

ANJILIKA AURVEDIC CENTER

Аюрведа— древнейшая из известных нам медицинских систем. Это система врачевания и профилактики, испытанная и проверенная тысячами врачей, которые на протяжении пяти тысяч лет с ее помощью избавляли от страданий миллионы людей. Цель аюрведы – достичь здоровья путем установления равновесия и гармонии, а не путем борьбы с болезнями. Профилактике в ней отводится более важная роль, чем терапии.



ANJILIKA AUVRVEDIC CENTER

предлагает следующие оздоровительные программы:

Пульс – диагностика



Пульсовая диагностика позволяет определить конституционный тип человека и имеющийся дисбаланс тридоши. При полной проверке врач прощупывает пульс на обоих запястьях, так как показания пульса справа и слева различаются.

- определение конституции, прокриты, доши, выкриты
- рекомендации по питанию, образу жизни
- назначение лечение (аюрведические процедуры, аюрведические препараты)

Продолжительность 60 мин

стоимость 4000 руб.

Ведическая Астрология



Ведическая астрология знаменита своими методами лечения — драгоценными камнями, мантрами и ягьями (ритуалами). Это учит нас, как привнести благотворные энергии космоса в человеческое существование, чтобы получить могучие силы для собственного изменения. Эти методы могут уменьшить влияние негативной кармы и наделить нас стоическим отношением к трудностям, которые все-таки придется пережить. Подобные лечебные меры могут также помочь поддержать здоровье и вылечить болезни — это уже касается их использования с точки зрения аюрведы. Аюрведа учит правильному образу жизни, диетам, траволечению, упражнениям и поведению, которое требуется, чтобы достичь той мудрости, которую преподает нам астрология и дополняет данные астрологические методы лечения.

Продолжительность 45-60 мин

стоимость 3000 руб.

Расаяна (аюрведическая омолаживающая) Терапия



Аюрведическое лечение нацелено на очищение тела от Амы (токсинов), на уравновешивание конституции и омоложение организма.

Одним из сильнодействующих методов лечения болезни является применение РАСАЯНА препаратов, которые занимают важное место в Расаяне (омолаживающей терапии) и оказывают сильное воздействие на нервную систему и физиологию, регенерация клеток.

Аюрведическое траволечение достигает своей вершины в науке омоложения. Имея целью обновление, как тела, так и ума. Аюрведа стремится не просто к долголетию, но и обретению чистоты сознания, природной творческой активности, непринуждённой радости.

Вещества РАСАЯНЫ восстанавливают тело и ум, предотвращают распад и отодвигают старение. Их действие поддерживает оптимальное состояние и функции различных органов, тканей и трёх дош Ваты, Питты, Кафы.

Одним из ярких представителей Расаяны является ГАНГА-ЧАНВАНПРАШ.

Ганга-Чанванпраш известный как эликсир молодости и долголетия, готовится из 54 полностью натуральных и свежих продуктов (ягоды, фрукты, плоды, лекарственные травы, коренья, природный кальций и минералы, жемчуг, серебро, гималайский мёд)

Медицинские исследования, проведённые в научном центре, подтвердили, что Ганга - Чаванпраш:

- Улучшает работу мозга, укрепляет память и повышает способность к обучению
- Нормализует обменные процессы в организме
- Снимает последствия стрессов, депрессий, синдром хронической усталости
- Улучшает показатели крови, повышает гемоглобин, благодаря высокому содержанию органического железа и стимуляции эритропоэтина
- Снижает содержание холестерина
- Нормализует кровяное давление
- Очищает кровь, печень, кишечник, поджелудочную железу от шлаков и токсинов
- Улучшает работу желудочно-кишечного тракта
- Предупреждает развитие опухолевых клеток
- Нейтрализует побочные эффекты химио- и лучевой терапии, улучшает качество жизни после проведённого лечения онкологического заболевания
- Нормализует работу эндокринной системы
- Укрепляет сердечную мышцу, снижают риск инфарктов и инсультов
- При заболевании туберкулёзом рекомендуется принимать с основными лекарственными препаратами
- Рекомендуется как общеукрепляющее средство
- Нормализует содержание сахара в крови
- Нормализует половые функции, рекомендуется при импотенции, фригидности и бесплодии
- Способствует нормальному развитию плода у беременных женщин
- Детям, особенно с задержкой развития, отстающим в росте и весе, ослабленным и больным
- Укрепляет волосы и ногти

