

Programma di Medicina Ayurveda

Dott. ssa Graziella Bensi, farmacista e specialista in Medicina Ayurveda

- Cenno introduttivo sull'origine dell' Ayurveda Maharishi e sui testi di studio classici.
- Analogia e differenze tra Ayurveda e medicina moderna
- Elementi di anatomia e fisiologia vedica : i dosha o principi metabolici fondamentali
- La causa fondamentale della malattia per l'Ayurveda Maharishi
- L'importanza della costituzione nella prevenzione e nella cura della malattia
- La diagnosi ayurvedica : breve esperienze di autodiagnosi del polso
- La coscienza: il costituente fondamentale della creazione e della fisiologia
- Meditazione Trascendentale: ricerche scientifiche e presentazione della tecnica più efficace e naturale per sperimentare la pura coscienza
- L'importanza dell'alimentazione giornaliera e stagionale nell'Ayurveda
- Il rapporto tra dosha-sapori e qualità del cibo
- La funzione del panchakarma per disintossicare l'organismo
- Ojas: definizione ed importanza per una buona salute
- Gli organi di senso e i dosha: esperienze di cambiamento del polso in rapporto alla stimolazione di udito-tatto-gusto-odorato-vista
- Ama: tossine accumulate profondamente nella fisiologia (come eliminare il problema)
- La dermatologia nell'Ayurveda Maharishi
- La cute nella medicina ayurvedica
- I tre dosha e la cute
- Il massaggio ayurvedico: gli oli essenziali e i dosha
- I pilastri della bellezza nell' Ayurveda Maharishi