- ✓ *Andrographis paniculata* sprijină purificarea generală și detoxifierea organismului
- ✓ Ea îmbunătățește funcționarea optimă a ficatului în timpul stresului excesiv
- ✓ *Curcuma longa* îmbunătățește protecția anti-inflamatorie a ficatului
- ✓ *Terminalia arjuna* sprijină funcționarea normală a ficatului
- ✓ *Tinospora cordifolia* întărește sistemul imunitar

Categorie: ficat, vezica biliară, calculi biliari, detoxifiere, metabolism, inflamații, infecții, hepatită, ciroză

Ingrediente: *andrographis paniculata*, *curcuma longa*, *terminalia arjuna*, *tinospora cordifolia*, *terminalia bellirica*, *piper longum*, *glycyrrhiza glabra*, *phyllanthus emblica*



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
3 - 4 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi

„Pentru fiecare boală, a crescut o plantă, deci nu există planta care să nu vindece o boală.” – proverb Ayurvedic

PACHAKA – Dependență & Abținerea

- ✓ *Coriandrum sativum* promovează o digestie bună și calmare a simptomelor de sevră
- ✓ Aceasta susține activitatea corespunzătoare a funcțiilor gastrointestinale
- ✓ *Punica granatum* influențează pozitiv funcțiile sistemului cardiovascular
- ✓ Ea are un efect favorabil cu privire la renunțarea la substanțe care dau dependență
- ✓ *Elettaria cardamomum* sprijină digestie bună și funcționarea sistemului nervos

Categorie: abținerea, fumat, alcool, droguri, simptome de sevră, greață, tulburări digestive, ulcere gastrice, aciditatea din stomac și arsuri la stomac

Ingrediente: *coriandrum sativum*, *punica granatum*, *elettaria cardamomum*, *cinnamomum zeylanicum*, *cinnamomum cassia*



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi

KARAVI – Intoleranță alimentară & Alergii

- ✓ *Glycyrrhiza glabra* îmbunătățește digestia optimă a persoanelor sensibile, afectate de alergii
- ✓ *Curcuma longa* influențează pozitiv activitatea gastro-intestinală
- ✓ *Foeniculum vulgare* îmbunătățește și purifică sistemul digestiv
- ✓ *Terminalia chebula* are un efect benefic asupra funcțiilor gastrointestinale
- ✓ *Terminalia bellirica* promovează digestia bună și peristaltismul intestinal
- ✓ *Emblia officinalis* armonizează tractul digestiv

Categorie: alergii alimentare (gluten, făină de grâu, soia, fasole, lapte, ouă, roșii, țelină, spanac, mere, caise, piersici, căpsuni, nuci, etc.), de detoxifiere a tractului digestiv, erupții cutanate, eczeme, și urticarie

Ingrediente: *glycyrrhiza glabra*, *curcuma longa*, *foeniculum vulgare*, *terminalia chebula*, *terminalia bellirica*, *emblica officinalis*, *zingiber officinale*, *asparagus racemosus*, *trigonella foenum-graecum*, *cuminum cyminum*, *ocimum sanctum*, *carum carvi*



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi

KANTAKARI – Dinti și Gingii

- ✓ *Syzygium aromaticum* este benefică pentru protejarea dinților
- ✓ *Curcuma longa* ajută în cazul inflamației gingivale
- ✓ Aceasta susține, dezinfectarea cavității bucale
- ✓ *Terminalia chebula* calmează nervii cranieni iritați
- ✓ *Terminalia bellirica* acționează ca un antioxidant și întărește sistemul imunitar
- ✓ Potrivit pentru clătirea gurii zilnice

Categorie: dinți, gingii, paradontoză, tartru, denaturarea smalțului și respirație proaspătă

Ingrediente: *syzygium aromaticum*, *curcuma longa*, *terminalia chebula*, *terminalia bellirica*, *emblica officinalis*, *zingiber officinale*, *mentha arvensis*, *centella asiatica*, *ocimum sanctum*



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi

* Caile respiratorii

TULSI – Răceli & Durere în gât

- ✓ *Ocimum sanctum* influențează în mod benefic tractul respirator și ameliorează căile respiratorii
- ✓ *Inula helenium* are un efect calmant asupra zonei gâtului
- ✓ *Glycyrrhiza glabra* ajută la menținerea funcționării optime a tractului respirator
- ✓ *Piper longum* sprijină starea generală de sănătate a sistemului respirator
- ✓ *Zingiber officinale* restabilește imunitatea naturală a corpului

Categorie: răceli, dureri și inflamații ale gâtului, pneumonie și astm

Ingrediente: *ocimum sanctum*, *inula helenium*, *glycyrrhiza glabra*, *piper longum*, *zingiber officinale*, *cinnamomum zeylanicum*, *elettaria cardamomum*, *syzygium aromaticum*



Doza recomandată:
4 - 5 cani pe zi

Ceaiurile Himalaya Ayurvedice

DALCHINI – Cai respiratorii & Cavitătea nazală

- ✓ *Ocimum sanctum* influențează benefic eliberarea căilor respiratorii sinusurilor
- ✓ *Glycyrrhiza glabra* ajută la menținerea respirației confortabile
- ✓ Ea îmbunătățește respirația și funcționalitatea sinusurilor
- ✓ *Cinnamomum zeylanicum* afectează în mod pozitiv tractul respirator
- ✓ Potrivit pentru inhalare pentru a elibera sinusurile nazale

Categorii: raceli comune, febra fânului, alergii nazale, strănut, arsură oculară, sinuzita și nazo-faringite

Ingrediente: *ocimum sanctum*, *glycyrrhiza glabra*, *cinnamomum zeylanicum* (kura), *myrica rubra*, *cinnamomum zeylanicum* (list), *curcuma zedoaria*

KATPHALA – Raceala & Febra

- ✓ *Inula helenium* are un efect calmant asupra zonei gâtului
- ✓ *Piper nigrum* ajută la functionarea optima a căilor respiratorii
- ✓ *Ocimum sanctum* afectează în mod pozitiv tractul respirator
- ✓ Acesta promovează expectorația și reglează temperatura corpului
- ✓ *Emblica officinalis* activează sistemul imunitar
- ✓ *Zingiber officinale* susține rezistența organismului

Categorii: simptome de gripă, creșterea temperaturii corpului, bronșită, amigdalita, inflamarea glandelor limfatice

Ingrediente: *inula helenium*, *piper nigrum*, *ocimum sanctum*, *emblica officinalis*, *zingiber officinale*, *myrica rubra*, *centella asiatica*, *curcuma zedoaria*

PRANA – Vitalitate & Energie

- ✓ *Zingiber officinale* reda pofta de viață și promovează vitalitatea corporală
- ✓ *Inula helenium* are un efect calmant asupra gâtului și a tractului respirator
- ✓ *Piper nigrum* ajută la ameliorarea căilor respiratorii
- ✓ Ea îmbunătățește rezistența sistemului nervos
- ✓ *Cinnamomum camphora* sprijină circulația sângelui și funcțiile sistemului vascular

Categorii: tuse, răgușeală, corzile vocale, mucus, dificultăți de respirație, astm, bronșită, pneumonie, distragere nervoasă și migrena

Ingrediente: *zingiber officinale*, *inula helenium*, *piper nigrum*, *cinnamomum camphora*

UDANA – Stimulant & Performanța Corpului

- ✓ *Cinnamomum zeylanicum* promovează forța fizică și restabilește performanța corporală
- ✓ *Zingiber officinale* stimulează energia creatoare în timpul oboselii, slăbiciunii și epuizării
- ✓ Ea întărește puterea de voință și efort intenționat
- ✓ *Piper nigrum* este benefic pentru ameliorarea căilor respiratorii

Categorii: oboseală cronică, slăbiciune, epuizare, depresie, pierderea de energie, balbism, căi respiratorii, regenerare și convalescența

Ingrediente: *cinnamomum zeylanicum*, *zingiber officinale*, *piper nigrum*, *cuminum cyminum*

* Sistemul circulator

ARJUNA – Functionarea Inimii

- ✓ *Terminalia arjuna* influențează pozitiv activitatea inimii
- ✓ Aceasta ajută la menținerea funcțiilor normale ale inimii
- ✓ Acesta susține activitatea sistemului cardiovascular
- ✓ *Tinospora cordifolia* îmbunătățește capacitatea de a gestiona stresul
- ✓ Acesta armonizează sistemul neuroendocrin
- ✓ Ea are un efect benefic asupra stresului, oboselii și slăbiciunii fizice

Categorii: activitatea creierului, memorie, concentrare, învățare și vigilență

Ingrediente: *terminalia arjuna*, *tinospora cordifolia*, *glycyrrhiza glabra*, *inula helenium*



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi

VYANA – Circulația sânguină

- ✓ *Centella asiatica* ajută la menținerea circulației sanguine normale
- ✓ Ea susține circulația periferică
- ✓ Acesta armonizează sistemul cardiovascular și funcțiile sale
- ✓ *Punica granatum* întărește circulația sângelui și optimizează vasele sanguine
- ✓ Antioxidanții din rodie sunt benefici pentru protejarea celulelor și a funcțiilor cardiovasculare

Categorii: sistem circulator funcțional, ritm cardiac, permeabilitatea vasculară, fluxul sanguin la nivelul tesuturilor, boli ale arterelor periferice, vaso-nevroza și sindromul Raynaud

Ingrediente: *centella asiatica*, *punica granatum*, *myristica fragrans*, *glycyrrhiza glabra*

ABHAYA – Artere & Elasticitatea vaselor sanguine

- ✓ *Centella asiatica* ajută la menținerea circulației sanguine normale în vene
- ✓ Este benefic în cazul sindromului picioarelor grele
- ✓ Ea îmbunătățește funcțiile vaselor de sânge și optimizează elasticitatea acestora
- ✓ *Valeriana officinalis* influențează pozitiv tensiunea arterială
- ✓ *Terminalia bellirica* promovează nivelul normal de colesterol
- ✓ *Terminalia arjuna* sprijină sistemul cardiovascular sănătos

Categorii: ateroscleroza, varice, ulcere de gamba, funcțiile sistemului circulator, tensiunea arterială, colesterol, sange excesiv coagulat, prevenirea trombozei, embolie, accident vascular cerebral și atac de cord

Ingrediente: *centella asiatica*, *valeriana officinalis*, *terminalia bellirica*, *terminalia arjuna*, *emblica officinalis*, *terminalia chebula*, *andrographis paniculata*, *punica granatum*

SARPAGANDHA – Presiune arterială

- ✓ *Nardostachys jatamansi* ajută la menținerea normală a tensiunii arteriale
- ✓ Promovează relaxarea sistemului nervos
- ✓ Ea te eliberează de stres și tensiunea psihică
- ✓ *Centella asiatica* influențează pozitiv funcțiile cardiovasculare
- ✓ Ea îmbunătățește sistemul vascular și echilibrul mental

Categorii: presiune, tensiune, distragere a atenției, tensiune arterială ridicată și simptome nevrotice

Ingrediente: *nardostachys jatamansi*, *centella asiatica*, *cymbopogon citratus*

MARICHA – Presiune arterială scăzută

- ✓ *Nardostachys jatamansi* ajută la menținerea nivelului normal tensiunii arteriale
- ✓ *Ocimum sanctum* sprijină activitatea inimii și vitalitatea corpului
- ✓ *Zingiber officinale* înviorează corpul în timpul oboselii și slăbiciunii
- ✓ *Cinnamomum zeylanicum* are un efect benefic asupra funcției tractului digestiv
- ✓ *Withania somnifera* întărește echilibrul mental în timpul tensiunii nervoase și stresului

Categorii: scăderea tensiunii arteriale, leșin, amețeli, funcționarea sistemului circulator, circulația sângelui

Ingrediente: *nardostachys jatamansi*, *ocimum sanctum*, *zingiber officinale*, *cinnamomum zeylanicum*, *withania somnifera*, *curcuma longa*, *tinospora cordifolia*, *piper nigrum*, *elettaria cardamomum*



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Ceaiurile Himalaya Ayurvedice

RANJAKA – Deficit de fier & Anemia

- ✓ Terminalia arjuna optimizează funcția ficatului și activitățile sale metabolice
- ✓ Aceasta susține formarea de celule sanguine
- ✓ Acesta susține reciclarea fierului în fluxul sanguin
- ✓ Valeriana officinalis este benefic pentru funcțiile cardiovasculare
- ✓ Acesta reduce oboseala și epuizarea
- ✓ Zingiber officinale stimulează sistemul imunitar și funcția cardiacă

Categorie: anemie, insuficiența fier, ficatul, splina, sistemul imunitar, funcțiile sistemului cardiovascular, oboseală cronică, slăbiciune, amețelă și tinitus

Ingrediente: terminalia arjuna, valeriana officinalis, zingiber officinale, elettaria cardamomum, syzygium aromaticum, cinnamomum zeylanicum