- Способствует адаптации организма к резким переменам климата
- Увеличивает мускульную силу и повышает выносливость организма в экстремальных обстоятельствах
- Рекомендуются людям, чьи профессии связаны с высокими физическими и умственными нагрузками, профессиональными вредностями, проживающих в экологически неблагоприятных районах, а также жителям северных районов и людям пожилого возраста
- Усиливает эффективность натуральных и синтетических препаратов на 50% при совместном назначении
- Нормализует соотношение женских (эстрогенов и прогестерона) половых гормонов

Компания «Anjilica Aurvedic Center» производит продукцию в Научном центре при университете «Varanasi Hindu University» г. Варанаси, Индия.

Ароматерапия



Аромат всегда ассоциируется с радостью. Он создает ощущение счастья. Наиболее сильными причинами деятельности в этом мире являются радость и счастье.

В древней Индии придавали огромное значение влиянию природных ароматов на здоровье и их практическому использованию в повседневной жизни.

В ведических гимнах натуральный аромат цветов описывается как несущий здоровье, убивающий тревоги, печали, а также путь, ведущий к освобождению от материальных страданий.

Современные ученые считают, что здоровье зависит от приятного запаха. По мнению ученых, влияние загрязненной окружающей среды может быть нейтрализовано ароматами цветочных растений. Большинство цветочных растений приятно пахнут, но, к сожалению, в наше полное беспокойство время цветов не всегда и не везде можно найти.

В соответствии с **аюрведической медицинской** системой аромат цветов в процессе диффузии может сочетаться с сандаловым маслом. Аромат сандала и аромат цветов создают суперкачественное вещество, которое также хорошо, как золото. Это натуральное чистейшее

масло является основным компонентом для изготовления ароматических палочек - благовоний.

Чистые натуральные масла, полученные из цветов, используются в медицине, причем способы их применения обширны:

1. Качественный ежедневный общий массаж (абхьянга)
2. Точечный массаж с применением масел
3. Ингаляция
4. Добавка в пищу для улучшения вкуса и для очищения продуктов
5. Ароматизация помещения для создания определенного настроения и профилактики болезней
6. Окуривание больного определенным сортом благовоний, способствующим лечению болезни
7. Очищение помещения от неблагоприятного энергетического влияния

Такую систему называют ароматотерапией.

Согласно Аюрведе, различные ароматы **соответствуют вкусам** и действуют на организм также как вкус.

Ароматические масла и благовония - не просто приятно пахнущие вещества, это активные соединения с широким спектром действия на организм человека.

Панчакарма

Панчакарму можно назвать королевой Аюрведы. Она является фундаментальной основой практического применения аюрведических знаний. Данный метод направлен на расшлаковку организма с разных уровней - физического, эмоционального, ментального. Концепция Панчакармы уникальна - она не борется ни с симптомами болезни, ни с самой болезнью. Она искореняет факторы, являющиеся причиной заболевания. После применения методов Панчакармы восстанавливается гомеостаз и регенерирующие функции организма, улучшается питание и трофика в тканях - нормализуется кровообращение и кислородный обмен, улучшается процесс всасывания и усвоения питательных веществ, восстанавливается иммунитет - усиливаются процессы сопротивления организма по отношению к неблагоприятным факторам окружающей среды. Согласно Аюрведе, первое условие здоровья - это гармония и равновесие в теле.

Классическая Панчакарма, как главный оздоровительный метод Аюрведы, приводит организм к необходимому балансу. Этот путь складывается из 3 стадий и 5 действий на протяжении 21 дня:

- **Действие 1** - масляный массаж всего тела (Абхьянга)
- **Действие 2** - пропаривание тела (Сведана)
- **Действие 3** - успокаивающий, расслабляющий массаж головы (ШироДхара), процедуры для пазух носа и горла (Насья), рвотная терапия (Вамана).
- **Действие 4** - чистка с помощью слабительного травяного лекарства (Виречана).
- **Действие 5** - травяные очистительные и питательные клизмы (Басти).