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi

NAGARA – Sistemul limfatic

- ✓ Andrographis paniculata sprijină circulația normală a limfei
- ✓ Ea îmbunătățește funcțiile sistemului circulator și limfatic
- ✓ Stimulează funcția ficatului și producerea de anticorpi
- ✓ Zingiber officinale activează imunitatea naturală a corpului
- ✓ Ea consolidează activitatea sistemului limfatic și acționează în mod favorabil împotriva inflamației

- ✓ Tinospora cordifolia îmbunătățește sistemul imunitar
- ✓ Foeniculum vulgare promovează purificarea generală și detoxifierea organismului

Categorie: sistemul limfatic și imunitar, simptome de gripă, detoxifiere, circulația limfei, inflamația și umflarea ganglionilor limfatici, celulita

Ingrediente: andrographis paniculata, zingiber officinale, tinospora cordifolia, foeniculum vulgare, withania somnifera, glycyrrhiza glabra, curcuma longa, elettaria cardamomum



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi

* Tesutul pielii

NIMBA – Îngrijirea pielii

- ✓ Curcuma longa ajută la menținerea tenului
- ✓ Acesta are un efect anti-inflamator și optimizează funcția ficatului
- ✓ Piper nigrum influențează pozitiv circulația sanguină și puritatea pielii
- ✓ Glycyrrhiza glabra are un efect pozitiv asupra pielii netede și sanatoase
- ✓ Tinospora cordifolia sprijină întinerirea țesutului pielii

Categorie: piele, acnee, herpes, eczeme, inflamații ale pielii și infecții, infecții fungice, secreții vaginale, hemoroizii și stadiile incipiente ale tratamentului oncologic

Ingrediente: curcuma longa, piper nigrum, glycyrrhiza glabra, tinospora cordifolia, pterocarpus marsupium, cymbopogon citratus, emblica officinalis, terminalia bellirica, terminalia chebula, ocimum sanctum



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi

BHRINGARAJ – Îngrijirea Parului

- ✓ Curcuma longa ajută la menținerea sanatoasă a pielii și a părului
- ✓ Ea îmbunătățește funcționarea optimă a ficatului
- ✓ Centella asiatica sprijină circulația periferică și alimentarea cu sânge a pielii
- ✓ Terminalia bellirica are un efect benefic asupra activității tractului digestiv
- ✓ Ea întărește funcția ficatului și a sistemului imunitar

Categorie: creșterea parului, albire, căderea părului, întărirea părului, piele uscată, matreata, mâncărime și psoriazis

Ingrediente: curcuma longa, centella asiatica, terminalia bellirica, emblica officinalis, glycyrrhiza glabra



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi

GAURI – Candida & Ciupercile pielii

- ✓ Curcuma longa sprijină îndepărtarea toxinelor din fluxul sanguin
- ✓ Previne inflamația în organele corpului
- ✓ Santalum album îmbunătățește purificarea sângelui și buna stare a pielii
- ✓ Cinnamomum cassia reglează nivelul normal de zahăr din sânge
- ✓ Foeniculum vulgare afectează benefic purificarea sistemului digestiv și excretor
- ✓ Emblica officinalis întărește sistemul imunitar

Categorie: Candidoza, micoze, herpes, afte, hemoroizi, sistemul imunitar, oboseala cronică, energie scăzută și epuizare

Ingrediente: curcuma longa, santalum album, cinnamomum cassia, foeniculum vulgare, emblica officinalis, zingiber officinale, pterocarpus marsupium



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi

HARIDRA – Reabilitare & Convalescență

- ✓ Terminalia chebula ca antioxidant promovează starea optimă a țesutului pielii
- ✓ Curcuma longa are un efect anti-inflamator și ajută la eliminarea toxinelor
- ✓ Santalum album îmbunătățește purificarea sângelui și aspectul normal al pielii
- ✓ Ea întărește sistemul imunitar și reglează căldura corpului

Categorie: post-operatorii, reabilitare, regenerarea pielii, antiseptice, inflamații ale pielii și infecții

Ingrediente: terminalia chebula, curcuma longa, santalum album, pterocarpus marsupium



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi

VIDANGA – Slăbire & Dieta

- ✓ Gymnema sylvestre ajută la reglarea greutății corporale
- ✓ Ea influențează în mod pozitiv metabolismul optim de zaharuri și grăsimi
- ✓ Inula helenium reduce apetitul și favorizează eliminarea apei
- ✓ Curcuma longa îmbunătățește funcțiile ficatului și ajută la eliminarea grăsimii

Categorie: excesul de greutate, obezitate, dieta, slăbit

Ingrediente: gymnema sylvestre, inula helenium, curcuma longa, terminalia arjuna



Doza recomandată:
3 - 4 cani pe zi

JAIPHAL – Antioxidant & Revitalizare

- ✓ Cinnamomum zeylanicum acționează ca un antioxidant pentru protejarea celulelor
- ✓ Acesta ajută funcțiile cardiovasculare
- ✓ Acesta promovează nivelul normal de colesterol
- ✓ Emblica officinalis întărește sistemul imunitar
- ✓ Withania somnifera îmbunătățește vitalitatea corpului și a minții
- ✓ Centella asiatica ajută la menținerea funcțiilor cerebrale active

Categorie: antioxidant, protejarea structurilor de celule și țesuturi ale corpului, sistemul imunitar și cardiovascular, longevitate, stres, îmbătrânire, riduri, tinerete, vitalitate

Ingrediente: cinnamomum zeylanicum, emblica officinalis, withania somnifera, centella asiatica, punica granatum, myristica fragrans, elettaria cardamomum, syzygium aromaticum, piper nigrum, zingiber officinale, tribulus terrestris, valeriana officinalis



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi

* Sistemul musculo-scheletal

GOKSHURA – Mușchii spatelui & Relaxare

- ✓ Tribulus terrestris reduce tensiunea musculară și rigiditatea
- ✓ Withania somnifera influențează pozitiv relaxarea generală a sistemului musculo-scheletic
- ✓ Ea îmbunătățește mobilitatea mușchilor spatelui
- ✓ Acesta promovează aptitudinile fizice și mentale optime
- ✓ Zingiber officinale reface energia și reda corpului vitalitatea
- ✓ Asparagus racemosus are un efect benefic asupra stresului și a tensiunii musculare

Categorie: lombare, toracice și a coloanei vertebrale cervicale, rigiditate musculară, spasticitate, hernie de disc, sciatică

Ingrediente: tribulus terrestris, withania somnifera, zingiber officinale, asparagus racemosus, inula helenium, tinospora cordifolia



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi

Ceaiurile Himalaya Ayurvedice

SLESAKA – Îngrijire Articulații

- ✓ *Tinospora cordifolia* asigură funcționarea optimă a articulațiilor
- ✓ Aceasta îmbunătățește nutriția și regenerarea cartilajului
- ✓ Ea întărește rezistența totală a sistemului musculo-scheletic
- ✓ *Cinnamomum cassia* influențează benefic mobilitatea articulațiilor
- ✓ *Mentha arvensis* ajută la relaxarea musculară și rigiditatea articulațiilor

Categorie: articulații, cartilagii, ligamente, rigiditate, artrita, reumatism, artroze și umflarea articulațiilor

Ingrediente: *tinospira cordifolia*, *cinnamomum cassia*, *mentha arvensis*, *cinnamomum zeylanicum*, *pinus sylvestris*

SHALARI – Metabolism urinar & Articulații

- ✓ *Tinospora cordifolia* sprijină activitatea articulațiilor
- ✓ Aceasta ajută la menținerea funcțiilor optime ale sistemului urinar
- ✓ *Terminalia chebula* influențează benefic metabolismul urinar
- ✓ Ea reglează urina și nivelul de acid uric
- ✓ *Tribulus terrestris* afectează în mod pozitiv funcțiile tractului urinar

Categorie: guta, inflamația articulațiilor, artrita, obezitate și alcoolism.

Ingrediente: *tinospira cordifolia*, *terminalia chebula*, *tribulus terrestris*, *apium graveolens*, *coriandrum sativum*, *zingiber officinale*, *cuminum cyminum*, *pinus sylvestris*

KUDZU – Mușchii & Fitness

- ✓ *Tribulus terrestris* ajută la întărirea mușchilor
- ✓ Acesta suportă tonifierea musculară
- ✓ *Withania somnifera* construiește masa musculară
- ✓ Acesta acționează ca stimulent și ca o sursă de energie
- ✓ *Tinospora cordifolia* construiește rezistența și structura corpului

Categorie: mușchi, energie, structura corpului, fitness, regenerare

Ingrediente: *tribulus terrestris*, *withania somnifera*, *tinospira cordifolia*, *pueraria lobata*, *cinnamomum zeylanicum*, *emblica officinalis*, *glycyrrhiza glabra*, *asparagus racemosus*

* Sistemul nervos

BRAHMI – Activitate cerebrală & Stimulant cerebral

- ✓ *Centella asiatica* stimulează activitatea cerebrală
- ✓ Ea reîmprospătează mintea și îmbunătățește memoria
- ✓ Aceasta îmbunătățește vigilența și capacitatea de concentrare
- ✓ *Withania somnifera* revigorează organismul și elimină oboseala
- ✓ Aceasta întărește rezistența la stres
- ✓ Ajută la menținerea echilibrului mintal

Categorie: activitatea creierului, memorie, concentrare, învățare și vigilență

Ingrediente: *centella asiatica*, *withania somnifera*, *cymbopogon citratus*, *glycyrrhiza glabra*, *pterocarpus marsupium*, *zingiber officinale*, *ocimum sanctum*, *cinnamomum tamala*, *cinnamomum zeylanicum*

GOTU KOLA – Creier & Tulburări și demența

- ✓ *Centella asiatica* stimulează funcțiile creierului și sprijină procesul activ de gândire
- ✓ Ea promovează memoria bună și capacitatea de a se concentra
- ✓ Ea susține activitatea normală a funcțiilor cognitive, raționale și intelectuale
- ✓ *Withania somnifera* înviorează organismul în timpul slăbiciunii mentale și psihice
- ✓ Aceasta ajută la reducerea simptomelor degenerative ale îmbătrânirii
- ✓ *Nardostachys jatamansi* îmbunătățește relaxarea sistemului nervos

Categorie: degenerarea funcțiilor cerebrale, tulburări de memorie, dezorientare, demența, boala Alzheimer

Ingrediente: *centella asiatica*, *withania somnifera*, *nardostachys jatamansi*, *tinospira cordifolia*, *zingiber officinale*, *glycyrrhiza glabra*, *curcuma longa*, *ocimum sanctum*



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi

„Sanatatea este un dar de care nu știm până nu o pierdem.”

— proverb latin

RAJANI – Tulburări neurologice & Mobilitate

- ✓ *Nardostachys jatamansi* ajută la menținerea vigilenței sistemului nervos
- ✓ Ea are un efect calmant asupra minții și promovează relaxarea mentală
- ✓ *Centella asiatica* cognitive sprijină, raționamentul și capacitățile intelectuale
- ✓ *Withania somnifera* restabilește echilibrul mental
- ✓ Acesta reduce excitarea corpului
- ✓ Este benefic pentru relaxarea sistemului nervos și a țesutului muscular

Categorie: tulburări neurologice ale creierului, depresie, dezechilibru mintal și boala Parkinson

Ingrediente: *nardostachys jatamansi*, *centella asiatica*, *withania somnifera*, *zingiber officinale*, *curcuma longa*, *glycyrrhiza glabra*, *valeriana officinalis*, *andrographis paniculata*, *tinospira cordifolia*

JATAMANSI – Tulburări psihologice & Relaxare

- ✓ *Nardostachys jatamansi* promovează relaxarea psihică și echilibrul mental
- ✓ *Centella asiatica* stimulează activitatea cerebrală
- ✓ *Withania somnifera* îmbunătățește rezistența organismului și capacitatea de a gestiona stresul
- ✓ *Valeriana officinalis* sprijină calmarea generală a sistemului nervos
- ✓ *Asparagus racemosus* are un efect calmant și optimizează starea mentală

Categorie: tulburări psihice, stres, depresie, nevroze, fobie, depresii maniacale, isterie și epilepsie

Ingrediente: *nardostachys jatamansi*, *centella asiatica*, *withania somnifera*, *valeriana officinalis*, *asparagus racemosus*, *glycyrrhiza glabra*, *tinospira cordifolia*, *zingiber officinale*, *pueraria lobata*

ASHWAGANDHA – Somn & Regenerare

- ✓ *Valeriana officinalis* ajută la promovarea somnului
- ✓ Aduce calmare generală, odihnă bună și un somn natural
- ✓ *Withania somnifera* îmbunătățește relaxarea fizică și mentală
- ✓ Acesta oferă calmarea în timpul stresului mental și nervos
- ✓ Ea susține vitalitatea organismului, în caz de slăbiciune, oboseală și epuizare

Categorie: insomnie, agitație, stres nervos, suprasarcină, suprasolicitarea, epuizare

Ingrediente: *valeriana officinalis*, *withania somnifera*, *centella asiatica*, *emblica officinalis*, *asparagus racemosus*