~ 6 ~

Полный курс очищения по системе ПАНЧАКАРМА длится 28 дней. Самый краткий курс составляет 7 дней, но, естественно, он будет не таким глубоким. Чем более длительный курс, тем более глубокие ткани вовлекаются в процесс очищения.

Стоимость оценивается по состоянию здоровья, от 5000-20000 руб.

Марма-массаж



воздействие пальцами и ладонями на биологически активные зоны, являющиеся проекциями жизненно важных центров физического, эфирного и «тонкого» тела человека

Марма-терапия является одной из разновидностей аюрведического массажа, это самая древняя из известных ныне техник восполнения жизненной энергии.

Мармы - это энергетические центры. Слово «marma» означает «тайный», «скрытый» или «жизненно важный». Мармы - это точки стыка между физическим телом и тонким энергетическим телами. Воздействие на мармы в процессе массажа способствует гармонизации энергий и восстановлению функций тех или иных органов, придаёт силы и помогает расслабиться.

Тело и ум возвращаются на высокий энергетический уровень, оживляются естественные механизмы самооздоровления, самовосстановления организма.

Продолжительность 40 мин, рекомендуемый курс от 5 процедур.

Стоимость 3000 руб.

Широбхьянга (аюрведический массаж головы)



Индийский массаж не только расслабляет мышцы головы и шеи, но и улучшает кровообращение кожи головы, снимает напряжение и тревогу. Индийский массаж также используется для лечения и профилактики хронической усталости глаз, головных болей, бессонницы, недостатка концентрации и апатии. Как правило, применяются аюрведические масла при массаже кожи головы, но эта процедура также может делаться без применения масел или кремов. Индийский массаж головы является изумительно действенным средством для снятия стресса, напряжения, усталости, бессонницы, головных болей, мигрени и синусита. После сеанса такого массажа приходит глубокое успокоение и расслабление, уходит напряжение, чувство тревоги. Заметно повышается способность к концентрации.

В массаже используются лечебные аюрведические масла.

Продолжительность 30 -45 мин Рекомендуемый курс 7-14-21 процедура.

Стоимость 3000 руб.

Абхьянгам (аюрведический масляный массаж)



Аюрведический масляный массаж как подготовительная процедура для Панчакармы помогает мобилизовать токсины, накопленные в тканях, и вывести их в пищеварительный тракт для их последующего удаления. Абхьянга выводит токсины, растягивает мышцы, придает гибкость

суставам и позвоночнику, тонизирует и одновременно расслабляет тело и ум, освобождает от стресса и наполняет энергией. Гармонизируя обменные процессы, массаж способствует коррекции фигуры и улучшению состояния и цвета кожи. Абхьянга уменьшает морщины и сухость кожи, омолаживает и придает коже здоровый блеск.

Особый тип масляного массажа всего тела, отличающийся глубиной и ритмичностью. Масла готовятся с использованием 10-50 трав и подбираются в соответствии с аюрведической конституцией. Эта процедура, как правило, открывает каждый ежедневный аюрведический сеанс на протяжении всего курса. Абхьянгам особенно эффективна для контроля доши Вата (первичной энергии «воздуха» в организме).

Показания: Тревожность, депрессия, утомляемость, бессонница, тревога, артриты, в т.ч. ревматоидный, боли в спине, ревматизм, спондилез, парезы и параличи, диабетическая невропатия, спортивные травмы. Улучшает сон, отдаляет старение.

Продолжительность 40-60 мин

Стоимость 3200 руб.

Удвартана (аюрведический порошковый массаж)



В этом стимулирующем массаже используется смесь различных лекарственных травяных порошков, которые подбираются в зависимости от заболевания и конституции (пракрити). Удвартана стимулирует обмен веществ в клетках и органах, а также улучшает кровообращение, активизирует организм, помогает растворять подкожный жир и токсины в тканях для их последующего выведения.

Процедура способствует снижению веса, укрепляет тело, очищает кожу, улучшает кровообращение, дренирует лимфатические каналы, расслабляет мышцы.

Удвартана - очень эффективное терапевтическое средство при ожирении, параличе, диабетической невропатии, кожных заболеваниях, целлюлите, ангиомах, варикозе, повышенном содержании холестерина, гипофункции щитовидной железы, и др.

Продолжительность 60 мин

Стоимость 4200 руб.

Сведа (или Сведана, паровая процедура)



Паровой массаж из отвара лечебных трав (ним, шатавари, ашваганда - в зависимости от выкрити).

Освобожденные массажем ядовитые вещества выводятся наружу как через кровеносную систему, так и с потовыделением через раскрывшиеся поры.

Главная задача прогревания - расширить шроты организма, тем самым приближая цель промасливания – освобождение органов от амы (шлаков).

Кроме того, тепло противостоит холоду, вызывающему дисбаланс Ваты, уменьшает жесткость, тяжесть, противостоит тяжелой и липкой природе амы.

Токсины невозможно удалить без двух вышеописанных процедур. Если провести очистительные процедуры без должной подготовки, будут очищены только самые поверхностные структуры, к тому же такая чистка вызовет напряжение всех тканей тела.

Процедура рекомендуется людям, страдающим избыточным весом и некоторыми ревматическими болезнями, при целлюлите, малоподвижном образе жизни, бронхите.

Продолжительность 60-90 мин

Стоимость 2400 руб.

Широдхара



Обливания лобной зоны тонкой струей из масел или отвара лекарственных трав, прогретых до благоприятной температуры, успокоительно воздействуют на всю центральную нервную систему.

~ 10 ~

Применяют главным образом при нервно-вегетативных нарушениях и состояниях истощения. Эффективны при бессоннице, потере памяти, головных болях, умственном напряжении, заболеваниях кожи, восстановлении после инсульта. Широдхара разглаживает морщины, подтягивает кожу, укрепляет волосы.

Продолжительность 60 мин

Стоимость 3200 руб.

Пишинчхали



Эта процедура очень популярна в южной Индии, где преобладает погода, возбуждающая Вату. «Пишин» переводится как «вдавливание», а «чхали» — как «энергичное движение».

Большое количество масла изливается на тело, в то время как оно массируется завернутым в ткань в виде шара рисом.

Шарик вдавливает масло в поры с тем, чтобы оно глубже проникло в ткани тела.

Пациент обычно получает удовольствие от пишинчхали и заряжается энергией.

Основной целью пишинчхали является успокоение Ваты.

Процедура удаляет токсины из суставов и улучшает их подвижность. Она является мощным средством для уменьшения мышечных спазмов и лечения дегенеративных заболеваний.

Однако для достижения наибольшей эффективности ее следует применять многократно. По этой причине эта процедура часто используется как самостоятельное лечение.

Продолжительность 40-50 мин

Стоимость 3200 руб.

Насьям



Насья представляет собой введение лекарственных средств в носовой проход. Она. Очищает и омолаживает ткани и органы головы и шеи. В этом случае лекарственные вещества вводятся назально, так как нос является самой близкой точкой доступа к органам головы. Насья удаляет токсины из носоглотки, придаточных пазух, гортани, ушей и глаз. Согласно аюрведе, нос – это дверь, ведущая к мозгу. Насья открывает и очищает каналы головы, улучшая оксигенацию (снабжение кислородом) и поток праны, что оказывает благотворное влияние на мозговую деятельность. Насья показана при заболеваниях головы и шеи.

Она с успехом применяется:

- при сухости носовых проходов,
- заложенности придаточных пазух,
- при простуде,
- хронических ринитах и синуситах (в т.ч. аллергических)
- она приносит облегчение при хронических сосудистых головных болях, мигрени, эпилепсии,
- а также оказывает положительное влияние при умственной отсталости и дегенеративных заболеваниях мозга.

Процедура проводится ежедневно в течение 7-14-21 дней.

Очень эффективна при головных болях, включая мигрень, а также параличах лицевых нервов и некоторых других заболеваниях. Продолжительность- 30 минут.