ALOHAKA – Vedere & Ochi

- ✓ *Mentha arvensis* afectează în mod pozitiv calitatea vederii
- ✓ Ea întărește funcțiile oculare și îmbunătățește mușchii ochilor
- ✓ *Centella asiatica* îmbunătățește activitatea creierului și a funcțiilor cognitive
- ✓ *Withania somnifera* stimulează organismul în timpul oboselei și a pierderii concentrării

Categorie: ochi, oboseală, roșeață, senzație de arsură, presiune, tulburări ale funcției oculare, conjunctivită, nevrita optică, ulciorul, glaucom și cataractă

Ingrediente: *mentha arvensis*, *centella asiatica*, *withania somnifera*, *zingiber officinale*, *glycyrrhiza glabra*

* Sistemul excretor și reproducător

VARUNA – Rinichii & Tractul urinar

- ✓ *Tribulus terrestris* afectează în mod pozitiv funcționarea normală a sistemului urinar
- ✓ *Apium graveolens* îmbunătățește funcționarea optimă a rinichilor și a sistemului excretor
- ✓ *Tinospora cordifolia* are un efect benefic asupra tractului urinar
- ✓ Aceasta ajută la menținerea sistemului urinar sănătos

Categorie: rinichi, calculi renali, inflamații și infecții ale organelor excretorie, prostata marită și impotentă

Ingrediente: *tribulus terrestris*, *apium graveolens*, *tinospira cordifolia*



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi



Doza recomandată:
2 - 3 cani pe zi

Ceaiurile Himalaya Ayurvedice

APANA – Ciclul Menstrual

- ✓ *Asparagus racemosus* afectează în mod benefic sistemul de reproducere de sex feminin
- ✓ Acesta promovează fluxul menstrual echilibrat și simptomele sale
- ✓ Acesta optimizează ciclul menstrual
- ✓ *Tinospora cordifolia* armonizează starea mentală în timpul iritare și nervozitate
- ✓ *Zingiber officinale* stimulează și revigorează corpul în timpul oboselii

Categorii: simptome ale ciclului menstrual

Ingrediente: *asparagus racemosus*, *tinospora cordifolia*, *zingiber officinale*



Doza recomandată:
2 – 3 cani pe zi

SHATAPUSHPI – Absenta Menstruație

- ✓ *Asparagus racemosus* are un efect benefic asupra ciclului menstrual neregulat și absenta pe termen lung a menstruației
- ✓ Acesta armonizează sistemul hormonal și ciclul menstrual
- ✓ Acesta promovează fluxul menstrual echilibrat și simptomele sale
- ✓ Ea influențează în mod pozitiv forța mentală în caz de iritare și nervozitate
- ✓ Ea are un efect benefic asupra sistemului reproductiv feminin

Categorii: ciclu neregulat sau absenta ciclu menstrual, echilibrul hormonal, anorexie

Ingrediente: *asparagus racemosus*, *emblica officinalis*, *glycyrrhiza glabra*, *apium graveolens*, *curcuma longa*, *foeniculum vulgare*, *tinospora cordifolia*, *cuminum cyminum*



Doza recomandată:
2 – 3 cani pe zi

DHATAKI – Menstruație Abundentă

- ✓ *Asparagus racemosus* are un efect benefic asupra sangerării menstruale abundente sau prelungite
- ✓ Acesta armonizează sistemul hormonal și ciclul menstrual
- ✓ Acesta promovează fluxul menstrual echilibrat și simptomele sale
- ✓ Ea influențează în mod pozitiv echilibrul mental în caz de iritare și nervozitate
- ✓ Ea are un efect benefic asupra sistemului reproductiv feminin

Categorii: sangerări menstruale abundente, ciclu menstrual prelungit, echilibrul hormonal

Ingrediente: *asparagus racemosus*, *tinospora cordifolia*, *foeniculum vulgare*, *apium graveolens*, *curcuma longa*, *emblica officinalis*, *terminalia chebula*, *terminalia bellirica*, *coriandrum sativum*



Doza recomandată:
2 – 3 cani pe zi

ASHOKA – Menopauza & echilibrul hormonal

- ✓ *Asparagus racemosus* sprijină sistemul sănătos de reproducere feminin și reduce simptomele menopauzei
- ✓ Armonizează sistemul hormonal pentru a avea un ciclu menstrual normal
- ✓ Aceasta ajută la ameliorarea tensiunii, iritării și a nervozității
- ✓ *Withania somnifera* sporește rezistența organismului la stres și contribuie la menținerea echilibrului mental

Categorii: menopauza, simptome ale ciclului menstrual, echilibrul hormonal, funcția glandei tiroide

Ingrediente: *asparagus racemosus*, *withania somnifera*, *glycyrrhiza glabra*



Doza recomandată:
2 – 3 cani pe zi

DHANYAKA – Femeile gravide

- ✓ Un amestec pe bază de plante pentru femeile gravide
- ✓ *Emblica officinalis* influențează funcțiile tractului digestiv
- ✓ *Coriandrum sativum* sprijină digestia și elimină starile de balonare, flatulența
- ✓ *Tinospora cordifolia* optimizează starea mentală și echilibrul emoțional
- ✓ *Tribulus terrestris* îmbunătățește echilibrul hormonal al sistemului de reproducere
- ✓ *Centella asiatica* optimizează starea mentală

Categorii: sarcină

Ingrediente: *emblica officinalis*, *coriandrum sativum*, *tinospora cordifolia*, *tribulus terrestris*, *centella asiatica*, *cinnamomum aromaticum*, *glycyrrhiza glabra*, *trigonella foenum-graecum*, *foeniculum vulgare*, *ocimum basilicum*



Doza recomandată:
2 – 3 cani pe zi

MEDHIKA – femeile care alăptează

- ✓ Un amestec pe bază de plante pentru femeile care alăptează
- ✓ *Foeniculum vulgare* promovează producerea de lapte matern
- ✓ *Trigonella foenum-graecum* influențează pozitiv funcția glandei mamare
- ✓ *Cuminum cyminum* îmbunătățește digestia
- ✓ *Asparagus racemosus* optimizează starea mentală
- ✓ Ea armonizează funcțiile sistemului de reproducere feminin

Categorii: alăptare la sân

Ingrediente: *foeniculum vulgare*, *trigonella foenum-graecum*, *cuminum cyminum*, *asparagus racemosus*, *emblica officinalis*, *apium graveolens*, *glycyrrhiza glabra*, *cinnamomum aromaticum*



Doza recomandată:
2 – 3 cani pe zi

* Terapii sistemice

MAHAPHALA – Diabet & Dieta

- ✓ *Gymnema sylvestre* ajută la menținerea nivelului normal de zahăr din sânge
- ✓ Acesta reduce pofta de dulciuri în timpul dietei diabetice
- ✓ *Tinospora cordifolia* sprijină metabolismul optim de zaharuri
- ✓ *Ocimum sanctum* susține eliminarea apei
- ✓ Ea îmbunătățește vitalitatea corporală

Categorii: diabet zaharat, diete, funcțiile pancreatice și producția insulinei

Ingrediente: *gymnema sylvestre*, *tinospora cordifolia*, *ocimum sanctum*, *cymbopogon citratus*, *syzygium cumini*



Doza recomandată:
2 – 3 cani pe zi

MANJISHTA – Sistemul imunitar & Anticorpi

- ✓ *Tinospora cordifolia* susține producerea de anticorpi și imunitatea organismului
- ✓ *Ocimum sanctum* îmbunătățește funcționarea optimă a sistemului respirator
- ✓ *Withania somnifera* influențează benefic sindromul mușchilor și a articulațiilor obosite
- ✓ *Andrographis paniculata* promovează imunitatea organismului, funcțiile ficatului și detoxifierea organismului
- ✓ *Curcuma longa* ajută în situațiile de inflamație a căilor respiratorii, ale tractului digestiv, a ficatului și a pielii
- ✓ Ea are un efect de sprijin asupra simptomelor corporale după o mușcătură de căpușă

Categorii: infecții virale și bacteriene, simptome de gripă, mononucleoză, sistemul imunitar, antibiotice pe bază de plante, boala Lyme și detoxifiere

Ingrediente: *tinospora cordifolia*, *ocimum sanctum*, *withania somnifera*, *andrographis paniculata*, *curcuma longa*, *emblica officinalis*, *terminalia chebula*, *terminalia bellirica*, *glycyrrhiza glabra*, *tribulus terrestris*, *pterocarpus marsupium*, *santalum album*, *centella asiatica*, *terminalia arjuna*



Doza recomandată:
2 – 3 cani pe zi

SHATAWARI – Terapia oncologică

- ✓ *Ocimum sanctum* întărește rezistența organismului în timpul tratamentului oncologic și sprijină protejarea țesuturilor organismului
- ✓ *Asparagus racemosus* are un efect calmant și optimizează starea mentală
- ✓ Acesta îmbunătățește sistemul imunitar și vitalitatea organismului
- ✓ *Centella asiatica* stimulează regenerarea puterii mentale și fizice

Categorii: Terapia oncologică

Ingrediente: *withania somnifera*, *ocimum sanctum*, *terminalia chebula*, *asparagus racemosus*, *centella asiatica*, *glycyrrhiza glabra*, *terminalia bellirica*, *andrographis paniculata*, *plumbago zeylanica*



Doza recomandată:
2 – 3 cani pe zi

Ceaiurile Ayurveda pentru Relaxare

Amestecurile echilibrate în mod corespunzător de plante aromatice din Himalaya au fost folosite de secole în Tibet, Nepal și Bhutan pentru relaxare, întinerire, stimularea și armonizarea funcțiilor mentale și a corpului.

Medicii tibetani au dezvoltat un sistem extins și eficient de îngrijire a sănătății axat pe medicina pe bază de plante și diverse metode alternative, care, treptat, sau răspândit în Bhutan și regiunile din Himalaya și din Nepal, unde au dobândit aspectul lor local. Ierburile aromatice cu efect de încălzire sunt placute, deoarece induc o digestie bună, care este importantă pentru asimilarea substanțelor de promovare a sănătății din ierburi Himalaya.

TIBETAN TEA – Elixirul Armoniei

- ✓ *Withania somnifera* armonizează sistemul bioenergetic al corpului
- ✓ *Centella asiatica* îmbunătățește echilibrul psihosomatic și starea mentală
- ✓ *Glycyrrhiza glabra* optimizează activitatea funcțiilor organismului

Conform medicinei tibetane tradiționale bazate pe principii Ayurvedice, toate organismele vii sunt compuse din cinci elemente: eter, aer, foc, apă și pământ. Aceste elemente se manifestă în corpul uman, sub forma a trei energii de viață care guvernează funcțiile noastre corporale (Plămân, Tripa și Beken).

- Pulmonar: stare psihologică, respirație, circulația sângelui și a sistemului nervos.
- Tripa: digestia, metabolismul, percepția senzorială, temperatura corpului și aspectul pielii.
- Beken: structura corpului, articulații, mușchi, fluide și sistemul imunitar.

Ingrediente: *withania somnifera*, *centella asiatica*, *glycyrrhiza glabra*, *emblica officinalis*, *cinnamomum zeylanicum* (kûra), *nelumbo nucifera*, *mentha spicata*

LAMA TEA – Stimulare Matinală

- ✓ *Cinnamomum zeylanicum* stimulează organismul și îmbunătățește mintea
- ✓ *Centella asiatica* sprijină vigilența și concentrarea
- ✓ Ea îmbunătățește activitatea creierului și capacitatea de luare a deciziilor

Tibetani Lamas au folosit astfel de plante medicinale din Himalaya timp de secole. Potrivit celor "Patru tăntrale medicale" ale medicinei tibetane, astfel de plante stimulează organismul, aduce compasiune și cultivă înțelepciunea.

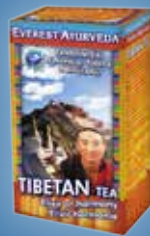
Ingrediente: *elettaria cardamomum*, *cymbopogon citratus*, *zingiber officinale*, *glycyrrhiza glabra*, *cinnamomum zeylanicum*, *cyperus rotundus*, *centella asiatica*

NEPAL TEA – Recreere Himalayana

- ✓ *Cinnamomum zeylanicum* reîmprospătează funcțiile corpului
- ✓ *Zingiber officinale* sprijină rezistența și o formă bună
- ✓ Acesta promovează vitalitatea și activitatea mușchilor

Munții Himalaya nu sunt doar o zonă cu zăpadă, ci un teren de ierburi extraordinare. În Ramayana, scriere indiană antică, există o poveste despre o plantă legendară numită Sanjeevani, care refăce organismul și aduce înapoi energia vieții. Ea crește la numai noaptea, astfel încât ea poate fi găsită doar înainte de răsăritul soarelui dimineața, la poalele muntelui sacru Meru Kailash în partea tibetană a Himalayei.

Ingrediente: *boerhaavia diffusa*, *glycyrrhiza glabra*, *cymbopogon citratus*, *cinnamomum zeylanicum*, *emblica officinalis*, *zingiber officinale*, *elettaria cardamomum*.