Насья – одна из пяти процедур, входящих в знаменитый комплекс Панчакарма.

Стоимость 1600 руб.

Карнапуранам



Карнапуранам включает чистку уха и особую технику промывания ушей маслами и пускания целебного дыма лекарственных трав в ушную раковину в течение 5-10 минут.

Такая процедура не только улучшает слух, но и лечит хронические заболевания и болезни уха неинфекционной природы, а также предотвращает развитие воспалений, помогает при головных болях и головокружении.

Карнапуранам - идеальная процедура для водителей, водолазов, у которых часто возникают проблемы со слуховым аппаратом.

Программа длится около 30 мин

Рекомендуемый курс 10-14 процедур

Стоимость 1600 руб.

Талапотичил



Прикладывание к макушке головы пасты из лекарственных растений. Состав подбирается согласно доминирующей доше (энергии в организме пациента).

Длительность: 30-60 мин.

Показания: Головные боли, депрессия, бессонница, тревога, ухудшение памяти, заболевания головы, преждевременное поседение.

Пижичил



Слегка подогретое лекарственное масло, соблюдая особый ритм, льется на тело пациента. Лечение проводится на особом столе, сделанном из цельного куска особого вида дерева («Strychnis Nuxvomica» - дерево, которому приписываются особые целительные свойства). Это одна из редких процедур, которую выполняют только в Индии (для нее требуется большой объем масла).

Показания: Остеоартриты, анкилозы суставов, спондилиты, неврологические расстройства, атрофия мышц, мышечные боли, люмбаго, мышечные парезы, параличи, ишиас, спортивные травмы, сексуальная слабость.

Эффективная *омолаживающая* процедура.

.

Длительность – 30-60 минут. Обычно проводится в виде курса (от 4 до 7 дней).

Стоимость 4 600 руб.

АЮРВЕДИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ "БАСТИ"

Басту — одно из самых главных процедур в традиционной медицине. Считается, что она решает до 50% проблем связанных со здоровьем. Специальное целебное масло наливается в воронку из теста, расположенную на проблемных участках тела. Данная процедура незаменима при проблемах в области спины, шеи, при артритах, болях в суставах.

КАТИБАСТИ



Особая техника исцеления области спины с использованием горячих лекарственных масел или отваров лекарственных трав.

Непосредственный эффект эта процедура оказывает на позвоночник, расслабляя околопозвоночные мышцы и питая межпозвоночные диски. Лечит запоры, болезни органов малого таза, ишиас. На уровне ума помогает избавиться от тревог, страхов. Помогает при половой слабости.

Оздоровительный эффект:

- Ликвидирует хронические и острые боли в спине при болезнях позвоночника.
- Применяется при поясничном спондилёзе.
- Используется при лечении остеопороза.
- Снимает боли при ишиасе.
- Применяется при позвоночных грыжах.
- Избавляет от тревог и страхов.

Длительность от 30 до 45 минут. Оптимальный курс от 7 до 21 дня.
Стоимость 2100 руб.

ГРИВАБАСТИ



Горячая масляная ванночка для шейной зоны спины с использованием лекарственных масел или отваров трав. Помогает при головных болях, связанных с нарушениями циркуляции крови.

Оздоровительный эффект:

- Облегчает болевой синдром при шейном спондилёзе.
- Применяется при вертебробазиллярной недостаточности.
- Устраняет головные боли.
- Расслабляет околопозвоночную мускулатуру.
- Ликвидирует тугоподвижность шеи.

Длительность от 30 до 45 минут. Оптимальный курс от 3 до 21 дня.
Стоимость 2100 руб.

ЧАКРАБАСТИ

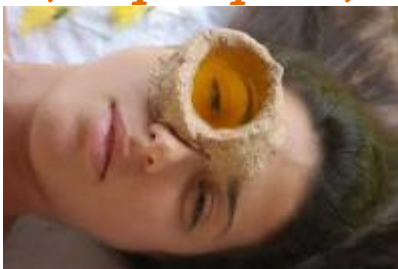
Масляная ванночка для пупочной области. Действует на солнечное сплетение и балансирует пищеварительный огонь.