Doza recomandată:
1 - 5 cani pe zi



Doza recomandată:
1 - 5 cani pe zi



Doza recomandată:
1 - 5 cani pe zi

SHERPA TEA – Puterea Muntelui

- ✓ *Zingiber officinale* înviorează organismul în timpul și epuizare și oboseli și redă putere fizică
- ✓ *Withania somnifera* acționează ca un tonic muscular și o sursă de energie
- ✓ *Cinnamomum zeylanicum* îmbunătățește circulația sângelui și reîmprospătează corpul

Șerpașii din regiunea Himalaya, Solu Khumbu, inițial au venit din estul Tibetului. Ei sunt persoane calde, dure și puternice care cunosc foarte bine plantele aromatice din Himalaya și proprietățile lor. Combinații adecvate pe bază de planta șerpașului dau puterea de o mie de iaci; pe drumurile lor până sus în munte.

Ingrediente: *elettaria cardamomum*, *asparagus racemosus*, *withania somnifera*, *cinnamomum zeylanicum*, *boerhaavia diffusa*, *glycyrrhiza glabra*, *cinnamomum zeylanicum*, *piper nigrum*, *zingiber officinale*



Doza recomandată:
1 - 5 cani pe zi

BHUTAN TEA – Calm și Relaxare

- ✓ *Boerhaavia diffusa* este benefic pentru calmarea și relaxarea sistemului nervos
- ✓ El aduce sentimentul de relaxare și beatitudine
- ✓ *Nelumbo nucifera* susține sănătatea psihică și echilibrul mental

Bhutan, cunoscut sub numele de Tara Dragoului Fulgurator; este numit de tibetani lho Men Jong; ceea ce înseamnă Țara plantelor medicinale; pentru pantele sale fertile și văi unde se găsesc mai mult de 600 de plante medicinale. Este o zonă pură, virgină și rurală mistică, aflată la poalele Himalayei.

Ingrediente: *nelumbo nucifera*, *cinnamomum zeylanicum*, *boerhaavia diffusa*, *cymbopogon citratus*



Doza recomandată:
1 - 5 cani pe zi

BODHI TEA – Meditație

- ✓ *Nelumbo nucifera* promovează pacea interioară și echilibrul mental
- ✓ *Centella asiatica* calmează mintea agitată
- ✓ Ea armonizează starea mentală și emoțională, scade iritația și agitația

Tradiția budistă spune că principala cauză a nefericirii umane este ignoranța. Pentru a o transforma, trebuie învățat cum să se controleze dorințele noastre, mintea tulbură și furia. Anumite ajutoare în atingerea armoniei interioare sunt: gândirea pozitivă, bunăvoința, conștientizarea acțiunilor, stil de viață sănătos, auto-control, atenție și meditație.

Ingrediente: *centella asiatica*, *nelumbo nucifera*, *cinnamomum zeylanicum*, *cymbopogon citratus*, *rosa canina*, *emblica officinalis*, *elettaria cardamomum*



Doza recomandată:
1 - 5 cani pe zi



Ceaiuri Ayurveda pentru Copii

Amestecurile pe bază de plante din Himalaya sub forma de ceaiuri pentru copii sunt pregătite cu grijă și atenție speciale. Ele sunt o combinație foarte usoară, gustoasă și eficiente de plante selectate pentru sporirea gradului de protecție a sănătății copilului. Pentru copii de la 3 ani.

GOPAL – Respirație usoară

- ✓ Un amestec pe bază de plante pentru copii pentru o respirație confortabil
- ✓ *Ocimum basilicum* este benefică pentru ameliorarea căilor respiratorii
- ✓ *Cinnamomum aromaticum* afectează în mod pozitiv tractului respirator
- ✓ Zingiber officinale întărește imunitatea naturală oficială a corpului

Categorie: Sistem imunitar, raceli, bronsite

Ingrediente: *ocimum basilicum*, *cinnamomum aromaticum*, zingiber officinale, *elettaria cardamomum*, *terminalia chebula*, *terminalia bellirica*, *emblica officinalis*, *curcuma longa*

KHANA – Digestie bună

- ✓ Un amestec pe bază de plante pentru copii, favorizează digestia
- ✓ *Foeniculum vulgare* promovează o bună digestie
- ✓ Ea are un efect benefic asupra flatulenței și optimizează digestia
- ✓ *Terminalia bellirica*, *terminalia chebula* și *emblica officinalis* influențează pozitiv activitatea gastro-intestinală
- ✓ *Glycyrrhiza glabra* îmbunătățește funcționarea corectă a tractului intestinal

Categorie: greață gastrică, tulburări de indigestie și asimilare, flatulență și diaree

Ingrediente: *foeniculum vulgare*, *terminalia bellirica*, *glycyrrhiza glabra*, *terminalia chebula*, *emblica officinalis*, *cinnamomum aromaticum*, *tinospira cordifolia*, *trigonella foenum-graecum*, *cyperus rotundus*, zingiber officinale

BIHARI – Somn liniștit

- ✓ Un amestec pe bază de plante pentru copii pentru un somn liniștit
- ✓ *Valeriana officinalis* ajută la un somn liniștit
- ✓ Ea promovează relaxarea generală și odihna bună
- ✓ *Withania somnifera* îmbunătățește relaxarea mentală și buna dispoziție

Categorie: hiperactivitate, agitație, stări de neliniște, relaxare, somn

Ingrediente: *valeriana officinalis*, *withania somnifera*, *apium graveolens*, *centella asiatica*, *tinospira cordifolia*, *glycyrrhiza glabra*, *ocimum basilicum*



Elixirele Ayurveda Nutritive

Medicina ayurvedică recunoaște șapte țesuturi ale corpului (dhatus), care sunt elemente funcționale și de construcție ale corpului fizic. Ele sunt zilnic hrănite și regenerare prin procesul de digestie. Transformarea produselor alimentare începe în stomac și apoi se continuă în intestinul subțire și gros.



În acest fel, țesuturile corporale sunt în mod constant reîmprospătate în următoarea ordine: plasmă (rasa), sânge (rakta), musculatură (mamsa), grăsime (meda), oase (asthi), sistemul nervos (majja) și esența organelor de reproducere (shukra / arthava).

Funcționarea optimă a tuturor celor șapte țesuturi ale corpului depinde de calitatea dietei zilnice și a unui stil de viață adecvat. Faza nutritivă a fiecărui țesut durează cinci zile cu ultimul țesut reproductiv devenind matur după treizeciséci de zile. Kapha dosha ca substanță esențială a structurii corporale este legată de producția de plasmă, mușchi, măduvă osoasă și țesutul reproductiv. Pitta este activ în formarea sângelui, dosha vata asigură funcționarea sistemului nervos și influențează calitatea oaselor. Atunci când o dosha deviază de la starea sa naturală din cauza dezechilibrului psihosomatic, acesta intră în țesutul respectiv, iar mai apoi duce la apariția bolii.

CHYAWANPRASH – Sănătate & imunitate

- ✓ *Emblica officinalis* activează sistemul imunitar
- ✓ Acesta armonizează funcțiile tractului digestiv
- ✓ *Terminalia bellirica* promovează digestia și peristaltismul intestinal
- ✓ Ea îmbunătățește evacuarea regulată
- ✓ *Terminalia chebula* optimizează funcțiile gastro-intestinale
- ✓ Este benefic pentru imunitatea florei intestinale
- ✓ *Andrographis paniculata* afectează în mod favorabil funcțiile optime ale ficatului
- ✓ Aceasta contribuie la purificarea generală a organismului
- ✓ *Elettaria cardamomum* armonizează activitatea sistemului cardio-vascular
- ✓ *Tribulus terrestris* influențează funcționarea corectă a tractului urinar
- ✓ *Glycyrrhiza glabra* are un efect pozitiv asupra sistemului respirator și calmează tusea
- ✓ *Centella asiatica* înviorează creierul și funcțiile cognitive
- ✓ *Asparagus racemosus* este favorabil pentru relaxarea mentală și echilibrul psihic
- ✓ *Withania somnifera* întărește vitalitatea organismului
- ✓ Acesta acționează ca un antioxidant pentru întinerirea țesuturilor

Chyawanprash, un gem nutritiv pe bază de plante, este considerat ca fiind „elixirul vieții” pentru efectele sale de reținere în sistemul de medicina ayurvedică. Acesta constă dintr-o combinație unică de plante, care afectează în mod favorabil funcțiile gastro-intestinale, sistemul imunitar optim și vitalitatea generală a țesuturilor corporale, datorită proprietăților sale antioxidante. Legenda spune că, în cele mai vechi timpuri, Sage Chyawan, si-a redobândit tinerețea și sănătatea prin consumul de fructe amalaki, împreună cu zeci de alte plante aromatice, și, în consecință, a trăit până la adanci bătrânețe. Aceasta a fost originea unui elixir pe bază de plante unice, care a fost numit Chyawanprash.

Ingrediente: *emblica officinalis*, *terminalia bellirica*, *terminalia chebula*, *andrographis paniculata*, *elettaria cardamomum*, *tribulus terrestris*, *glycyrrhiza glabra*, *centella asiatica*, *asparagus racemosus*, *withania somnifera*, *vitis vinifera*, *santalum album*, *curcuma zedoaria*, *myristica fragrans*, *cuminum cuminum*, *tinospira cordifolia*, *cinnamomum zeylanicum*, *cinnamomum verum*, *syzygium aromaticum*, *ocimum sanctum*, *inula helenium*, *pueraria lobata*, *piper longum*, *cinnamomum camphora*, *cymbopogon citratus*, *valeriana officinalis*, ghee (unt clarificat), miere, palmier sirop

Doza recomandată: 1 linguriță (5 g) de 2-3 ori pe zi, separat sau într-o cu o cană cu lapte cald sau apă caldă. Pentru prepararea unei bauturi, amestecați 1 linguriță (5g) în 250 ml de apă fierbinte



Elixirele Ayurveda Nutritive

„Nechibzuit este medicul care disprețuiește cunoștințele dobândite de vechii antici.”

—Hippocrates

RASAPRASH — Nutritie & Energie

- ✓ *Elettaria cardamomum* promovează o bună digestie și restabilește apetitul
- ✓ Acesta armonizează funcțiile sistemului digestiv și excretor
- ✓ Este utilizat pentru sanatatea cardiovasculara
- ✓ *Curcuma longa* optimizează funcția ficatului și îmbunătățește circulația sanguină
- ✓ *Emblica officinalis* întărește sistemul imunitar
- ✓ *Ocimum sanctum* crește vitalitatea corpului în timpul oboselii și epuizării
- ✓ *Asparagus racemosus* optimizează sănătatea mintală



Rasaprash este un amestec nutritiv pe bază de plante utilizat pentru o nutriție optimă a țesuturilor și a funcțiilor sistemului limfatic a corpului. Leziunile tisulare sunt cauzate de o dietă necorespunzătoare și lipsa de fluide, care duc la instabilitate mentală, hipersensibilitate, oboseală, debilitate, lipsa poftei de mâncare, emaciere, anemie, circulație proastă, piele uscată, eczeme, micoze, negi, inflamații ale tractului respirator, slăbiciune a sistemului imunitar și noduli limfatici.

Ingrediente: *elettaria cardamomum*, *curcuma longa*, *emblica officinalis*, *ocimum sanctum*, *asparagus racemosus*, *tinospira cordifolia*, *vitis vinifera*, *cuminum cyminum*, *glycyrrhiza glabra*, ghee (unt clarificat), palmier sirop

RAKTAPRASH — Sange & Ficat

- ✓ *Andrographis paniculata* este benefic pentru funcțiile hepatice, formarea de celule sanguine și a reciclării fierului
- ✓ *Terminalia arjuna* optimizează funcționarea ficatului și a activităților sale metabolice
- ✓ *Curcuma longa* contribuie la protecția anti-inflamatorie ale ficatului
- ✓ Aceasta susține circulația sanguină
- ✓ *Santalum album* îmbunătățește purificarea sângelui și conferă o stare bună a pielii
- ✓ *Cinnamomum zeylanicum* armonizează funcțiile cardiovasculare
- ✓ Ajută la menținerea nivelurilor normale de glucoză și colesterol



Raktaprash este un gem nutritiv pe bază de plante care sprijină sistemul circulator optim și funcțiile ficatului. Leziunile tisulare sunt cauzate de cantitate insuficientă de fier, scăderea nivelului de tulburări ale hemoglobinei sau hematogeneze. Aceasta, la rândul său, slăbește funcțiile ficatului și splinei, provoacă infecții, inflamații, hepatita, ciroza, pietre vezicii biliare, anemie, fluctuații ale tensiunii arteriale, dispnee, palpitații, ten palid, ischemie la nivelul membrelor, vâscozitatea excesivă de sânge, varice, arterioscleroză, ulceratii la nivelul gurii, acnee, eczeme, psoriazis, hemoroizi și sangerări menstruale abundente.

Ingrediente: *andrographis paniculata*, *terminalia arjuna*, *curcuma longa*, *santalum album*, *cinnamomum zeylanicum*, *emblica officinalis*, *zingiber officinale*, *vitis vinifera*, *pterocarpus marsupium*, *elettaria cardamomum*, *piper longum*, ghee (unt clarificat), palmier sirop

MAMSAPRASH — Muschi & Forta

- ✓ *Tribulus terrestris* întărește țesutul muscular
- ✓ Aceasta ajută la ameliorarea tensiunii și rigiditate
- ✓ *Withania somnifera* promovează producția de masă musculară
- ✓ Acesta acționează ca tonic de stimulare și o sursă de energie
- ✓ *Zingiber officinale* îmbunătățește tonifierea mușchilor
- ✓ Ea întărește vitalitatea corpului și aduce energie
- ✓ *Asparagus racemosus* ajută la menținerea echilibrului mental



Mamsaprash este un gem nutritiv pe bază de plante, care reface țesutul muscular și optimizează rezistența fizică. Leziunile tisulare sunt cauzate de aportul de proteine insuficiente și dieta de zi cu zi neregulată, care duc la constituția slabă a corpului, musculatură nedezvoltată, rigiditatea sistemului musculo-scheletic, dureri de spate și de disc prolaps. Probleme suplimentare sunt inflamația tendoanelor și articulațiilor, tulburări de coordonare, formarea miomilor, hernie, oboseală, anxietate, lipsa de încredere și de instabilitate mentală.

Ingrediente: *tribulus terrestris*, *withania somnifera*, *zingiber officinale*, *asparagus racemosus*, *emblica officinalis*, *pueraria lobata*, *sesamum indicum* (sămânță), *anacardium occidentale* (nuci de caju), ghee (unt clarificat), miere, palmier sirop

MEDAPRASH — Pierderea în greutate & Dieta

- ✓ *Gymnema silvestre* contribuie la reducerea greutății corporale,
- ✓ Acesta optimizează metabolismul zahărului și a grăsimilor
- ✓ *Terminalia bellirica* este benefică pentru menținerea nivelurilor normale de colesterol
- ✓ *Inula helenium* reduce apetitul și îmbunătățește eliminarea apei
- ✓ *Curcuma longa* sprijină activitatea ficatului și pierderea de grăsime
- ✓ *Zingiber officinale* reface viața de energie și stimulează organismul
- ✓ *Terminalia chebula* contribuie la funcționarea optimă a tractului gastro-intestinal



Medaprash este un gem nutritiv pe bază de plante, care reduce țesutul gras și optimizează greutatea corporală. Leziunile tisulare sunt cauzate de dietă excesivă și un metabolism lent, care duc la excesul de greutate corporală, lipom, tulburări ale ficatului și pancreasului, diabet, ateroscleroză, hipertensiunea arterială, formarea de tartru, letargie, pasivitate și nevoia de somn excesiv.

Ingrediente: *gymnema sylvestre*, *terminalia bellirica*, *inula helenium*, *curcuma longa*, *zingiber officinale*, *terminalia chebula*, *emblica officinalis*, *asparagus racemosus*, *tinospira cordifolia*, *piper longum*, *piper nigrum*, *tribulus terrestris*, *prunus dulcis* (sămânță-migdale), ghee (unt clarificat), miere, palmier sirop

ASTHIPRASH — Oase & Articulații

- ✓ *Tinospira cordifolia* are un mare avantaj pentru mobilitatea articulațiilor
- ✓ *Zingiber officinale* ajută la ameliorarea musculară și rigiditatea articulațiilor
- ✓ *Curcuma longa* contribuie la starea optimă a articulațiilor și a oaselor
- ✓ Calciu îmbunătățește starea mușchilor, oaselor și a cartilajelor
- ✓ *Triticum aestivum* sprijină furnizarea de vitamine și minerale
- ✓ *Emblica officinalis* armonizează tractul gastro-intestinal
- ✓ Ea îmbunătățește imunitatea florei intestinale



Asthiprash este un gem nutritiv pe bază de plante pentru optimizarea stării țesutului osos și sistemul comun. Leziunile tisulare sunt cauzate de o cantitate insuficientă de minerale și impurități ale tractului intestinal. Acest lucru duce la dureri articulare, artrita, reumatism, osteoporoză, lipsa de calciu, tulburarea glandei tiroide, protuberante osoase, inflamații ale tendoanelor musculare, cariilor dentare, căderea părului, nesiguranță și încăpățănare.

Ingrediente: *emblica officinalis*, *tinospira cordifolia*, *curcuma longa*, *mentha arvensis*, *zingiber officinale*, *phoenix dactylifera* (ciocănitoare), *triticum sativum*, *piper longum*, *cinnamomum zeylanicum*, *cymbopogon citratus*, coral calciu, ghee (unt clarificat), palmier sirop

MAJJAPRASH — Creier & Sistem nervos

- ✓ *Nardostachys jatamansi* îmbunătățește relaxarea sistemului nervos
- ✓ *Valeriana officinalis* calmează mintea agitată
- ✓ Acesta reduce stresul și tensiunea nervoasă
- ✓ *Centella asiatica* înviorează activitatea creierului
- ✓ Acesta îmbunătățește memoria și funcțiile ochilor
- ✓ *Withania somnifera* ajută la menținerea echilibrului mental
- ✓ Aceasta întărește rezistența la stres și stimulează vitalitatea organismului



Majjaprash este un gem nutritiv pe bază de plante pentru optimizarea activității creierului și relaxarea sistemului nervos. Leziunile tisulare sunt cauzate de un dezechilibru psihic, ceea ce duce la tulburări de vedere și boli ale sistemului endocrin, infecții ale ochilor, activitatea creierului slab, tulburări psihice și nervoase, sciatică, zona zoster, stres, tensiune, anxietate, agitație, insomnie, depresie, epilepsie și scleroză multiplă.

Ingrediente: *emblica officinalis*, *nardostachys jatamansi*, *centella asiatica*, *withania somnifera*, *valeriana officinalis*, *vitis vinifera*, *glycyrrhiza glabra*, *cymbopogon citratus*, *santalum album*, *piper nigrum*, *zingiber officinale*, *cuminum cyminum*, ghee (unt clarificat), palmier sirop

Elixire purificatoare ayurvedic

SHUKRAPRASH – Vitalitate & Potenta Barbati

- ✓ Tribulus terrestris îmbunătățește funcția sistemului reproductiv masculin
- ✓ Acesta optimizează funcția tractului urinar
- ✓ Asparagus racemosus este de mare beneficiu pentru organele de tesut reproductiv
- ✓ Ea activează sistemul hormonal
- ✓ Zingiber officinale reface energia și stimulează vitalitatea
- ✓ Withania somnifera învioră corpul în timpul oboseală, slăbiciune și epuizare
- ✓ Emblica officinalis întărește imunitatea generală a corpului

Shukraprash este un gem nutritiv pe bază de plante, care stimulează vitalitatea și funcțiile optime ale sistemului reproductiv masculin, deteriorarea acesteia este cauzată de o epuizare a alimentării cu energie a corpului, care duce la oboseală, slăbiciune vitale, impotență, imunitate scăzută, infecția prostatei și a sistemului urinar precum și alte tulburări ale organelor de reproducere.

Ingrediente: emblica officinalis, tribulus terrestris, zingiber officinale, withania somnifera, asparagus racemosus, glycyrrhiza glabra, sesamum indicum, piper nigrum, ghee (unt clarificat), palmier sirop



ARTHAVAPRASH – Vitalitate & Fertilitate Femei

- ✓ Asparagus racemosus îmbunătățește activitatea sistemului de reproducere feminin
- ✓ Acesta optimizează sistemul hormonal și ciclul menstrual
- ✓ Acesta contribuie la cursul lin al menstruației și simptomele acesteia
- ✓ Ea armonizează funcția mentală în timpul iritației și nervozității
- ✓ Withania somnifera ajută la menținerea echilibrului mental
- ✓ Tribulus terrestris promovează funcționarea normală a tractului urinar
- ✓ Emblica officinalis îmbunătățește digestia și întărește sistemul imunitar

Arthavaprash este un gem nutritiv din plante pentru echilibrul hormonal și funcționarea optimă a sistemului de reproducere feminin, deteriorarea acestuia este cauzată de lipsa de armonie psihosomatică și duce la tensiune, nervozitate, iritație, nesiguranță, greață, lipsa poftei de mâncare și dureri menstruale. Precum și infertilitate, frigiditate, imunitate scăzută, dureri vaginale, chisturi uterine, fibroza și alte tulburări ginecologice.

Ingrediente: emblica officinalis, asparagus racemosus, withania somnifera, tribulus terrestris, apium graveolens, cinnamomum zeylanicum, curcuma longa, foeniculum vulgare, piper longum, ghee (unt clarificat), palmier sirop



Elixir purificatoare ayurvedic

— După învățăturile tradiționale ayurvedice, corpul uman este străbătut de un sistem de canale fiziologice și energetice (srotamsi), procedeul prin se procesează de către organism alimentele, care asigură aprovizionarea cu substanțe nutritive la nivelul tesuturilor corpului (dhatus) și rezolvă problema eliminării deșeurilor din organism. Această transformare metabolică are loc la nivelul sistemului digestiv, al căilor respiratorii (prana), fluidele corporale (ambu), celor șapte țesuturi ale corpului (dhatus), excreția de scaun (purisha), eliminarea de urină (mutrava), purificarea pielii (sveda), precum și activitățile bioenergetice ale funcțiilor mentale și fizice (mano).

ANNAPRASH – Stomac & Digestie

- ✓ Terminalia chebula contribuie la funcționarea optimă a tractului gastro-intestinal
- ✓ Coriandrum sativum sprijină o bună digestie și reduce balonarea
- ✓ Elettaria cardamomum calmează sistemul digestiv
- ✓ Zingiber officinale este calmant pentru stomacul deranjat în timpul călătoriilor
- ✓ Syzygium aromaticum stimulează apetitul
- ✓ Glycyrrhiza glabra are un efect pozitiv asupra mucoasei stomacului persoanelor sensibile
- ✓ Emblica officinalis optimizează funcțiile tractului digestiv

Annaprash este un amestec purificator pe bază de plante, care optimizează digestia și funcționarea stomacului. Tulburările digestive sunt cauzate de o dietă nesănătoasă, sau o combinație de alimente necorespunzătoare, consumul de substanțe toxice sau de stres excesiv. Acest lucru duce la instabilitatea focului digestiv, metabolism instabil și asimilarea insuficientă a nutrienților, lipsa apetitului, greață, diaree, arsuri stomacale, aciditatea stomacului, gastrită și ulcer peptic.

Ingrediente: terminalia chebula, coriandrum sativum, elettaria cardamomum, zingiber officinale, syzygium aromaticum, glycyrrhiza glabra, emblica officinalis, tinospora cordifolia, vitis vinifera, cuminum cyminum, punica granatum, piper nigrum, piper longum, ghee (unt clarificat), palmier sirop



PRANAPRASH – Zona Interna a Gâtului & Cai Respiratorii

- ✓ Inula helenium are un efect calmant asupra gâtului și a căilor sale asociate
- ✓ Ocimum sanctum contribuie la ameliorarea căilor respiratorii
- ✓ Acesta promovează expectorație și funcționarea optimă a organelor respiratorii
- ✓ Piper longum îmbunătățește funcționarea corespunzătoare a plămânilor
- ✓ Adhatoda vasica menține activitatea sanatoasă a sistemului respirator
- ✓ Zingiber officinale stimulează imunitatea organismului
- ✓ Emblica officinalis activează sistemul imunitar

Pranaprash este un amestec purificator pe bază de plante, care optimizează funcționarea căilor respiratorii superioare și inferioare. Tulburările respiratorii sunt cauzate de flegmă din stomac, imunitate scăzută, respirație improprie și fluxul insuficient de energie de viață și de oxigenare a sangelui. Acest lucru duce la oboseală, slăbiciune, răceală, dureri în gât, tuse, nas înfundat, gât inflamă, amigdale umflate, dispnee, astm, temperatura crescută, bronșită și pneumonie.