Оздоровительный эффект:

- Устраняет проявления несварения.
- Устраняет запоры.
- Оптимизирует функцию надпочечников.
- Устраняет проявления вегето-сосудистой дистонии.
- Лечит половую холодность у женщин.

Длительность от 30 до 45 минут. Оптимальный курс от 3 до 21 дня.
Стоимость 2100 руб.

НЕТРОБАСТИ **(нетратарпан)**



Масляные ванны для глаз с использованием специального лекарственного масла Triphala Ghrita, которые очищают и питают орган зрения. Показаны всем, чьи глаза испытывают перегрузки (работа на компьютере, учеба, написание научных трудов и т.п.) А также показаны в случае серьёзных заболеваний глаз, таких как глаукома, катаракта, атрофия зрительного нерва, астигматизм.

Оздоровительный эффект:

- Снятие напряжения, раздражения, боли жжения в глазах.
- Улучшение зрения.
- Помогают избавиться от тёмных кругов под глазами.
- Устранение сухости склер, хронических конъюнктивитов.
- Предупреждение возникновения глаукомы и развития катаракты.
- Разглаживание мелких морщинок.
- Улучшается память.

Продолжительность 30-40 мин. Курс 14-21 процедура.

Стоимость 3000 руб.

ДЖАНУБАСТИ



Тёплая масляная ванночка непосредственно на коленные суставы с использованием лекарственных масел или отваров трав. Эта процедура повышает кровоснабжение и питание коленных суставов.

Оздоровительный эффект:

- улучшает подвижность коленных суставов (разгибание и сгибание коленных суставов)
- облегчение болей в коленях, соответственно уменьшается затруднения при ходьбе.

Показания: боли в коленных суставах, остеоартроз коленных суставов.

Длительность 30-40 мин. Оптимальный курс 14-21 день.

Стоимость 3000 руб.

ШИРОБАСТИ



Теплое *лечебное масло* удерживается на голове пациента при помощи специальной высокой шапочки - колпака (без верха).

Продолжительность процедуры – около 40 мин. Курс лечения составляет от 3 до 7 дней, в зависимости от состояния пациента.

Применяется при головных болях, мигрени, параличе лицевых нервов, нарушениях зрения

Стоимость 3400 руб.

Аюрведическая косметология

Слово «косметика» произошло от греческого слова «косметикос», что означает «искусство приведения в порядок». Этот термин прекрасно отражает древние представления о том, что красота является следствием принесения гармонии в жизнь и порядка в разум и функционирование организма.

Аюрведическая косметика - это ещё один способ наряду с правильным питанием и образом жизни для достижения подлинно природной красоты.

Используя травы, цветы, эфирные масла аюрведическая косметика помогает восстановить коже её природный баланс.

Очищение, питание и защита - это ключевые факторы в уходе за кожей.



УХОД ЗА ЛИЦОМ

Полная программа ухода за лицом включает: чистку (травяные очищающие порошки), массаж с использованием лекарственных масел, паровую баню или компресс из трав, мягкий скраб, маска (по показаниям: противовоспалительная, очищающая, питательная), тонизирующие/омолаживающие процедуры, увлажнение.

Продолжительность 60-90 мин

Стоимость 3000 руб.



АЮРВЕДИЧЕСКИЙ МАССАЖ ЛИЦА

Этот сложный массаж лица активизирует глубокие мозговые центры, точки и энергетические меридианы и кровообращение, что положительно отражается на всём теле. Снимается напряжение в шее, плечах и лице.

Масла выбираются таким образом, чтобы они подходили и для типа кожи, и для типа конституции. Также добавляются травяные экстракты и эфирные масла, поскольку они обладают не только лечебными свойствами, но и приятным ароматом.

Продолжительность 40-60 мин

Стоимость 2800 руб.

АЮРВЕДИЧЕСКИЙ МАССАЖ ГРУДИ

Используется мягкий энергетический массаж со специальным аюрведическим маслом.

Применяется для укрепления и увеличения груди.

Рекомендуемый курс 14 -21 процедура

Продолжительность 20- 30 мин

Стоимость 2500 руб.