Ingrediente: inula helenium, ocimum sanctum, piper longum, adhatoda vasica, zingiber officinale, emblica officinalis, cinnamomum zeylanicum, elettaria cardamomum, bambusa arundinacea, tinospora cordifolia, curcuma longa, curcuma zedoaria, ghee (unt clarificat), palmier sirop



AMBUPRASH – Pancreas & Reglarea Nivelului de Zahar

- ✓ Gymnema sylvestre ajută la menținerea nivelului normal de zahăr din sânge
- ✓ Reduce pofta de dulciuri în timpul dietei diabetice
- ✓ Momordica charantia reduce nivelul de glucoză din sânge
- ✓ Terminalia chebula sprijină metabolismul optim al zahărului și a nivelului de colesterol
- ✓ Tinospora cordifolia reglează nivelul de zahăr din sânge și metabolismul grăsimilor
- ✓ Tribulus terrestris are un efect pozitiv asupra tractului urinar
- ✓ Inula helenium optimizează asimilarea și eliminarea apei

Ambuprash este un amestec purificator pe bază de plante, care optimizează funcționarea metabolismului apei și a pancreasului, în timpul dietei contra diabetului zaharat. Creșterea colesterolului din sânge și a nivelului de zahăr este cauzată de un stil de viață nesănătos, consumul excesiv de alimente bogate în grăsimi, metabolismul necorespunzător de zahăr și tulburarea asimilării apei din pancreas. Acest lucru duce la tulburarea producerii de insulină, diabet, obezitate, ateroscleroză, edem tisular și disfuncții renale, deshidratarea corpului, setea arzătoare, urinare frecventă, infecții cu levuri și debilitate.

Ingrediente: gymnema sylvestre, momordica charantia, terminalia chebula, tinospora cordifolia, tribulus terrestris, inula helenium, emblica officinalis, syzygium jambos, curcuma longa, cymbopogon citratus, pterocarpus marsupium, ghee (unt clarificat), steviolglykosid



PURISHAPRASH – Intestine și Eliminare

- ✓ Terminalia bellirica are o influență pozitivă asupra digestiei și peristaltismul intestinal
- ✓ Ea promovează eliminarea regulată
- ✓ Glycyrrhiza glabra are un efect benefic asupra digestiei și a mucoasei intestinale ale persoanelor sensibile
- ✓ Ea promovează imunitatea florei intestinale
- ✓ Foeniculum vulgare îmbunătățește purificarea tractului gastro-intestinal
- ✓ Acesta optimizează activitatea intestinală și ajută flatulența
- ✓ Elettaria cardamomum calmează sistemul digestiv și nervos

Purishaprash este un amestec purificator pe bază de plante, care optimizează funcționarea intestinului gros, contribuind astfel la funcționarea regulată a acestuia. Afecțiunile intestinului gros, sunt cauzate de alimentație necorespunzătoare care întârzie regenerarea microflorei intestinale, mucoasa intestinală iritată și impuritatea colonului, ca urmare a stagnării deșeurilor toxice în intestin. Acest lucru duce la tulburări digestive, balonare, constipație, hemoroizi, colici abdominale, colon iritabil, alergii, erupții cutanate, eczeme sau urticarie, iritabilitate mentală, nemulțumire și stres.

Ingrediente: terminalia bellirica, glycyrrhiza glabra, foeniculum vulgare, elettaria cardamomum, emblica officinalis, terminalia chebula, vitis vinifera, cinnamomum zeylanicum, tinospora cordifolia, abies pectinata, piper longum, ghee (unt clarificat), palmier sirop



Elixire purificatoare ayurvedic

MUTRAPRASH – Rinichi & Tractul Urinar

- ✓ *Tribulus terrestris* are un efect pozitiv asupra funcționării sistemului urinar
- ✓ *Elettaria cardamomum* optimizează activitatea rinichilor și a sistemului excretor
- ✓ *Boerhaavia diffusa* ajută la menținerea unui sistem urinar sănătos
- ✓ *Glycyrrhiza glabra* sprijina funcționarea normală a prostatei
- ✓ *Tinospora cordifolia* are un efect benefic asupra articulațiilor și a organelor urinare
- ✓ *Terminalia chebula* reglează nivelul de acid uric
- ✓ Aceasta facilitează eliminarea regulată a urinei

Mutraprash este un amestec purificator pe bază de plante care optimizează funcționarea rinichilor și a tractului urinar. Tulburările sistemului excretor sunt cauzate de consumul excesiv de sare, alcool, cafea și alte stimulente, consum insuficient de lichide, funcții renale slăbite, retenție de apă, eliminarea neregulată, dezechilibrul și stres mental. Acest lucru duce la pietre la rinichi, infecții ale tractului urinar și inflamații ale vezicii urinare, prostata marită, reumatism, artrita, tumefierea articulațiilor, dureri de spate, eczeme și psoriazis.

Ingrediente: *tribulus terrestris*, *elettaria cardamomum*, *boerhaavia diffusa*, *glycyrrhiza glabra*, *tinospora cordifolia*, *terminalia chebula*, *emblica officinalis*, *terminalia bellirica*, *cinnamomum zeylanicum*, *vitis vinifera*, *piper longum*, ghee (unt clarificat), palmier sirop



SVEDAPRASH – Ten & Piele

- ✓ *Rubia cordifolia* acționează ca un agent interior pentru îngrijirea pielii
- ✓ *Santalum album* contribuie la puritatea și purificarea pielii
- ✓ Ea are, de asemenea, o influență pozitivă asupra tenului pielii
- ✓ *Terminalia chebula* acționează ca un antioxidant care promovează vitalitatea țesutului pielii
- ✓ *Piper nigrum* îmbunătățește funcțiile hepatice
- ✓ Ea susține circulația sanguină și purifică pielea
- ✓ *Curcuma longa* are un efect anti-inflamator și menține starea optimă a pielii

Svedaprash este un amestec purificator pe bază de plante pentru îngrijirea pielii și a unui ten frumos și elastic. Tulburările țesutului pielii sunt cauzate de o dietă necorespunzătoare, impuritatea intestinului gros, toxicitatea sângelui, deshidratare, utilizarea excesivă de : zahăr, sare, grăsimi sau stimulenți chimici. Acest lucru duce la alergii ale pielii, infecții, eczeme, dermatită atopică, urticarie, mâncărimi ale pielii, psoriazis, erupții cutanate, acnee rozacee, furunculi, micoze, candidoza, negi, pete pigmentare și hemoroizi.

Ingrediente: *rubia cordifolia*, *santalum album*, *terminalia chebula*, *piper nigrum*, *curcuma longa*, *berberis aristata*, *emblica officinalis*, *zingiber officinale*, *vitis vinifera*, *terminalia bellirica*, *tinospora cordifolia*, *cinnamomum zeylanicum*, *glycyrrhiza glabra*, *piper longum*, ghee (unt clarificat), palmier sirop



MANOPRASH – Inima & Vase sanguine

- ✓ *Terminalia arjuna* susține activitatea normală a inimii
- ✓ *Cinnamomum zeylanicum* îmbunătățește sănătatea cardiovasculară
- ✓ *Terminalia bellirica* reglează nivelul de glucoză și colesterol din sânge
- ✓ *Vitis vinifera* are un efect pozitiv asupra activității cardiovasculare și menținerea tensiunii arteriale
- ✓ Aceasta stimulează circulația sângelui în vene și optimizează elasticitatea vaselor sanguine
- ✓ Ea are un efect benefic asupra sindromului „picioare grele”
- ✓ *Tinospora cordifolia* armonizează sistemul neuro-endocrin și construiește o rezistență la stres

Manoprash este un amestec purificator pe bază de plante, care optimizează funcționarea inimii și a sistemului cardiovascular. Tulburările sistemului cardiovascular sunt cauzate de alimentația nesănătoasă, consumul excesiv de sare și grăsimi de origine animală, creșterea nivelului de colesterol, concentrație mare de calciu, stresul, fumatul, hipertensiunea arterială și lipsa de exerciții fizice. Acest lucru duce la obezitate, insuficiență cardiacă, aritmie, ischemie, scleroză arterială, accidente vasculare cerebrale vasculare, infarct miocardic, varice, ulcere venoase și hemoroizilor.

Ingrediente: *terminalia arjuna*, *cinnamomum zeylanicum*, *terminalia bellirica*, *vitis vinifera*, *tinospora cordifolia*, *emblica officinalis*, *elettaria cardamomum*, *punica granatum*, *zingiber officinale*, *curcuma longa*, *piper nigrum*, *piper longum*, ghee (unt clarificat), palmier sirop



Fructe Traditionale Ayurveda

Fructele uscate la soare sunt o sursă naturală de antioxidanți, vitamine și energie. Acestea îmbunătățesc sănătatea gastro-intestinală, revitalizarea țesuturilor corporale și a sistemului imunitar.

AMALAKI – Emblica officinalis

Din cele mai vechi timpuri, inteligenții vedici din India au considerat Amalaki (*Emblica officinalis*), ca un „fruct ceresc”, din cauza concentrației mari de antioxidanți, inclusiv vitamina C. El acționează prin stimularea imunității și consolidarea purificării corpului de radicali liberi. Acest fruct excepțional, amalaki, a fost utilizat în sistemul de tratamente ayurvedice de secole ca cel mai eficient ajutor pentru a îmbunătăți sănătatea gastro-intestinală, de a revitaliza țesuturile corpului (*dhatu*) și pentru a stimula sistemul imunitar.



Amalaki acționează ca un tonic excelent pentru funcțiile optime de digestie, metabolism, ficat, sânge, activitatea creierului și inimii. Ele conțin cinci din cele șase gusturi recunoscute de percepția noastră senzuală (acru, dulce, amar, astringent și iute), care armonizează trei principii biologice ale Vata, Pitta și Kapha. Amalaki conține o gamă largă de antioxidanți (substanțe care duc la scăderea proceselor de oxidare responsabile de îmbătrânirea celulară și necroză) și bioflavonoide (vitamine care sprijină rezistența membranelor celulare împotriva pătrunderii de substanțe dăunătoare sub formă de radicali liberi), și o concentrație ridicată și de o importanță vitală de aminoacizi. Este bogat în multe minerale și vitamine, cum ar fi calciu, fier, fosfor, caroten, vitaminele C, B1 și B2.



AMALAKI – Imunitate & Stomac

- ✓ O sursă naturală de antioxidanți și vitamina C
- ✓ Imbunatateste sanatatea gastrointestinala
- ✓ *Emblica officinalis* influenteaza benefic functiile tractului digestiv
- ✓ Promovează funcționarea sănătoasă a stomacului și a regiunii intestinale
- ✓ *Vitamina C* stimulează imunitatea și sprijină funcționarea optimă
- ✓ Ajută la protejarea celulelor împotriva procesului de oxidare
- ✓ Favorizeaza absorbtia fierului
- ✓ Reduce oboseala și epuizarea

AMALAKI ghimbir – Imunitate & cai respiratorii

- ✓ *Zingiber officinale* ajuta la protectia cailor respiratorii
- ✓ *Emblica officinalis* beneficially influences digestive tract functions
- ✓ Promovează funcționarea sănătoasă a stomacului și a regiunii intestinale
- ✓ *Vitamina C* stimulează imunitatea și sprijină funcționarea optimă
- ✓ Ajută la protejarea celulelor împotriva procesului de oxidare
- ✓ Favorizeaza absorbtia fierului
- ✓ Reduce oboseala și epuizarea

AMALAKI cardamon – Imunitate & Digestie

- ✓ *Elettaria cardamomum* influenteaza benefic digestia și reduce starile de greata și balonare
- ✓ *Emblica officinalis* beneficially influences digestive tract functions
- ✓ Promovează funcționarea sănătoasă a stomacului și a regiunii intestinale
- ✓ *Vitamina C* stimulează imunitatea și sprijină funcționarea optimă
- ✓ Ajută la protejarea celulelor împotriva procesului de oxidare
- ✓ Favorizeaza absorbtia fierului
- ✓ Reduce oboseala și epuizarea

AMALAKI scortisoara – Imunitate & Inima și Vene

- ✓ *Cinnamomum zeylanicum* intareste sistemul cardiovascular
- ✓ *Emblica officinalis* beneficially influences digestive tract functions
- ✓ Promovează funcționarea sănătoasă a stomacului și a regiunii intestinale
- ✓ *Vitamina C* stimulează imunitatea și sprijină funcționarea optimă
- ✓ Ajută la protejarea celulelor împotriva procesului de oxidare
- ✓ Favorizeaza absorbtia fierului
- ✓ Reduce oboseala și epuizarea



Fructe Traditionale Ayurveda

AMALAKI lemongrass – Imunitate & Revitalizare

- ✓ *Cymbopogon citratus* ajuta la revitalizarea sistemului nervos
- ✓ *Embllica officinalis* beneficily influences digestive tract functions
- ✓ Promovează funcționarea sănătoasă a stomacului și a regiunii intestinale
- ✓ Vitamina C stimulează imunitatea și sprijină funcționarea optimă
- ✓ Ajută la protejarea celulelor împotriva procesului de oxidare
- ✓ Favorizează absorbția fierului
- ✓ Reduce oboseala și epuizarea



AMALAKI menta – Imunitate & Flora Intestinala

- ✓ *Mentha piperita* influențează benefic flora intestinală și redă o respirație proaspătă
- ✓ *Embllica officinalis* beneficily influences digestive tract functions
- ✓ Promovează funcționarea sănătoasă a stomacului și a regiunii intestinale
- ✓ Vitamina C stimulează imunitatea și sprijină funcționarea optimă
- ✓ Ajută la protejarea celulelor împotriva procesului de oxidare
- ✓ Favorizează absorbția fierului
- ✓ Reduce oboseala și epuizarea



MANGO – Vitamina C & A

- ✓ Vitamina C stimulează funcția sistemului imunitar
- ✓ Aceasta susține și protejează celulele împotriva stresului oxidativ
- ✓ Acesta îmbunătățește absorbția fierului
- ✓ De asemenea, reduce oboseala și epuizarea
- ✓ Vitamina A are un efect pozitiv asupra tractului digestiv



Încă din cele mai vechi timpuri, și mai ales în timpul perioadei timpurii indiene, Ramayana, Mango a fost considerat ca fiind un fruct „regal” în sistemul de medicină ayurvedică. Fructele coapte din copacul mango sunt o sursă bogată de vitamine și antioxidanți. Reaprovizionează energetic al organismului, echilibrează toate cele trei principii biologice: Vata, Pitta și Kapha și îmbunătățește alimentația celor șapte țesuturi ale corpului (dhatus).

JACKFRUIT – Vitamina C, A & Calciu

- ✓ Vitamina C stimulează funcția sistemului imunitar
- ✓ Restabilește vitalitatea corpului în timpul performanței fizice
- ✓ Vitamina A are un mare beneficiu pentru tractul digestiv
- ✓ Calciu intensifică activitatea musculară și influențează pozitiv starea oaselor



Jackfruit sau Kathal este un fruct tradițional originar din Bangladesh. Coaja grosieră robustă ascunde o excelentă pastă hrănitore și energică bogată pentru dieta vegetariană. Acesta conține o gamă largă de proteine, vitamine, minerale și antioxidanți. Nivelul său de colesterol zero, susține un sănătos stil de viață și de pierdere în greutate. Echilibrează în mod natural energiile grave de VATA, Pitta și Kapha.

PAPAYA – Vitamina A, C & Calciu

- ✓ Vitamina A are un efect pozitiv asupra mucusului din tractul digestiv
- ✓ Ea promovează pielea sănătoasă
- ✓ Calciu sprijină funcțiile de enzime digestive
- ✓ Vitamina C stimulează funcționarea sistemului imunitar
- ✓ Ea îmbunătățește protecția celulei împotriva stresului oxidativ



În timpurile descoperirilor din sectorul maritim, papaya a fost privit ca un „fruct angelic”. Acest fruct este o sursă bogată de vitamine și antioxidanți care întăresc imunitatea corporală. Papaya conține o enzimă digestivă care îmbunătățește funcția gastro-intestinală. Echilibrează în mod natural energiile grave de Vata, Pitta și Kapha.

BANANA – Calciu & Vitamina A, C

- ✓ Calciu îmbunătățește activitatea musculară și are o influență pozitivă asupra sănătății oaselor
- ✓ Vitamina A are un efect pozitiv asupra mucusului din tractul digestiv
- ✓ Vitamina C stimulează funcționarea sistemului imunitar
- ✓ Aceasta ajută la reducerea oboselei și epuizării în timpul performanțelor fizice



În timpul călătoriilor lui Alexandru cel Mare, în subcontinentul indian, banana era cunoscută sub numele de „rodul celor înțelepți”. Legenda descrie întâlnirea cu sfinții Yoghini, care au meditat în umbra unui copac bananier. Fructele sale sunt o sursă naturală de minerale și vitamine. Echilibrează energiile grave de Vata, Pitta și Kapha.

ANANAS – Vitamina A & C

- ✓ Vitamina A are un efect pozitiv asupra mucusului din tractul digestiv
- ✓ Acesta promovează nutriția conținut scăzut de calorii
- ✓ Vitamina C stimulează funcționarea sistemului imunitar
- ✓ Acesta îmbunătățește absorbția fierului



În timpul descoperirilor din sectorul maritim, ananasul a fost considerat ca un simbol al generozității și ospitalității și astfel, numit și „rodul regilor”. Fructele coapte conțin bromelaina, enzima digestivă, care are un efect benefic asupra funcțiilor gastro-intestinale. Ananasul este o sursă de vitamine și datorită conținutului caloric scăzut al nivelului de colesterol mic, de aceea reprezintă un regim alimentar adecvat de slăbire.

Sursa naturală de vitamina C – Un pachet de amalaki (100 g) asigură cantitatea necesară zilnică de vitamina C, pentru o perioadă de trei zile. În vremuri în care intervine o nevoie tot mai mare de vitamina C, ca urmare a scăderii imunității, organism slabit, convalescența, performanța sportivă, stres fizic sau mental, este recomandat să se consume un pachet pe zi.

Calitate Ayurveda – Fructele proaspete ayurvedice sunt tăiate în bucăți mici, plasate în sirop de trestie la lumină naturală, care servește drept cel mai bun mediu natural pentru perioadă lungă de valabilitate, și apoi se usucă la soare. Acest proces tradițional ajută la menținerea beneficiului maxim de nutrienți al fructelor, precum și suculența și gustul savuros al acestora.

Trestia de zahăr – Trestia de zahăr este o plantă uriașă care conține până

la 20% zahăr în tulpinile sale, care este, ca produs final al fotosintezei, compus din zaharoză, fructoză și glucoză. La început este distilat într-un suc dulce, și o formă de sirop gros care este obținut din tulpini stoarse, din care reiese trestia de zahăr natural, iar apoi urmează procesul de cristalizare. Ea se deosebește de zahărul clasic de sfeclă prin compoziția sa, modul de prelucrare, gust și culoare. În timpul fabricării sale, zahărul alb rafinat trece prin procesul de albire, și anume prelucrarea chimică în care zahărul este lipsit de toate mineralele și vitaminele importante într-o formă de melasă reziduală. Zahărul brut natural de este



produs din trestie de zahăr, care nu trece printr-un proces chimic rafinat, și așa își păstrează melasa, împreună cu enzimele utile, mineralele, vitaminele cum ar fi calciu, magneziu, fosfor, fier, potasiu, zinc, vitamina B și fibrele. Medicina ayurvedică îl folosește ca bază pentru prepararea, utilizarea, dirijarea și absorbția produselor pe bază de plante. Siropul de trestie de zahăr natural care apare în amalaki fructe, mango, papaya, jackfruit, ananas și banane, susține nutriția țesutului organismului și servește ca un conservant natural excelent.



Lista de Categori

A
Absenta menstruatiei - SHATAPUSHPI, RASAPRASH, ARTHAVAPRASH
Abstinenta - PACHAKA
Accident vascular - ABHAYA, MANOPRASH
Acnee - NIMBA, PITTA, RAKTAPRASH, SVEDAPRASH
Activitate creier - BRAHMI, GOTU KOLA, MAJJAPRASH
Albire - BHRINGARAJ, AMALAKI Natural
Alcoolism - PACHAKA, SHALARI
Alergii - KARAVI, DALCHINI, PRANA-PRASH, PURISHAPRASH
Alergii aliment - KARAVI, PURISHA-PRASH
Alzheimer - GOTU KOLA, MAJJAPRASH
Ameteli - RANJAKA, MARICHA
Amigdale - KATPHALA, NAGARA
Anemie - RANJAKA, RAKTAPRASH, AMALAKI Natural, MANGO
Anorexie - GUDUCHI, RASAPRASH, SHATAPUSHPI
Antibiotice herbal - MANJISHTA
Antioxidant - JAIPHAL, CHYAWAN-PRASH, AMALAKI Natural
Antiseptic - HARIDRA, GAURI, SVEDA-PRASH
Afte - GAURI, RAKTAPRASH
Alaptare - MEDHIKA
Apetit - GUDUCHI, RASAPRASH
Armonizarea organismului - ELIXIRUL ARMONIEI, CHYAWANPRASH
Arsuri - GUDUCHI, PACHAKA, DHANYAKA, ANNAPRASH
Arteroscleroza - ABHAYA, MEDA-PRASH, RAKTAPRASH, MANOPRASH, AMBUPRASH
Arthralgie - SLESAKA, ASTHIPRASH
Articulatii - SLESAKA, SHALARI, ASTHIPRASH, MUTRAPRASH
Artrita - SLESAKA, SHALARI, ASTHI-PRASH, MUTRAPRASH
Artrroza - SLESAKA, KAPHA, ASTHI-PRASH
Astm - PRANA, TULSI, ARJUNA, PRANAPRASH
Atac de cord - ABHAYA, MANOPRASH
Atentie - BRAHMI

B
Bacterii infectii - MANJISHTA
Balbaiala - UDANA
Balonarei - SHUNTHI, KHANA, VATA, DHANYAKA, ANNAPRASH, PURISHA-PRASH
Batranete - JAIPHAL, GOTU KOLA, CHYAWANPRASH
Boala Lyme - MANJISHTA
Bronhii - PRANA, TULSI, GOPAL, PRANAPRASH, CHYAWANPRASH
Bronsite - PRANA, TULSI, MANJISHTA, CHYAWANPRASH, PRANAPRASH

C
Calmant - ASHWAGANDHA, BIHARI, JATAMANSI, SARPAGANDHA, MAJJA-PRASH
Candidei - GAURI, NAGARA, CHYA-WANPRASH, AMBUPRASH, SVEDA-PRASH
Cartilagii - SLESAKA, ASTHIPRASH
Cataracta - ALOCHAKA, MAJJAPRASH
Celulita - NAGARA, MEDAPRASH, AMBUPRASH
Coagulant - ABHAYA, MANOPRASH
Chimioterapie - SHATAWARI, NIMBA, GUDUCHI, CHYAWANPRASH
Ciroza - KALAMEGHA, RAKTAPRASH
Colesterol - VIDANGA, MEDAPRASH, ABHAYA, AMBUPRASH, KAPHA, JACKFRUIT
Concentratie - BRAHMI
Conjunctivita - ALOCHAKA, MAJJA-PRASH
Constipatie - SHUNTHI, CHYAWAN-PRASH, PURISHAPRASH, JACKFRUIT
Convalescenta - UDANA, HARIDRA
Crampe - RAJANI, GOKSHURA, APANA, DHATAKI, BANANA
Crohn - TRIPHALA, PURISHAPRASH
Chisturi - SHATAWARI, NIMBA, ARTHAVAPRASH

D
Dantura - KANTAKARI, ASTHIPRASH, AMALAKI Natural
Dementa - GOTU KOLA, MAJJAPRASH
Dependenta - PACHAKA
Depresie - JATAMANSI, VATA, MAJJA-PRASH
Detoxificatiere - KALAMEGHA, NAGARA, MANJISHTA, TRIPHALA, CHYAWANPRASH, PURISHAPRASH
Diabetul zaharat - MAHAPHALA, MEDAPRASH, AMBUPRASH
Diaree - GUDUCHI, TRIPHALA, KHANA, ANNAPRASH
Digestie - TRIPHALA, SHUNTHI, GUDUCHI, KHANA, CHYAWANPRASH, PURISHAPRASH, AMALAKI Natural, Droguri - PACHAKA, ANNAPRASH
Dureri de gat - TULSI, KATPHALA, PRANA, GOPAL, PRANAPRASH
Dureri lombare - GOKSHURA, MAMSA-PRASH
Dureri abdominale - GUDUCHI, SHUNTHI, TRIPHALA, KHANA, ANNA-PRASH, PURISHAPRASH
Dureri toracice - GOKSHURA, RAJANI, MAMSA-PRASH

E
Eczeme - KARAVI, NIMBA, RAKTA-PRASH, SVEDAPRASH, PURISHA-PRASH
Emaciation - RASAPRASH, GUDUCHI, MAMSA-PRASH
Embolie - ABHAYA, MANOPRASH
Encefalita - MANJISHTA
Energie - PRANA, UDANA, PUTEREA MUNTELUI, KUDZU, MAMSA-PRASH, SHUKRAPRASH, CHYAWANPRASH
Epilepsie - JATAMANSI, SARPA-GANDHA, MAJJAPRASH

F
Febra - TULSI, DALCHINI, GOPAL, NAGARA, KATPHALA, PRANA, CHYA-WANPRASH, PRANAPRASH
Fibrom - MAMSA-PRASH
Ficat - KALAMEGHA, RANJAKA, MANJISHTA, RAKTAPRASH, MEDA-PRASH
Fitness - KUDZU, KAPHA, MAMSA-PRASH
Flux sanguin - VYANA, ABHAYA, VATA, RAKTAPRASH
Fobii - JATAMANSI, MAJJAPRASH
Fumat - PACHAKA

G
Gastrita - TRIPHALA, PACHAKA, GUDUCHI, SHUNTHI, ANNAPRASH
Guta - SHALARI, ASTHIPRASH, MUTRAPRASH
Gingivita - KANTAKARI, RAKTAPRASH, AMALAKI Natural
Ginecologice probleme - ARTHAVA-PRASH, NIMBA, GAURI, ASHOKA, APANA, SHATAPUSHPI, DHATAKI
Gravide - DHANYAKA

H
Helicobacter - TRIPHALA, ANNA-PRASH
Hemoizi - GAURI, NIMBA, RAKTA-PRASH, PURISHAPRASH
Hepatita - KALAMEGHA, RAKTAPRASH
Hernie - MAMSA-PRASH
Hernie de disc - GOKSHURA, MAMSA-PRASH
Herpes - GAURI, NIMBA, RAKTAPRASH, SVEDAPRASH
Herpes zoster - MAJJAPRASH
Hipertensiune - SARPAGANDHA, MEDAPRASH, KAPHA
Hormonal balanta - ASHOKA, ARTHA-VAPRASH, SHATAPUSHPI, DHATAKI, MAJJAPRASH
Hiperactivitate - BIHARI
Hysteria - JATAMANSI, MAJJAPRASH

I
Imunitate - NAGARA, KATPHALA, MANJISHTA, CHYAWANPRASH, SHUKRAPRASH, AMALAKI Natural
Impotentia - VARUNA, SHUKRAPRASH
Infectii - MANJISHTA, NAGARA, KALAMEGHA, RANJAKA, GAURI, HARIDRA, RAKTAPRASH, SVEDAPRASH, MUTRA-PRASH
Infertilitate - ARTHAVAPRASH, ASHOKA, SHATAPUSHPI
Insomnie - ASHWAGANDHA, BIHARI, VATA, MAJJAPRASH
Intestinale paraziti - SHUNTHI, PURIS-HAPRASH
Intestinale probleme - SHUNTHI, TRIPHALA, GUDUCHI, CHYAWAN-PRASH, AMALAKI Natural, PAPAYA
Ischemia - VYANA, RAKTAPRASH, MANOPRASH
Ischias - GOKSHURA, MAJJAPRASH

L
Lesin - MARICHA, RAKTAPRASH
Leucopenie - NAGARA, RASAPRASH

Ligamente - SLESAKA
Lipom - MEDAPRASH, VIDANG
Lombar dureri - GOKSHURA, MAMSA-PRASH
Limfatic nodul - NAGARA, KATPHALA, RASAPRASH, PRANAPRASH
Limfatic sistemul - NAGARA, KATPHALA, RASAPRASH

M
Manic-depresiv tulburari - JATAMANSI
Maduva - GOKSHURA
Matreata - BHRINGARAJ, NIMBA, RASAPRASH, RAKTAPRASH, SVEDA-PRASH
Memorie - BRAHMI, GOTU KOLA, MAJJAPRASH
Menopauza - ASHOKA, ARTHAVA-PRASH, RASAPRASH
Menstruatie - APANA, SHATAPUSHPI, DHATAKI, ASHOKA, NIMBA, ARTHA-VAPRASH, RASAPRASH, RAKTAPRASH
Mental echilibru - MAJJAPRASH, VATA, JATAMANSI, BRAHMI
Metabolism - KALAMEGHA, PITTA, MEDAPRASH, VIDANGA, ANNAPRASH, AMBUPRASH
Migrene - PRANA, MAJJAPRASH
Mononucleoza - MANJISHTA, KATPHALA, NAGARA
Multipla scleroza - MAJJAPRASH, RAJANI, GOTU KOLA
Muschi - KUDZU, MAMSA-PRASH
Micoze - GAURI, NIMBA, SVEDAPRASH

N
Nazal cavitati - DALCHINI, PRANA-PRASH
Negi - RASAPRASH, SVEDAPRASH
Nausea Greata - GUDUCHI, TRIPHALA, PACHAKA, DHANYAKA, KHANA, ANNAPRASH
Nervos sistemul - MAJJAPRASH, VATA, JATAMANSI, SARPAGANDHA, ASHWA-GANDHA, GOTU KOLA, RAJANI
Nevralgie - MAJJAPRASH, RAJANI, JATAMANSI
Neuroza - JATAMANSI, SARPAGANDHA, PACHAKA, MAJJAPRASH

O
Obezitate - VIDANGA, MEDAPRASH, KAPHA
Ochi - ALOCHAKA, PITTA, MAJJA-PRASH, AMALAKI Natural
Ochi inflamati - DALCHINI, ALOCHAKA, PITTA
Oncologie terapie - SHATAWARI, NIMBA, GUDUCHI, CHYAWANPRASH, PAPAYA
Optic nevroza - ALOCHAKA, MAJJA-PRASH
Osteoporoza - ASHOKA, ASTHIPRASH
Obseala cronica - UDANA, RANJAKA, GAURI

P
Pancreas - MAHAPHALA, MEDAPRASH, AMBUPRASH
Par - BHRINGARAJ, ASTHIPRASH, AMALAKI Natural
Paradentoza - KANTAKARI, ASTHI-PRASH

Parkinson - RAJANI, MAJJAPRASH
Pericardita - ARJUNA, MANOPRASH
Piele - NIMBA, PITTA, GAURI, HARIDRA, SVEDAPRASH, RAKTA-PRASH
Pietre renale - VARUNA, MUTRAPRASH
Pierdere greutate - VIDANGA, KAPHA, MEDAPRASH
Pneumonie - TULSI, PRANA, CHYA-WANPRASH, GOPAL, PRANAPRASH
Prostate - VARUNA, SHUKRAPRASH, MUTRAPRASH
Psoriasis - BHRINGARAJ, NIMBA, RASAPRASH, RAKTAPRASH, SVEDA-PRASH
Psihic tulburari - JATAMANSI, SARPA-GANDHA, MEDITATIE, MAJJAPRASH, RAJANI, GOTU KOLA
Puls - ARJUNA, RAKTAPRASH, RANJAKA, VYANA, MARICHA, MANOPRASH

R
Raceala - MANJISHTA, NAGARA, KATPHALA, TULSI, GOPAL, PRANA-PRASH
Raceli - TULSI, DALCHINI, GOPAL, PRANA, KATPHALA, CHYAWANPRASH, PRANAPRASH
Raguseala - PRANA, PRANAPRASH
Raynaud sindrom - VYANA, MANOPRASH
Regenerare mentala - MAJJAPRASH, VATA, MEDITATIE, JATAMANSI
Regenerare fisica - UDANA, CALM și RELAXARE, KUDZU, MAMSA-PRASH, KAPHA, AMALAKI Natural
Relaxare - CALM și RELAXARE, VATA, MAJJAPRASH, BIHARI
Reumatism - SLESAKA, ASTHIPRASH, KAPHA, MUTRAPRASH
Riduri - JAIPHAL
Rinichi - VARUNA, MUTRAPRASH, AMBUPRASH
Rinita (normal, fan, alergica) - DALCHINI, GOPAL, KARAVI, KAPHA, PRANAPRASH

S
Sange - NIMBA, ABHAYA, KALAMEGHA, RANJAKA, RAKTAPRASH, AMALAKI Natural
Sight Vedere - ALOCHAKA, MAJJA-PRASH, AMALAKI Natural
Sistemul cardiovascular - ABHAYA, VYANA, ARJUNA, RAKTAPRASH, JAIPHAL, AMALAKI Natural
Somn - ASHWAGANDHA, BIHARI, VATA, MAJJAPRASH
Slabire - VIDANGA, KAPHA, MEDA-PRASH, AMBUPRASH
Slabiciune - SHUKRAPRASH
Sira spinarii colana - GOKSHURA, MAMSA-PRASH
Splina - RANJAKA, MANJISHTA, RAKTAPRASH
Stomac - SHUNTHI, GUDUCHI, KHANA, ANNAPRASH, CHYAWAN-PRASH, AMALAKI Natural, PAPAYA
Stomac aciditate - GUDUCHI, PACHAKA, TRIPHALA, ANNAPRASH, AMALAKI Natural, MANGO

Stres - PITTA, JATAMANSI, SARPA-GANDHA, MAJJAPRASH, MANOPRASH
T
Tendoane si ligamente - SLESAKA, ASTHIPRASH, GOKSHURA, MAMSA-PRASH
Tromboză - ABHAYA, MANOPRASH
Tensiune arteriala - SARPAGANDHA, MARICHA, RAKTAPRASH, MEDA-PRASH, MANOPRASH
Tiroida glanda - ASHOKA, ASTHI-PRASH
Tiuit in urechi - RANJAKA, RAKTA-PRASH
Tonsillitis amigdalita - TULSI, NAGARA, KATPHALA, MANJISHTA, CHYAWAN-PRASH
Tractul intestinal - SHUNTHI, MANJISHTA, TRIPHALA, PURISHA-PRASH
Tractul urinar - VARUNA, MUTRA-PRASH, SHUKRAPRASH, ARTHAVA-PRASH
Transpiratie - PITTA
Tulburare cronică a activității gastrice și intestinale - TRIPHALA, ANNAPRASH
Tulburări ale creierului - JATAMANSI, BRAHMI, RAJANI, GOTU KOLA, MAJJA-PRASH
Tulburari respiratorii - PRANA, ARJUNA, RAKTAPRASH, PRANAPRASH
Tumoare - SHATAWARI, NIMBA
Tuse - PRANA, TULSI, KATPHALA, CHYAWANPRASH, GOPAL, PRANA-PRASH

U
Urcior - ALOCHAKA
Umflaturi - NAGARA, SHALARI, SLESAKA, VIDANGA, MEDAPRASH, MUTRAPRASH
Ulceratii de stomac - PACHAKA, TRIPHALA, GUDUCHI, ANNAPRASH
Urinare pietre - VARUNA, MUTRA-PRASH
Urticarie - KARAVI, SVEDAPRASH, PURISHAPRASH

V
Vaginale secretii - NIMBA, ARTHAVA-PRASH
Varicos ulcer - ABHAYA
Varicos vene - ABHAYA, RAKTAPRASH, MANOPRASH
Vase sanguine - VYANA, ABHAYA, KAPHA, RAKTAPRASH, MANOPRASH
Vasoneuroza - VYANA, RAKTAPRASH, MANOPRASH
Vertij - RANJAKA, MARICHA, RASA-PRASH
Vezica și pietre vezica - KALAMEGHA, RAKTAPRASH
Virale infectii - MANJISHTA, KATPHALA, NAGARA
Vitalitate - PRANA, JAIPHAL, RECREERE HIMALAYANA, CHYA-WANPRASH
Vocale corzi - PRANA, PRANAPRASH
Voma greata - GUDUCHI, ANNA-PRASH, RASAPRASH, AMALAKI Natural

Din comentariile Dvstra

Bună ziua, acum folosesc ceaiul pentru memorie BRAHMI și ceaiul pentru ficat KALAMEGHA și sunt foarte mulțumit de ei. Combinația de plante din ceaiul dvs. este o plăcere și pentru suflet. Mulțumesc.

–Maryam

Bună ziua, am experiențe foarte bune cu efectele și calitatea ceaiurilor dvstra, în special cu ASHWAGANDA.

–Roman

Bună ziua, acum o lună am luat ceaiul VIDANGA – Slim din vacanța mea și sunt foarte mulțumit de asta. După câteva săptămâni am pierdut 3 kilograme.

–Alexander

Bună ziua, am folosit VARUNA pentru tulburări renale. Mi sa îmbunătățit starea rinichilor, precum și eczemul meu atopic.

–Denisa

Bună ziua, cumpăr în mod regulat ceaiuri din oferta voastră (KUDZU, BRAHMI) și sunt foarte mulțumit de ele.

–Salutari Jiri

Bună ziua, folosesc ceaiul NIMBA pentru problemele mele cu pielea. După câteva zile de utilizare, mi sa înlăturat mâncărimea pielii și erupția a dispărut. În familia noastră folosim ceaiul VARUNA pentru rinichi. Am scăpat de o infecție pentru o perioadă lungă de timp.

–Daniela

Bună ziua, avem experiențe excelente cu ceaiurile din Himalaya. UDANA ne ajută cu oboseală. Am folosit SHATAWARI pentru chisturi de 8 cm, au dispărut după zece zile. Doctorului nu i a venit să creadă vazand imaginea sonografică!

–Martina

Bună, coloana vertebrală mă deranjează întradevăr, am o durere severă. O lună de perfuzie și pastile fără rezultate pozitive. Acum folosesc GOKSHURA și încă nu am luat o singura pastila. Multumesc pentru fiecare zi care nu doare.

–Salutari, Ena

Fiind alergic, am folosit mai multe medicamente moderne cu rezultate foarte mici. După ce am folosit regulat ceaiul DALCHINI alergia mea a dispărut după o lună, fără sa mai strănut si fara mâncărimi ale ochilor etc.

–Robert

La sfârșitul anului 2009, am băut ceai de SARPAGANDHA, deoarece tensiunea arterială era destul de instabilă. După două luni, tensiunea arterială a revenit la normal și rămâne stabilă.

–Tana

Bună, ceaiul SHUNTHI mi a rezolvat problemele de flatulență persistente de mai mulți ani. Nimic altceva nu ma ajutat cu adevărat, doar ceaiul ăsta!

–Tana

Producător: Everest Ayurveda s.r.o., Czech Republic
Importator: EVEREST HERBAL TEA SRL
Str. Vulturilor, nr.4, Sc.B, Ap.14, Jud. Timis, 300 144

Tel: 0741588767, 0356420894
Email: info@everest-ayurveda.ro
www.everest-ayurveda.ro